



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ROUGE

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-702/PF-002 de 2007-06-18)

This publication is available in English as A-CR-CCP-702/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.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

GUIDES PÉDAGOGIQUES DE L'ÉTOILE ROUGE

(FRANÇAIS)

(Remplace l'A-CR-CCP-702/PF-002 de 2007-06-18)

This publication is available in English as A-CR-CCP-702/PF-001.

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

BPR : D Cad & RJC 4 – Instruction des cdt et RJC

2015-09-01

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.

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	2015-09-01	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 751 pages réparties de la façon suivante :

Numéro de page	Numéro de modificatif	Numéro de page	Numéro de modificatif
Couverture.....	0	C203.04-1 à C203.04-2.....	0
Titre.....	0	C203.05-1 à C203.05-6.....	0
A à C.....	0	C203.06-1 à C203.06-6.....	0
i à viii.....	0	X04-1 à X04-2.....	0
X01-1 à X01-2.....	0	X05-1 à X05-2.....	0
X02-1 à X02-2.....	0	M206.01-1 à M206.01-8.....	0
M203.01-1 à M203.01-6.....	0	M206.01A-1 à M206.01A-2.....	0
M203.01A-1 à M203.01A-2.....	0	M206.01B-1 à M206.01B-2.....	0
M203.02-1 à M203.02-8.....	0	M206.01C-1 à M206.01C-2.....	0
M203.03-1 à M203.03-8.....	0	M206.01D-1 à M206.01D-2.....	0
M203.04-1 à M203.04-8.....	0	M206.01E-1 à M206.01E-2.....	0
M203.05-1 à M203.05-8.....	0	M206.01F-1 à M206.01F-2.....	0
M203.05A-1 à M203.05A-2.....	0	M206.01G-1 à M206.01G-2.....	0
M203.05B-1 à M203.05B-2.....	0	M206.01H-1 à M206.01H-2.....	0
M203.05C-1 à M203.05C-2.....	0	M206.01I-1 à M206.01I-2.....	0
M203.06-1 à M203.06-6.....	0	M206.01J-1 à M206.01J-2.....	0
M203.06A-1 à M203.06A-2.....	0	C206.01-1 à C206.01-8.....	0
M203.07-1 à M203.07-6.....	0	C206.02-1 à C206.02-10.....	0
M203.08-1 à M203.08-4.....	0	C206.03-1 à C206.03-6.....	0
C203.01-1 à C203.01-4.....	0	M207.01-1 à M207.01-8.....	0
C203.01A-1 à C203.01A-4.....	0	M207.01A-1 à M207.01A-2.....	0
C203.02-1 à C203.02-6.....	0	M207.01B-1 à M207.01B-6.....	0
C203.02A-1 à C203.02A-2.....	0	M207.02-1 à M207.02-14.....	0
C203.03-1 à C203.03-6.....	0	M207.02A-1 à M207.02A-2.....	0
C203.03A-1 à C203.03A-2.....	0	M207.03-1 à M207.03-6.....	0

ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR (suite)

Numéro de page	Numéro de modificatif	Numéro de page	Numéro de modificatif
M207.04-1 à M207.04-8.....	0	C221.02-1 à C221.02-10.....	0
C207.01-1 à C207.01-8.....	0	C221.02A-1 à C221.02A-4.....	0
C207.01A-1 à C207.01A-2.....	0	C221.02B-1 à C221.02B-6.....	0
C207.01B-1 à C207.01B-4.....	0	C221.03-1 à C221.03-20.....	0
C207.01C-1 à C207.01C-2.....	0	C221.03A-1 à C221.03A-2.....	0
C207.01D-1 à C207.01D-4.....	0	C221.03B-1 à C221.03B-6.....	0
C207.02-1 à C207.02-2.....	0	M222.01-1 à M222.01-8.....	0
M208.01-1 à M208.01-6.....	0	M222.01A-1 à M222.01A-2.....	0
M208.02-1 à M208.02-6.....	0	M222.01B-1 à M222.01B-2.....	0
C208.01-1 à C208.01-2.....	0	M222.02-1 à M222.02-8.....	0
C208.02-1 à C208.02-2.....	0	M222.02A-1 à M222.02A-2.....	0
C211.01-1 à C211.01-8.....	0	M222.03-1 à M222.03-10.....	0
C211.02-1 à C211.02-10.....	0	M222.03A-1 à M222.03A-2.....	0
C211.02A-1 à C211.02A-6.....	0	M222.04-1 à M222.04-8.....	0
C211.02B-1 à C211.02B-2.....	0	M222.05-1 à M222.05-6.....	0
C211.03-1 à C211.03-10.....	0	M222.06-1 à M222.06-8.....	0
C211.03A-1 à C211.03A-6.....	0	C222.01-1 à C222.01-8.....	0
C211.04-1 à C211.04-10.....	0	C222.01A-1 à C222.01A-2.....	0
C211.04A-1 à C211.04A-4.....	0	M223.01-1 à M223.01-18.....	0
C211.04B-1 à C211.04B-4.....	0	M223.01A-1 à M223.01A-6.....	0
C211.04C-1 à C211.04C-6.....	0	M223.01B-1 à M223.01B-4.....	0
C211.04D-1 à C211.04D-2.....	0	M223.01C-1 à M223.01C-2.....	0
C211.04E-1 à C211.04E-2.....	0	M223.01D-1 à M223.01D-8.....	0
X20-1 à X20-2.....	0	M223.02-1 à M223.02-14.....	0
M221.01-1 à M221.01-12.....	0	M223.03-1 à M223.03-16.....	0
M221.02-1 à M221.02-18.....	0	M224.01-1 à M224.01-10.....	0
M221.03-1 à M221.03-10.....	0	M224.01A-1 à M224.01A-2.....	0
M221.03A-1 à M221.03A-16.....	0	M224.02-1 à M224.02-6.....	0
M221.03B-1 à M221.03B-2.....	0	M224.02A-1 à M224.02A-2.....	0
M221.04-1 à M221.04-10.....	0	M224.02B-1 à M224.02B-2.....	0
M221.05-1 à M221.05-10.....	0	M224.03-1 à M224.03-14.....	0
M221.05A-1 à M221.05A-4.....	0	M224.04-1 à M224.04-10.....	0
M221.06-1 à M221.06-10.....	0	M224.05-1 à M224.05-14.....	0
M221.07-1 à M221.07-20.....	0	M224.06-1 à M224.06-8.....	0
M221.08-1 à M221.08-6.....	0	C224.01-1 à C224.01-10.....	0
M221.09-1 à M221.09-20.....	0	C224.02-1 à C224.02-10.....	0
C221.01-1 à C221.01-12.....	0		

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

© 2015 DND/MDN Canada

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

AVANT-PROPOS ET PRÉFACE

1. **Autorité compétente.** Ce guide pédagogique (GP) A-CR-CCP-702/PF-002 a été élaboré sous l'autorité du Directeur – Cadets et Rangers juniors canadiens, et il est 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.** Ce GP doit être utilisé par les corps de cadets royaux de l'Armée canadienne, et conjointement avec d'autres ressources pour la réalisation de l'instruction de l'étoile rouge. Ce GP offre aux instructeurs les moyens de base pour donner l'instruction aux cadets. Les GP individuels doivent être révisés en conjonction avec les descriptions de leçon (DL) qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Norme de qualification et plan de l'étoile rouge*, chapitre 4, avant l'instruction, pour que chaque instructeur puisse préparer et planifier chaque leçon adéquatement. Les instructeurs peuvent être obligés de concevoir du matériel d'instruction au-delà du matériel fourni pour appuyer l'instruction (p. ex. 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 et/ou rehausser les activités, dans la mesure où ils continuent à contribuer à la réalisation de l'objectif.
4. **Utilisation du GP.** Dans l'ensemble des guides pédagogiques, les cases d'information suivantes servent à souligner de l'information :



Remarque adressée aux instructeurs.



Information importante à transmettre aux cadets.



Se référer aux politiques et aux règlements des FC suivants.



Points d'intérêt ou instructions spéciales que l'instructeur doit transmettre aux cadets.

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

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

TABLE DES MATIÈRES

	PAGE
CHAPITRE 1	
OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME	
OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME	X01-1
CHAPITRE 2	
OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE	
OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE.....	X02-1
CHAPITRE 3	
OREN 203 – DÉMONTRER DES QUALITÉS DE LEADERSHIP AUPRÈS DES PAIRS	
Section 1	M203.01-1
Annexe A	M203.01A-1
Section 2	M203.02-1
Section 3	M203.03-1
Section 4	M203.04-1
Section 5	M203.05-1
Annexe A	M203.05A-1
Annexe B	M203.05B-1
Annexe C	M203.05C-1
Section 6	M203.06-1
Annexe A	M203.06A-1
Section 7	M203.07-1
Section 8	M203.08-1
Section 9	C203.01-1
Annexe A	C203.01A-1
Section 10	C203.02-1
Annexe A	C203.02A-1
Section 11	C203.03-1
Annexe A	C203.03A-1
Section 12	C203.04-1
Section 13	C203.05-1
Section 14	C203.06-1

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
CHAPITRE 4 OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES	
OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES.....	X04-1
CHAPITRE 5 OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES	
OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES.....	X05-1
CHAPITRE 6 OREN 206 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS PENDANT UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION	
Section 1 OCOM M206.01 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION.....	M206.01-1
Annexe A ACTIVITÉ DE CLASSIFICATION	M206.01A-1
Annexe B ACTIVITÉS AMUSANTES	M206.01B-1
Annexe C ACTIVITÉS AMUSANTES	M206.01C-1
Annexe D ACTIVITÉS AMUSANTES	M206.01D-1
Annexe E ACTIVITÉS AMUSANTES	M206.01E-1
Annexe F ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES	M206.01F-1
Annexe G ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES	M206.01G-1
Annexe H ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES	M206.01H-1
Annexe I ACTIVITÉS COMPÉTITIVES	M206.01I-1
Annexe J ACTIVITÉS COMPÉTITIVES	M206.01J-1
Section 2 OCOM C206.01 – PRATIQUER LES TECHNIQUES POUR TENIR LA CARABINE.....	C206.01-1
Section 3 OCOM C206.02 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE VISÉE.....	C206.02-1
Section 4 OCOM C206.03 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE TIR.....	C206.03-1
CHAPITRE 7 OREN 207 – SERVIR DANS UN CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE	
Section 1 OCOM M207.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE L'ÉTOILE ROUGE.....	M207.01-1
Annexe A ACTIVITÉ	M207.01A-1
Annexe B EXEMPLES DE CONTRATS D'ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE	M207.01B-1
Section 2 OCOM M207.02 – RECONNAÎTRE L'HISTOIRE DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE (CAD RAC).....	M207.02-1
Annexe A SOMMAIRE DES ÉVÉNEMENTS IMPORTANTS	M207.02A-1
Section 3 OCOM M207.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE ET LES RESPONSABILITÉS D'UN RÉPONDANT LOCAL.....	M207.03-1
Section 4 OCOM M207.04 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE LA DEUXIÈME ANNÉE AU CIEC.....	M207.04-1

TABLE DES MATIÈRES (suite)

		PAGE
Section 5	OCOM C207.01 – IDENTIFIER LA STRUCTURE DES GRADES DES CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE ET DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA.....	C207.01-1
Annexe A	GRADES DES CADETS DE L'ARMÉE	C207.01A-1
Annexe B	INSIGNES	C207.01B-1
Annexe C	ACTIONS	C207.01C-1
Annexe D	CARTES DE MÉMOIRE	C207.01D-1
Section 6	OCOM C207.02 – VISITER UN CORPS DE CADETS OU UN ESCADRON LOCAL.....	C207.02-1
CHAPITRE 8	OREN 208 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE EN TANT QUE MEMBRE D'UNE ESCOUADE	
Section 1	OCOM M208.01 – TOURNER À GAUCHE ET À DROITE EN MARCHANT.....	M208.01-1
Section 2	OCOM M208.02 – FORMER UNE FILE INDIENNE DE LA HALTE.....	M208.02-1
Section 3	OCOM C208.01 – S'EXERCER À UNE CÉRÉMONIE MILITAIRE DANS LE CADRE D'UNE REVUE.....	C208.01-1
Section 4	OCOM C208.02 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE AVEC ARMES.....	C208.02-1
CHAPITRE 9	OREN 211 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES DE BIATHLON D'ÉTÉ	
Section 1	OCOM C211.01 – RECONNAÎTRE LES OCCASIONS DE BIATHLON CIVIL.....	C211.01-1
Section 2	OCOM C211.02 – COURIR SUR UN TERRAIN À GÉOGRAPHIE DIFFÉRENTE.....	C211.02-1
Annexe A	EXEMPLES D'ÉTIREMENT	C211.02A-1
Annexe B	PROGRAMME DE COURSE – 10 SEMAINES	C211.02B-1
Section 3	OCOM C211.03 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS EN SE SERVANT D'UNE BRETELLE, APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE.....	C211.03-1
Annexe A	EXEMPLES D'ÉTIREMENT	C211.03A-1
Section 4	OCOM C211.04 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ.....	C211.04-1
Annexe A	LIGNES DIRECTRICES POUR DIRIGER UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ	C211.04A-1
Annexe B	LIGNES DIRECTRICES POUR LA COMPÉTITION	C211.04B-1
Annexe C	EXEMPLES D'ÉTIREMENT	C211.04C-1
Annexe D	EXEMPLE D'INVITATION	C211.04D-1
Annexe E	INSTRUCTIONS RELATIVES AUX RÉCOMPENSES	C211.04E-1

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
CHAPITRE 10 OREN X20 – RECONNAÎTRE LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX DES FORCES CANADIENNES (FC)	
OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC.....	X20-1
CHAPITRE 11 OREN 221 – EXÉCUTER LES TÂCHES D’UN MEMBRE D’UNE SECTION PENDANT UN EEC – BIVOUAC – LORS D’UNE FIN DE SEMAINE	
Section 1 OCOM M221.01 – EXÉCUTER LES TÂCHES D’UN MEMBRE D’UNE SECTION EN CAMPAGNE.....	M221.01-1
Section 2 OCOM M221.02 – IDENTIFIER L’ÉQUIPEMENT DE SECTION.....	M221.02-1
Section 3 OCOM M221.03 – IDENTIFIER LA FAUNE DES PROVINCES ET DES TERRITOIRES.....	M221.03-1
Annexe A FAUNES DES PROVINCES ET TERRITOIRES	M221.03A-1
Annexe B PROVINCES ET TERRITOIRES – FEUILLE DE TRAVAIL SUR LA FAUNE.....	M221.03B-1
Section 4 OCOM M221.04 – DONNER LES PREMIERS SOINS DE BASE.....	M221.04-1
Section 5 OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS.....	M221.05-1
Annexe A INSTRUCTION SUR LA FAÇON DE FAIRE DES NŒUDS	M221.05A-1
Section 6 OCOM M221.06 – CONSTRUIRE UN ABRI DE TYPE « HOUCHIE »	M221.06-1
Section 7 OCOM M221.07 – UTILISER L’ÉQUIPEMENT DE SECTION.....	M221.07-1
Section 8 OCOM M221.08 – PRÉPARER UNE RATION INDIVIDUELLE DE CAMPAGNE (RIC).....	M221.08-1
Section 9 OCOM M221.09 – ENTRETENIR L’ÉQUIPEMENT DE SECTION À LA SUITE D’UN EXERCICE D’ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE (EEC).....	M221.09-1
Section 10 OCOM C221.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR LES EFFORTS DE CONSERVATION EN MILIEU SAUVAGE AU CANADA.....	C221.01-1
Section 11 OCOM C221.02 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE.....	C221.02-1
Annexe A ATTACHE DES BRÉLAGES	C221.02A-1
Annexe B COMMODITÉS EN CAMPAGNE	C221.02B-1
Section 12 OCOM C221.03 – IDENTIFIER LES ESPÈCES D’ARBRES.....	C221.03-1
Annexe A FEUILLE DE RÉPONSES	C221.03A-1
Annexe B IMAGES D’ARBRES	C221.03B-1
CHAPITRE 12 OREN 222 – NAVIGUER LE LONG D’UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE	
Section 1 OCOM M222.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L’ÉTOILE VERTE	M222.01-1
Annexe A ACTIVITÉ DE PLIAGE DE CARTE	M222.01A-1
Annexe B DÉTAILS CARTOGRAPHIQUES	M222.01B-1

TABLE DES MATIÈRES (suite)

		PAGE
Section 2	OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS.....	M222.02-1
Annexe A	FEUILLE D'ACTIVITÉ SUR LA ROSE DES VENTS	M222.02A-1
Section 3	OCOM M222.03 – IDENTIFIER LES PARTIES DE LA BOUSSOLE...	M222.03-1
Annexe A	PARTIES DE LA BOUSSOLE	M222.03A-1
Section 4	OCOM M222.04 – DÉTERMINER LA DISTANCE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE.....	M222.04-1
Section 5	OCOM M222.05 – ORIENTER UNE CARTE EN UTILISANT UNE BOUSSOLE.....	M222.05-1
Section 6	OCOM M222.06 – SUIVRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE DE POINT À POINT.....	M222.06-1
Section 7	OCOM C222.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À L'AIDE D'UNE CARTE ET D'UNE BOUSSOLE.....	C222.01-1
Annexe A	CASSE-TÊTE DE NAVIGATION	C222.01A-1
CHAPITRE 13	OREN 223 – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE INCLUANT UNE NUIT	
Section 1	OCOM M223.01 – PRÉPARATION POUR UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE.....	M223.01-1
Annexe A	CARTES D'ÉQUIPEMENT DE RANDONNÉE EN MONTAGNE	M223.01A-1
Annexe B	MISES EN SITUATION SELON LES PRÉVISIONS MÉTÉOROLOGIQUES	M223.01B-1
Annexe C	MISES EN SITUATION SELON LES PRÉVISIONS MÉTÉOROLOGIQUES – CLÉ DE CORRECTION	M223.01C-1
Annexe D	EXERCICES ET ÉTIREMENTS	M223.01D-1
Section 2	OCOM M223.02 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS DE RANDONNÉE PÉDESTRE ET DE MONTAGNE.....	M223.02-1
Section 3	OCOM M223.03 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR COMMENT FRANCHIR DES OBSTACLES AU COURS D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE.....	M223.03-1
CHAPITRE 14	OREN 224 – DÉTERMINER LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU	
Section 1	OCOM M224.01 – DÉCRIRE LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU.....	M224.01-1
Annexe A	ARTICLE DE LA REVUE CADENCE	M224.01A-1
Section 2	OCOM M224.02 – IDENTIFIER LES SEPT ENNEMIS DE LA SURVIE.....	M224.02-1
Annexe A	MOTS CROISÉS SUR LES ENNEMIS DE LA SURVIE	M224.02A-1
Annexe B	MOTS CROISÉS SUR LES ENNEMIS DE SURVIE – CLÉ DE CORRECTION	M224.02B-1
Section 3	OCOM M224.03 – PRÉDIRE LE TEMPS À L'AIDE DES FORMATIONS DE NUAGES.....	M224.03-1

TABLE DES MATIÈRES (suite)

		PAGE
Section 4	OCOM M224.04 – IDENTIFIER LES ABRIS D'URGENCE.....	M224.04-1
Section 5	OCOM M224.05 – PRÉPARER, ALLUMER, ENTRETENIR ET ÉTEINDRE UN FEU.....	M224.05-1
Section 6	OCOM M224.06 – IDENTIFIER LES MÉTHODES DE SIGNALISATION.....	M224.06-1
Section 7	OCOM C224.01 – LA CUISSON EN CAMPAGNE.....	C224.01-1
Section 8	OCOM C224.02 – PRÉPARER UN FEU DE SIGNALISATION.....	C224.02-1



INSTRUCTION COMMUNE
TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION
GUIDE PÉDAGOGIQUE
CIVISME



SECTION 1

OREN X01 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS SUR LE CIVISME

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans la publication 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 mise en situation d'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 la publication 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



**INSTRUCTION COMMUNE
TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION
GUIDE PÉDAGOGIQUE
SERVICE COMMUNAUTAIRE**



SECTION 1

OREN X02 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans la publication 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



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M203.01 – DISCUTER DU LEADERSHIP ENTRE PAIRS

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-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.

Faire une photocopie du document de cours de l'annexe A pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 pour initier les cadets au leadership avec leurs pairs, stimuler leur intérêt et présenter la matière de base.

Une activité en classe a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets et de présenter le leadership entre pairs.

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 deuxième année les aidera à se fixer des objectifs réalisables et à s'adapter à leur nouveau rôle de chef dans le corps de cadets.

Point d'enseignement 1

Expliquer le leadership entre pairs

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif

À titre de chef subalterne, le cadet de l'étoile rouge assume des responsabilités dans le 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 se consulter pour dresser une liste de ce qu'ils pensent 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.

Voici une liste des responsabilités communes aux cadets de l'étoile rouge dans le corps de cadets :

- **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 chaîne 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 bien s'habiller et de bien 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 risques d'accident.**
- **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, p. ex. améliorer leur exercice militaire, leur habillement et leur comportement, donne un but aux cadets de l'étoile rouge. Le cadet de l'étoile rouge qui se fixe des objectifs et qui s'efforce de les atteindre montre qu'il est engagé.



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 assume des responsabilités précises dans le corps de cadets.



Expliquer les responsabilités précises qu'assume le cadet de l'étoile rouge.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Dresser la liste des 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. Dresser la liste des tâches et des responsabilités précises que les cadets de l'étoile rouge assument dans votre escadron.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les responsabilités qu'assument les cadets de l'étoile rouge dans le corps de cadets sont :
- 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. Le cadet de l'étoile rouge qui se fixe des objectifs et qui s'efforce de les atteindre montre qu'il est engagé.
- R3. Les réponses sont variables.

Point d'enseignement 2**Diriger une activité consistant à œuvrer pour atteindre des buts**

Durée : 10 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets d'établir des objectifs personnels à court terme qu'ils souhaitent réaliser pendant leur séjour au corps de cadets, et des objectifs personnels à long terme qu'ils souhaitent réaliser pendant l'année d'instruction.

RESSOURCES

- Feuilles pour tableau de papier.
- Marqueurs.
- Modèle d'établissement des buts de l'annexe A.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Diviser la classe en groupes d'au maximum six cadets.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Pour cette activité en classe, les objectifs à court terme sont des objectifs réalisables à l'intérieur de trois mois, et les objectifs à long terme sont des objectifs réalisables d'ici la fin du niveau de l'étoile rouge.

Demander aux cadets, en groupes d'au maximum six personnes, de réfléchir et de produire, sur un papier du tableau de papier, une liste d'objectifs à court terme, relatifs à leurs responsabilités de cadet de l'étoile rouge; p. ex. :

- améliorer le port de l'uniforme;
- améliorer l'exécution de l'exercice militaire; et
- participer à toutes les soirées d'instruction pendant les trois prochains mois, etc.



Consigner tous les objectifs à court terme produits par les cadets sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent pour que les cadets puissent utiliser les exemples.

Demander aux cadets, en groupes d'au maximum six personnes, de réfléchir et de produire, sur un papier du tableau de papier, une liste d'objectifs à long terme qu'ils souhaitent atteindre pendant l'année d'instruction, p. ex. :

- obtenir une promotion;
- obtenir le prix de présence parfaite; et
- participer à l'instruction d'été, etc.



Consigner tous les objectifs à long terme produits par les cadets sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent pour que les cadets puissent les utiliser comme exemples.

Distribuer la feuille de l'annexe A servant à consigner les objectifs. Demander aux cadets d'inscrire deux objectifs personnels à court et à long terme, ainsi que les étapes à suivre pour les atteindre. Ils peuvent utiliser des objectifs de la liste produite en classe ou d'autres.



À la fin de l'activité, demander aux cadets de remettre leur liste d'objectifs. Laisser une copie des objectifs de chaque cadet à son dossier d'instruction. Les officiers du niveau de l'étoile rouge peuvent utiliser cette liste d'objectifs pendant les entrevues périodiques pour voir si les cadets ont atteint leurs objectifs. La liste d'objectifs peut également être utilisée au début de la prochaine année d'instruction pour aider les cadets à se fixer des objectifs pour le niveau de l'étoile argent.



Rendre l'original des objectifs à court et à long terme au cadet. Encourager les cadets à afficher la liste de leurs objectifs personnels à court et à long terme dans un endroit visible à la maison, afin qu'ils se rappellent des objectifs qu'ils se sont fixés et puissent vérifier s'ils sont en voie de les atteindre.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE1 et au PE2 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

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

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

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.

EXERCICE D'ÉTABLISSEMENT DES BUTS

OBJECTIFS À COURT TERME

Objectif n° 1 : _____

Mesures à prendre : _____

Objectif n° 2 : _____

Mesures à prendre : _____

OBJECTIFS À LONG TERME

Objectif n° 1 : _____

Mesures à prendre : _____

Objectif n° 2 : _____

Mesures à prendre : _____

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE
GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M203.02 – DISCUTER DES PRINCIPES DE LEADERSHIP

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-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 le PE1 et le PE2 pour initier les cadets aux principes de leadership et stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE3, 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 chefs qui ont une influence positive.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de discuter des principes de leadership.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent les principes de leadership parce qu'il s'agit de notions fondamentales de la théorie du leadership. Conformément à l'OAIC 11-03, *Mandat du Programme des cadets*, le leadership est inhérent aux résultats que le participant obtient dans les compétences sociales et est l'un des trois objectifs du Programme des cadets.

Point d'enseignement 1**Discuter des principes de leadership**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

Le leadership est une compétence que l'on peut démontrer. En d'autres termes, le leadership peut s'afficher et s'observer. Le leadership s'apprend et il est possible d'améliorer les compétences en leadership par la pratique. Il y a un ensemble de principes dans le leadership qu'il est possible d'utiliser pour améliorer les compétences en leadership.

PRINCIPES DE LEADERSHIP**Le leadership est une influence**

La capacité d'influencer les autres est fondamentale dans le processus de leadership. Tout le monde influence quelqu'un. Nous sommes quotidiennement influencés par les personnes qui nous entourent : les amis, la famille, les enseignants, les journalistes, les athlètes, entre autres, ils influencent tous quelqu'un. Ces mêmes personnes sont également influencées par d'autres personnes.

L'influence peut être positive ou négative

De nombreuses personnes exercent une influence positive et viennent ainsi en aide à leur communauté, à leur école, à leur famille et à ceux qui les entourent. Certaines personnes exercent une influence négative, ce qui n'apporte rien aux autres, ni à elles-mêmes.

Le leadership peut créer des occasions dans la vie

Les qualités de leadership sont apprises et mises en pratique; par conséquent, en améliorant les compétences en leadership, on pourrait se créer des occasions dans la vie. Tout au long du programme, les cadets auront de nombreuses occasions d'exercer un leadership. Le succès en leadership pourrait se traduire par d'autres occasions de leadership, plus exigeantes, associées à plus de responsabilité, de reconnaissance, entre autres.



Demander aux cadets de nommer des métiers ou des professions pour lesquels des compétences de leadership constituent un atout.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**QUESTIONS**

- Q1. Pourquoi le leadership est-il une compétence que l'on peut démontrer?
- Q2. Nommer les trois principes de leadership discutés pendant le cours.
- Q3. Par quoi le succès en leadership peut-il se traduire?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le leadership peut être montré et observé, tant par vous que par d'autres.

R2. Les trois principes de leadership discutés sont :

- le leadership est une influence;
- l'influence peut être positive ou négative;
- le leadership peut créer des occasions dans la vie.

R3. Le succès en leadership pourrait se traduire par d'autres occasions de leadership, plus exigeantes, associées à plus de responsabilité, de reconnaissance, entre autres.

Point d'enseignement 2

Présenter un bref exposé sur des jeunes qui ont influencé leur environnement ou leur communauté

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Choisir l'un des quatre exposés des faits suivants et le lire à la classe.

SIMON JACKSON

À l'âge de sept ans, Simon Jackson, qui habite à Vancouver, en Colombie-Britannique, a eu la chance d'aller visiter le Yellowstone National Park aux États-Unis, en compagnie de ses parents. Depuis ce voyage, il est fasciné par les ours. « J'ai réalisé que les humains ont le choix – nous avons le pouvoir de détruire ou de préserver ces magnifiques monarques du milieu sauvage » dit Simon. En deuxième année, il a installé un kiosque de limonade et a réuni 60 \$ pour protéger les grizzlis. Quelques années plus tard, Simon a entendu parler des ours de Kermode. « J'avais un rêve, celui de m'assurer que les ours sauvages auront un espace de vie sauvage à l'avenir, et je l'ai réalisé. » Simon Jackson est l'une des rares personnes à avoir vu l'ours Kermode, également appelé ours Esprit, un ours blanc. Si cela continue, Simon ne sera pas le dernier. En effet, il fait tout ce qu'il peut pour éviter que cette espèce d'ours rare ne disparaisse. Les bûcherons veulent abattre les arbres dans la forêt tropicale ancestrale dans laquelle vivent les ours. Simon essaie depuis des années de sauver les ours. Il donne des conférences dans les écoles pour sensibiliser les écoliers aux ours. De plus, il a persuadé 700 enfants de rédiger une lettre pour demander au gouvernement de la Colombie-Britannique d'interdire aux entreprises forestières l'accès à l'habitat de cet ours. En 1996, le gouvernement a reçu plus de lettres au sujet de la préservation de l'ours Kermode que tout autre question de préservation. Simon a également créé la Spirit Bear Youth Coalition (coalition de jeunes pour l'ours Esprit). « Beaucoup de personnes me demandent pourquoi je me bats pour la survie de l'ours Esprit plutôt que pour une autre espèce animale en voie d'extinction, comme le panda ou l'éléphant » explique Simon. « Pour moi, l'ours Esprit est aussi unique que l'est le panda pour la Chine, car l'ours Esprit vit uniquement dans ma province. J'ai pensé que cet ours mérite notre admiration et notre respect, et surtout que nous le protégeons. Je savais qu'il fallait que j'aide. » Simon travaille avec la naturaliste Jane Goodall, le scientifique David Suzuki, le chef Leonard George et l'artiste Robert Bateman. Tous ces intervenants essaient de sauver les derniers des quelque 100 ours Kermode qui vivent dans la région de Terrace, en Colombie-Britannique, et sur la Princess Royal Island. À ce jour, des dizaines de milliers de personnes, de partout dans le monde, leur ont apporté leur soutien pour protéger 135 000 hectares contre l'exploitation forestière. Simon espère que la Spirit Bear Youth Coalition sera en mesure de protéger les 125 000 hectares restants pour les ours Kermode. « C'est une répercussion en cascade. Si j'arrive à persuader une personne, celle-ci pourra en persuader d'autres » dit-il. « C'est de cette façon que l'on remporte des causes. » Le magazine Time a nommé Simon Héro de la Planète dans son numéro de printemps 2000. Il faisait partie d'un groupe de six jeunes sélectionnés aux quatre coins du monde.

CRAIG KIELBURGER

Craig Kielburger, né le 17 décembre 1982 à Thornhill en Ontario, défenseur accompli des droits des enfants, est également spécialiste en leadership; il est reconnu pour ses talents d'orateur et ses livres ont remporté plusieurs prix. Il est le fondateur d'Enfants Entraide, le plus important réseau mondial d'enfants qui s'entraident par l'éducation, et il est aussi cofondateur de Leaders Today, le principal organisme mondial de formation en leadership chez les jeunes. Lorsque Craig avait 12 ans, il fut choqué d'apprendre le meurtre d'un enfant ouvrier devenu défenseur des droits des enfants. Résolu à agir, il créa alors Enfants Entraide, dans le but déterminé de libérer les enfants de la pauvreté, de l'exploitation et de l'impuissance. Cet organisme, qui rassemblait à l'origine un petit groupe de camarades de classe, a rapidement évolué pour devenir un phénomène international. Sous la direction de Craig, Enfants Entraide a maintenant changé la vie de plus d'un million de jeunes dans le monde entier. L'organisme a bâti plus de 450 écoles primaires, qui assurent une éducation quotidienne à plus de 40 000 enfants. Les nombreuses réalisations d'Enfants Entraide dans le domaine de l'éducation, des revenus de remplacement, des soins de santé, du traitement et de l'assainissement de l'eau, et de la consolidation de la paix lui ont valu trois nominations pour le prix Nobel de la paix, et lui ont permis d'établir des partenariats importants avec des organismes tels que les Nations Unies et l'Oprah's Angel Network. Convaincu de l'importance du développement du leadership pour émanciper les jeunes, Craig a cofondé Leaders Today en 1999. Leaders Today motive les jeunes en leur donnant une formation en leadership et en leur fournissant les outils nécessaires pour créer un changement social positif. L'organisme offre une formation locale et internationale unique en son genre, et atteint chaque année plus de 350 000 jeunes. Craig a parcouru plus de 50 pays où il a rencontré des enfants défavorisés et s'est prononcé pour défendre leurs droits. Orateur renommé sur le plan international, Craig rencontre fréquemment des groupes du milieu des affaires, des organismes gouvernementaux, des éducateurs, des syndicats et des groupes d'étudiants. Au cours de ses conférences, il a partagé l'estrade un certain nombre de fois avec l'ancien président américain Bill Clinton, de même qu'avec des chefs de renommée mondiale comme Nelson Mandela, la reine Noor, l'archevêque Desmond Tutu et le Dalai Lama, pour n'en citer que quelques-uns. Craig a démontré au monde entier que l'on n'est jamais trop jeune pour changer les choses. Son travail a été présenté à la télévision par Oprah, CNN et 60 Minutes, ainsi que par les magazines The Economist, TIME, People Magazine et de nombreux journaux.

LES GREENKIDS

GreenKids a été créé pendant l'année scolaire 1990-1991 par des élèves de sixième année de la Lafayette Regional School, située à Franconia, au New Hampshire. Le projet a démarré dans le cadre d'un sujet intégré, intitulé Compétences essentielles, A.P.P.R (Apprendre par des problèmes réels). Les élèves étaient au courant de l'absence de projets environnementaux dirigés par des enfants en Nouvelle-Angleterre et ils voulaient atténuer le problème de l'environnement. Le premier groupe d'élèves, la première génération de GreenKids, a réfléchi à la question et a dressé une liste d'objectifs qu'ils espéraient réaliser pendant l'année scolaire. Parmi les objectifs établis par le groupe, il y avait la rédaction d'un livre, Book of Issues, For Kids by Kids, de le faire publier, de publier un bulletin trimestriel afin de promouvoir le recyclage et les comportements environnementaux responsables dans la région et, finalement, montrer que les adultes écouteront l'avis des enfants s'ils le présentent de façon intelligente. Ces objectifs nobles pourraient sembler impossibles pour un groupe de jeunes âgés de 11 et 12 ans, mais en travaillant d'arrache-pied et en renforçant leur autonomie ils ont atteint tous leurs objectifs, sauf celui de faire publier leur livre. La première génération de GreenKids a réussi à publier un bulletin trimestriel et certains articles ont été publiés dans le bulletin trimestriel de la New Hampshire Wildlife Federation. Ils ont fait des recherches sur le sujet, ont édité le livre, l'ont saisi dans un traitement de texte et ont créé un groupe d'abonnés, ce qui les a aidés à payer pour le matériel. Le livre parlait de problèmes environnementaux qui étaient importants à leurs yeux. Ils ont adopté la même marche à suivre pour publier le livre que pour créer le bulletin. Leur travail était de grande qualité. GreenKids a également eu la possibilité de rendre visite à d'autres écoles pour parler de leurs expériences et les aider à créer leurs propres groupes de défenseurs de l'environnement. Ils ont écrit des lettres aux personnes au pouvoir, pour les inciter à augmenter le recyclage. L'année scolaire tirait à sa fin, mais le livre terminé et illustré n'avait pas encore été publié. La deuxième génération de GreenKids a décidé que ces objectifs seraient ceux qu'elle se fixe pour l'année : continuer à publier le bulletin; instaurer le recyclage à l'école; acheter des arbres pour tous les élèves

de la maternelle jusqu'en cinquième année; faire la promotion des grands-ménages dans la communauté et collecter des fonds pour publier le livre.

KIDS FOR A CLEAN ENVIRONMENT

En 1989, Melissa Poe, une élève de quatrième année de Nashville, au Tennessee, a créé un club sur l'environnement destiné aux enfants, qu'elle a appelé Kids For A Clean Environment ou Kids F.A.C.E. En trois ans, le club s'est transformé : de six membres de l'école primaire, il est devenu une organisation internationale positive et proactive pour les jeunes, comptant plus de 200 000 membres. Melissa Poe publiait également des articles dans le bulletin qu'elle avait créé pour le club, qui était distribué à plus de 2 millions d'exemplaires à l'échelle mondiale. Au mois d'août 1989, Melissa a lancé une campagne permanente visant à encourager les enfants et les adultes à s'engager dans la protection de nos ressources naturelles. Kids F.A.C.E. a pris son envol lorsque Melissa a écrit une lettre au président des États-Unis. Insatisfaite avec la réponse du président, elle a décidé d'aller de l'avant. En janvier 1990, elle a participé au Today Show de la NBC, après avoir écrit une lettre pour demander à y participer. En avril 1990, 250 tableaux d'affichage ont été installés à l'échelle nationale, sur lesquels était publiée sa lettre au président. Elle a également commencé à donner des conférences, pour encourager les personnes à s'engager, et elle a créé des sections régionales de Kids F.A.C.E. En mai 1990, elle a écrit à Wal-Mart pour obtenir de l'aide pour son club et en novembre 1990 elle a créé le bulletin de son club, intitulé Kids F.A.C.E. Illustrated. En octobre 1991, elle a rédigé l'ébauche des concepts de la Children's Forest (Forêt des enfants) avec une autre organisation, a préparé et fait circuler des pétitions. En septembre 1992, elle a lancé le projet Kids F.A.C.E. Save-A-Tree, conjointement avec des programmes de plantation d'arbres. En janvier 1993, elle a créé le dessin du drapeau international de la Terre, composé d'enfants, et a lancé la campagne pour inciter les enfants à aider à la création du drapeau. Kids For A Clean Environment est une organisation internationale d'enfants luttant pour la protection de l'environnement et qui a pour objectif : de financer des programmes éducatifs dans les communautés afin d'inciter les enfants à s'engager dans les causes environnementales; de présenter de l'information aux enfants concernant l'environnement et les effets néfastes de la pollution et des déchets sur l'environnement; et de financer les organisations membres ayant pour objectif de renforcer la sensibilisation aux dangers auxquels l'environnement est exposé et aux façons de les atténuer.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Que pensent les cadets au sujet de la ou des personnes présentées dans les exposés?
- Q2. Selon les cadets, ces dirigeants ont-ils utilisé les principes de leadership discutés au PE1?
- Q3. Comment ont-ils utilisé ces principes?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les réponses sont variables.
- R2. Les réponses sont variables.
- R3. Les réponses sont variables.

Point d'enseignement 3**Discuter d'un pair chef qui a eu une influence positive sur l'environnement ou la communauté**

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.

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

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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. Décrire quelles mesures pourraient avoir une influence positive dans la communauté.
- Q2. Décrire une situation dans laquelle des pairs ont utilisé leur influence pour aider l'environnement ou leur communauté.

- Q3. Décrire une situation dans laquelle le cadet a utilisé son influence pour aider l'environnement ou sa communauté.
- Q4. Compte tenu de l'âge du cadet, décrire quelles mesures il pourrait prendre pour avoir une influence positive dans sa communauté.



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 DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la discussion de groupe du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Tout au long du programme, les cadets auront de nombreuses occasions d'exercer un leadership. Afin d'améliorer leurs compétences en leadership, les cadets peuvent intégrer les principes de leadership dans leur style de leadership. Grâce aux situations discutées, les cadets apprennent qu'ils ne sont jamais trop jeunes pour utiliser leur influence de façon positive.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

On encourage les instructeurs à faire des recherches pour trouver des articles récents concernant des jeunes de leur région qui ont eu une influence positive sur l'environnement ou sur leur communauté, afin de les présenter en classe.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-112 (ISBN 0-8407-6744-7) Maxwell, J.C. (1993). *Developing the Leader Within You*. Nashville, Tennessee, Thomas Nelson Inc. Publishers.

C0-113 (ISBN 1-882664-12-4) Karnes, F.A. et Bean, S.M. (1995). *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*. Waco, Texas, Prufrock Press.

C0-131 Enfants Entraide. (2007). *Biographie de Craig Kielburger*. Consultée le 30 octobre 2007 à l'adresse <http://www.enfantsentraide.org/apropos/craigmarc/craigkielburger.htm>.

C0-132 Kidz World. (2007). *Teen Protects White Bear*. Consultée le 13 mars 2007 à l'adresse <http://www.kidzworld.com/article/1065-simon-jackson-interview> (en anglais seulement).



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M203.03 – DISCUTER DE LA COMMUNICATION EFFICACE ENTRE PAIRS

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-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 d'initier les cadets à une communication efficace entre pairs, stimuler leur intérêt et présenter la matière de base.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de discuter de la communication efficace entre pairs.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets étudient la communication efficace entre pairs, afin de continuer à améliorer leurs compétences en leadership. La communication efficace entre pairs peut permettre aux cadets d'améliorer leurs compétences en leadership, car la communication est le moyen fondamental utilisé pour influencer les autres. La communication efficace peut servir à résoudre des problèmes et des conflits, ou à en réduire le nombre. En étudiant les avantages associés à la communication efficace entre pairs, les cadets peuvent renforcer leur confiance et leur estime de soi.

Point d'enseignement 1**Discuter de l'importance fondamentale de la communication pour influencer les autres**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

La communication efficace est une compétence essentielle que doivent posséder les chefs dans un environnement de pairs. La communication, c'est l'échange d'idées, de message et d'information. La communication efficace, c'est le partage de connaissances, des intérêts, des attitudes, des opinions, des sentiments et des idées avec d'autres. Par la communication, une personne peut influencer les autres. La communication efficace peut servir à résoudre des problèmes et des conflits, ou à en réduire le nombre.

LA COMMUNICATION EST UNE COMPÉTENCE

Comme toutes les autres compétences, la communication efficace s'apprend et se perfectionne pendant toute une vie. Les compétences en communication permettent de véhiculer des idées d'une personne à une autre ou à un groupe, et vice versa. La communication comprend des messages verbaux et non verbaux.

COMMUNICATION NON VERBALE

En communication non verbale, on utilise de nombreuses voies de communication pour envoyer et recevoir de l'information. L'information est perçue par tous nos sens (le goût, la vue, l'odorat, le toucher et l'ouïe). Voici une liste sommaire des caractéristiques associées à la communication non verbale.

Le contact visuel. Regarder directement dans les yeux de l'interlocuteur est un moyen efficace de lui témoigner notre sincérité et d'attirer son attention.

Posture. Le poids du message communiqué est renforcé si l'on fait face à l'interlocuteur, si l'on se tient ou si l'on est assis à proximité de lui et si l'on se penche légèrement vers l'avant. Utiliser la bonne posture pour écouter l'interlocuteur est également un moyen efficace de témoigner son intérêt pour la conversation.

Gestes. Un message auquel sont associés des gestes a plus d'impact.

Expressions faciales. S'assurer que les expressions faciales correspondent au message communiqué dans l'énoncé.

Ton de voix, changements de volume. Les cris incitent les interlocuteurs à se mettre sur la défensive tandis que le chuchotement les incite à ne pas retenir le message. S'assurer que le volume de la voix est adapté à l'environnement et que les énoncés sont convaincants sans être intimidants.

Être capable de lire les réponses non verbales associées à la communication peut aider les cadets à comprendre comment ils sont perçus dans leur rôle de chef dans un environnement de pairs.

ENVOYER, RECEVOIR ET RÉPONDRE À UN MESSAGE

La communication s'appuie sur trois actions : envoyer, recevoir et répondre à un message.

L'expéditeur doit envoyer un message clair et tenir compte des caractéristiques du destinataire du message. S'agit-il d'un enfant ou d'un adulte? Y a-t-il une personne ou y en a-t-il 20? Ce sont ce type de facteurs qui déterminent comment il faut envoyer le message.

Ensuite, il y a le destinataire du message. Il est important de se rappeler que les destinataires interprètent le contenu du message à l'aide de leurs propres définitions, lesquelles pourraient être considérablement différentes de celles de l'expéditeur.

La dernière action associée à la communication est la réponse. En répondant, le destinataire indique à l'expéditeur qu'il a reçu le message. Pour que la communication soit efficace, les trois actions sont nécessaires.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi les compétences en communication sont-elles une composante essentielle du leadership?
- Q2. Dresser une liste sommaire des caractéristiques associées à la communication non verbale.
- Q3. La communication s'appuie sur trois actions, lesquelles?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. 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 vice versa.
- R2. Voici une liste sommaire des caractéristiques associées à la communication non verbale.
- le contact visuel;
 - la posture;
 - les gestes;
 - les expressions faciales; et
 - le ton de voix, les changements de volume.
- R3. La communication s'appuie sur trois actions : envoyer et recevoir un message et y répondre.

Point d'enseignement 2

Expliquer les trois styles de communication

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

TROIS STYLES DE COMMUNICATION

La communication agressive. Le communicateur agressif fait passer ses propres désirs et besoins avant ceux des autres et ignore ou minimise souvent les préoccupations des autres.

Souvent, les communicateurs agressifs :

- coupent la parole aux autres et les interrompent;
- font des remarques sarcastiques, humiliantes ou menaçantes;
- tiennent compte uniquement de leur propre point de vue; ou
- se tiennent trop près, se penchent sur vous ou utilisent un autre moyen pour vous faire sentir mal à l'aise.

La communication agressive se traduit habituellement par l'hostilité, la colère ou le ressentiment.

La communication passive. Le communicateur passif fait passer les désirs et les besoins des autres personnes avant les siens et nie souvent leurs propres désirs ou besoins.

Souvent, les communicateurs passifs :

- ne communiquent pas leurs désirs ou besoins;
- laissent les autres prendre des décisions à leur place;

- évitent les conflits et les désaccords à tout prix; et
- donnent des indices au lieu de demander directement que quelque chose soit fait.

La communication passive se traduit habituellement par du ressentiment et nuit aux relations.

La communication affirmative. Les communicateurs affirmatifs utilisent des compétences fondées sur le respect mutuel. Ils ont la capacité de dire leur opinion et d'entendre celle des autres. Ils cherchent à obtenir des résultats qui satisfont toutes les parties.

Souvent, les communicateurs affirmatifs :

- sont ouverts et honnêtes à l'égard de ce qu'ils pensent et ressentent;
- présentent des demandes directes s'ils veulent que quelque chose soit fait, et laissent le choix de dire « non »;
- se respectent et témoignent du respect aux autres; et
- sont capables d'être en désaccord sans susciter du ressentiment.

La communication affirmative se traduit habituellement par une communication claire et ouverte.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Nommer les trois styles de communication.
- Q2. Quelles sont, entre autres, les caractéristiques associées aux communicateurs affirmatifs?
- Q3. Par quoi se traduit habituellement la communication affirmative?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les trois styles de communication sont la communication agressive, la communication passive et la communication affirmative.
- R2. Souvent, les communicateurs affirmatifs :
- sont ouverts et honnêtes à l'égard de ce qu'ils pensent et ressentent;
 - présentent des demandes directes s'ils veulent que quelque chose soit faite, et laissent le choix de dire « non »;
 - se respectent et témoignent du respect aux autres; et
 - sont capables d'être en désaccord sans susciter du ressentiment.
- R3. La communication affirmative se traduit habituellement par une communication claire et ouverte.

Point d'enseignement 3

Discuter de la communication affirmative

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

Les communicateurs affirmatifs utilisent plusieurs compétences essentielles en communication. Ils posent des questions pour obtenir de l'information et vérifient qu'ils ont bien compris. Les communicateurs affirmatifs disent ce qu'ils pensent de façon directe et courtoise, sans communiquer de message subliminal.

LA COMMUNICATION FONDÉE SUR LE « JE »

L'une des compétences essentielles utilisée par le communicateur affirmatif est la communication fondée sur le « je ». Les communicateurs affirmatifs parlent à la première personne du singulier. Ils utilisent des phrases qui débutent par « je » : « J'aimerais », « J'apprécierais », « Je pense » et « Selon moi, », entre autres. Ils s'approprient leurs messages et parlent en leur nom. Dans leurs suggestions, ils évitent de donner des conseils ou des ordres, et n'utilisent pas le conditionnel. Leurs commentaires sont constructifs et ne véhiculent aucun blâme.

Dans la communication non verbale, les communicateurs affirmatifs :

- établissent un contact visuel approprié;
- sont assis ou se tiennent droits, à leur aise;
- utilisent des gestes ouverts pour appuyer leurs commentaires;
- utilisent un ton de voix clair, stable et ferme; et
- utilisent des expressions faciales ouvertes, immuables et détendues qui reflètent leurs pensées.

COMPÉTENCES EN ÉCOUTE ACTIVE

Les communicateurs affirmatifs utilisent également des compétences en écoute active, notamment :

- paraphraser les propos de l'interlocuteur, pour comprendre ce que l'interlocuteur veut dire;
- ne pas parler de soi;
- laisser l'interlocuteur prendre la direction de la conversation en l'encourageant à se recentrer sur la question soulevée s'il dévie;
- se concentrer totalement sur ce que l'interlocuteur dit;
- demander des clarifications au besoin;
- tenir compte des sentiments de l'interlocuteur; et
- accepter les silences.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Donner trois exemples de phrases débutant par « je ».
- Q2. Donner des exemples de communication non verbale utilisée par des communicateurs affirmatifs.
- Q3. Donner des exemples de compétences en écoute active.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. « J'aimerais... », « J'apprécierais... », « Je pense... » et « Selon moi,... », etc.
- R2. Dans la communication non verbale, les communicateurs affirmatifs :
- établissent un contact visuel approprié;
 - sont assis ou se tiennent droits, à leur aise;

- utilisent des gestes ouverts pour appuyer leurs commentaires;
- utilisent un ton de voix clair, stable et ferme;
- utilisent des expressions faciales ouvertes, immuables et détendues qui reflètent leurs pensées.

R3. Exemples d'écoute active :

- paraphraser les propos de l'interlocuteur, pour comprendre ce que l'interlocuteur veut dire;
- ne pas parler de soi;
- laisser l'interlocuteur prendre la direction de la conversation en l'encourageant à se recentrer sur la question soulevée s'il dévie;
- se concentrer totalement sur ce que l'interlocuteur dit;
- demander des clarifications au besoin;
- tenir compte des sentiments de l'interlocuteur; et
- accepter les silences.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. La communication s'appuie sur trois actions, lesquelles?
- Q2. Quelles sont, entre autres, les caractéristiques associées aux communicateurs affirmatifs?
- Q3. Pourquoi les communicateurs affirmatifs parlent-ils à la première personne du singulier?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La communication s'appuie sur trois actions : envoyer et recevoir un message et y répondre.
- R2. Souvent, les communicateurs affirmatifs :
- sont ouverts et honnêtes à l'égard de ce qu'ils pensent et ressentent;
 - présentent des demandes directes s'ils veulent que quelque chose soit fait, et laissent le choix de dire « non »;
 - se respectent et témoignent du respect aux autres; et
 - sont capables d'être en désaccord sans susciter du ressentiment.
- R3. Les communicateurs affirmatifs parlent à la première personne du singulier parce qu'ils s'approprient leurs messages et parlent en leur nom.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La communication efficace est une compétence essentielle que doivent posséder les chefs. La communication efficace entre pairs peut permettre aux cadets d'améliorer leurs compétences en leadership, car la communication est le moyen fondamental utilisé pour influencer les autres. Grâce à leur influence, dans un environnement de pairs, les cadets peuvent résoudre des problèmes et des conflits, ou en réduire le nombre, et renforcer leur confiance et estime de soi.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-022 (ISBN 0-02864-207-4) Cole, K. (2002). *The Complete Idiots Guide to Clear Communications*. Indianapolis, IN, Pearson Education, Inc.

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

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

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM M203.04 – DÉMONTRER LA DYNAMIQUE DE GROUPE POSITIVE

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-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

La discussion de groupe a été choisie pour le PE1, 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 dynamique de groupe positive.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE2 pour initier les cadets à la dynamique de groupe positive, stimuler leur intérêt et présenter la matière de base.

Une activité en classe a été choisie pour le PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

Pour cette leçon, la révision s'effectuera au moyen de l'OCOM M103.03 (Participer à des activités de promotion du travail d'équipe).

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qui caractérise une équipe qui réussit bien?
- Q2. Quels sont les avantages d'un travail d'équipe efficace?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Une équipe qui réussit bien se caractérise par :

- la communication claire;
- une coopération et un soutien mutuels;
- le partage d'un but commun; et
- la consolidation de l'esprit de corps.

R2. Les avantages d'un travail d'équipe efficace sont :

- la participation de tous assure un meilleur résultat;
- les tâches sont plus faciles à accomplir lorsque plusieurs personnes collaborent; et
- le perfectionnement des compétences en communication.



Dresser la liste des caractéristiques d'une équipe qui réussit bien et celle des avantages associés au travail d'équipe efficace sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être en mesure de démontrer la dynamique de groupe positive.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent les principes de la dynamique de groupe positive, afin qu'ils puissent améliorer leurs compétences en leadership. En étudiant les avantages associés à un comportement coopératif et encourageant à l'égard des autres membres de l'équipe, dans un environnement de pairs, les cadets peuvent renforcer leur confiance et leur estime de soi.

Point d'enseignement 1

Discuter de la dynamique de groupe positive

Durée : 10 min

Méthode : Discussion de groupe

CONNAISSANCES PRÉALABLES



L'objectif d'une discussion de groupe est de dresser la liste des étapes d'une analyse logique avec le groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

Selon le livre intitulé « Youth Leadership », au fur et à mesure que les personnes commencent à travailler en groupes, ils découvrent les caractéristiques associées au développement du groupe; ils apprennent que le développement de tous les groupes est prévisible. Les renseignements sur le développement et la dynamique de groupe réfutent les mythes au sujet de ceux-ci. L'un des mythes auquel bon nombre de cadets croient est que « personne ne se sent comme moi ». Les sentiments d'isolation et de détachement sont répandus chez les personnes qui se joignent à un nouveau groupe. À mesure que les cadets en apprennent davantage sur les

tâches nécessaires à l'évolution des groupes, ils découvrent qu'il ne suffit pas de réunir des personnes pour former un groupe qui fonctionne.

Les cadets apprennent pourquoi les personnes se sont jointes au groupe. À travers des activités, les cadets partagent leurs sentiments et les raisons qui les ont poussés à se joindre au groupe. Au fur et à mesure que les cadets découvrent comment les groupes fonctionnent et quelles sont les forces qui existent dans celui-ci, ils commencent à comprendre à quel point ils sont intégrés à leur propre groupe.

Pour qu'un groupe ou une équipe de pairs fonctionne au mieux, chaque membre de l'équipe devrait afficher une dynamique de groupe positive. À cette fin, les membres devraient :

- contribuer aux objectifs du groupe;
- témoigner leur confiance à l'égard du groupe;
- créer un environnement sécuritaire pour inciter les autres à partager leurs opinions;
- suivre le chef;
- finir les tâches;
- afficher un esprit de corps; et
- apprécier les autres membres du groupe.

DISCUSSION DE GROUPE

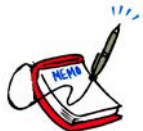


CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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 caractéristiques un cadet doit-il afficher dans l'équipe, pour aider l'équipe à réussir?



Demander aux cadets de réfléchir et de dresser une liste de caractéristiques qui stimulent la dynamique de groupe positive. Copier la liste sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent.

- Q2. Est-ce que certaines caractéristiques contribuent davantage au succès de l'équipe que d'autres? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Q3. Outre dans les cadets, dans quel autre domaine ces caractéristiques seraient-elles bénéfiques à un environnement de pairs?



Les caractéristiques citées par les cadets pourraient ne pas correspondre à celles des connaissances générales. Corriger les cadets pendant la discussion si les caractéristiques suggérées ne correspondent pas aux critères de la dynamique de groupe positive.



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 ce PE.

Point d'enseignement 2

Expliquer comment afficher une dynamique de groupe positive

Durée : 25 min

Méthode : Exposé interactif

Dans un environnement de pairs, chaque cadet devrait afficher une dynamique de groupe positive.



Après avoir expliqué les points ci-après, demander aux cadets de donner des exemples de situations dans lesquelles ils ont observé ces caractéristiques.

Pour afficher une dynamique de groupe positive, les cadets doivent :

- Contribuer aux discussions de groupe en formulant des commentaires. Cela signifie qu'ils contribuent à toutes les discussions. Même si le cadet n'a aucune idée nouvelle ou originale à proposer, il peut être

d'accord ou en désaccord avec les suggestions d'un autre membre. Poser des questions. Offrir de l'aide et se proposer pour accepter d'autres tâches.

- Être motivés. Être enthousiastes et faire le plus d'efforts possible chaque fois qu'ils travaillent en équipe.
- Participer à l'établissement des objectifs de l'équipe. Les cadets devront travailler pour atteindre les objectifs de l'équipe; par conséquent, ils devraient avoir leur mot à dire au moment de les établir. S'assurer que les objectifs du groupe respectent la philosophie des Organisations de cadets.
- Essayer de nouvelles choses. Ne pas avoir peur de prendre des risques. Essayer de nouvelles choses est synonyme de courage et le courage est une qualité de leadership. Se rappeler le principe de la tortue : elle est en sécurité lorsqu'elle reste dans sa carapace, mais pour avancer elle doit sortir sa tête et ses pattes.
- Être sensible à d'autres points de vue. Écouter les opinions des autres membres de l'équipe. Ne pas avoir peur d'exprimer son point de vue même s'il diffère ou est opposé à celui de toutes les autres personnes. Respecter les membres de l'équipe qui sont en désaccord. Accepter de faire des compromis pour parvenir à un consensus.
- Connaître les forces et les faiblesses des membres de l'équipe. Si les membres connaissent les talents et les limites des membres de l'équipe, l'équipe peut utiliser tous ses membres à son avantage. Connaître les habitudes de tous les membres de l'équipe pourrait faciliter la collaboration.
- Augmenter la confiance en soi à l'aide du dialogue interne. Se concentrer sur ses caractéristiques positives se traduit par une augmentation de la confiance en soi. Pour se sentir mieux, il faut se concentrer sur les réussites et se complimenter pour ces réussites. Ce n'est pas toujours facile.
- Coopérer. Être poli, être un joueur d'équipe et appuyer les membres de l'équipe. Les aider en répartissant le travail équitablement et en partageant l'information, sans faire de compétition.
- Résoudre les conflits aussi rapidement que possible, au niveau le plus bas et le plus pertinent possible. Tel que mentionné dans le Programme de prévention du harcèlement et de l'abus des cadets (PHAC), si les membres de l'équipe sont en conflit, il faut trouver une solution. Ne pas laisser couvrir les problèmes et ne pas garder de rancune. Une fois que les conflits sont réglés, passer à autre chose.
- Fêter les succès. Lorsque l'équipe termine une tâche ou atteint un objectif, partager la joie qui en résulte. Organiser une brève réunion d'équipe et complimenter tous les membres d'équipe pour un travail bien fait. Faire l'éloge des membres de l'équipe devant l'assemblée. Témoigner de son appréciation à l'égard des membres de l'équipe qui ont été particulièrement utiles. Tout le monde aime se faire féliciter. Cela pourrait renforcer les sentiments d'enthousiasme et de confiance en soi des membres de l'équipe.



Comparer la liste des caractéristiques élaborée pendant la discussion de groupe avec celles du PE2.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Comment les cadets peuvent-ils contribuer aux discussions de groupe?
- Q2. Pourquoi les cadets ne devraient-ils pas avoir peur d'essayer de nouvelles choses dans un environnement d'équipe?
- Q3. Pourquoi faut-il fêter les succès?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les cadets peuvent contribuer aux discussions de groupe en formulant des commentaires. Cela signifie qu'ils contribuent à toutes les discussions.
- R2. Essayer de nouvelles choses est synonyme de courage et le courage est une qualité de leadership.
- R3. Il faut fêter les succès car toutes les personnes aiment être félicitées. Cela pourrait renforcer les sentiments d'enthousiasme et de confiance en soi des membres de l'équipe.

Point d'enseignement 3

Démontrer la dynamique de groupe positive

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe



Il est très difficile de trouver une activité qui englobe tous les aspects de la dynamique de groupe positive. L'activité ci-après a été choisie pour donner l'occasion aux cadets d'être sensibles à d'autres points de vue, d'écouter sans interrompre, d'apprendre les forces et les faiblesses des membres de leur équipe et d'augmenter leur confiance en soi par le dialogue interne positif.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de démontrer la dynamique de groupe positive dans un environnement de pairs, afin de renforcer la confiance et le soutien mutuels.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ



Rappeler aux cadets que la capacité de communiquer ouvertement avec les membres de l'équipe est la base qui permet de renforcer la confiance.

1. Demander aux cadets de trouver un partenaire, de préférence quelqu'un qu'ils ne connaissent pas bien ou quelqu'un qu'ils aimeraient apprendre à connaître davantage.
2. Demander aux paires de cadets de s'asseoir l'un en face de l'autre.
3. Demander aux cadets de décider qui commence. Demander aux cadets de se regarder dans les yeux et de se mettre à l'aise. Les cadets doivent adopter une posture détendue (ne pas croiser les bras ou les jambes et ne pas être affalé). Les cadets doivent raconter à leurs partenaires « Ce que j'aime à mon sujet ». Les cadets doivent parler pendant deux minutes.
4. Le partenaire passif n'a pas le droit de dire un mot, mais par son langage corporel (acquiescer avec la tête, se pencher vers l'avant, sourire, etc.), doit exprimer un vif intérêt pour ce qu'il dit.
5. À la fin des deux minutes, demander aux cadets d'inverser les rôles et de répéter l'exercice de narration et d'écoute.
6. Demander aux cadets de reprendre leur position originale. Demander aux cadets de se regarder dans les yeux et de se mettre à l'aise. Les cadets doivent adopter une posture détendue (ne pas croiser les bras ou les jambes et ne pas être affalé). Demander aux cadets de parler de « Ce que je n'aime pas à mon sujet ». Les cadets doivent parler pendant une minute.
7. Le partenaire passif n'a pas le droit de dire un mot, mais par son langage corporel (acquiescer avec la tête, se pencher vers l'avant, sourire, etc.), doit exprimer un vif intérêt pour ce qu'il dit.
8. À la fin de la minute, demander aux cadets d'inverser les rôles et de répéter l'exercice de narration et d'écoute.
9. Une fois que tout le monde a fini de parler et d'écouter, faire une courte rétroaction avec les cadets, et poser les questions ci-après.
 - Était-ce difficile de rester passif, silencieux et intéressé?
 - Était-ce plus facile d'écouter un autre cadet parler de ses forces ou de ses faiblesses? Pourquoi?
 - Était-ce plus facile de parler de ses propres forces ou faiblesses? Pourquoi?
 - Est-ce qu'il a été plus facile de faire des remarques parce que l'interlocuteur a montré son intérêt par son langage corporel? Pourquoi?

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.



S'assurer que les cadets comprennent que cette activité a été choisie pour leur donner l'occasion de démontrer la dynamique de groupe positive, en étant sensible aux points de vue des autres, en écoutant sans interrompre, en apprenant les forces et les faiblesses des autres membres de l'équipe et en renforçant la confiance en soi par le dialogue interne positif.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Il est important de démontrer la dynamique de groupe positive en étant un membre d'équipe coopératif et encourageant dans un environnement de pairs. En participant à part entière aux activités de l'équipe, les cadets peuvent avoir plus de plaisir à accomplir leurs tâches et peuvent mieux contribuer au succès de leur équipe. Cette participation active peut aider le cadet à renforcer sa confiance et son estime de soi et à améliorer ses compétences de base en leadership.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

L'instructeur doit présenter un environnement d'apprentissage et de travail de groupe sécuritaire, dans lequel les cadets afficheront et démontreront la dynamique de groupe positive.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-028 (ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J. et Scannell, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. É.-U., McGraw-Hill Companies.

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

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



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 5

OCOM M203.05 – DISCUTER DES COMPORTEMENTS INFLUENTS

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-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 six copies des documents de cours des annexes A, B et C pour les activités des PE1 à PE3.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour les PE1 à PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE4, 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 comportements influents.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de discuter des comportements influents.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets reconnaissent l'influence qu'ils ont dans un environnement de pairs. Apprendre les comportements influents pourrait leur permettre d'adopter le comportement influent adapté à la situation, afin de réussir à accomplir les tâches dans un environnement de pairs.

Point d'enseignement 1**Faire un jeu de rôle pour démontrer le comportement directif**

Durée : 5 min

Méthode : Activité en classe



Dans les premières études sur le leadership on faisait référence aux comportements influents en tant que styles ou approches de leadership. Les trois comportements influents ci-après ont été choisis parmi une gamme de huit comportements influents.

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de faire un jeu de rôle aux cadets pour démontrer le comportement directif et en reconnaître l'utilisation.

RESSOURCES

Le jeu de rôle de l'annexe A.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se porter volontaires pour jouer le jeu de rôle.
2. Distribuer les textes aux cadets qui se sont portés volontaires.
3. Demander aux cadets de jouer le jeu de rôle.
4. Demander aux cadets de tenir une séance de remue-méninges et de dresser une liste des traits de caractère qu'ils ont remarqués chez le Cadet Purple dans le jeu de rôle.
5. Copier la liste sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent.
6. Demander aux cadets de remettre les textes.



Au terme du remue-méninges, conclure l'activité en résumant les caractéristiques du comportement directif avant de passer au prochain PE.

COMPORTEMENT DIRECTIF

D'ordinaire, la personne qui adopte un comportement directif dit aux membres de l'équipe ce qu'ils doivent faire, quand et comment le faire, et à quelle norme la tâche doit être accomplie. Le comportement directif peut s'exprimer par une simple demande, par un ordre officiel ou par quelque chose entre les deux. Le comportement directif est approprié pour communiquer et pour exécuter l'objectif venant d'un supérieur, pour attribuer ou coordonner des tâches, et lorsque des membres de l'équipe n'ont pas suffisamment d'informations ou d'expérience et ont besoin d'être guidés.

La plupart du temps, le comportement directif est utilisé dans des situations d'urgence dans lesquelles le temps, la sécurité et le contrôle du personnel sont des facteurs à prendre en considération. Un autre exemple est l'exercice militaire; il est habituellement exécuté en utilisant un comportement directif.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'implique le comportement directif?
- Q2. Dans quelle situation le comportement directif est-il approprié?
- Q3. Dans quelle situation le comportement directif est-il le plus souvent utilisé?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le comportement directif implique qu'on dit aux membres de l'équipe quoi faire, quand et comment le faire, ainsi que la norme qu'il faut respecter.
- R2. Le comportement directif est approprié pour communiquer et pour exécuter l'objectif venant d'un supérieur, pour attribuer ou coordonner des tâches, et lorsque des membres de l'équipe n'ont pas suffisamment d'informations ou d'expérience et ont besoin d'être guidé.
- R3. La plupart du temps, le comportement directif est utilisé dans des situations d'urgence, dans lesquelles le temps, la sécurité et le contrôle du personnel sont des facteurs à prendre en considération.

Point d'enseignement 2

Faire un jeu de rôle pour démontrer le comportement persuasif

Durée : 5 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de faire un jeu de rôle aux cadets pour démontrer le comportement persuasif et en reconnaître l'utilisation.

RESSOURCES

Le jeu de rôle de l'annexe B.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se porter volontaires pour jouer le jeu de rôle.
2. Distribuer les textes aux cadets qui se sont portés volontaires.
3. Demander aux cadets de jouer le jeu de rôle.

4. Demander aux cadets de réfléchir et de dresser une liste de traits de caractère qu'ils ont remarqués chez le cadet Purple.
5. Copier la liste sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent.
6. Demander aux cadets de remettre les textes.



Au terme du remue-méninges, conclure l'activité en résumant les caractéristiques du comportement persuasif avant de passer au prochain PE.

COMPORTEMENT PERSUASIF

En général, le comportement persuasif vise à influencer la prise de décision et la motivation. Pour y parvenir, il faut expliquer aux autres pourquoi il faut adopter un plan d'action donné, ou les en convaincre. Pour renforcer le comportement persuasif, on pourrait avoir recours aux arguments rationnels fondés sur les faits, et la logique, ou sur les appels inspirants qui motivent les autres. Ce comportement pourrait permettre aux membres de l'équipe de comprendre les avantages potentiels que leur offre le plan d'action et devrait les aider à s'engager à l'égard de la tâche. Le comportement persuasif est approprié pour obtenir l'accord ou l'engagement et lorsque des niveaux d'effort particulièrement élevés ou soutenus sont nécessaires pour accomplir une tâche.

Le comportement persuasif est utilisé dans bon nombre de situations, Il peut s'agir de résolution de problème, de counseling, d'enseignement, etc. Le comportement persuasif est efficace dans un environnement de pairs si tous les membres de l'équipe affichent une dynamique de groupe positive.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Dans quelle situation le comportement persuasif est-il utilisé?
- Q2. Quels sont les avantages potentiels du comportement persuasif?
- Q3. Nommer trois situations dans lesquelles le comportement persuasif pourrait être utilisé.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le comportement persuasif est utilisé pour influencer la prise de décision et motiver les autres.
- R2. Le comportement persuasif pourrait permettre aux membres de l'équipe de comprendre les avantages potentiels que leur offre le plan d'action et devrait les aider à s'engager à l'égard de la tâche.
- R3. Le comportement persuasif pourrait être utilisé pour la résolution des problèmes, la prestation de conseils et l'enseignement entre autres.

Point d'enseignement 3**Faire un jeu de rôle pour démontrer le comportement participatif**

Durée : 5 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de faire un jeu de rôle aux cadets pour démontrer le comportement participatif et en reconnaître l'utilisation.

RESSOURCES

Le jeu de rôle de l'annexe C.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se porter volontaires pour jouer le jeu de rôle.
2. Distribuer les textes aux cadets qui se sont portés volontaires.
3. Demander aux cadets de jouer le jeu de rôle.
4. Demander aux cadets de réfléchir et de dresser une liste de traits de caractère qu'ils ont remarqués chez le cadet Purple.
5. Copier la liste sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent.
6. Demander aux cadets de remettre les textes.



Au terme du remue-méninges, conclure l'activité en résumant les caractéristiques du comportement participatif avant de passer au prochain PE.

COMPORTEMENT PARTICIPATIF

D'ordinaire, le comportement participatif implique le partage de la prise de décisions avec d'autres. L'objectif principal est d'améliorer la qualité ou l'acceptation des décisions. Les comportements participatifs s'appuient sur deux méthodes de base - consultations individuelles ou de groupe et prise de décision commune. Il est essentiel d'obtenir des conseils, des opinions et des recommandations d'autres personnes avant de partager la prise de décisions. Parfois les membres d'équipe possèdent des renseignements ou l'expertise essentielle et ces connaissances pourraient faire la différence entre la réussite et l'échec de la tâche. L'utilisation du comportement participatif dépend du temps disponible pour faire participer les autres. Les membres de l'équipe s'attendent à être consultés et à avoir leur mot à dire à l'égard des décisions qui les touchent.

Dans bon nombre de situations on a recours au comportement participatif, notamment la résolution de problème, la participation à des activités de promotion du travail d'équipe et la résolution de conflits dans un environnement de pairs. D'ordinaire le comportement participatif est efficace dans un environnement de pairs, parce que tous les membres de l'équipe ont un rôle à jouer dans la prise de décisions.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Qu'implique le comportement participatif?
- Q2. Quelles sont les deux méthodes de base pour utiliser des comportements participatifs?
- Q3. Nommer trois situations dans lesquelles le comportement participatif pourrait être utilisé.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le comportement participatif implique le partage de la prise de décisions avec d'autres.
- R2. Les comportements participatifs s'appuient sur deux méthodes de base – consultations individuelles ou de groupe et prise de décision commune.
- R3. Le comportement participatif pourrait être utilisé pour résoudre des problèmes, participer à des activités de promotion du travail d'équipe et résoudre des conflits dans un environnement de pairs, entre autres.

Point d'enseignement 4

Discuter des situations dans lesquelles les cadets pourraient utiliser les divers comportements influents dans un environnement de pairs

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.

Les comportements influents utilisés diffèrent selon la situation. Un bon chef peut utiliser une combinaison de comportements en fonction de la situation, de l'expérience des suiveurs, du temps disponible pour accomplir la tâche, etc. Chaque comportement influent a son rôle à jouer et peut être utilisé efficacement dans les bonnes conditions.

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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. Où le comportement directif est-il le plus efficace aux cadets et à l'école?
- Q2. Où le comportement persuasif est-il le plus efficace aux cadets et à l'école?
- Q3. Où le comportement participatif est-il le plus efficace aux cadets et à l'école?
- Q4. Quelles sont les différences entre le comportement persuasif et participatif?



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 ce point d'enseignement.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités des PE1 à PE3 et à la discussion de groupe du PE4 serviront de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Dans le programme de cadets, les cadets pourraient avoir bon nombre de possibilités d'influencer leurs pairs. Choisir le bon comportement influent pour une situation donnée pourrait les aider à accomplir les tâches dans un environnement de pairs.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-047 A-PA-005-000/AP-004 MDN. (2005). *Le leadership dans les Forces canadiennes (Fondements conceptuels)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A0-048 A-PA-005-000/AP-003 MDN. (2005). *Le leadership dans les Forces canadiennes (Doctrine)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-113 (ISBN 1-882664-12-4) Karnes, F.A. et Bean, S.M. (1995). *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*. Waco, Texas, Prufrock Press.

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

JEU DE RÔLE POUR LE COMPORTEMENT DIRECTIF

(Mise en situation : Six cadets de première année du CIEC se préparent à une inspection des quartiers, qui aura lieu dans une heure.)

Cadet Red : D'accord, nos quartiers seront inspectés dans une heure, nous ferions mieux de nous préparer.

Cadet Orange : Est-ce que notre uniforme sera également inspecté ou c'est uniquement la chambre?

Cadet Red : Je ne sais pas. Est-ce que quelqu'un le sait?

Cadet Purple : Oui, moi je le sais, j'ai demandé au cadet-cadre. Nous avons une inspection de la chambre et de l'uniforme en même temps. Nous sommes censés porter nos t-shirts, nos pantalons de cadet et nos bottes de parade.

Cadet Grey : Mes amis, nous aurons beaucoup à faire en une seule heure.

Cadet Yellow : Vous plaisantez?

Cadet Pink : Je ne pense pas que je serai prêt.

Cadet Purple : Nous devons faire les choses rapidement, alors voici comment nous allons procéder. Vous deux, cadet Red et cadet Orange, ferez les lits et balaierez la chambre. Voilà pour la chambre.

Cadet Grey : Et qu'en est-il de nos uniformes?

Cadet Purple : Vous, cadet Grey, prenez les t-shirts de tout le monde et repassez-les.

Cadet Yellow : Et qu'en est-il des pantalons et des bottes?

Cadet Purple : Vous, cadet Yellow, prenez les pantalons de tout le monde et repassez-les, Cadet Pink et moi cirerons les bottes de tout le monde.

Cadet Red : Cela n'a pas pris de temps pour trouver un plan. J'espère que nous arriverons à tout faire.

Cadet Purple : Nous y arriverons, si tout le monde se met à la tâche immédiatement.

Cadet Red : Je ne suis pas doué pour faire les lits, mais je vais faire ce qu'on m'a dit de faire.

Cadet Orange : Je suis bon pour faire les lits, on réussira.

Cadet Purple : D'accord, allons-y. Tout le monde donne son t-shirt au cadet Grey, son pantalon au cadet Yellow et vous me donnez vos bottes. Écoutez tout le monde : nous avons beaucoup de choses à faire et pas beaucoup de temps... alors allez-y. Je reviens dans 40 minutes.

Cadet Pink : Je vais aller chercher ma trousse de cirage.

(TOUS LES CADETS FONT SEMBLANT DE DONNER LES ARTICLES AUX CADETS QUI DOIVENT S'EN OCCUPER.)

(40 MINUTES PASSENT.)

(TOUS LES CADETS REVIENNENT DANS LA CHAMBRE.)

Cadet Red : Comme vous pouvez le voir, les lits sont faits et la chambre est balayée.

Cadet Orange : Les lits ne sont pas parfaits, mais cela suffira pour passer l'inspection.

Cadet Purple : Comment s'est déroulé le repassage?

Cadet Grey : Voici les t-shirts, ils sont prêts. Je n'ai jamais repassé autant de t-shirts en si peu de temps. J'espère qu'ils passeront l'inspection.

Cadet Yellow : Tous les pantalons ont le pli à la bonne place et je ne vois pas de faux plis.

Cadet Pink : Nous avons fini de cirer les bottes de tout le monde.

Cadet Purple : Allons mettre nos uniformes immédiatement, parce que le temps presse.

(TOUT LE MONDE SE PRÉPARE POUR L'INSPECTION.)

Cadet Purple : Nous paraissions bien. Je suis presque certain que nous passerons l'inspection. D'accord tout le monde, mettez-vous en garde-à-vous à côté de votre lit, le cadet-cadre arrive.

JEU DE RÔLE SUR LE COMPORTEMENT PERSUASIF

(Mise en situation : Six cadets de deuxième année du CIEC se préparent à une inspection des quartiers, qui aura lieu dans une heure.)

Cadet Red : D'accord, nos quartiers seront inspectés dans une heure, nous ferions mieux de nous préparer.

Cadet Orange : Est-ce que notre uniforme sera également inspecté ou c'est uniquement la chambre?

Cadet Purple : J'ai demandé au cadet-cadre. Nous avons une inspection de la chambre et de l'uniforme en même temps. Nous sommes censés porter nos t-shirts, nos pantalons de cadet et nos bottes de parade.

Cadet Grey : Wow, c'est beaucoup de choses en une heure.

Cadet Yellow : Vous plaisantez?

Cadet Pink : Je ne pense pas que je serai prêt.

Cadet Purple : Nous pouvons y arriver, mais il nous faut un plan. Il faut faire les lits, balayer la chambre, repasser les t-shirts et les pantalons et cirer les bottes.

Cadet Grey : C'est beaucoup de choses.

Cadet Purple : J'ai une idée pour y arriver à temps. Voulez-vous l'entendre?

(TOUT LE MONDE FAIT UN SIGNE AFFIRMATIF DE LA TÊTE.)

Cadet Purple : Je pense que nous devrions répartir le travail, car cela nous permettra de faire les choses rapidement. Si les personnes se portent volontaires pour accomplir les tâches dans lesquelles elles excellent, ça devrait également aider la cause. Est-ce que ce plan a du sens à votre avis?

(TOUT LE MONDE FAIT UN SIGNE AFFIRMATIF DE LA TÊTE.)

Cadet Purple : Je sais que si nous travaillons en équipe, nous pouvons tout finir à temps et nous réussirons à passer l'inspection. D'accord, alors qui aime faire les lits?

Cadet Pink : Moi, Je veux faire les lits.

Cadet Purple : D'autres personnes sont intéressées?

Cadet Red : Pas moi, je veux repasser les t-shirts; c'est ce que je vais faire.

Cadet Purple : C'est très bien. Un autre volontaire?

Cadet Yellow : J'aime cirer les bottes. C'est ce que je vais faire.

Cadet Orange : Moi aussi. Je vais aider le cadet Yellow.

Cadet Grey : Ça ne me dérange pas de repasser. Je vais repasser les pantalons de tout le monde.

Cadet Purple : Donc il me reste à vous aider à faire les lits et à balayer la chambre. Maintenant que tout le monde a une tâche à accomplir, donnez vos t-shirts, vos pantalons et vos bottes.

(TOUS LES CADETS FONT SEMBLANT DE DONNER LES ARTICLES AUX CADETS QUI DOIVENT S'EN OCCUPER.)

Cadet Red : Combien de temps cela prendra-t-il selon vous?

Cadet Purple : Je pense que ça devrait prendre environ 40 minutes. Est-ce que cela a du sens?

(TOUT LE MONDE FAIT UN SIGNE AFFIRMATIF DE LA TÊTE.)

Cadet Purple : Est-ce que tout le monde peut être de retour dans 40 minutes?

Cadet Orange : Pas de problème. Soyons de retour dans 40 minutes.

(TOUT LE MONDE FAIT UN SIGNE AFFIRMATIF DE LA TÊTE.)

(40 MINUTES PASSENT.)

(TOUS LES CADETS REVIENNENT DANS LA CHAMBRE.)

Cadet Purple : Comme vous le voyez, les lits sont vraiment bien faits. Merci cadet Pink. Comment ça s'est passé pour vous autres?

Cadet Red : Les t-shirts sont repassés et sont beaux.

Cadet Yellow : Les bottes sont cirées et reluisantes. Merci cadet Orange.

Cadet Orange : Merci, nous formons une bonne équipe.

Cadet Grey : Les pantalons sont également repassés et si je peux me permettre, ils sont beaux.

Cadet Purple : Je pense qu'il est temps de mettre nos uniformes, car je pense que le temps presse.

(TOUT LE MONDE SE PRÉPARE POUR L'INSPECTION.)

Cadet Purple : Nous sommes beaux, je pense que nous passerons l'inspection. D'accord tout le monde, veuillez vous mettre en garde-à-vous à côté de votre lit, le cadet-cadre arrive.

JEU DE RÔLE POUR LE COMPORTEMENT PARTICIPATIF

(Mise en situation : Six cadets supérieurs du CIEC se préparent à une inspection des quartiers, qui aura lieu dans une heure.)

Cadet Red : D'accord, nos quartiers seront inspectés dans une heure, nous ferions mieux de nous préparer.

Cadet Orange : Est-ce que notre uniforme sera également inspecté ou c'est uniquement la chambre?

Cadet Purple : J'ai demandé au cadet-cadre. Nous avons une inspection de la chambre et de l'uniforme en même temps. Nous sommes censés porter nos t-shirts, nos pantalons de cadet et nos bottes de parade.

Cadet Grey : Wow, c'est beaucoup de choses en une heure.

Cadet Yellow : Ce n'est pas comme si c'était la première fois. Nous y arriverons.

Cadet Grey : Tout ce dont nous avons besoin, c'est de nous organiser.

Cadet Purple : Préparons un plan. Avez-vous des idées?

Cadet Yellow : Je sais que nous devons nous répartir le travail, mais comment?

Cadet Red : Et si nous procédions par tirage au sort? Ça pourrait fonctionner.

Cadet Grey : Pourquoi ne pas laisser chacun faire ce dont il a envie de faire.

Cadet Yellow : Je pense que chacun pourrait faire ce qu'il sait faire le mieux?

Cadet Purple : J'aime vraiment cette idée.

Cadet Orange : Moi aussi, j'aimerais faire ce que je sais faire le mieux.

Cadet Red : D'accord, c'est une bonne idée.

Cadet Pink : Je suis d'accord.

Cadet Grey : De plus, si chacun fait ce qu'il sait faire le mieux, ça devrait prendre moins de temps.

Cadet Purple : D'accord. Qui est bon dans quoi?

Cadet Pink : Je suis bon dans le repassage des t-shirts.

Cadet Purple : D'accord, alors c'est votre travail et l'équipe s'attend à de bons résultats.

Cadet Red : Ma spécialité est de cirer des bottes. C'est le travail que vous devriez me confier.

Cadet Purple : Alors, c'est votre tâche. Allez-y.

Cadet Yellow : Je suis un expert dans le cirage de bottes. Je vais aider le cadet Red.

Cadet Orange : Je fais les plus beaux lits, alors c'est ce que je devrais faire.

Cadet Grey : Je sais également bien faire les lits et je vais balayer la chambre.

Cadet Purple : D'accord, allez-y vous deux. Je suis bon pour repasser des pantalons. C'est ce que je ferai, alors et je ne me préoccupe pas des tâches des autres. D'accord, allons-y.

(TOUT LE MONDE FAIT UN SIGNE AFFIRMATIF DE LA TÊTE.)

Cadet Red : Combien de temps cela prendra-t-il selon vous?

Cadet Grey : Environ 40 minutes?

Cadet Orange : Ça a du sens. Alors soyez de retour dans 40 minutes.

(TOUS LES CADETS FONT SEMBLANT DE DONNER LES ARTICLES AUX CADETS QUI DOIVENT S'EN OCCUPER.)

(40 MINUTES PASSENT.)

(TOUS LES CADETS REVIENNENT DANS LA CHAMBRE.)

Cadet Purple : Wow, cette chambre est vraiment belle. Bon travail cadet Orange et cadet Grey. Comment ça s'est passé pour vous autres?

Cadet Pink : Les t-shirts sont repassés et sont magnifiques.

Cadet Yellow : Les bottes sont cirées et reluisantes. Merci cadet Red.

Cadet Red : Merci, nous formons une bonne équipe.

Cadet Purple : Les pantalons sont également repassés et si je peux me permettre, ils sont vraiment beaux. Je pense qu'il est temps de mettre nos uniformes, car le temps presse.

(TOUT LE MONDE SE PRÉPARE POUR L'INSPECTION.)

Cadet Purple : Nous sommes beaux, je pense que nous passerons l'inspection. D'accord tout le monde, veuillez vous mettre en garde-à-vous à côté de votre lit, le cadet-cadre arrive.



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 6

OCOM M203.06 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME

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-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.

Copier les documents de cours de l'annexe A pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'initier les cadets à la résolution de problème.

Une activité en classe a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets et de présenter la résolution de problème.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences et leurs opinions sur la résolution de problème.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être en mesure d'utiliser la résolution de problème.

IMPORTANCE

Une des qualités du leadership est la résolution de problème. À mesure que les cadets assument des responsabilités de chef dans un environnement de pairs, ils auront recours à cette qualité plus souvent. Si les cadets ont des outils pour résoudre leurs problèmes, cela pourrait leur faciliter la tâche.

Point d'enseignement 1**Expliquer la résolution de problème**

Durée : 20 min

Méthode : Exposé interactif

Un problème. Il s'agit d'une affaire incertaine ou difficile à laquelle il faut trouver une solution.

Les cadets de l'étoile rouge composent quotidiennement avec des problèmes de natures variées. Nous possédons tous une capacité naturelle de résoudre des problèmes qui nécessitent peu d'effort ou de planification, comme essayer de décider quelle activité faire avec nos amis le samedi soir ou se lever pour aller à l'école. Toutefois, si nous sommes confrontés à des affaires plus complexes, comme travailler avec un groupe sur un projet de cadet ou d'école, ou trouver plus d'une solution à un problème, une méthode plus efficace que l'analyse par essai et erreur pourrait s'avérer nécessaire.

Analyse par essai et erreur. Cette méthode est utilisée pour résoudre des problèmes si l'on dispose de beaucoup de temps et que les résultats ne sont pas graves.

UN PROCESSUS DE RÉOLUTION DE PROBLÈME

Analyse logique. L'un des processus utilisés pour résoudre les problèmes est l'analyse logique, si on a suffisamment de temps pour prendre en considération toutes les options. L'analyse logique aide à transformer un processus de pensée complexe en un format simple. Toutefois, certains problèmes sont très simples et parfois certaines étapes du processus sont superflues. Si l'équipe suit ces étapes, elle devrait être en mesure de créer un plan pour mettre en œuvre une solution.

Si les cadets se voient attribuer une tâche dans un environnement de pairs, ils doivent suivre toutes les étapes du processus d'analyse logique. Si un problème se présente et que les cadets doivent le résoudre dans un environnement de pairs, sans qu'on leur ait demandé de le résoudre, les cadets devraient commencer par l'analyse logique de l'étape 2.

Étapes de l'analyse logique

1. **Confirmer la tâche.** En comprenant le problème et le but ou l'intention de la personne qui assigne la tâche, l'équipe a la liberté d'agir et de prendre les initiatives qui lui permettront de réussir, surtout lorsque les facteurs ou les plans changent.
2. **Cerner le ou les problèmes.** Après avoir compris le problème, l'équipe doit tenir compte des problèmes ou des défis qui pourraient surgir lors de la mise en œuvre. D'ordinaire, pour cerner le problème il faut le diviser en deux parties (« faire ceci, puis cela, ensuite cela »).
3. **Définir le « facteur critique ».** D'ordinaire, c'est un problème capital, ce dont dépendent tous les autres problèmes. C'est ce que l'on appelle le FACTEUR CRITIQUE. Après avoir cerné le facteur critique, il est possible de formuler un plan visant à le résoudre.
4. **Élaborer des solutions de rechange.** Créer autant de solutions que possible dans le délai imparti, en tenant compte de l'expérience, des connaissances et des initiatives de l'équipe.
5. **Comparer les solutions de rechange.** L'équipe doit ensuite comparer toutes les solutions, afin de choisir la meilleure solution. Pour décider quelle solution est la meilleure, il faut se poser quelques questions :
 1. Quelle est la solution la plus simple?
 2. Quelle est la solution la plus sécuritaire? Quelle est la pire chose qui puisse arriver? Quels sont les éléments dangereux?
 3. Quelle solution a été la plus flexible?

4. Quelle solution utilise les ressources disponibles de façon économique?
5. Quelle solution résoudra le facteur critique et tous les autres problèmes?
6. **Trouver la meilleure solution possible.** L'équipe devrait choisir la meilleure solution pour mettre le plan d'action en œuvre.
7. **Mettre la solution en œuvre.** L'équipe devrait créer un plan pour mettre la solution en œuvre et résoudre le problème. Si un plan ne fonctionne pas comme l'aurait souhaité l'équipe, elle peut essayer l'une des solutions de rechange.
8. **Évaluer le plan et la mise en œuvre.** L'équipe devrait évaluer le rendement une fois que le problème est résolu. L'équipe devrait examiner la mise en œuvre de la solution et les besoins imprévus. Voici une liste sommaire de questions :
 1. La décision était-elle bonne?
 2. Le plan de mise en œuvre de la solution était-il un succès?
 3. Que pouvons-nous faire pour améliorer le plan ou la mise en œuvre la prochaine fois?
 4. Quelles leçons ont été apprises?

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quelle est la définition d'un problème?
- Q2. Dresser la liste des étapes de l'analyse logique.
- Q3. Dresser une liste de questions qui devraient être posées pour évaluer le plan et la mise en œuvre.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un problème est une affaire incertaine ou difficile à laquelle il faut trouver une solution.
- R2. Les étapes de l'analyse logique sont :
 1. confirmer la tâche;
 2. cerner le ou les problèmes;
 3. définir le « facteur critique »;
 4. élaborer des solutions de rechange;
 5. comparer les solutions de rechange;
 6. trouver la meilleure solution possible;
 7. mettre la solution en œuvre; et
 8. évaluer le plan et la mise en œuvre.
- R3. Voici une liste sommaire de questions :
 1. La décision était-elle bonne?
 2. Le plan de mise en œuvre de la solution était-il un succès?

3. Que pouvons-nous faire pour améliorer le plan ou la mise en œuvre la prochaine fois?
4. Quelles leçons ont été apprises?

Point d'enseignement 2

Diriger une activité d'écriture dans le cadre de laquelle les cadets résolvent des problèmes à l'aide de la technique du PE1

Durée : 10 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de l'activité est que les cadets suivent les étapes de la résolution de problème en format écrit.

RESSOURCES

- Papier de format 8.5 x 11 pouces.
- Des crayons et des stylos.
- Scénario de l'annexe A.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Distribuer la mise en situation du problème de l'annexe A aux cadets.

Demander aux cadets de dresser une liste abrégée de la façon dont ils résoudre le problème. Les cadets doivent dresser une liste d'au moins trois solutions au problème.



S'assurer que les cadets suivent toutes les étapes du processus.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

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

Point d'enseignement 3**Diriger une discussion dans laquelle les cadets expliquent les choix qu'ils ont faits dans l'exercice de résolution de problème**

Durée : 20 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.

Demander à quelques volontaires de présenter leurs solutions au problème.

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

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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. Quel est le problème?

Q2. Quel est le facteur critique?

- Q3. Quelles solutions de rechange avez-vous prévues?
- Q4. Dresser une liste de comparaison pour les solutions de rechange.
- Q5. Quelle solution a été retenue?
- Q6. Pourquoi ce choix a-t-il été fait?
- Q7. Quel était le plan pour mettre la solution en œuvre?
- Q8. Quelles questions seraient posées pour évaluer le plan et la mise en œuvre?



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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets au PE2 et au PE3 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 mettre en pratique la résolution de problème dans un environnement de pairs. Apprendre à résoudre des problèmes est une qualité de leadership. Connaître et utiliser une technique pour résoudre les problèmes pourrait aider à développer des compétences en résolution de problème.

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.

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

C0-135 (ISBN 0-7645-5176-0) Loeb, M. et Kindel, S. (1999). *Leadership for Dummies*. Indianapolis, IN, Wiley Publishing, Inc.

MISE EN SITUATION DE RÉOLUTION DE PROBLÈME

Récemment, après avoir réalisé des études sur l'environnement, les cadets décident de créer un programme de recyclage au corps de cadets.

1. **Confirmer la tâche** – (que devez-vous faire?)

2. **Identifier le problème** – (quel est le problème?)

3. **Définir le facteur critique** – (quel est le problème principal?)

4. **Élaborer des solutions de rechange** – (différentes façons de résoudre le problème)

1)

2)

3)

5. **Comparer les solutions de rechange** – (solution la plus simple, sécuritaire, flexible, meilleure utilisation des ressources, meilleure solution pour le facteur critique)

Solutions	Répondre aux questions

6. **Trouver la meilleure solution possible** – (faire un choix)

7. **Mettre en œuvre la solution** – (élaborer un plan pour résoudre le problème)

8. **Évaluer le plan et la mise en œuvre** – (dresser une liste de questions à poser pour l'évaluation)



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 7

OCOM M203.07 – DISCUTER DE L'INTÉGRITÉ PERSONNELLE COMME QUALITÉ DE LEADERSHIP

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-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 le PE1, pour initier les cadets à l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.

Une activité en classe a été choisie pour le PE2 et le PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets et permet de promouvoir l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent que l'intégrité personnelle est une qualité fondamentale de leadership. Sans intégrité personnelle, un chef ne pourra jamais obtenir la confiance de ses subalternes ou des membres de son équipe. Tel que stipulé dans l'OAIC 11-03, *Mandat du Programme des cadets*, le leadership est l'un des trois buts du Programme des cadets.

Point d'enseignement 1**Expliquer l'intégrité personnelle**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

La principale qualité du leadership est l'intégrité personnelle.



Demander aux cadets s'ils savent ce que le mot intégrité signifie.

Intégrité signifie droiture morale, honnêteté. L'intégrité personnelle signifie faire la bonne chose, même si on est à l'abri des regards.

Les personnes se débattent quotidiennement avec des situations dans lesquelles ils doivent décider ce qu'ils veulent faire et ce qu'ils devraient faire.

Selon John C. Maxwell, l'auteur d'un certain nombre de succès de librairie sur le leadership, si un chef utilise l'intégrité personnelle, il doit être cohérent. Si le chef fait ce qu'il dit, les résultats de l'équipe seront conséquents. Par exemple :

Le chef dit à son équipe : « Soyez à l'heure ».	Le chef arrive à l'heure.	L'équipe sera à l'heure.
Le chef dit à son équipe : « Soyez positifs ».	Le chef affiche une attitude positive.	L'équipe sera positive.
Le chef dit à son équipe : « Faites passer les autres avant vous ».	Le chef fait passer les autres avant lui.	L'équipe fait passer les autres avant elle.

Si le chef ne fait pas ce qu'il dit, l'équipe lui fournira des résultats inconséquents.

Le chef dit à son équipe : « Soyez à l'heure ».	Le chef arrive régulièrement en retard.	Une partie des membres de l'équipe sera à l'heure, l'autre non.
Le chef dit à son équipe : « Soyez positifs ».	Le chef affiche une attitude négative.	Une partie des membres de l'équipe sera positive, l'autre non.
Le chef dit à son équipe : « Faites passer les autres avant vous ».	Le chef se fait passer avant les autres.	Une partie des membres de l'équipe fera passer les autres avant lui, l'autre non.



Aristote, le philosophe grec a dit : « Nous sommes ce que nous faisons répétitivement. L'excellence donc, n'est pas une attitude, mais une habitude ».

L'intégrité personnelle renforce la confiance. Pour gagner la confiance des autres, un chef doit diriger par l'exemple. Si le chef fait ce qu'il dit, les membres d'équipe et les subalternes devraient avoir confiance en lui et dans le groupe. D'ordinaire, l'intégrité personnelle se traduit par une solide réputation, pas juste une image.



L'intégrité personnelle renforce la confiance. Elle augmente la confiance en soi. La confiance renforce les relations. Les relations renforcent le leadership.



Pour la prochaine série de questions, s'assurer que les cadets NE nomment PAS les personnes auxquelles ils pensent. Il NE s'agit PAS d'une activité de partage.



Demander aux cadets de penser à quelqu'un qu'ils connaissent et qui a une bonne réputation. La personne est-elle digne de confiance? Demander aux cadets de penser à quelqu'un qu'ils connaissent et qui a une mauvaise réputation. La personne est-elle digne de confiance?

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Que signifie intégrité?
- Q2. Quelle est la qualité fondamentale du leadership?
- Q3. Que renforce l'intégrité personnelle?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Intégrité signifie droiture morale, honnêteté.
- R2. L'intégrité personnelle est la qualité fondamentale du leadership.
- R3. L'intégrité personnelle renforce la confiance.

Point d'enseignement 2

Diriger une activité dans le cadre de laquelle les cadets réfléchissent à des situations où ils ont observé l'intégrité dans leur groupe de pairs

Durée : 5 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets réfléchissent à des situations où ils ont été témoins de l'intégrité dans leur groupe de pairs. Cette activité de réflexion permet aux cadets d'intégrer leurs pensées sur la théorie du leadership dans leurs propres expériences.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Demander aux cadets de réfléchir à des exemples de situations où ils ont été témoins de l'intégrité dans leur groupe de pairs, dans le cadre d'activités de cadets, scolaires ou parascolaires. Inscrire les exemples en format abrégé sur le tableau blanc, le tableau de papier ou le transparent.

Discuter de situations dans lesquelles les pairs des cadets ont fait preuve :

- d'honnêteté;
- d'honneur;
- de bonne personnalité;
- de décence;
- d'équité;
- de sincérité; et
- de fiabilité, etc.



Demander aux cadets comment ils pensent que la personne de leur exemple, qui a fait preuve d'intégrité personnelle, se sentirait si elle se trouvait dans la classe en ce moment, après toutes les choses positives qui ont été dites à son sujet.



Si les cadets mentionnent quelqu'un de la classe, s'assurer de féliciter la personne mentionnée. Le renforcement positif d'un comportement adéquat est une excellente technique d'instruction.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

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

Point d'enseignement 3**Diriger une activité dans le cadre de laquelle les cadets créent une affiche qui illustre un exemple d'intégrité**

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est que les cadets créent une affiche qui montre un exemple d'intégrité. Cette activité permet aux cadets de réfléchir sur l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.

RESSOURCES

- Stylos ou marqueurs à pointe de feutre.
- Papier de format 8.5 x 14 pouces (format légal).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Distribuer les crayons ou les marqueurs à pointe de feutre, ainsi que le papier de format 8.5 x 14 pouces aux cadets.
- Demander aux cadets de dessiner et de colorier une affiche pour représenter l'intégrité personnelle comme qualité de leadership. Les cadets peuvent créer une image, utiliser une carte conceptuelle, utiliser une expression, etc. Les cadets peuvent utiliser les exemples du PE2 ou un autre exemple d'intégrité personnelle.



S'assurer d'afficher les affiches dans un lieu où elles seront vues par autant de membres de l'escadron que possible.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La création des affiches sur l'intégrité personnelle servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES



Brian Tracy, un formateur en leadership dit « La colle qui cimente toutes nos relations, y compris la relation entre le chef et le subalterne, est la confiance, et la confiance est fondée sur l'intégrité. »

L'intégrité personnelle est le fondement du leadership. Lorsque des cadets possèdent cette qualité, ils ont déjà fait le premier pas dans leur rôle de chef dans un environnement de pairs.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du Programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-112 (ISBN 0-8407-6744-7) Maxwell, J.C. (1993). *Developing the Leader Within You*. Nashville, Tennessee, Thomas Nelson Inc. Publishers.



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 8

OCOM M203.08 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL 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-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.

L'instructeur décide du temps consacré à chaque activité. Une activité pourrait être réalisée pendant toute la durée de la période ou les deux activités pourraient être réalisées consécutivement.

S'il y a beaucoup de participants, les deux activités pourraient être réalisées simultanément. Si les activités sont réalisées simultanément, offrir une supervision additionnelle.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon amusante et stimulante pour les cadets d'acquérir davantage d'expérience dans les activités de promotion du travail d'équipe et renforce l'appréciation des cadets des fondements du leadership.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent participer à des activités de promotion du travail d'équipe.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets participent à des activités de promotion du travail d'équipe, incluant des jeux de confiance, puisqu'elles pourraient leur permettre d'améliorer leurs compétences en leadership dans un environnement de pairs, en pratiquant l'utilisation des compétences en communication et la dynamique de groupe positive.

Point d'enseignement 1

Diriger des activités de promotion du travail d'équipe au moyen de jeux de confiance

Durée : 25 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets développent la confiance dans leur groupe de pairs.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser le groupe en paires.
2. Les cadets doivent se mettre en position accroupie.
3. Les cadets doivent se faire face, les mains tendues devant leur corps, les mains à la verticale, les doigts pointant vers le plafond, et les paumes des mains touchent celles de leur partenaire.
4. Les cadets doivent essayer de faire perdre l'équilibre à leur partenaire en le poussant avec les paumes des mains ou en brisant le contact avec les paumes des mains, en utilisant uniquement des mouvements au ralenti. (Le recours à des mouvements au ralenti devrait leur permettre de devenir des partenaires coopératifs.)
5. Si un joueur bouge ses pieds, il perd le jeu. (La plupart des jeux se terminent par la chute des deux partenaires ou le mouvement simultané de leurs pieds.)
6. Les cadets peuvent changer de partenaire si le temps le permet.

MESURES DE SÉCURITÉ

L'activité se termine si les partenaires se bousculent.

ACTIVITÉ

Durée : 15 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets développent la confiance dans leur groupe de pairs.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser le groupe en deux rangs face à face formant un corridor.
2. Demander aux cadets de tendre leurs bras devant eux. Les bras des cadets devraient se croiser et se chevaucher, sur la longueur de la main de la personne qui leur fait face.



Figure 1 Jeu découper et trancher

Wilderness (2007). Index to Group Activities, Games, Exercises and Initiatives: Trust-Building Activities. (2007). Extrait le 26 avril 2007 à l'adresse <http://wilderness.com/games/descriptions/SliceNDice.html>

3. Le premier cadet se détache du groupe et traverse le corridor en marchant. Pour laisser passer le cadet, demander aux autres cadets de lever et de baisser leurs bras, créant un effet d'entraînement dans le corridor dans lequel marche le cadet.
4. Une fois que le cadet a traversé le corridor, il se place au bout de celui-ci, dans un des rangs.
5. Le cadet suivant, au début de la ligne, se détache du groupe et traverse le corridor en marchant, et se place au bout de celui-ci, en face du premier cadet.
6. Chaque cadet traverse le corridor à son tour.



À mesure que les cadets prennent confiance, les inviter à marcher plus rapidement, à courir et finalement à courir à toute vitesse dans le corridor. Ensuite, demander aux cadets de lever et baisser leurs bras, comme s'il s'agissait d'un hachoir, en s'arrêtant uniquement pour permettre au cadet qui traverse le corridor de passer.

MESURES DE SÉCURITÉ

L'activité se termine si les partenaires se bousculent.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets aux activités de promotion du travail d'équipe servira de confirmation de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités de promotion du travail d'équipe servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La confiance envers les autres et au chef est l'une des caractéristiques clés du leadership, qui pourraient aider les cadets à diriger dans un environnement de pairs. Si les membres d'une équipe se font mutuellement confiance, les tâches sont habituellement plus faciles à accomplir. Si les cadets cultivent la confiance et protègent la confiance que les autres font et partagent, ils pourraient renforcer la confiance que les autres ont en eux, ce qui devrait augmenter leur propre confiance en eux.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-152 Wilderdom. (2007). *Index to Group Activities, Games, Exercises and Initiatives: Trust-Building Activities*. Extrait le 26 avril 2007 à l'adresse <http://wilderdom.com/games/descriptions/SliceNDice.html>.

C1-006 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, adventures Games and Trust Activities*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 9

OCOM C203.01 – CONSIGNER DES ENTRÉES DANS UN JOURNAL RÉFLECTIF

Durée totale :

3 x 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-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.

Choisir un modèle de questions de réflexion parmi les quatre modèles à l'annexe A et faire une copie pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon de renforcer les principes et les caractéristiques du leadership, et de stimuler l'intérêt. L'activité permet également aux cadets d'interagir avec leurs pairs et partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments relativement à une activité de promotion du travail d'équipe ou de formation.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit consigner des entrées dans un journal réflexif.

IMPORTANCE

Le fait de consigner la pensée réflexive et l'évaluation de la performance passée des tâches dans un journal permet aux cadets de résumer les nouvelles connaissances acquises et les nouvelles expériences vécues, avant de les comprendre. Les cadets pourraient développer la conscience de soi ou reconnaître les caractéristiques positives du leadership qu'ils souhaiteraient intégrer dans leur propre style de leadership.

Point d'enseignement 1

Diriger une activité pendant laquelle les cadets consignent leurs pensées sur le leadership

Durée : 25 min

Méthode : Activité en classe

Le fait de consigner les pensées dans un journal réflexif pourrait encourager les cadets à évaluer et à analyser des expériences qu'ils ont vécues. C'est une occasion pour les cadets de réfléchir sur leurs impressions relatives aux interactions entre pairs, de les décrire et de les communiquer.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets consignent leurs pensées sur le leadership qu'ils ont démontré ou qu'ils ont observé dans le cadre d'une activité de formation particulière.

RESSOURCES

- Des documents de cours sur lesquels figurent les questions de réflexion.
- Du papier de format 8.5 x 11 pouces.
- Des stylos et des crayons.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner, à chaque cadet, le modèle choisi pour susciter la réflexion.
2. Le cadet doit réfléchir aux qualités et aux caractéristiques de leadership qu'il a démontrées ou observées lors de la dernière activité de formation à laquelle il a participé (p. ex. un exercice en campagne, un exercice de service communautaire, une visite guidée, etc.).
3. Demander aux cadets de remplir le modèle au meilleur de leur capacité.
4. Remplir les modèles en inscrivant des phrases complètes ou des mots clés, en abrégé. Possibilité de dessiner une carte conceptuelle ou un plan sur une feuille de papier séparée.



Les cadets peuvent partager leur journal ou travailler avec la classe.

Toutes les entrées de journal sont bonnes lorsque les cadets consignent leurs pensées. Mettre aussi peu de restrictions que possible à l'égard des entrées de journal que les cadets feront pendant cette activité.

Si le temps le permet, remplir un autre modèle de questions de réflexion.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

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

En consignant leurs pensées dans un journal réflexif, les cadets auront l'occasion de réfléchir aux expériences qu'ils ont vécues ou de les évaluer. Cela pourrait les aider à reconnaître les qualités, les principes et les approches de leadership qu'ils aimeraient intégrer à leur propre style de leadership.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Le présent OCOM devrait être enseigné après une activité pratique importante, comme p. ex. une visite guidée, un exercice en campagne ou l'OCOM 203.08 (Participer à des activités de promotion du travail d'équipe).

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-113 (ISBN 1-882664-12-4) Karnes, F.A. et Bean S.M. (1995). *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*. Waco, Texas, Prufrock Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

MODÈLE 2

Définir le leadership

En me basant sur la dernière activité de formation, je définis le leadership comme suit :

En me basant sur la dernière activité de formation, la définition de leadership de mon chef est (ce que vous pensez que votre chef dirait) :

En me basant sur la dernière activité de formation, j'ai observé le leadership positif dans la situation suivante :

MODÈLE 4

Le leaderships fait penser à / sonne comme / ressemble à

En me basant sur la dernière activité de formation, le leadership positif que j'ai observé ressemblait à :

En me basant sur la dernière activité de formation, le leadership positif que j'ai observé sonnait comme :

En me basant sur la dernière activité de formation, le leadership positif que j'ai observé faisait penser à :

En me basant sur la dernière activité d'apprentissage, les caractéristiques que j'ai observées et que j'aimerais intégrer à mon propre style de leadership sont :

Compte tenu de la dernière activité d'apprentissage, les caractéristiques que j'ai observées et que je n'aimerais pas intégrer à mon propre style de leadership sont :



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 10

OCOM C203.02 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME

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-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.

Photocopier les mises en situation de l'annexe A.

Découper les mises en situation de l'annexe A.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour le PE1, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE2 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 résolution de problème.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être en mesure d'utiliser la résolution de problème.

IMPORTANCE

Une des qualités du leadership est la résolution de problème. À mesure que les cadets assument des responsabilités de chef dans un environnement de pairs, ils auront recours à cette qualité plus souvent. Il est

important de mettre cette qualité en pratique. Connaître et utiliser une technique pour résoudre des problèmes pourrait augmenter la confiance des cadets en leurs compétences en leadership.

Point d'enseignement 1

Diriger une activité dans le cadre de laquelle les cadets résolvent des problèmes en utilisant une analyse logique

Durée : 25 min

Méthode : Activité en classe

ÉTAPES DE L'ANALYSE LOGIQUE

1. **Confirmer la tâche.** L'équipe doit comprendre aussi bien le problème et le but ou l'intention de la personne qui assigne la tâche.
2. **Cerner le problème.** L'équipe doit tenir compte du problème et des défis associés à la mise en œuvre.
3. **Définir le facteur critique.** D'ordinaire le facteur critique est le problème principal dont découlent tous les autres problèmes. L'équipe doit définir le facteur critique.
4. **Élaborer des solutions de rechange.** L'équipe doit créer autant de solutions que possible pour s'attaquer au facteur critique et aux autres problèmes, si le temps le permet.
5. **Comparer les solutions de rechange.** L'équipe doit comparer toutes les solutions, afin de choisir la meilleure.
6. **Trouver la meilleure solution possible.** L'équipe devrait choisir la meilleure solution pour mettre le plan d'action en œuvre.
7. **Mettre la solution en œuvre.** L'équipe devrait créer un plan pour mettre la solution en œuvre et résoudre le problème.
8. **Évaluer le plan et la mise en œuvre.** L'équipe devrait évaluer son rendement une fois que le problème est résolu.

ACTIVITÉ

Durée : 15 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de résoudre des problèmes dans un environnement de pairs.

RESSOURCES

- Des feuilles pour tableau de papier.
- Des marqueurs.
- Un sac en papier.
- Des mises en situations de problème.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser la classe en petits groupes d'au maximum quatre cadets.
2. Donner à chaque groupe un tableau de papier et des marqueurs.
3. Demander à un représentant de chaque groupe d'aller en avant de la classe et de choisir une mise en situation au hasard dans un sac de papier ou un bétet.
4. Informer les cadets qu'ils doivent suivre les étapes de la résolution de problème pour résoudre le problème présenté dans la mise en situation.
5. Les cadets doivent proposer au moins trois solutions pour chaque problème.
6. Les cadets doivent consigner les étapes qu'ils utiliseraient pour résoudre le problème présenté dans chaque scénario sur le tableau de papier.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

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

Point d'enseignement 2

Diriger une discussion de groupe dans laquelle les cadets expliquent les choix qu'ils ont faits dans l'exercice de résolution de problème

Durée : 25 min

Méthode : Discussion de groupe

CONNAISSANCES PRÉALABLES



L'objectif d'une discussion de groupe est de dresser la liste des étapes d'une analyse logique avec le groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

Demander à un représentant de chaque groupe de présenter sa mise en situation de problème et les étapes utilisées par le groupe pour résoudre le problème.

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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. Quel est le problème?
- Q2. Quel est le facteur critique?
- Q3. Quelles solutions de rechange avez-vous prévues?
- Q4. Dresser une liste de comparaison pour les solutions de rechange.
- Q5. Quelle solution a été retenue?
- Q6. Pourquoi ce choix a-t-il été fait?
- Q7. Quel était le plan pour mettre en œuvre la solution?
- Q8. Quelles questions seraient posées pour évaluer le plan et la mise en œuvre?
- Q9. Existe-t-il des problèmes différents, d'autres solutions, etc.?



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 ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Dresser la liste des étapes de l'analyse logique.
- Q2. Quel est le facteur critique?
- Q3. Qui devrait décider de la meilleure solution?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les étapes de l'analyse logique sont :
 - 1. confirmer la tâche;
 - 2. cerner le problème;
 - 3. définir le facteur critique;
 - 4. élaborer des solutions de rechange;
 - 5. comparer les solutions de rechange;
 - 6. trouver la meilleure solution possible;
 - 7. mettre la solution en œuvre; et
 - 8. évaluer le plan et la mise en œuvre.
- R2. D'ordinaire le facteur critique est le problème principal dont découlent tous les autres problèmes.
- R3. L'équipe devrait décider la meilleure solution.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Appliquer les étapes de l'analyse logique à un problème donné permet au cadet de trouver et de mettre en œuvre une solution. Avec la pratique, le cadet perfectionnera l'aptitude à résoudre des problèmes. Savoir et utiliser l'analyse logique pour résoudre des problèmes pourrait augmenter la confiance des cadets en leur capacité à diriger dans un environnement de pairs.

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.

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

C0-135 (ISBN 0-7645-5176-0) Loeb, M. et Kindel, S. (1999). *Leadership for Dummies*. Indianapolis, IN, Wiley Publishing, Inc.

MISES EN SITUATION

Mise en situation n° 1

Vous et cinq autres cadets de l'étoile rouge avez pour tâche d'arranger une salle de classe pour un cours qui débutera dans dix minutes. Vous arrivez devant la porte de la salle de classe et elle est verrouillée. L'officier qui possède la clé est introuvable.

Mise en situation n° 2

Votre officier d'instruction se prépare pour un exercice de fin de semaine et vous demande de faire l'inventaire et réapprovisionner trois trousse de premiers soins avec l'aide de cinq cadets.

Mise en situation n° 3

Pendant une pause de cantine, vous et d'autres cadets voyez votre meilleur ami prendre de l'argent qui appartient à un autre cadet.

Mise en situation n° 4

Vous entrez dans l'édifice de votre corps de cadets avec quatre autres cadets et tombez sur deux soldats (sdt) qui ont une altercation verbale et physique.

Mise en situation n° 5

Votre adjudant-maître (adjum) vous informe qu'une grande salle de classe n'a pas été aménagée correctement pour accueillir un conférencier qui doit arriver dans dix minutes. Il vous demande, à vous et trois autres cadets, de vous assurer que la salle de classe sera prête à temps.

Mise en situation n° 6

Votre corps de cadets effectue un exercice d'instruction obligatoire la même journée que votre équipe de soccer doit jouer les finales régionales. Vous et trois autres cadets de votre corps de cadets jouez dans la même équipe. L'entraîneur de votre équipe de soccer compte sur vous le jour du match.

Mise en situation n° 7

Votre adjudant (adj) et votre commandant de peloton sont absents pendant la soirée de parade. L'officier d'administration vous demande, à vous et à un autre cadet, de vérifier les présences et de faire signer la feuille de présence par les membres de votre peloton.

Mise en situation n° 8

Vous et cinq de vos amis constatez que le terrain de parade a besoin d'être nettoyé. Votre équipe accepte ce petit défi et vous avez décidé de vous assurer que le terrain de parade est propre pour la pratique de parade de la période suivante.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 11

OCOM C203.03 – DISCUTER DES CARACTÉRISTIQUES 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-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.

Photocopier les documents de cours de l'annexe A et les distribuer à tous les cadets avant la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Au moyen de la feuille de recherche d'information fournie, les cadets feront des recherches sur un chef de leur choix (un membre du personnel militaire, un chef politique, un pasteur, un enseignant, etc.) avant la leçon.

Les cadets amènent les documents de présentation en classe (au besoin) et l'information concernant le chef au sujet duquel ils ont fait des recherches.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour le PE1, parce qu'il s'agit d'une façon de renforcer les principes de leadership et de stimuler l'intérêt.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE2 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 caractéristiques d'un chef.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit discuter des caractéristiques d'un chef.

IMPORTANTANCE

En discutant des caractéristiques des divers chefs, les cadets pourraient être en mesure de discerner différentes qualités de leadership, approches et principes de leadership. Après réflexion, les cadets pourraient souhaiter intégrer ces qualités, principes et approches à leur propre style de leadership.

Point d'enseignement 1

Discuter de l'étude de chefs choisis

Durée : 30 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de discuter, en groupe d'au maximum quatre cadets, des recherches qu'ils ont faites sur les chefs choisis.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser la classe en groupes d'au maximum quatre cadets.
2. En groupe de quatre cadets, le premier cadet présentera le résultat des recherches qu'il a menées au sujet d'un chef choisi.
3. Les trois autres cadets disposent de trois minutes pour poser des questions.



Les cadets devraient créer les questions à poser au moyen du modèle de recherche de l'annexe A.

4. Un autre cadet présentera le résultat des recherches qu'il a menées au sujet d'un chef choisi.
5. Les trois autres cadets disposent de trois minutes pour poser des questions.
6. Le reste des cadets présentera le chef qu'ils ont choisi à tour de rôle.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

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

Point d'enseignement 2

Diriger une discussion de groupe dans le cadre de laquelle les cadets se portent volontaires pour partager avec l'ensemble du groupe les recherches qu'ils ont menées au sujet d'un chef choisi

Durée : 20 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.

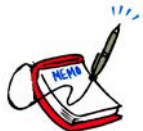


Utiliser les documents de cours remplis par les cadets comme matériel pour la discussion de groupe.

DISCUSSION DE GROUPE


CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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.



Demander aux cadets s'ils souhaitent se porter volontaire pour partager avec le reste de la classe le résultat des recherches qu'ils ont menées au sujet d'un chef choisi.

QUESTIONS SUGGÉRÉES

- Q1. Dans quel domaine le chef a-t-il utilisé son influence?
- Q2. L'influence du chef était-elle positive ou négative?
- Q3. Pourquoi était-elle positive ou négative?
- Q4. Comment son style de leadership lui a-t-il permis de créer des occasions dans sa vie?
- Q5. Quel type d'approche de leadership le chef a-t-il utilisé?
- Q6. Le chef a-t-il été en mesure de résoudre les problèmes?
- Q7. Comment le chef a-t-il résolu les problèmes?
- Q8. Dans quelle situation le chef a-t-il fait preuve d'intégrité personnelle?
- Q9. Comment le chef a-t-il fait preuve d'intégrité personnelle?



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 ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités en classe et à la discussion de groupe servira de confirmation de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Apprendre l'histoire des différents chefs et être en mesure de décrire leurs caractéristiques pourrait aider les cadets à comprendre que les chefs proviennent de tous les horizons et possèdent des qualités, des principes et des approches variées en matière de leadership. S'il décide d'intégrer ces caractéristiques dans son style de leadership, le cadet pourrait devenir un chef plus efficace.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-113 (ISBN 1-882664-12-4) Karnes, F.A. et Bean S.M. (1995). *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*. Waco, Texas, Prufrock Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

RENSEIGNEMENTS À CHERCHER

Nom (complet) : _____

Date de naissance : _____

Lieu de naissance : _____

Date du décès (si décédé) : _____

S'il est décédé, comment est-il décédé? _____

Renseignements sur son enfance : _____

Postes de responsabilité occupés (s'il y a lieu) : _____

Évènements dans le cadre desquels il a fait preuve d'influence : _____

Autres faits ou renseignements intéressants : _____

Pourquoi avez-vous choisi cette personne? _____

Où avez-vous obtenu vos renseignements? _____



**INSTRUCTION COMMUNE
GUIDE PÉDAGOGIQUE**



SECTION 12

OCOM C203.04 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CHEF

Durée totale :

60 min

Aucun guide pédagogique n'est fourni avec cet OCOM.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 13

OCOM C203.05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE

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-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.

L'instructeur décide du temps consacré à chaque activité. Si le temps le permet, les activités peuvent être dirigées consécutivement. S'il y a beaucoup de participants, les activités pourraient être réalisées simultanément. Si les activités sont réalisées simultanément, s'assurer que suffisamment de ressources et de supervision sont disponibles.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une approche expérientielle a été choisie pour cette leçon parce qu'elle permet aux cadets d'acquérir des nouvelles compétences dans le cadre d'une expérience directe. Cette approche permet aux cadets de réaliser des activités de renforcement de la confiance et de redéfinir cette expérience de façon personnelle. Les cadets auront l'occasion d'examiner et de réfléchir sur ce qu'ils ont vu, ressenti et pensé pendant l'expérience, et voir comment cette expérience pourrait se rattacher à des expériences futures.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent être en mesure de participer à des activités de renforcement de la confiance.

IMPORTANTANCE

Il est important que les cadets participent à des activités de renforcement de la confiance puisqu'elles pourraient leur permettre d'améliorer leurs compétences en leadership dans un environnement de pairs, en pratiquant l'utilisation des compétences en communication et la dynamique de groupe positive.

CONNAISSANCES PRÉALABLES

La confiance est une caractéristique puissante et essentielle, parce qu'elle est une clé de l'engagement personnel. Un cadet prendra rarement un risque physique ou émotionnel s'il se sent mis à l'écart ou perçoit un risque déraisonnable. Un groupe entouré d'expériences positives et de succès renforcera sa confiance personnelle. La confiance, dans le cadre du leadership, s'acquiert avec patience, obligeance et attention pendant une certaine période de temps. La confiance peut également se perdre en l'espace d'une seconde, par manque de diligence ou en adoptant un comportement négligent. Cultiver et protéger la confiance qu'une autre personne fait, est une qualité fondamentale de leadership qu'il faut acquérir.

ACTIVITÉ 1

Durée : 20 min

Méthode : Expérientielle

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets développent la confiance en leur groupe de pairs.

RESSOURCES

- Un grand espace vide avec quatre murs.
- Un bandeau pour les yeux.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ



Informez les cadets des règles de sécurité ou de toutes les lignes directrices relatives à l'activité.

1. Demander à un cadet de se placer dos contre un des quatre murs. Le cadet est le jogger.
2. Le jogger doit étendre ses mains devant son corps, les paumes vers l'extérieur pour se protéger.
3. Bander les yeux du jogger.
4. Placer les trois quarts du groupe en ligne, le dos contre le mur auquel le jogger s'approchera. Ils agiront comme observateur. Le travail de l'observateur est d'éviter que le jogger percute le mur.
5. Placer le reste du groupe à trois-quarts de la distance entre le jogger et le mur, très dispersé, afin d'éviter que les joggers, très désorientés, percutent les murs latéraux.

6. Demander au jogger de jogger en direction du mur, à une vitesse constante.
7. Demander aux cadets d'être le jogger à tour de rôle.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les observateurs doivent être aussi silencieux que possible afin d'augmenter la désorientation du jogger.

Les observateurs doivent se concentrer sur le jogger en tout temps. Si le jogger percute un mur, la confiance du groupe pourrait être brisée.

ACTIVITÉ 2

Durée : 20 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets développent la confiance en leur groupe de pairs.

RESSOURCES

Un bandeau pour les yeux.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ



Informez les cadets des règles de sécurité ou de toutes les lignes directrices relatives à l'activité.

1. Diviser le groupe en paires.
2. Bander les yeux d'un cadet. Ce cadet devient le marcheur. Le marcheur doit étendre ses mains devant son corps, les paumes vers l'extérieur pour se protéger.
3. Le deuxième cadet est le parleur.
4. Le parleur doit diriger le marcheur à la visite d'un lieu prédéterminé, dans les installations du corps de cadets.
5. Le parleur doit donner des directives aussi simples que possible (p. ex., faire deux pas vers l'avant, tourner vers la gauche, faire quatre pas vers la droite, etc.).
6. Le parleur n'a pas le droit de toucher le marcheur, à moins que le marcheur ne soit sur le point de tomber.
7. Demander aux cadets de changer de rôle et de répéter l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

Si l'installation du corps de cadets est équipée d'escaliers, prévoir une supervision supplémentaire.

RÉFLEXION

Durée : 5 min

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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. Quel effet cela vous a-t-il fait de faire confiance aux autres membres de votre groupe? Pourquoi?
- Q2. Quel effet cela vous a-t-il fait que les autres membres de votre groupe vous fassent confiance? Pourquoi?
- Q3. Qu'est-ce que l'on ressent lorsque quelqu'un nous fait confiance?
- Q4. Pourquoi la confiance est-elle un élément important du leadership?



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

CONCLUSION

RÉVISION

À la fin de la discussion de groupe, l'instructeur termine par un résumé de la discussion, pour s'assurer que tous les points d'enseignement ont été couverts. L'instructeur doit également saisir cette occasion pour expliquer la façon dont le cadet mettra en pratique dans l'avenir les compétences et (ou) les connaissances acquises.

POINTS D'ENSEIGNEMENT PRINCIPAUX

- PE1. La confiance est une caractéristique puissante et essentielle, parce qu'elle est une clé de l'engagement personnel.
- PE2. Un groupe entouré d'expériences positives et de succès renforcera sa confiance personnelle.
- PE3. La confiance peut également se perdre en l'espace d'une seconde, par manque de diligence ou en adoptant un comportement négligent.
- PE4. Cultiver et protéger la confiance qu'une autre personne fait, est une qualité fondamentale de leadership qu'il faut acquérir.



Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la réflexion, en s'assurant que tous les points d'enseignement ont été couverts. Tout point d'enseignement qui n'a pas été soulevé pendant la discussion de groupe doit être accentué pendant la révision.

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La confiance est une caractéristique clé du leadership qui pourrait aider les cadets à diriger dans un environnement de pairs. Participer à des activités de renforcement de la confiance pourrait aider les cadets en augmentant la confiance que les autres ont en eux et en augmentant leur confiance en soi.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C1-006 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 14

OCOM C203.06 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE RÉOLUTION DE PROBLÈME

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-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.

L'instructeur décide du temps consacré à chaque activité. Si le temps le permet, les activités peuvent être dirigées consécutivement. S'il y a beaucoup de participants, les activités pourraient être réalisées simultanément. Si les activités sont réalisées simultanément, prévoir une supervision suffisante.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une approche expérientielle a été choisie pour cette leçon parce qu'elle permet aux cadets d'acquérir des nouvelles compétences dans le cadre d'une expérience directe. Cette approche permet aux cadets de participer à des activités de résolution de problème et de redéfinir cette expérience d'une façon personnelle. Les cadets auront l'occasion d'examiner et de réfléchir sur ce qu'ils ont vu, ressenti et pensé pendant l'expérience, et voir comment cette expérience pourrait se rattacher à des expériences futures.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent être en mesure de participer à des activités de résolution de problème.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets participent à des activités de résolution de problème puisqu'elles pourraient leur permettre d'améliorer leurs compétences en leadership dans un environnement de pairs, en pratiquant

l'utilisation des compétences en communication, la dynamique de groupe positive et les techniques de résolution de problème.

CONNAISSANCES PRÉALABLES

Les activités de résolution de problème offrent une occasion clairement définie pour pratiquer la compétence en résolution de problème. Chaque tâche est conçue de façon à ce que le groupe doive utiliser des compétences en communication, la dynamique de groupe positive et les techniques de résolution de problème. Cette approche de résolution de problème à l'égard de l'apprentissage peut s'avérer utile pour développer la sensibilité de chaque personne dans sa prise de décision, dans ses responsabilités et sa coopération avec les autres. Le groupe aborde le problème en tirant profit des forces physiques et mentales de chacun des membres qui le composent. La résolution de problème est une façon sans précédent de renforcer le moral et de bâtir un sens de camaraderie.

ACTIVITÉ

Durée : 20 min

Méthode : Expérientielle

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de résoudre un problème dans un environnement de pairs.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ



Informez les cadets des règles de sécurité ou de toutes les lignes directrices relatives à l'activité.

1. Diviser les cadets en groupes de 8 (de préférence 4 hommes et 4 femmes).



Si le nombre d'hommes et de femmes est inégal, il est possible d'utiliser un moyen quelconque pour identifier les deux groupes (p. ex. avec chapeau/sans chapeau, avec tunique/sans tunique, entre autres).

2. Le groupe doit résoudre le problème en faisant le moins de mouvements possibles. L'objectif du jeu est que tous les hommes se retrouvent d'un côté de la ligne et que toutes les femmes se retrouvent de l'autre côté de la ligne.
3. Alternier les hommes et les femmes, en ligne.
4. Tous les mouvements doivent se faire par paires. Tous les cadets côte à côte (sans espace entre eux) pourraient constituer une paire. Les paires peuvent changer avec chaque mouvement.

5. Chaque fois qu'une paire se déplace, un espace vide est créé dans la ligne.
6. L'espace vide peut être comblé par une autre paire.
7. Les paires n'ont pas le droit de pivoter ou de se retourner.
8. Il ne doit y avoir aucun espace dans la ligne finale.



Il existe beaucoup de solutions à ce problème. Demander aux cadets d'essayer de résoudre ce problème un certain nombre de fois, en essayant de faire le moins de mouvements possibles à chaque tentative.

La séquence ci-après illustre la solution avec un minimum de 4 mouvements.

1. Mouvement 1 – La paire 2/3 passe à la fin de la ligne, et se place après le n° 8.

H F H F H F H F
1 (2 3) 4 5 6 7 8

H F H F H F F H
1 4 5 6 7 8 (2 3)

2. Mouvement 2 – La paire 5/6 se place dans l'espace vide laissé par la paire 2/3.

H F H F H F F H
1 4 (5 6) 7 8 2 3

H H F F H F F H
1 (5 6) 4 7 8 2 3

3. Mouvement 3 – La paire 8/2 se place dans l'espace vide laissé par la paire 2/3.

H H F F H F F H
1 5 6 4 7 (8 2) 3

H H F F F F H H
1 5 6 4 (8 2) 7 3

4. Mouvement 4 – La paire 1/5 se place dans l'espace vide laissé par la paire 2/3.

H H F F F F H H
(1 5) 6 4 8 2 7 3

F F F F H H H H
6 4 8 2 7 1 5 3

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

ACTIVITÉ

Durée : 20 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de résoudre un problème dans un environnement de pairs.


RESSOURCES

- Ruban-cache.
- Un chronomètre.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Au moyen du ruban-cache, faire un rectangle sur le sol, d'une longueur de 5 m et d'une largeur de 30 cm.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ



Informez les cadets des règles de sécurité ou de toutes les lignes directrices relatives à l'activité.

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Chaque groupe forme une ligne dans le rectangle, une ligne derrière l'autre, tournée vers le centre du rectangle.



Figure 1 Permutation de cadets

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

3. Chaque groupe doit changer de place avec l'autre groupe, sans toucher le sol à l'extérieur du rectangle.



Figure 2 Permutation de cadets

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

4. Chronométrer chaque tentative.
5. Pour chaque personne qui sort du rectangle, ajouter 10 secondes au temps chronométré.
6. Demander aux cadets d'essayer plusieurs fois ce jeu, en essayant de faire chaque tentative dans un minimum de temps.

MESURES DE SÉCURITÉ

Rappeler aux cadets qu'il est interdit de se chamailler ou d'essayer de pousser les autres cadets en dehors du rectangle.

RÉFLEXION

Durée : 5 min

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base pour 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 vous avez entendu et compris le cadet. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet ait la possibilité de participer. Une solution est de faire le tour du 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'avez-vous ressenti lorsque vous avez réussi de résoudre le problème?
- Q2. De quelle façon votre groupe aurait-il pu améliorer sa performance?
- Q3. Le groupe a-t-il utilisé une technique de résolution de problème? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Q4. Les membres de votre groupe ont-ils utilisé la dynamique de groupe positive pour discuter de la façon de résoudre le problème? Pourquoi ou pourquoi pas?



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.

CONCLUSION

RÉVISION

À la fin de la discussion de groupe, l'instructeur termine par un résumé de la discussion, pour s'assurer que tous les points d'enseignement ont été couverts. L'instructeur doit également saisir cette occasion pour expliquer la façon dont le cadet mettra en pratique dans l'avenir les compétences et (ou) les connaissances acquises.

POINTS D'ENSEIGNEMENT PRINCIPAUX

- PE1. Le groupe doit utiliser les compétences en communication, la dynamique de groupe positive et les techniques de résolution de problème.
- PE2. La résolution de problème développe la sensibilité de chaque personne à l'égard des décisions qu'elle prend, des responsabilités qu'elle assume et de la coopération avec les autres.
- PE3. Le groupe aborde le problème en tirant profit des forces physiques et mentales de chacun des membres qui le composent.
- PE4. La résolution de problème est une façon sans égale de renforcer le moral et de bâtir le sens de camaraderie.



Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la réflexion, en s'assurant que tous les points d'enseignement ont été couverts. Tout point d'enseignement qui n'a pas été soulevé pendant la discussion de groupe doit être accentué pendant la révision.

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La résolution de problème est une qualité essentielle de leadership. Pratiquer les compétences en résolution de problème devrait aider les cadets à diriger dans un environnement de pairs, en augmentant leur confiance en soi. Les activités de résolution de problème permettent aux cadets de mettre en pratique les compétences en communication, la dynamique de groupe positive et les techniques de résolution de problème.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C1-006 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.



INSTRUCTION COMMUNE
TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION
GUIDE PÉDAGOGIQUE
BONNE FORME PHYSIQUE ET MODE DE VIE SAIN



SECTION 1

OREN X04 – SUIVRE LA PARTICIPATION À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans la publication 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 une classe 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 la publication 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,
- 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,
- CX04.02 – Participer à des activités qui renforcent les trois éléments de la bonne forme physique.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



**INSTRUCTION COMMUNE
TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION
GUIDE PÉDAGOGIQUE
ACTIVITÉS PHYSIQUES**



SECTION 1

OREN X05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans la publication 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



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M206.01 – 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-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 et les ordres permanents du champ de tir de l'unité pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon. Les photocopies des cibles qui se trouvent dans les annexes peuvent être requises, selon les activités choisies.

Construire un champ de tir conformément à 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

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 et servira à présenter des renseignements importants au sujet de l'activité de tir de précision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE2 parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience du tir de précision récréatif dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances relatives au tir de précision récréatif dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon fera partie de l'OCOM M106.02 (Effectuer le contrôle de sécurité de la carabine à air comprimé des cadets).

QUESTIONS SUGGÉRÉES

- 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, les cadets devront 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

Donner une séance d'information sur le champ de tir

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



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.

SÉANCE D'INFORMATION SUR LE CHAMP DE TIR

- Expliquer les sections pertinentes des ordres permanents locaux du champ de tir.
- Les règles à observer sur tous les champs de tir sont les suivantes :
 - 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;
 - ne jamais pointer une carabine vers une personne;

- insérer la tige de sécurité dans le canon de la carabine lorsque celle-ci n'est pas utilisée sur le champ de tir;
- ne jamais se bousculer sur un champ de tir;
- toujours pointer la carabine en direction de la cible; et
- 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 du présent PE doivent être simulés.

- Réviser les commandements utilisés sur un champ de tir pour carabine à air comprimé (conformément aux indications données à la figure 1).

Commandement	Action
Relève, avancez au pas de tir	Se lever et avancer au 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 : <ul style="list-style-type: none"> • Groupement (relève); • Distance; • Indication (nombre de coups); et • Type de tir (groupement, pointage).
Relève, chargez	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prendre la carabine avec la main dominante. 2. S'assurer que le cran de sécurité est enclenché. 3. Pomper la carabine, en faisant un arrêt de trois secondes. 4. Charger un plomb (extrémité plate vers l'avant). 5. Fermer la culasse.
Relève, tirez	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pousser le cran de sécurité vers la gauche (position de désenclenchement). 2. Viser la cible. 3. Appuyer sur la détente. 4. Ouvrir la culasse. 5. Répéter la séquence suivante pour chaque coup : <ol style="list-style-type: none"> a. Pomper la carabine, en faisant un arrêt de trois secondes. b. Charger un plomb (extrémité plate vers l'avant). c. Fermer la culasse. d. Viser la cible. e. Appuyer sur la détente. f. Ouvrir la culasse. 6. Pousser le cran de sécurité vers la droite (position d'enclenchement). 7. Ouvrir partiellement la poignée de la pompe. 8. Déposer la carabine.

Figure 1 Commandements du champ de tir à la carabine à air comprimé

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

- Décrire la disposition du champ de tir à la carabine à air comprimé.
- Réviser les procédures pour se laver les mains à la fin des tirs. 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.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1**QUESTIONS**

- Q1. Nommez deux règles à suivre sur le champ de tir.
- Q2. Quelle action doit suivre le commandement « Avancez au pas de tir »?
- Q3. À quoi correspond l'acronyme « GDIT »?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les règles générales observées sur un champ de tir sont les suivantes :
- 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.
 - Ne jamais pointer une carabine vers une personne.
 - Insérer la tige de sécurité dans le canon de la carabine lorsque celle-ci n'est pas utilisée sur le champ de tir.
 - Ne jamais se bousculer sur un champ de tir.
 - Toujours pointer la carabine en direction de la cible.
 - Toujours obéir aux directives et aux ordres de l'officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir).
- R2. L'action qui doit suivre le commandement « Avancez au pas de tir » est la suivante : se lever et avancer au pas de tir et attendre le commandement suivant.
- R3. L'acronyme GDIT signifie :
- Groupement (relève);
 - Distance;
 - Indication (nombre de coups); et
 - Type de tir (groupement, pointage).

Point d'enseignement 2**Superviser la participation des cadets à une activité récréative de tir de précision**

Durée : 70 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de donner la chance aux cadets de participer à une activité récréative de tir de précision.

RESSOURCES

- Des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Une tige de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des lunettes de sécurité.
- Des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé (.177).
- Un cadre de cible.
- Un stylo et un crayon.
- Un tapis de tir.
- Des drapeaux (rouge et vert).



D'autres ressources requises pour des activités de tir de précision spécifiques se trouvent dans les annexes.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Construire un champ de tir conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Diviser les cadets en équipes de relève d'après le nombre de couloirs de tir.
- Conduire des activités récréatives de tir de précision, en choisissant l'une des catégories suivantes :
 - tirs de qualification (consulter l'annexe A);
 - activités amusantes (consulter les annexes B à E);
 - activités chronométrées (consulter les annexes F à H); ou
 - activités compétitives individuelles ou en équipe (consulter les annexes I et J).



Toutes les activités de tir de précision dans le présent OCOM seront exercées dans la position couchée.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les activités au champ de tir seront exercées conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002.

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 activités du PE2 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 la capacité de travailler en équipe. Cette activité a également évolué 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.

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.

A0-041 OAIC 14-41 D Cad 4. (2005). *Classification de tir de précision*. Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-103 Free Fever. (aucune date). *Free Space Shuttle Clip Art*. Extrait le 21 février 2007 du site <http://www.freefever.com/freeclipart/spaceshuttle.html>.

C0-109 Eight Planets. (aucune date). *Moon*. Extrait le 21 février 2007 du site <http://luna.eightplanets.net/>.

C0-110 H2O University. (aucune date). *Moon*. Extrait le 21 février 2007 du site http://www.h2ouniversity.org/html/K2_facts_earth.html.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

ACTIVITÉ DE CLASSIFICATION

ACTIVITÉ DE CLASSIFICATION

Objectif : Donner aux cadets l'occasion d'obtenir des classifications de tir de précision.

Pointage : Il existe quatre niveaux de classification qui doivent respecter les normes suivantes :

1. Tireur d'élite : Deux tirs de groupement de cinq plombs à l'intérieur d'un cercle de 3 cm de diamètre.
2. Tireur de 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 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 (p. B1-1).
- Un chronomètre.

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

Lignes directrices de 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 leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. Les cadets tireront cinq plombs dans chaque cercle de la cible.
5. Accorder aux cadets un maximum de 15 minutes pour tirer.
6. Demander aux cadets d'enlever leurs cibles.
7. Compter le pointage des cibles à l'aide du gabarit de pointage pour le tir de groupement de carabine à air comprimé.

Les actions et les équipements suivants sont interdits :

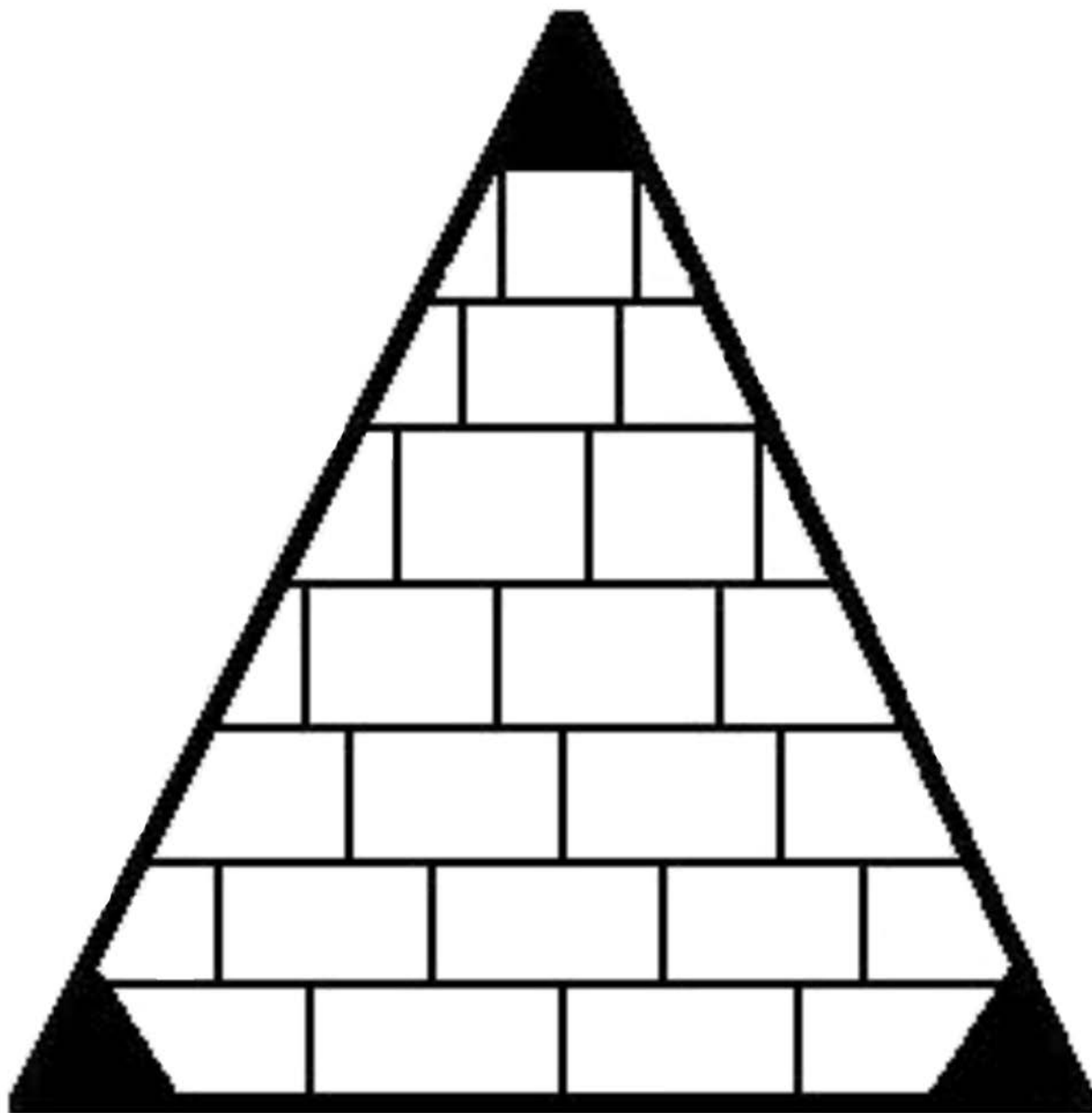
- Modifications des carabines.
- Chargeur de plombs.
- Supports utilisés pour la carabine ou l'avant-bras.
- Télescope d'observation.
- Mires non fournies avec la carabine à air comprimé des cadets.
- Encadrement.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

ACTIVITÉS AMUSANTES

PYRAMIDE
Objectif : Tirer des plombs sur chaque point de la pyramide.
Pointage : Un point est accordé pour chaque point de la pyramide touché par un plomb.
Équipement requis : Obligatoire : Cible pyramidale (une par cadet). L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit : <ul style="list-style-type: none">• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;• une veste de tir;• un gant de tir; ou• une casquette de tir.
Lignes directrices de l'activité : <ol style="list-style-type: none">1. Donner une cible pyramidale à chaque cadet.2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.4. On remettra aux cadets trois plombs pour qu'ils en tirent un sur chaque coin de la pyramide.5. Trois minutes seront accordées aux cadets pour qu'ils tirent.6. Effectuer le comptage en accordant un point par coin touché de la pyramide.7. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.8. Remettre les cibles aux cadets. Les actions et les équipements suivants sont interdits : <ul style="list-style-type: none">• 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.

CIBLE PYRAMIDALE



Nom : _____

Date : _____

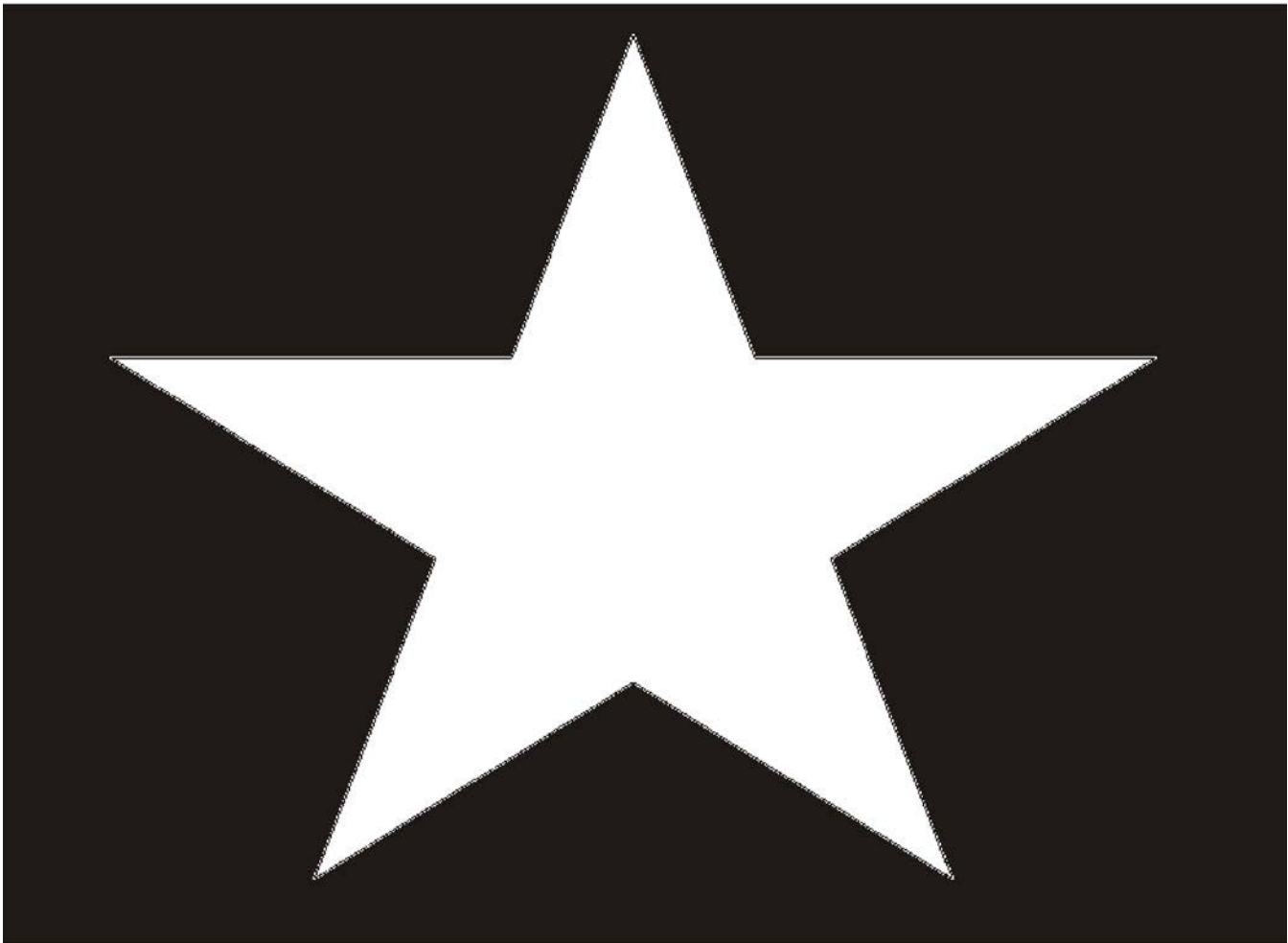
Figure B-1 Cible pyramidale

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS AMUSANTES

CIBLE EN ÉTOILE
Objectif : Tirer des plombs sur chaque point de l'étoile.
Pointage : Un point est accordé pour chaque point de l'étoile touché par un plomb.
Équipement requis : Obligatoire : Cible en étoile (une par cadet). L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit : <ul style="list-style-type: none">• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;• une veste de tir;• un gant de tir; ou• une casquette de tir.
Lignes directrices de l'activité : <ol style="list-style-type: none">1. Donner une cible en étoile à chaque cadet.2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.4. On remettra aux cadets cinq plombs pour qu'ils en tirent un sur chaque pointe de l'étoile.5. Cinq minutes seront accordées aux cadets pour qu'ils tirent.6. Effectuer le comptage en accordant un point par pointe de l'étoile touchée par un plomb.7. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.8. Remettre les cibles aux cadets. Les actions et les équipements suivants sont interdits : <ul style="list-style-type: none">• 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.

CIBLE EN ÉTOILE



Nom : _____

Date : _____

Figure C-1 Cible en étoile

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS AMUSANTES

BALLON DE PLAGE

Objectif : Tirer dix plombs dans le cercle noir du ballon de plage.

Pointage : Un point sera accordé pour chaque tir effectué dans le cercle noir.

Équipement requis :

Obligatoire : Cible-ballon de plage (un par cadet).

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

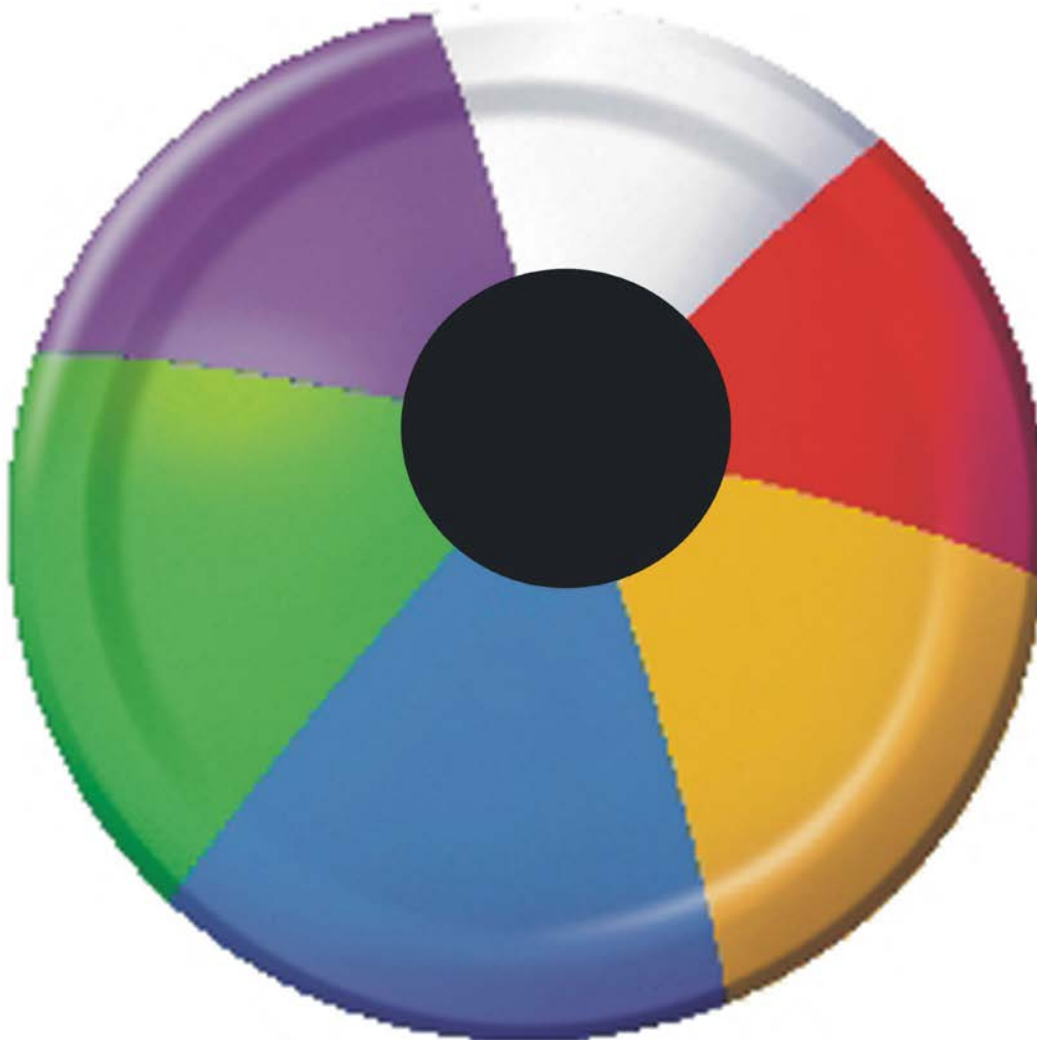
Lignes directrices de l'activité :

1. Donner un ballon de plage à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. On remettra aux cadets dix plombs à tirer dans le cercle noir du ballon de plage.
5. Dix minutes seront accordées aux cadets pour qu'ils tirent.
6. Effectuer le comptage en accordant un point par plomb tiré dans le cercle noir.
7. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.
8. Remettre les cibles aux cadets.

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.

CIBLE-BALLON DE PLAGE



Nom : _____

Date : _____

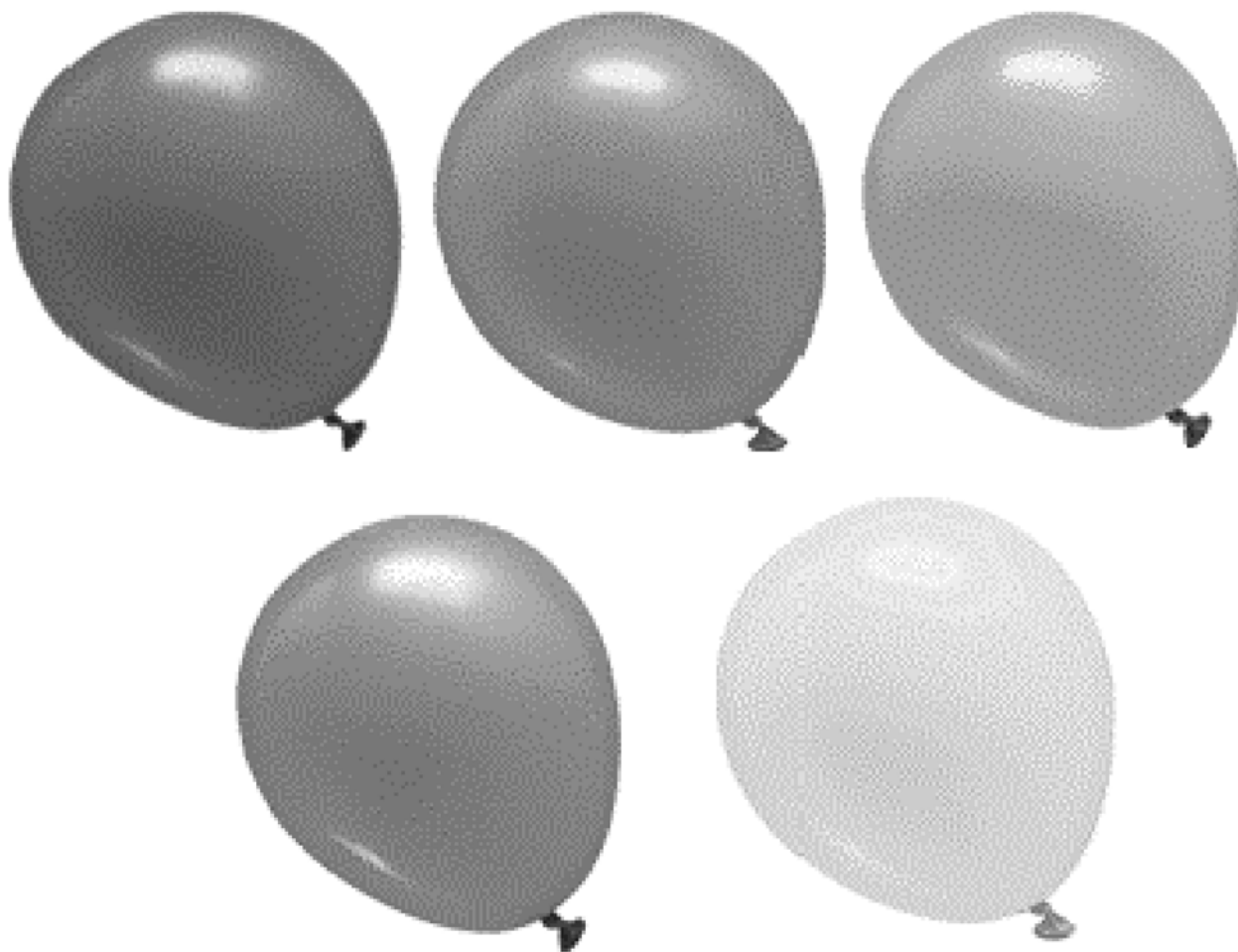
Figure D-1 Cible-ballon de plage

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS AMUSANTES

BALLONS
Objectif : Tirer des plombs sur les cibles-ballons.
Pointage : Un point sera accordé pour chaque ballon touché par un plomb.
Équipement requis : Obligatoire : Cible-ballon (une par cadet). L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit : <ul style="list-style-type: none">• une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;• une veste de tir;• un gant de tir; ou• une casquette de tir.
Lignes directrices de l'activité : <ol style="list-style-type: none">1. Donner une cible-ballon à chaque cadet.2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.4. On remettra aux cadets cinq plombs pour qu'ils en tirent un sur chaque pointe de l'étoile.5. Cinq minutes seront accordées aux cadets pour qu'ils tirent.6. Effectuer le comptage en accordant un point par ballon touché.7. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.8. Remettre les cibles aux cadets. Les actions et les équipements suivants sont interdits : <ul style="list-style-type: none">• 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.
Nota : On peut utiliser de vrais ballons au lieu de cibles en papier.

CIBLE-BALLON



Nom : _____

Date : _____

Figure E-1 Cible-ballon

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES

VISER LES POINTS

Objectif : Tirer des plombs sur les points de la cible dans le sens horaire, dans un délai fixé.

Pointage : Un point est accordé pour chaque point noir touché par un plomb dans le délai fixé.

Équipement requis :

Obligatoire :

- Cible-viser les points (une par cadet).
- Chronomètre.

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

Lignes directrices de l'activité :

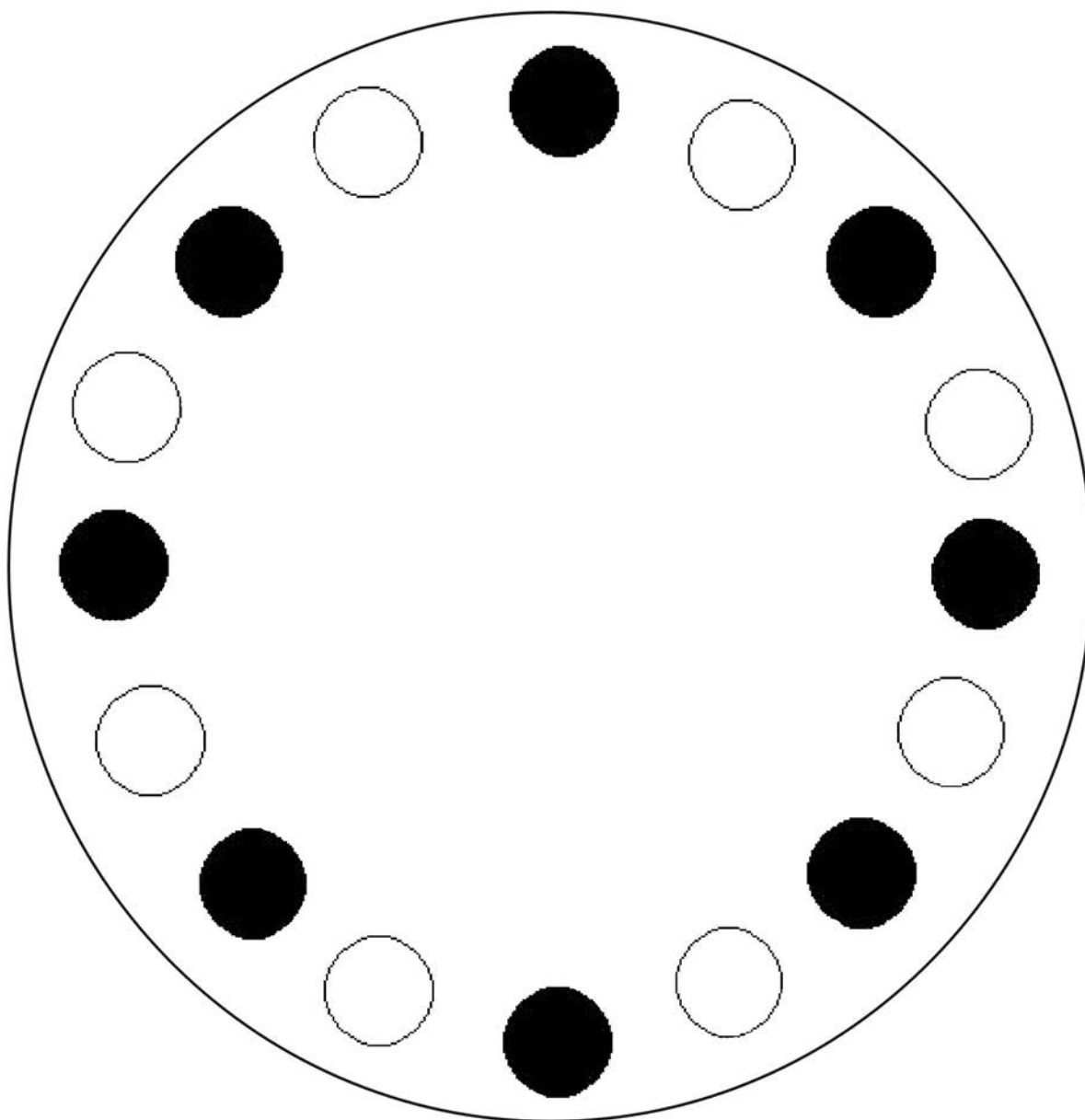
1. Donner une cible-viser les points à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. Les cadets recevront 16 plombs.
5. Les cadets tireront un plomb dans les cercles noirs, en sens horaire, sur la cible.
6. On suggère pour cette activité un délai fixé de huit minutes.
7. Demander aux cadets d'enlever leurs cibles.
8. Compter les points pour les cibles d'après la méthode décrite ci-haut.
9. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.
10. Remettre les cibles aux cadets.

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.

Nota : Pour augmenter le niveau de difficulté de cette activité, raccourcir le délai fixé.

CIBLE-VISER LES POINTS



Nom : _____

Date : _____

Figure F-1 Cible-viser les points

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES

GRILLE POUR LES TIRS DE VITESSE

Objectif : Tirer des plombs dans les cercles de la cible, dans un délai fixé.

Pointage : Un point est accordé pour chaque cercle touché par un plomb dans le délai fixé.

Équipement requis :

Obligatoire :

- Chargeur de cinq plombs pour carabine à air comprimé des cadets (trois par couloir de tir).
- Cible-grille de vitesse (une par cadet).
- Chronomètre.

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

Lignes directrices de l'activité :

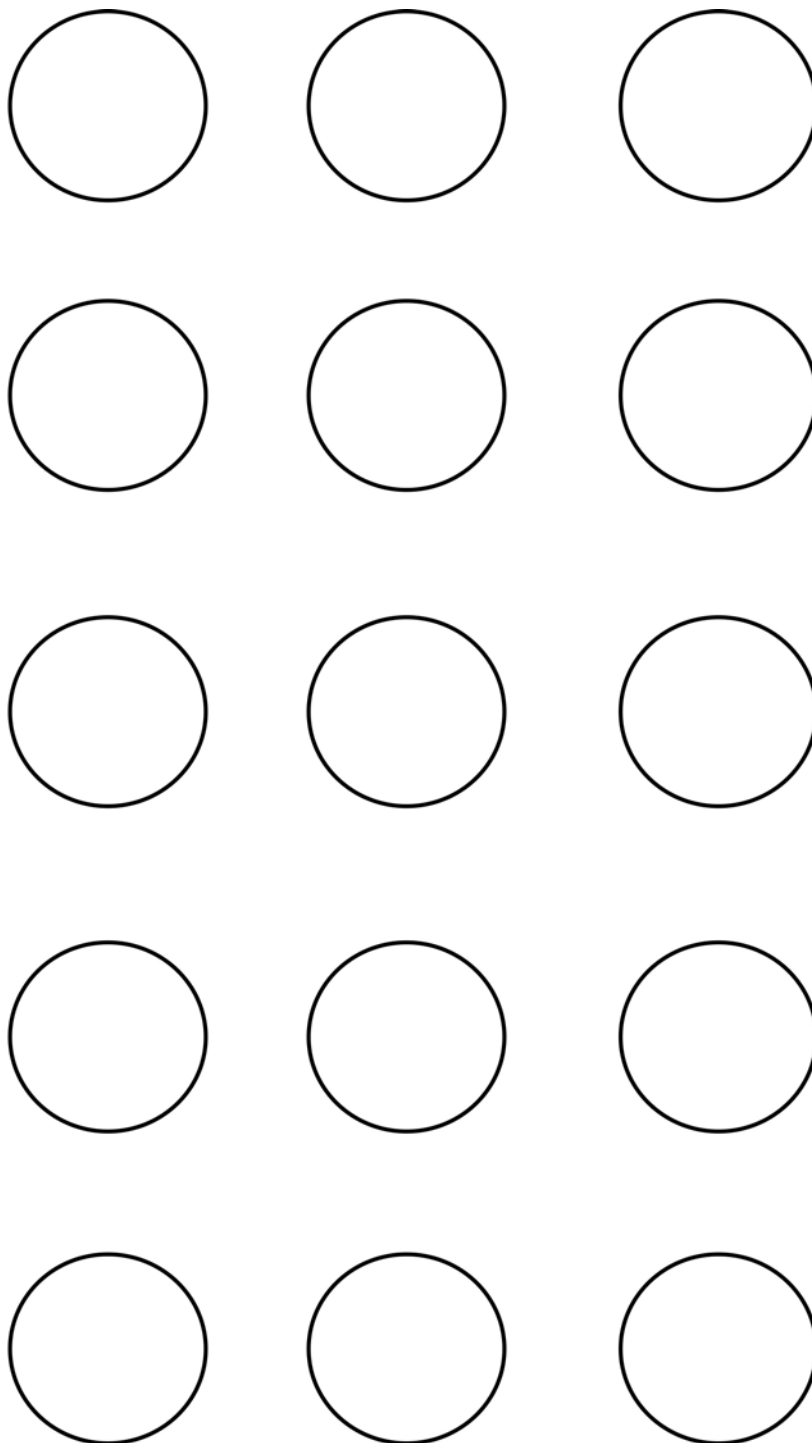
1. Donner une cible-grille de vitesse à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. Cinq plombs seront préchargés dans le chargeur de cinq plombs pour carabine à air comprimé des cadets. Chaque cadet utilisera trois chargeurs.
5. Les cadets tireront un plomb dans chaque cercle sur la cible.
6. On suggère pour cette activité un délai fixé de 15 minutes.
7. Demander aux cadets d'enlever leurs cibles.
8. Compter les points pour les cibles d'après la méthode décrite ci-haut.
9. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.
10. Remettre les cibles aux cadets.

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.

GRILLE DE CIBLES POUR LES TIRS DE VITESSE



Date : _____

Nom : _____

Figure G-1 Cible-grille de vitesse

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS CHRONOMÉTRÉES

UNE COURSE CONTRE LA MONTRE

Objectif : Tirer des plombs sur les heures désignées (les nombres), dans un délai fixé.

Pointage : Un point est accordé pour chaque heure désignée (nombre) touchée par un plomb dans le délai fixé.

Équipement requis :

Obligatoire :

- Cible de course contre la montre (une par cadet).
- Chronomètre.

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

Lignes directrices de l'activité :

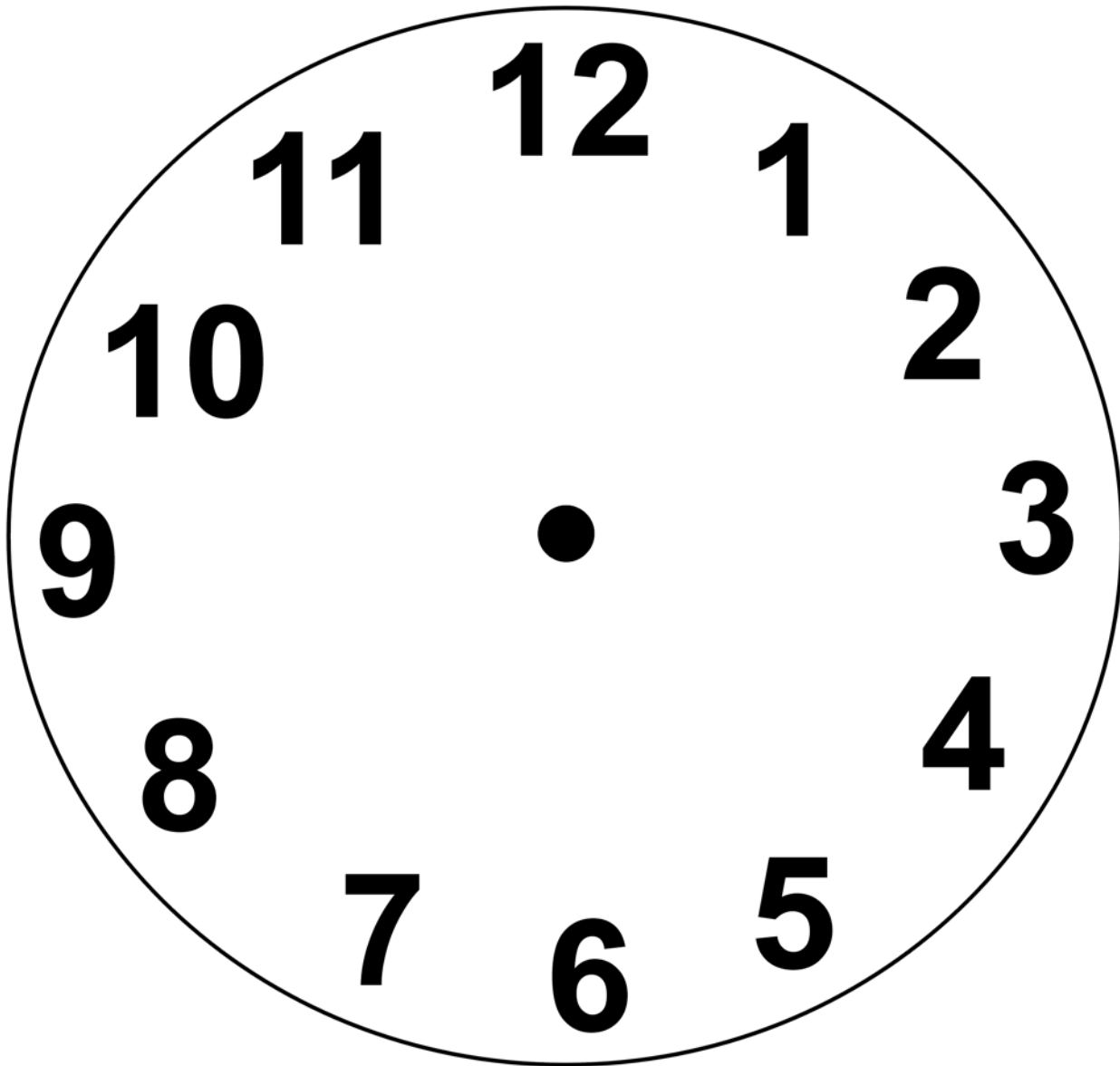
1. Donner une cible-course contre la montre à chaque cadet.
2. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
3. Les cadets tireront en se relayant après les commandements donnés par l'O Sécur Tir.
4. Les cadets recevront six plombs.
5. L'O Sécur Tir appelle six heures (nombres), soit une heure par période de cinq secondes, pour une horloge de 24 heures.
6. Les cadets doivent tirer un plomb pour chaque heure (nombre) criée par l'O Sécur Tir (p. ex., si 13 heures est appelé, le cadet doit tirer sur le 1 de la face de l'horloge).
7. Demander aux cadets d'enlever leurs cibles.
8. Effectuer le comptage en accordant un point par nombre correct touché sur la cible.
9. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.
10. Remettre les cibles aux cadets.

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 DE COURSE CONTRE LA MONTRE



Nom : _____

Date : _____

Figure H-1 Cible-horloge

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

ACTIVITÉS COMPÉTITIVES

COMPÉTITION DE TIR DE PRÉCISION AVEC LE CORPS OU L'ESCADRON DES CADETS

Objectif : Donner aux cadets l'occasion de compétitionner à l'extérieur du corps ou l'escadron des cadets.

Pointage : Des points seront attribués aux cibles conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, de la façon suivante :

- Chaque cible vaut un pointage possible maximal de 100 points (10 schémas d'une valeur de 10 points chacun).
- Tous les trous touchés sont comptés d'après la plus haute valeur du cercle de pointage touché par le trou du plomb.
- Les coups qui atteignent l'extérieur des cercles de pointage reçoivent une valeur de zéro.
- Si le nombre de coups tirés sur la cible est supérieur au nombre accordé, les coups qui ont la valeur la plus élevée seront éliminés jusqu'à ce qu'on arrive au bon nombre de coups sur la cible. Deux points seront soustraits du pointage pour chaque coup tiré dépassant le nombre accordé.
- 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 tiré en plus du nombre accordé.

Équipement requis :

Obligatoire : Cibles de compétition CCT2001AR853 du Mouvement des cadets du Canada (deux par cadet).

L'équipement optionnel pour les tirs se limite à ce qui suit :

- une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- une veste de tir;
- un gant de tir; ou
- une casquette de tir.

Lignes directrices de l'activité :

1. L'activité peut être menée individuellement ou par équipes de quatre.
2. Donner deux cibles de compétition CCT2001AR853 du Mouvement des cadets du Canada à chaque cadet.
3. Demander aux cadets d'écrire leur nom et leur grade sur la cible et de la fixer au cadre de cible.
4. Il sera accordé 30 minutes aux cadets pour tirer 20 plombs (un plomb sur chaque schéma [les plombs de zéro tage sont autorisés]).
5. Une fois que l'activité est terminée ou si le temps le permet, placer les cibles à l'extérieur pour que les cadets puissent les examiner.
6. Après cet examen, toutes les cibles seront ramassées par l'O Sécur Tir qui enregistrera les résultats.
7. Remettre les cibles aux cadets.

Les actions et les équipements suivants sont interdits :

- Tirs croisés.
- Modifications des carabines.

COMPÉTITION DE TIR DE PRÉCISION AVEC LE CORPS OU L'ESCADRON DES CADETS

- 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

Objectif : Donner aux cadets l'occasion de compétitionner à l'extérieur du corps ou l'escadron des 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 menées au cours de l'année d'instruction 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 minimal de 75 : 288 300 km de la Terre.
3. Ingénieur en chef : un pointage minimal de 50 : 192 200 km de la Terre.
4. Agent scientifique : un pointage minimal de 25 : 96 100 km de la Terre, lancement lunaire!

Équipement requis :

Obligatoire : Toutes les cibles utilisées pour les activités de tir de précision au cours de l'année d'instruction.

Lignes directrices de 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. Si cette activité est menée, il faut tenir un registre des pointages des cadets 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



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM C206.01 – PRATIQUER LES TECHNIQUES POUR TENIR LA CARABINE

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-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.

Pour que les cadets soient confortables pendant cette leçon, il est recommandé qu'ils portent des vêtements de conditionnement physique.

S'assurer que toutes les bretelles de carabine à air comprimé des cadets sont bien assemblées (sauf une bretelle réservée aux fins de démonstration).

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE1 et PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les techniques de prise de la carabine que le cadet doit acquérir.

La méthode d'instruction par exécution a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet aux cadets de pratiquer les techniques pour tenir la carabine sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon fait partie de l'OCOM M106.03 (Appliquer les techniques d'instruction du tir de précision), en particulier l'adoption de la position couchée.



Demander à un aide-instructeur de s'allonger sur un tapis en position couchée, sans la carabine à air comprimé des cadets. Allouer deux minutes aux cadets pour leur permettre de souligner ou corriger certains aspects de la position.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra avoir pratiqué des techniques pour tenir la carabine.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets pratiquent les techniques pour tenir la carabine en utilisant la bretelle de carabine à air comprimé des cadets, parce qu'ils amélioreront alors leurs compétences en tir de précision grâce à une stabilité accrue en position de tir.

Point d'enseignement 1

Expliquer et démontrer comment adopter la position couchée

Durée : 5 min

Méthode : Démonstration



Un aide-instructeur pourrait aider à faire la démonstration des explications que l'instructeur donne sur la position couchée.

LA POSITION COUCHÉE

Le premier principe du tir de précision est de trouver une position couchée confortable. La position couchée est la position de tir la plus stable; la carabine à air comprimé des cadets est alors supportée par la structure du corps. Cette position requiert peu de mouvements et de tension musculaire pour la prise de la carabine à air comprimé des cadets, de sorte que :

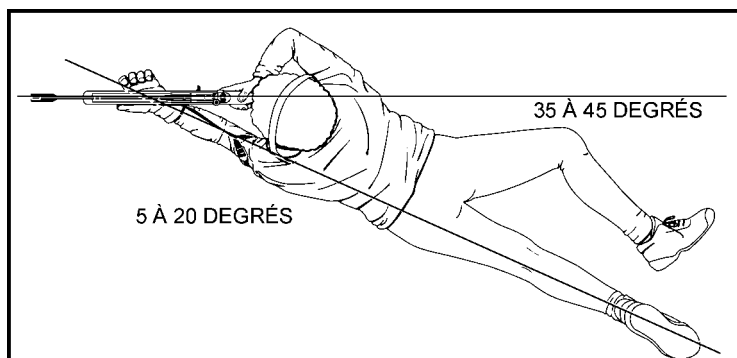


Figure 1 Position couchée

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-3)

- le poids du corps est réparti uniformément;
- la position est stable tout le long du tir;
- le corps forme un angle de 5 à 20 degrés avec la ligne de visée par rapport à la cible;
- le corps est allongé et la colonne vertébrale est droite;
- la jambe gauche est parallèle avec la colonne vertébrale;
- le pied droit est en ligne droite ou tourné vers la droite;

- le pied gauche est allongé en ligne droite jusqu'à la pointe du pied, ou il pointe vers la droite; et
- le genou droit est remonté, afin que la cuisse forme un angle de 30 à 45 degrés par rapport à la jambe gauche.



Le fait de plier le genou droit accroît la stabilité. Le corps tourne alors légèrement, levant le diaphragme au-dessus du sol et facilitant la respiration; cette position réduit aussi le mouvement du corps causé par la pulsation cardiaque normale.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité de technique pour tenir la carabine du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 2

Expliquer et démontrer la façon de tenir la carabine à air comprimé des cadets en utilisant la bretelle

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration

La bretelle de la carabine à air comprimé des cadets aide le cadet à maintenir une position stable et confortable, ce qui améliore la façon de tenir la carabine. Elle libère également la main droite pour lui permettre de charger la carabine pendant qu'elle demeure en position.



Placer les cadets de manière à ce qu'ils puissent tous entendre les explications et voir la démonstration.

ASSEMBLAGE DE LA BRETELLE

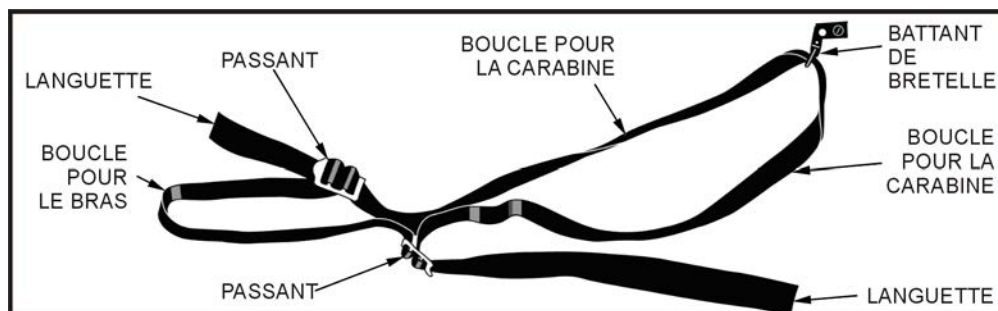


Figure 2 Bretelle de la carabine à air comprimé des cadets

A-CR-CCP-121/PT-001, Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne (page 6-17)

La bretelle de la carabine à air comprimé des cadets doit être assemblée dans l'ordre suivant :

1. Placer la bretelle parallèlement au sol en tenant la section courte dans la main gauche et en s'assurant que le bout arrondi du passant est orienté vers la gauche.
2. Prendre la languette de la section courte et l'attacher en la rentrant par la fente centrale du passant puis en la sortant par la fente avant, le plus près du bout arrondi. La section courte forme maintenant la boucle pour le bras.

3. Retourner la bretelle et faire glisser le battant de bretelle sur la section longue. S'assurer que le battant de bretelle pend vers le bas, car il sera attaché à la carabine plus tard.
4. Prendre la languette de la section longue et l'attacher en la rentrant par la fente centrale du passant puis en la sortant par la fente arrière, la plus près du bout arrondi. La section longue forme maintenant la boucle pour la carabine.



Un instructeur adjoint peut aider à faire la démonstration des explications que l'instructeur donne sur la façon de porter la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets, de l'ajuster et de l'attacher.

POSITIONNEMENT DE LA BRETELLE SUR LE BRAS

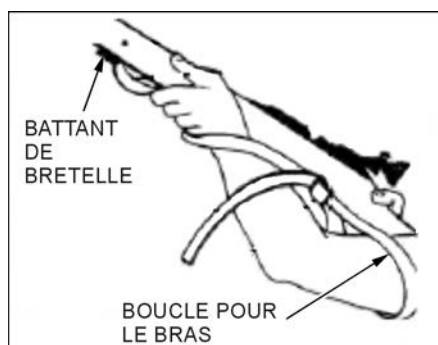


Figure 3 Positionnement de la bretelle

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 7)

On doit placer la boucle pour le bras de la bretelle sur la partie supérieure du bras, en haut des biceps, près de l'épaule. La bretelle peut être maintenue en place sur une veste de tir par le coussinet en caoutchouc. Lorsqu'une veste de tir n'est pas portée, la bretelle peut être maintenue en place à l'aide d'une épingle de sûreté. Cette mesure empêchera la bretelle de glisser vers le bas sur le bras en position couchée.

AJUSTEMENT DE LA BOUCLE POUR LE BRAS

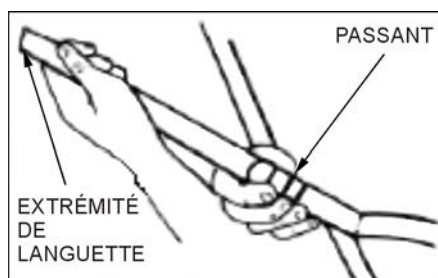


Figure 4 Ajustement de la boucle pour le bras

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 8)

Pour ajuster la boucle pour le bras, tirer la languette dans le sens opposé au passant. Si la bretelle est trop lâche, elle ne supportera pas entièrement la carabine à air comprimé des cadets, qui aura besoin d'être tenue en place par les muscles. Si la bretelle est trop serrée, elle bloquera la circulation du sang dans le bras, ce qui pourrait causer l'inconfort, l'engourdissement ou la sensation accentuée de la pulsation du corps. La bretelle

doit donc être confortable sur le bras et ne pas le serrer, tout en supportant au maximum la carabine à air comprimé des cadets.

ATTACHE DE LA BRETELLE À LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS

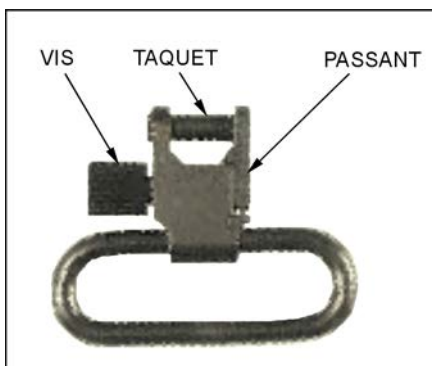


Figure 5 Battant de bretelle

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

Pour attacher la bretelle à la carabine à air comprimé des cadets, suivre simplement les instructions suivantes :

1. ouvrir le passant sur le battant de bretelle en appuyant sur la vis;
2. insérer le taquet dans le trou du battant de bretelle sur l'extrémité avant de la carabine; et
3. visser le passant sur le taquet pour bloquer le battant en place.

AJUSTEMENT DE LA BOUCLE POUR LA CARABINE

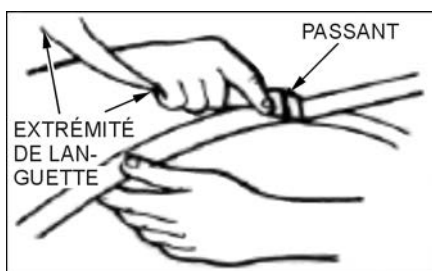


Figure 6 Ajustement de la boucle pour la carabine

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 8)

Pour ajuster la boucle pour la carabine, tirer la languette dans le sens opposé au passant. La tension de la bretelle doit permettre de placer l'avant-bras en bonne position. Si la bretelle est lâche, elle ne supportera pas au maximum la carabine à air comprimé des cadets. Si la bretelle est trop serrée, elle pourrait causer de l'inconfort et nuire à la position du cadet.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité de technique pour tenir la carabine du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3**Diriger une activité de technique pour tenir la carabine**

Durée : 10 min

Méthode : Exécution

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de faire adopter la position couchée par les cadets, en positionnant la bretelle sur leur bras, en ajustant la boucle pour le bras, en attachant la bretelle à la carabine à air comprimé et en ajustant la boucle pour la carabine.

RESSOURCES

- Des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (une par carabine).
- Des tapis de tir (un par couloir de tir).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un champ de tir à la carabine à air comprimé sera conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8. Si un champ n'est pas disponible, préparer le secteur d'entraînement de manière à établir une position de tir simulée. L'aide-instructeur pourra confirmer la position des cadets.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes égaux en fonction du nombre de couloirs de tir.
2. À tour de rôle, chaque groupe de cadets doit s'allonger sur les tapis et adopter la position couchée.
3. Tout en les aidant, permettre aux cadets de pratiquer la position couchée telle qu'elle a été enseignée.
4. Demander aux cadets de placer la bretelle sur leur bras et d'ajuster la boucle pour le bras.
5. Demander aux cadets d'attacher la bretelle à la carabine à air comprimé et de placer la carabine sur leur épaule.
6. Demander aux cadets d'ajuster la boucle pour la carabine de la bretelle.
7. Demander aux cadets d'adapter leur position couchée.
8. Inspecter chaque cadet pour voir si la bretelle est bien en place sur le bras et si la tension des boucles de la bretelle est bien ajustée.
9. 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 doivent manipuler les carabines à air comprimé comme si elles étaient chargées.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité de technique pour tenir la carabine servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité de technique pour tenir la carabine du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La position couchée et la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets sont essentielles à l'amélioration des techniques de tir de précision. En pratiquant la position couchée avec la bretelle, les cadets peuvent améliorer leur technique et leur pointage de tir de précision.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les instructions peuvent être modifiées pour les cadets gauchers (p. ex. indiquer la main gauche ou le pied gauche lorsque les instructions font appel à la main droite ou au pied droit).

Le présent OCOM vise à améliorer et développer davantage les techniques enseignées à l'OCOM M106.03 (Appliquer les techniques d'instruction du tir de précision).

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.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM C206.02 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE VISÉE

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-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

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE1 et PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les compétences liées aux techniques de visée, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE2 pour présenter les méthodes de la visée.

INTRODUCTION

RÉVISION

Réviser les points suivants de l'OCOM M106.03 (Appliquer les techniques d'instruction du tir de précision).

- Pour arriver à bien viser, il faut adopter une position couchée confortable et s'assurer que le corps est aligné avec la cible.
- Alignement des mires – Il s'agit de l'alignement de l'œil, de la mire arrière et de la mire avant.
- Pour obtenir la bonne image de visée, il faut garder le point noir de visée au centre des cercles concentriques que sont les mires avant et arrière.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra avoir pratiqué des techniques de visée.

IMPORTANTANCE

Il est important que les cadets pratiquent les techniques de visée pendant qu'ils utilisent la bretelle de carabine à air comprimé des cadets, parce qu'elle améliorera leur compétence en tir de précision grâce à une stabilité accrue en position de tir.

Point d'enseignement 1

Expliquer et démontrer comment utiliser la vision et la faire pratiquer par les cadets

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

Avant d'effectuer une tâche manuelle, il faut déterminer quelle main et quel pied on utilisera. Est-on gaucher ou droitier? Le même principe s'applique à la visée; il faut d'abord déterminer quel œil on utilisera pour la visée avec la carabine à air comprimé des cadets. Pour ce faire, les cadets doivent déterminer quel est leur œil dominant, apprendre à tirer avec les deux yeux ouverts et éviter de fixer un objet pendant plusieurs secondes.

DÉTERMINATION DE L'ŒIL DOMINANT

Tout le monde a un œil dominant, qui est celui qui envoie la principale source d'information visuelle au cerveau. L'autre œil est utilisé par le cerveau pour évaluer les distances et établir des points de référence. L'œil dominant est celui qu'il faut utiliser pour viser avec la carabine à air comprimé des cadets.



L'œil dominant se trouve normalement du même côté du corps que la main dominante. S'il se trouve du côté opposé de la main dominante, vous devriez essayer de tirer du côté de votre œil dominant.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de déterminer quel est leur œil dominant.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

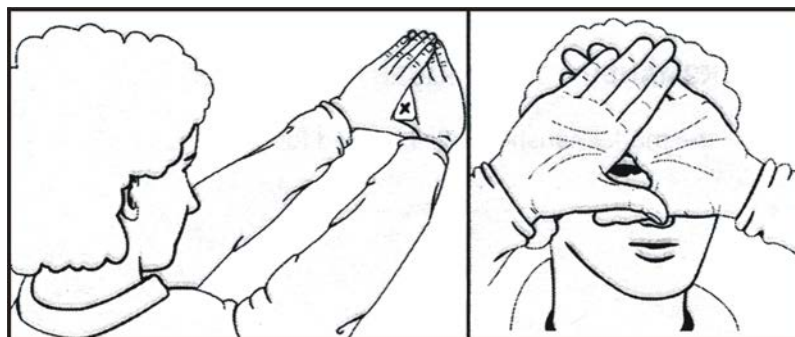


Figure 1 Détermination de l'œil dominant

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-2)

1. Demander aux cadets de se tenir debout, dos à dos.
2. Choisir un petit objet, de préférence à une distance d'au moins 5 mètres.
3. Faire face à l'objet et étendre les deux mains devant le visage.
4. Former une petite ouverture en triangle autour de l'objet avec les deux mains.
5. Regarder l'objet à travers le triangle formé et approcher les mains vers le visage.
6. S'assurer que l'objet visé reste centré dans le triangle formé avec les mains.
7. Les cadets devraient regarder l'objet à travers le triangle formé avec un seul oeil (le plus fort des deux). Il s'agit de leur œil dominant.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

TIRER AVEC LES DEUX YEUX OUVERTS

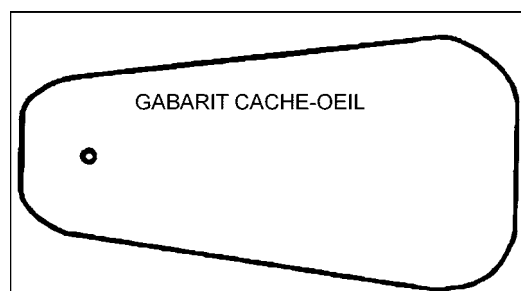


Figure 2 Gabarit cache-œil

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-2)

Les yeux humains travaillent toujours ensemble. Si un œil est fermé, l'autre œil se plissera et sa mise au point sera gênée.

Certains cadets ont de la difficulté à viser convenablement; on devrait utiliser un cache-œil sur l'œil qui ne vise pas pour aider à éviter de plisser les yeux et de les fatiguer. Le cache-œil permet aux cadets de voir une image de visée au point tout en ayant les deux yeux ouverts.

Le cache œil devrait être translucide (en plastique ou en papier), de manière à bloquer les images tout en laissant passer la lumière. Il doit pouvoir se fixer facilement à la mire arrière ou aux lunettes du tireur.



Demander aux cadets de regarder un point sur le mur avec les deux yeux ouverts, puis leur demander de tenir une feuille blanche devant l'œil qui ne vise pas. L'objet devrait pouvoir être perçu clairement.

ÉVITER DE FIXER

Si une personne fixe un objet, p. ex. le point noir de visée d'une cible, pendant plus de quelques secondes, cette image peut être floue dans son esprit et le tireur verra une image « fantôme » de la cible lorsqu'il regardera ailleurs. Pour un cadet, il est important d'éviter de fixer un objet pendant le déroulement du programme d'instruction de tir de précision, car cela pourrait entraîner une perte de perception visuelle et ses performances visuelles pourraient être affectées. Pour éviter ceci, les cadets peuvent tout simplement cligner des yeux à toutes les quatre ou cinq secondes.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

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

Point d'enseignement 2

Identifier et expliquer les aspects de la visée

Durée : 25 min

Méthode : Exposé interactif

Avant que les cadets puissent viser quelque chose avec précision avec la carabine à air comprimé des cadets, ils doivent d'abord distinguer les aspects de la visée. Pour ce faire, ils doivent comprendre que les mires de la carabine à air comprimé des cadets, la position naturelle de la tête et la distance entre l'œil et la mire sont tous des éléments essentiels de la visée.

LES MIRES DE LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS

La carabine à air comprimé des cadets comprend deux mires : la mire avant et la mire arrière.



Expliquer aux cadets que la mire avant et la mire arrière de la carabine à air comprimé des cadets doivent être utilisées ensemble si l'on veut obtenir une image de visée.

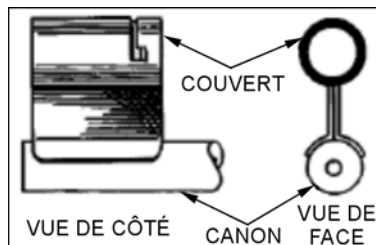


Figure 3 Mire avant

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-5)

Mire avant. La mire avant de la carabine à air comprimé des cadets est composée d'un petit tube appelé couvert. Le couvert a été conçu pour protéger la mire avant contre la lumière provenant d'en haut et du côté. Les mires avant les plus couramment utilisées pour la carabine à air comprimé des cadets sont l'œilleton ou la mire ronde. L'œilleton est introduit dans le couvert à travers une fente sur le dessus.



Il sera question du réglage des mires de la carabine à air comprimé des cadets lors de la troisième année. Indiquer aux cadets qu'ils ne doivent effectuer aucun réglage des mires à ce stade-ci.

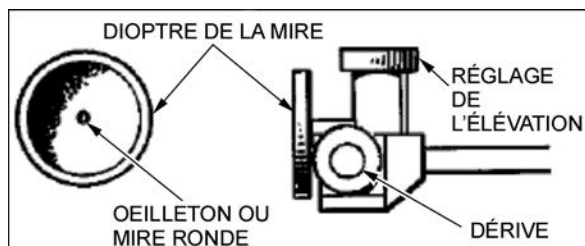


Figure 4 Mire arrière

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-5)

La mire arrière. La mire arrière réglable de la carabine à air comprimé des cadets est composée de trois pièces principales : le dioptre de la mire, le bouton de réglage de l'élévation et le bouton de dérive.

- **Le dioptre de la mire.** Le dioptre de la mire est la pièce de la taille d'un sou de forme parabolique située à l'arrière de la mire. Elle comporte un petit trou au centre à travers lequel on peut regarder.
- **Le bouton de réglage de l'élévation.** Le bouton de réglage de l'élévation se trouve sur le haut du dioptre et déplace le point d'impact sur la cible vers le haut ou vers le bas.
- **Le bouton de dérive.** Le bouton de dérive se trouve sur le côté du dioptre et déplace le point d'impact sur la cible vers la gauche ou vers la droite.

POSITION NATURELLE DE LA TÊTE

Le tireur doit garder la tête dans une position la plus naturelle possible, une position qui permet à ses yeux de regarder directement vers l'avant, sans forcer. Il est tout à fait normal d'incliner la tête légèrement vers l'avant, mais il faut éviter de le faire vers la gauche ou vers la droite, car cela nuit au sens d'équilibre.

DISTANCE ENTRE L'ŒIL ET LA MIRE ARRIÈRE

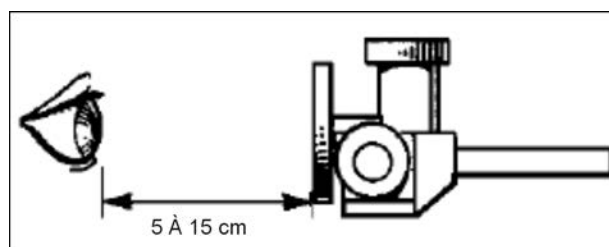


Figure 5 Distance entre l'œil et la mire arrière

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-6)

La distance de l'œil est la distance entre l'œil et le dioptre de la mire sur la mire arrière. Cette distance varie généralement entre 5 et 15 cm, en fonction de la constitution physique et de la position de tir du tireur. Elle doit être confortable, naturelle et permettre à la tête d'être la plus droite possible pendant le processus de tir. Il est important de conserver la même distance entre l'œil et la mire arrière, d'un coup à l'autre, et d'avoir une distance qui permettra de garder la tête le plus droit possible, pendant tout le tir. Si la distance entre l'œil et la mire est inférieure à 5 cm, le cercle de lumière autour de la mire avant devient plus grand, ce qui rend l'alignement plus difficile à faire.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les deux principaux composants du système de visée de la carabine à air comprimé des cadets?
- Q2. Quels sont les trois composants de la mire arrière?
- Q3. Quelle est la distance habituelle entre l'œil et la mire arrière?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les mires avant et arrière.
- R2. Le dioptre de la mire, le bouton de réglage de l'élévation et le bouton de dérive.
- R3. De 5 à 15 cm.

Point d'enseignement 3

Expliquer et démontrer la technique de respiration liée au tir de précision et la faire pratiquer par les cadets

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

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. Lorsque le corps manque d'oxygène, les muscles tremblent et la vision est affectée.

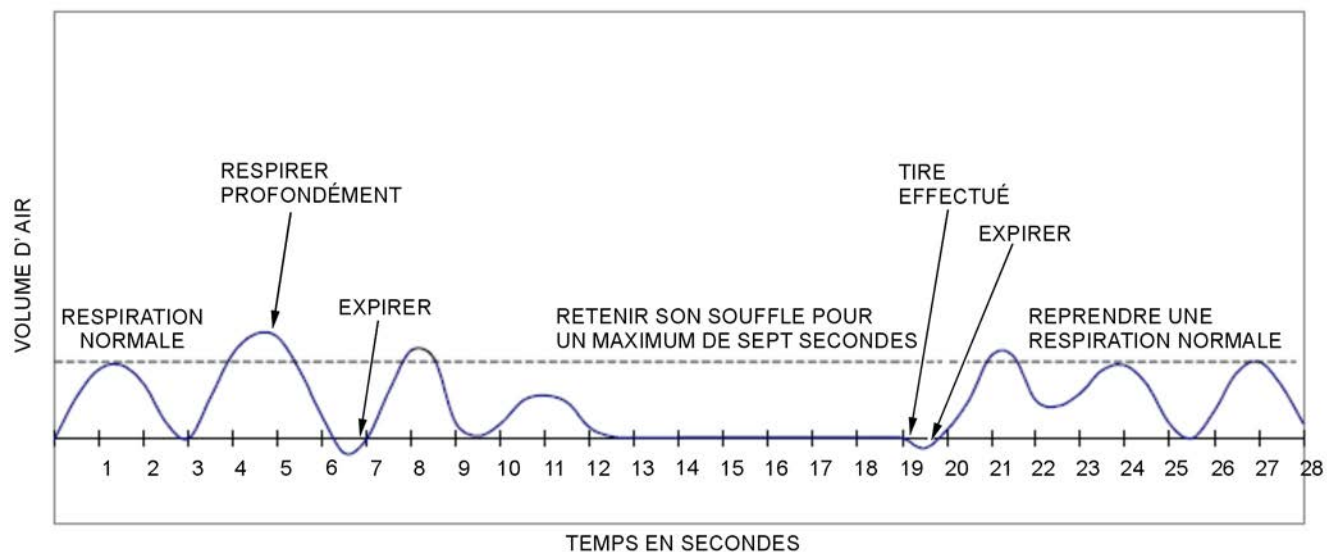


Figure 6 Le cycle de la respiration

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-9)

RÉALISATION D'UNE SÉQUENCE DE RESPIRATION CONTRÔLÉE



Pendant la séquence de respiration, les cadets doivent confirmer que la carabine à air comprimé des cadets se déplace vers le haut et vers le bas et qu'elle n'est pas inclinée. De plus, pendant la respiration, on peut confirmer visuellement que le bon schéma est visé.

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets pratiquent une séquence de respiration contrôlée.

RESSOURCES

- Des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (une par carabine).
- Des tiges de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets (une par carabine).
- Des cibles appropriées (une par couloir de tir).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes en fonction du nombre de carabines à air comprimé disponibles.
2. Demander aux cadets d'adopter la position couchée et d'utiliser la bretelle de carabine à air comprimé des cadets.

3. Dire aux cadets de se détendre et de respirer normalement.
4. Demander aux cadets d'obtenir une image de visée.
5. Demander aux cadets d'inspirer et d'expirer normalement.
6. Demander aux cadets d'inspirer profondément et d'expirer normalement.
7. Demander aux cadets de détendre les muscles de leur poitrine, de retenir leur souffle pendant 5 à 7 secondes, puis d'appuyer sur la détente.
8. Demander aux cadets d'expirer complètement et de reprendre une respiration normale.



Il est important que le tireur ne tire pas s'il croit avoir besoin de prendre une autre respiration. S'il ne prend pas cette mesure, son coup ne sera pas parfait et le résultat en souffrira. Une respiration décontractée réduit les vibrations causées par la tension.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les choses sont sous contrôle en tout temps. Les cadets doivent manipuler les carabines à air comprimé comme si elles étaient chargées.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. À quoi sert l'œil dominant dans une activité de tir de précision?
- Q2. Quelle est la distance entre l'œil et la mire arrière?
- Q3. Pendant une séquence de respiration contrôlée, dans quelle direction la carabine à air comprimé doit-elle se déplacer?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. À viser avec la carabine à air comprimé des cadets.
- R2. De 5 à 15 cm.
- R3. En montée et en descente.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Il est très important de respirer pendant une activité de tir de précision parce que les muscles sont alors oxygénés, ce qui aide le cadet à demeurer en position couchée. En pratiquant la séquence de respiration contrôlée, les cadets peuvent améliorer la visée de la carabine à air comprimé des cadets, ainsi que leurs pointages pendant l'activité de tir de précision.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

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.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM C206.03 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE TIR

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-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.

Pour que les cadets soient confortables pendant cette leçon, il est recommandé qu'ils portent des vêtements de conditionnement physique.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les compétences liées aux techniques de tir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le contrôle de la détente.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE3 afin de présenter le matériel de base sur le maintien de la visée.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M106.03 (Appliquer les techniques d'instruction du tir de précision). La séquence à suivre pour tirer avec la carabine à air comprimé des cadets, lorsque l'O Sécur Tir donne le commandement « Tirer », est la suivante :

1. pousser le cran de sécurité vers la gauche (position de désenclenchement);
2. viser la cible avec la carabine à air comprimé des cadets;
3. appuyer sur la détente;

4. ouvrir la culasse, pomper la carabine, recharger, viser et tirer;
5. répéter la dernière étape jusqu'à ce que la séance de tir soit terminée;
6. une fois l'exercice de tir terminé, pousser le cran de sécurité vers la droite et ouvrir partiellement le levier de la pompe; et
7. déposer la carabine.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir pratiqué les techniques de tir à la carabine.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets pratiquent l'alignement naturel, le contrôle de la détente et le maintien de la visée lorsqu'ils tirent avec la carabine à air comprimé des cadets, puisque ces techniques aident les cadets à adopter une position couchée et obtenir une image de visée stables.

Point d'enseignement 1

Expliquer et démontrer l'alignement naturel et le faire pratiquer par les cadets

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

L'ALIGNEMENT NATUREL



Avec un aide-instructeur, démontrer et expliquer l'alignement naturel en suivant les instructions ci-dessous, avant de faire pratiquer la procédure par les cadets.

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 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 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; et
7. passer à l'étape du tir.

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de faire pratiquer l'alignement naturel par les cadets.

RESSOURCES

- Des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des tiges de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets (une par carabine).
- Des tapis de tir (un par couloir de tir).
- Des cibles appropriées (une par couloir de tir).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Préparer un champ de tir à la carabine à air comprimé conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8. Si un champ n'est pas disponible, préparer le secteur d'entraînement de manière à établir une position de tir simulée. S'assurer que les carabines à air comprimé des cadets pointent dans une direction sécuritaire en tout temps.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes égaux en fonction du nombre de couloirs de tir disponibles.
2. Demander aux cadets de s'étendre sur les tapis, d'adopter la position couchée et d'utiliser la carabine à air comprimé et la bretelle.
3. Pour obtenir une image de visée, les cadets doivent aligner l'œil, la mire arrière, la mire avant et le point noir de visée de la cible.
4. Lorsque les cadets ont une image de visée, leur demander de fermer les yeux.
5. Faire détendre les cadets en leur demandant de prendre 3 à 4 respirations normales.
6. Après environ 10 secondes, demander aux cadets d'ouvrir les yeux et d'inspecter l'image de visée.
7. Les cadets doivent modifier la position de leur corps pour obtenir de nouveau une image de visée correcte.
8. Répéter les étapes 4. à 9., au besoin, en respectant le temps alloué.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les choses sont sous contrôle en tout temps. Les cadets doivent manipuler les carabines à air comprimé comme si elles étaient chargées.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

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

Point d'enseignement 2**Démontrer et expliquer le contrôle de la détente**

Durée : 5 min

Méthode : Démonstration

CONTRÔLE DE LA DÉTENTE

Avec un aide-instructeur, permettre aux cadets de voir la démonstration et d'entendre les explications sur chaque aspect du contrôle de la détente décrit ci-dessous.

Le contrôle de la détente consiste à manipuler la détente de manière à ce qu'il n'y ait pas de perturbation. L'appui sur la détente devrait toujours se faire de manière constante, contrôlée et lente.

Position de la main sur la poignée de la crosse. Les cadets doivent exercer une pression raisonnablement ferme avec le majeur, l'annulaire et l'auriculaire sur la poignée de la crosse. Le pouce doit pointer vers l'avant en position détendue derrière la mire arrière, le long de la crosse ou autour de la poignée de la crosse.

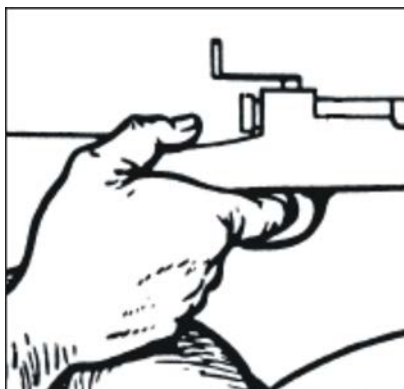


Figure 1 Position de la main sur la poignée de la crosse

D Cad 3, Royal Canadian Army Cadets Visual Aids Rifle Shooting Figures, Ministère de la Défense nationale (page 11)

Position du doigt sur la détente. Le tireur doit placer la partie de l'index située entre le bout du doigt et la première articulation sur la détente, verticalement centrée. L'index ne devrait jamais toucher la crosse de la carabine et doit être centré sur la détente.

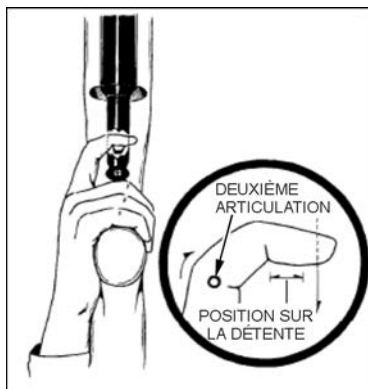


Figure 2 Position du doigt sur la détente

A-CR-CCP-177/PT-002 (page 1-5-9)

Pression sur la détente. La pression doit être exercée en pliant la deuxième articulation de l'index et en l'amenant directement vers l'arrière. Pendant qu'on retient son souffle, appliquer une pression constante et lente sur la détente. On doit appuyer sur la détente seulement lorsqu'on est prêt à tirer.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à la démonstration du contrôle de la détente servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3

Définir le maintien de la visée

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

MAINTIEN DE LA VISÉE



Puisqu'aucun plomb ne sera tiré, placer les cadets de manière à ce qu'ils puissent voir un aide-instructeur faire une simulation et entendre ses explications sur le maintien de la visée.

Le maintien de la visée se définit comme l'action de demeurer dans une position couchée stable pendant deux secondes et de d'obtenir de nouveau une image de visée après avoir tiré avec la carabine à air comprimé. Le maintien de la visée est très important pour s'assurer qu'il n'y a pas de mouvement lorsqu'on tire avec la carabine à air comprimé des cadets. Si le cadet bouge la carabine pendant qu'il fait feu, le plomb n'atteindra pas la cible à l'endroit visé. Le maintien de la visée permet aux cadets d'améliorer leurs habiletés et leurs pointages.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Pendant combien de temps faut-il maintenir une position stable après avoir tiré avec la carabine à air comprimé des cadets?
- Q2. Qu'arrive-t-il à un plomb pendant le maintien de la visée?
- Q3. Si la carabine bouge avant que le plomb quitte le canon, que se passera-t-il sur la cible?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Il faut maintenir une position stable pendant deux secondes.
- R2. Il quittera le canon.
- R3. Le plomb n'atteindra pas la cible à l'endroit visé.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux activités de tir de précision, en utilisant l'alignement naturel, le contrôle de la détente et le maintien de la visée, servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

L'alignement naturel, le contrôle de la détente et le maintien de la visée sont essentiels au perfectionnement des habiletés de tir de précision des cadets. Ils les aident à maintenir une position stable et une image de visée lorsqu'ils tirent avec la carabine à air comprimé. En pratiquant ces techniques de tir, les cadets peuvent améliorer leurs habiletés et leurs pointages.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

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.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M207.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE L'ÉTOILE ROUGE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

Un document de cours des OREN et des OCOM pour l'instruction de l'étoile rouge se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 2, annexe A. Les photocopier au besoin.

Obtenir le contrat d'engagement communautaire (CEC) du corps de cadets élaboré pendant l'OCOM M107.01 (Participer à une discussion sur la première année de l'instruction). Si un contrat d'engagement communautaire n'avait pas élaboré, les instructeurs peuvent choisir un contrat qui se trouve à l'annexe A pour le compléter avec les cadets comme activité facultative.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour présenter l'instruction de deuxième année aux cadets et pour stimuler leur intérêt.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier l'instruction de l'étoile rouge qu'il recevra et d'évaluer des buts individuels et des buts de groupe.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent quel genre d'instruction va se dérouler pendant l'étoile rouge pour leur donner un aperçu sur ce que l'année d'instruction nécessitera. L'instruction de l'étoile rouge sera une année passionnante de nouvelles expériences. Le fait de donner aux cadets un bref aperçu du programme peut créer

un certain empressement à terminer l’instruction. Les mises à jour du contrat d’engagement communautaire du corps de cadets devraient stimuler chaque cadet individuellement et tout le groupe pendant l’année d’instruction à venir.

Point d’enseignement 1
Discuter de l’instruction obligatoire de l’étoile rouge

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

INSTRUCTION COMMUNE

Il existe de l’instruction commune de cadets qui s’applique aux cadets de la Marine, de l’Armée et de l’Air. Les OREN de l’instruction qui est commune à tous les cadets de deuxième année comprennent :

Numéro et sujet de l’OREN	Énoncé de l’OREN
201 Civisme	Déterminer le rôle d’un citoyen canadien conscient de l’environnement
202 Service communautaire	Effectuer un service communautaire
203 Leadership	Démontrer les qualités de leadership dans un environnement entre pairs
204 Bonne forme physique et mode de vie sain	Mettre à jour son plan d’activité personnel
205 Sports récréatifs	Participer à des sports récréatifs
206 Tir de précision	Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets durant un exercice de tir de précision récréatif
207 Connaissances générales des cadets	Servir dans un corps de cadets de l’Armée
208 Exercice militaire	Exécuter de l’exercice militaire en tant que membre d’une escouade
211 Biathlon d’été	Participer à des activités compétitives de biathlon d’été

INSTRUCTION DES CADETS DE L’ARMÉE

Il existe de l’instruction propre à l’élément qui est spécifique aux cadets de l’Armée. Les OREN de l’instruction qui est particulière aux cadets de l’Armée de deuxième année comprennent :

Numéro et sujet de l’OREN	Énoncé de l’OREN
220 Familiarisation avec les Forces canadiennes	Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes
221 Entraînement en campagne	Exécuter les tâches d’un membre d’une section pendant un exercice en campagne – bivouac – lors d’une fin de semaine
222 Navigation	Naviguer le long d’un itinéraire en utilisant une carte et une boussole

Numéro et sujet de l'OREN	Énoncé de l'OREN
223 Randonnée en montagne	Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit
224 Survie en milieu sauvage	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu

L'expédition est une activité qui distingue les cadets de l'Armée des autres éléments de cadets. Conformément à l'OAIC 41-05, *Programme des expéditions des Cadets royaux de l'Armée canadienne*, l'expédition se définit comme « toute activité qui comprend des déplacements dynamiques d'une durée d'au moins 36 heures, là où il y a un but clair correspondant à cette activité. » Dans l'instruction de l'étoile rouge, l'expédition est soutenue par l'OREN 221 – Entraînement en campagne, l'OREN 222 – Navigation, l'OREN 223 – Randonnée en montagne et l'OREN 224 – Survie en milieu sauvage.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce l'instruction commune?
- Q2. Quels sont les OREN d'instruction commune?
- Q3. Quels sont les OREN particuliers à l'Armée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'instruction qui s'applique aux cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

R2. Les OREN d'instruction commune comprennent :

- 201 Civisme;
- 202 Service communautaire;
- 203 Leadership;
- 204 Bonne forme physique et mode de vie sain;
- 205 Sports récréatifs;
- 206 Tir de précision;
- 207 Connaissances générales des cadets;
- 208 Exercice militaire; et
- 211 Biathlon d'été.

R3. Les OREN particuliers à l'Armée comprennent :

- 220 Familiarisation avec les FC;
- 221 Entraînement en campagne;
- 222 Navigation;

- 223 Randonnée en montagne; et
- 224 Survie en milieu sauvage.

Point d'enseignement 2**Discuter de l'instruction complémentaire de l'étoile rouge**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE varie selon le corps de cadets. Discuter de l'instruction complémentaire que le corps de cadets entreprendra au cours du programme de l'étoile rouge. Se référer au plan d'instruction annuel du corps de cadets pour les occasions d'instruction complémentaire.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**QUESTIONS**

- Q1. Quelle est l'instruction complémentaire qui se fait en campagne?
- Q2. Quelle est l'instruction complémentaire qui est disponible pour les cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air?
- Q3. Quelle instruction complémentaire est la plus intéressante?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les réponses seront variées.
- R2. Les réponses seront variables mais proviendront seulement des OREN communs.
- R3. Les réponses seront variées.

Point d'enseignement 3**Revoir le contrat d'engagement communautaire du corps de cadets**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Un contrat d'engagement communautaire du corps de cadets (CEC) peut avoir été élaboré pendant l'OCOM M107.01 (Participer à une discussion sur la première année de l'instruction). L'information ci-dessous est une mise à jour du CEC.

Discuter du CEC actuel du corps de cadets. Tous les cadets doivent connaître les buts du corps de cadets qui ont été élaborés.

Réévaluer et mettre à jour le CEC actuel du corps de cadets. Les cadets peuvent être d'accord que certains buts doivent être changés ou que certains doivent être ajoutés ou supprimés.

Si le corps de cadets n'a pas de CEC, les objectifs et les buts doivent tout de même être discutés. Aucun temps n'a été accordé pour terminer un CEC dans cette leçon; cependant, du temps complémentaire peut être accordé selon le besoin. Les instructions pour effectuer un CEC se trouvent à l'annexe A.

CONTRAT D'ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE

Les objectifs du CEC sont :

- le respect de l'intégrité;
- le respect de la diversité; et
- le respect des individus et du groupe auquel le cadet appartient.

Lorsque les instructeurs et les cadets se respectent mutuellement, il est plus facile de travailler ensemble à atteindre le même but et de se soutenir tous et chacun au cours du processus d'apprentissage.

Buts du CEC

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**, ainsi que de s'engager à participer **pleinement**, d'accepter et d'être responsable de ses actions. Cela veut dire que chacun doit démontrer de l'intérêt au soutien mutuel et de 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 afin de 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.

Se fixer des buts. Il est essentiel que chaque cadet établisse des buts personnels. Ces buts fournissent au membre 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 individus 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.

Utilisation d'un CEC

Les CEC peuvent être utilisés de différente façon, mais souvent ils réussissent par eux-mêmes. Ils deviennent des outils pour promouvoir l'esprit d'équipe du groupe. On peut référer à un CEC après une activité, une expérience ou une situation en demandant au groupe comment ils ont agi et réagi. Habituellement, les membres du groupe y réfèrent même avant que le chef ne le fasse. Les membres du groupe doivent être capables d'identifier par eux-mêmes ce qui s'est bien et moins bien déroulé. Ils doivent aussi être capables d'identifier ce qu'ils doivent améliorer pour respecter leur « contrat ».

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les objectifs du CEC?
- Q2. Qu'arrive-t-il avant d'accepter et continuer?
- Q3. De quelle façon le CEC est-t-il utilisé?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les objectifs du CEC sont :
- le respect de l'intégrité;
 - le respect de la diversité; et
 - le respect des individus et du groupe auquel le cadet appartient.
- R2. Les membres doivent choisir de mettre leurs différends de côté et de continuer pour atteindre les buts.
- R3. On peut référer à un CEC après une activité, une expérience ou une situation en demandant au groupe comment ils ont agi et réagi.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Nommez quelques OREN de l'étoile rouge qui sont particuliers aux cadets de l'Armée?
- Q2. À quelle instruction complémentaire le corps de cadets participe-t-il?
- Q3. Quels sont les cinq buts du CEC?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'OREN 221 Entraînement en campagne, l'OREN 222 Navigation, l'OREN 223 Randonnée en montagne et l'OREN 224 Survie en milieu sauvage.
- R2. Les réponses varieront selon chaque corps de cadet.
- R3. Les cinq buts sont :
- être présent;
 - être en sécurité;
 - se fixer des buts;
 - être honnête; et
 - accepter et continuer.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Les cadets devraient savoir à quoi s'attendre dans leur année d'instruction pour maintenir l'intérêt dans le programme. Avant que les occasions se présentent, les cadets devraient avoir une idée de l'instruction à laquelle ils aimeraient participer.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-010 CATO 11-03 D Cdts 2. (2006). *Mandat du Programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-031 CATO 40-01 D Cdts 3. (2003). *Aperçu du Programme des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-035 CATO 41-05 D Cdts 4. (2006). *Programme des expéditions des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C2-038 (ISBN 0787224596) Henton, M. (1996). *Adventure in the Classroom: Using Adventure to Strengthen Learning and Build a Community of Life-long Learners*. Dubuque, IA, Kendall Hunt Publishing.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

ACTIVITÉ



Un contrat d'engagement communautaire peut prendre différentes formes. Des exemples de CEC se trouvent à l'annexe B.

Durée : 30 min

OBJECTIFS

L'objectif de cette activité est d'élaborer un CEC du corps de cadets qui aidera à créer un milieu positif pour chaque membre individuel et le groupe entier.

RESSOURCES

Selon le type de CEC qui est établi, les ressources suivantes peuvent s'avérer nécessaires :

- des feuilles pour tableau de papier;
- du carton;
- des marqueurs;
- des stylos et des crayons;
- une règle;
- de la colle;
- des ciseaux;
- du papier de couleur; et
- des magazines, etc.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Utiliser un tableau de papier pour inscrire les idées, faire un remue-méninges avec les cadets en leur demandant les valeurs et les qualités que le groupe devrait respecter pour atteindre les buts.
2. S'assurer que les cadets ont la même compréhension de toutes les valeurs et qualités énumérées.
3. Utiliser un tableau de papier pour inscrire les idées, demander aux cadets de faire un remue-méninges et de préparer une liste de comportements de groupe qui peuvent aider à atteindre les buts du groupe.
4. S'assurer que les cadets ont la même compréhension de tous les comportements énumérés.
5. En tant que groupe, demander aux cadets de représenter leurs valeurs et qualités en établissant un CEC.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

EXEMPLES DE CONTRATS D'ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE

Contrat d'engagement communautaire : Le cercle

Dessiner une roue. Au centre de la roue, dessiner un cercle. Ce cercle représente les personnes, le groupe et les buts.

Dessiner des rayons à partir de ce cercle. Écrire chaque valeur choisie sur ces rayons.

Le cercle extérieur symbolise que le groupe est un et que tous les membres se dirigent vers la même direction. 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.

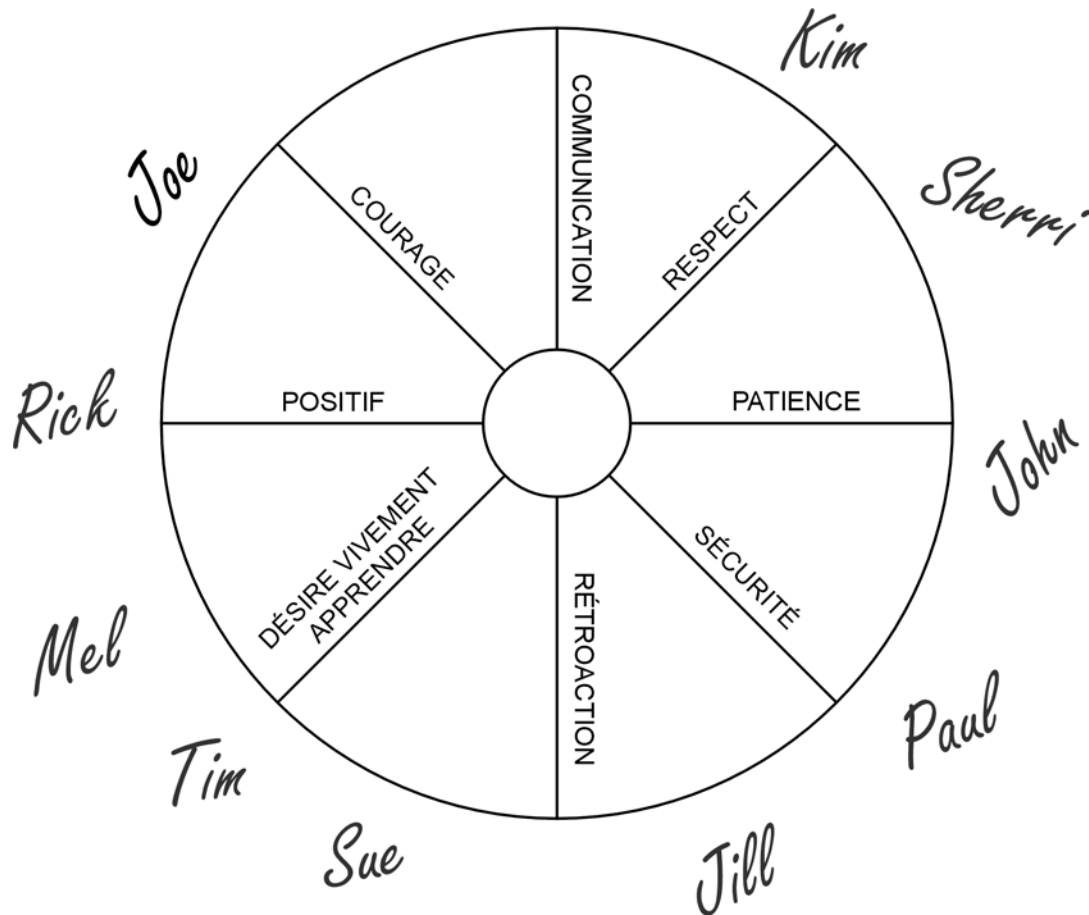


Figure B-1 Le cercle

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

Contrat d'engagement communautaire : Le village

Dessiner un cadre sur un morceau de carton ou un tableau de papier.

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.

Chaque cadet doit choisir la valeur, la qualité et le comportement qu'il trouve le plus important.

Demander à chaque cadet de représenter ce qu'il a choisi en le dessinant et en l'écrivant sur une feuille de papier.

Lorsqu'ils ont terminé, demander à chaque cadet de coller son dessin ou ce qu'il a écrit à l'intérieur du cadre (le village) et d'expliquer brièvement aux autres cadets pourquoi il a fait ce choix.

Répéter l'activité en incluant quelque chose qui empêchera le groupe d'atteindre ses buts et qui détruira le fonctionnement du village.

Une fois de plus, demander à chaque cadet d'expliquer pourquoi il a choisi sa représentation. Ensuite, chaque cadet collera son dessin ou son texte à l'extérieur du village.

Une fois le processus terminé, mentionner chaque valeur choisie 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.

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; et
- le pouce = l'entente de travailler à atteindre les buts du groupe.

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.

Chaque cadet dessine sa main sur une feuille de papier et écrit à l'intérieur de chaque doigt l'élément qui lui correspond.

Chaque cadet signe sur sa main et la colle sur un carton ou sur un tableau de papier. L'ensemble des mains du groupe représente l'engagement mutuel de chacun d'eux.



Figure B-2 Le contrat à cinq doigts

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

Contrat d'engagement communautaire : L'être humain

Dessiner la silhouette d'un corps de cadet sur deux feuilles du tableau de papier, collées ensemble.

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.

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.

Les cadets doivent être d'accord sur la signification de chaque mot et expliquer leurs choix.

Une fois terminée, demander à tous les cadets de signer sur l'être humain.

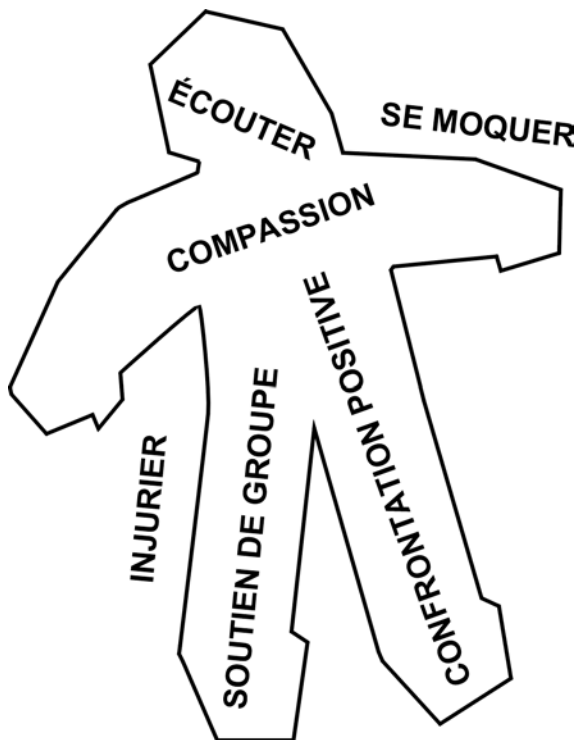


Figure B-3 L'Être humain

Henton, M., Adventure in the Classroom: Using Adventure to Strengthen Learning and Build a Community of Life-Long Learners, Kendall Hunt Publishing (p. 74)

Contrat d'engagement communautaire : La chaîne de mains

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.

De cette liste, demander aux cadets de choisir les 10 plus importants pour le groupe.

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 choisis dans le milieu de la feuille.

Chacun doit signer sa propre main.



Figure B-4 La chaîne de mains

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

Contrat d'engagement communautaire : De quoi ai-je besoin? Que puis-je offrir?

Remettre deux morceaux de papier de différentes couleurs à chaque cadet.

Leur demander de penser à quoi ils ont besoin pour se sentir en sécurité et respectés dans le groupe.

Demander aux cadets d'écrire sur des morceaux de papier l'élément le plus important dont ils ont besoin.

Maintenant, leur demander de penser 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.

Sur le dernier morceau de papier, les cadets doivent écrire l'élément le plus important.

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.

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.

Demander aux cadets s'ils ont besoin de plus d'explications et ensuite, demander à chacun de signer.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M207.02 – RECONNAÎTRE L'HISTOIRE DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE (CAD RAC)

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

Photocopier les documents de cours d'événements importants qui se trouvent à l'annexe A pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 et le PE2 pour initier les cadets à l'histoire des Cad RAC et de présenter la matière de base.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE3 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'histoire des Cad RAC.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon le cadet doit avoir reconnu l'histoire du Cad RAC.

IMPORTANCE

Il est important de connaître les événements historiques des Cad RAC. Les événements importants décrits ont contribué grandement au Mouvement des cadets du Canada. En discutant des événements historiques importants, les cadets peuvent développer une appréciation de l'histoire et des organisations impliquées à façonner le programme de cadets de l'Armée au point où il est aujourd'hui.

Point d'enseignement 1**Événements importants du programme des cadets de l'Armée**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



En utilisant le document de cours qui se trouve à l'annexe A, présenter les événements historiques importants.

HISTOIRE DES CAD RAC**La formation d'associations d'exercice militaire**

Motivé par la guerre civile américaine et la menace des « raids des Fenians », les premières unités de cadets du Canada dans les écoles ont été formées entre 1861 et 1865, plusieurs années avant la Confédération. Ces premières unités de cadets étaient nommées associations « d'exercice militaire ». À cette époque l'exercice militaire n'était pas un exercice de terrain de parade mais la méthode de manœuvrer les troupes au combat. Ces premières associations d'exercice militaire pouvaient avoir des membres dont l'âge variait entre 13 et 60 ans, on pourrait soutenir qu'ils n'étaient vraiment pas des corps de cadets mais des compagnies de la milice auxiliaire.

La distinction entre les cadets d'école secondaire et les miliciens adultes est devenue évidente en 1879 lorsque l'Ordre général de la milice 18 autorisait la formation de 74 « associations d'exercice militaire dans les institutions d'enseignement » pour les jeunes hommes âgés de plus de 14 ans qui ne devaient « sous aucun prétexte être employés dans le service actif ». Les cadets fournissaient leurs propres uniformes. Les cadets, dans la photo ci-dessous, ont importé leurs uniformes de l'Écosse à des coûts si élevés que seulement un jeune par famille pouvait faire partie du mouvement.



Figure 1 Corps de cadets de 1890

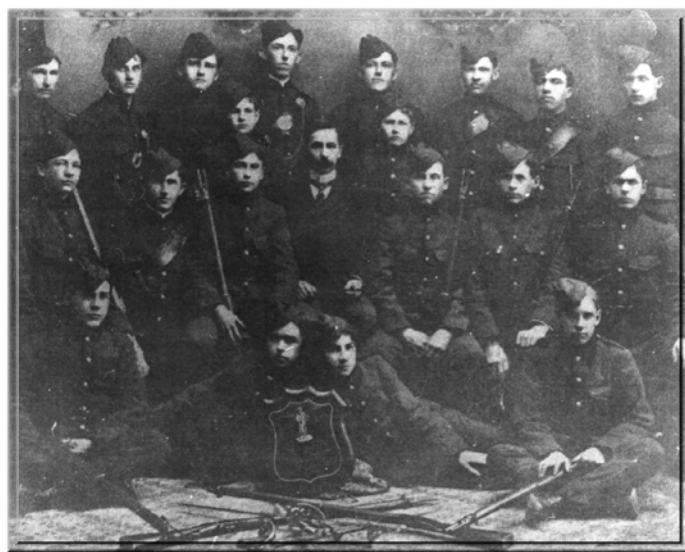
A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 2-20)

Les 74 associations d'exercice militaire autorisées en 1879 comprenaient 34 en Ontario, 24 au Québec, 13 dans les provinces maritimes, 2 au Manitoba et 1 en Colombie-Britannique. Le plus vieux corps de cadets du

Canada toujours en service est le corps de cadets n° 2 du collège Bishop à Lennoxville, Québec, qui a été formé par l'autorité des Ordres généraux de la milice, le 6 décembre 1861.

En 1887, les associations d'exercice militaire avaient des règlements détaillés régissant leur formation et leurs activités. Des armes et d'autres équipements ont été distribués aux écoles qui consentaient à donner de l'instruction militaire aux garçons de plus de 12 ans. L'école fournissait les locaux et les instructeurs et gardaient des registres de présence. Les cadets ont fourni leurs propres uniformes. Cet appui accru était motivé en partie par la campagne contre la Rébellion du Nord-ouest de 1885.

Le terme « corps des cadets » apparaît pour la première fois en Ontario en 1898, en même temps qu'une disposition concernant les instructeurs de corps de cadets qui seraient membres du personnel enseignant de l'école plutôt qu'un instructeur appartenant à l'unité de la milice locale. Les Ordres généraux de la milice numéros 60 et 61, de 1899, autorisaient pour la première fois les corps de cadets d'être attachés aux unités de la milice, limitant l'adhésion aux jeunes hommes âgés de 14 à 19 ans.



#10 MOUNT FOREST HIGH SCHOOL CADET CORPS - 1902

Figure 2 Corps de cadets de 1902

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 2-21)

Les premiers officiers commissionnés

En 1904, le système de numération actuel a été établi pour identifier les corps de cadets dans l'ordre de leur formation. En 1908, un cadre d'officiers commissionnés est formé qui comprend des enseignants d'école que le ministère de la milice et de la défense forme et paye pour conduire l'exercice militaire et le conditionnement physique dans les écoles participantes. Ce cadre d'officiers était nommé les Services de Cadets du Canada. Il faisait partie de l'Armée canadienne et était prédécesseur du cadre des instructeurs de cadets actuel (CIC). Cet accord entre le gouvernement fédéral et les commissions scolaire locales a contribué de façon importante au développement des programmes d'éducation physique dans les écoles canadiennes.

Les contributions de Lord Strathcona

En 1910, Lord Strathcona (Sir Donald Alexander Smith), le Haut Commissaire canadien en Grande-Bretagne, a déposé dans un fonds de fiducie avec le gouvernement du Dominion un montant de 500 000 \$, portant un intérêt annuel de 4 pour cent, pour le développement du civisme et du patriotisme dans les écoles de cadets par le conditionnement physique, le tir à la carabine et l'exercice militaire. Presque un siècle plus tard, la Fondation

Strathcona fournit toujours l'équipement pour l'instruction de cadets. Environ 50 000 \$ sont distribués chaque année aux comités de la Fondation Strathcona dans l'ensemble du Canada.

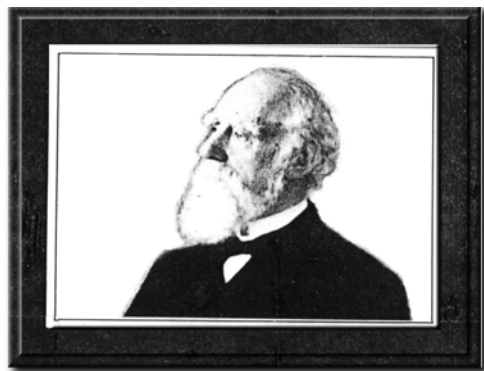


Figure 3 Sir Donald Alexander Smith, Lord Strathcona
A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 2-22)



Figure 4 La médaille Lord Strathcona

« La médaille de la Fondation Lord Strathcona ». 2007. Ligue des cadets de l'Armée du Canada (Ontario). Extrait le 16 avril 2007 du site <http://www.cyberbeach.net/army/badges/lordst~1.jpg>

Les effets de la première guerre mondiale

L'organisation des cadets de l'Armée était prospère au début du 20^e siècle. Environ 40 000 anciens cadets de l'Armée ont servi dans les Forces canadiennes pendant la Première Guerre mondiale et à la fin de la guerre, il y avait environ 64 000 cadets qui étaient enrôlés dans les corps de cadets de l'Armée dans l'ensemble du Canada.

Les Règlements concernant les Services de cadets du Canada de 1928 ont ordonné aux chefs des cadets de l'Armée de « donner un entraînement mental, moral et physique à leurs cadets et de [chercher] à développer en eux des principes de patriotisme et de civisme ». Ils en sont venus à recommander à propos de l'entraînement des cadets « Les exercices n'ont pas besoin d'être d'un modèle militaire trop rigoureux. La discipline, individuelle et collective, est indispensable et l'exercice militaire à caractère élémentaire est à promouvoir, mais les exercices de gymnastique, les exercices physiques, la signalisation, le scoutisme, la natation, le travail d'estafette, la construction de pont, la lecture de cartes et toute forme d'entraînement qui mène à la forme physique, la vigilance mentale et physique, l'individualité, l'autonomie et la débrouillardise dans les cas d'urgence sont considérés non moins valable que l'exercice militaire tout simplement ».

Les effets de la deuxième guerre mondiale

Lorsque la Deuxième Guerre mondiale a commencé, l'intérêt national à l'entraînement des cadets s'est ranimé et des corps de cadets ont été formés dans plusieurs écoles secondaires. On a évalué que presque 124 000 anciens cadets de l'Armée ont servi dans les Forces canadiennes pendant la Deuxième guerre mondiale, avec plus de 19 000 qui ont été commissionnés et plus de 2700 qui ont reçu des décorations.

Après la Deuxième Guerre mondiale, la philosophie du camp d'été a changé pour inclure les leçons apprises pendant la période de 1940 à 1945, qui consistait principalement à l'évolution technologique et ses diverses utilisations dans l'Armée canadienne. Maintenant, les camps d'été des cadets de l'Armée sont devenus plus que des camps traditionnels de 10 jours, ils ont commencé à inclure l'instruction dans les métiers : l'instruction élémentaire d'infanterie, de signaleur, d'équipement spécial de génie, de conducteur et de mécanicien, et d'équipement de conduite de tir. Ils étaient déterminés en fonction des métiers qui avaient été importants pendant la guerre, cependant, cette fois sous une menace implicite – le Canada ne se laisserait pas prendre non préparé.

Attribution du titre « Royal »

En 1942, en reconnaissance de la contribution importante des anciens cadets à l'effort de guerre, Sa Majesté le Roi George VI a conféré le titre de « Royal » à l'appellation des Cadets royaux de l'Armée canadienne et a accepté la nomination de « Colonel en chef » des Cadets royaux de l'Armée canadienne. Son Altesse Royale le Prince Philippe, Duc d'Édimbourg, détient pour l'instant cette nomination.

Prochaine réorganisation de l'instruction des cadets

En 1944, « le Programme d'instruction des Cad RAC » énumérait les sujets suivants comme matières d'instruction autorisées : les Notions fondamentales, la Santé et l'éducation physique, l'Exercice militaire et le commandement, l'Instruction sur les armes légères, les Nœuds, les Techniques de campagne, la Signalisation, la Musique militaire, les Premiers soins, la Menuiserie d'art, l'Utilisation de cartes, les Sports organisés, les Moteurs à combustion interne, l'Instruction sur les armes et l'Instruction. Les corps de cadets étaient évalués lors de leur inspection annuelle et étaient classés selon leur efficacité (leur habilité de montrer qu'ils avaient formé les cadets dans toutes les matières). Les corps de cadets recevaient alors le financement selon les résultats obtenus lors de leur inspection annuelle.

Après la Deuxième Guerre mondiale, des quotas ont été imposés pour réduire la force totale de cadets du Canada à environ 75 000 membres. Plusieurs des corps de cadets qui étaient « fermés », ceux dont l'adhésion était restreinte aux élèves d'une école particulière, ont été dissous ou ont déperissé après que l'école ait institué l'adhésion volontaire. Certains d'entre eux sont devenus des corps de cadets « ouverts », s'entraînant dans les manèges militaires de la milice, les filiales de la Légion ou en se procurant leurs propres édifices. La guerre de Corée a stimulé la croissance de ces corps « ouverts » dans les années 1950 et 1960.

L'introduction de l'écusson des Cad RAC

En 1956, Sa Majesté la Reine Élisabeth a autorisé une nouvelle conception de l'écusson des Cad RAC, y compris la devise « ACER ACERPORI » qui signifie « Tant vaut la sève, tant vaut l'érable ».



Figure 5 L'écusson des cadets royaux de l'Armée canadienne

Ligue des cadets de l'Armée du Canada. 2007. Comité de l'histoire et l'héritage, Histoire des cadets de l'Armée. Extrait le 16 avril 2007 du site http://www.armycadethistory.com/Main_page.htm

L'unification des Forces canadiennes (FC)

Pendant la période de 1964 à 1966, les FC ont entrepris une réorganisation complète. L'unification des FC, le 1^{er} février 1968, a été le résultat de cette réorganisation. Il s'agissait du regroupement de la Marine, de l'Armée et de l'Aviation du Canada dans une structure unifiée.

À ce moment-là, les Services de cadets du Canada sont devenus le Cadre des instructeurs des cadets (CIC) et le Directeur de cadets (D Cad) est formé au quartier général de la Défense nationale (QGDN). Le D Cad a été établi à Ottawa pour établir les politiques et coordonner les activités des cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

L'inclusion des femmes

Les femmes ont participé de façon non officielle à l'instruction des cadets presque depuis le début. Il y a toujours eu quelques corps de cadets qui avaient un peloton ou une compagnie de femmes qui se rassemblait dans une forme d'uniforme quelconque. Ces cadettes non officielles ne pouvaient jamais être formées légitimement, recevoir des uniformes ou de l'équipement, être nourries, transportées ou admises à participer à l'instruction d'été. Le problème a été réglé le 30 juillet 1975 lorsque le parlement a adopté le projet de loi C-16, en amendant la loi applicable en changeant le mot « garçons » à « personnes », qui de ce fait permettait aux femmes de devenir membres des Cad RAC.

Le nouvel uniforme

En 1977, un nouvel uniforme (vert foncé pour correspondre aux couleurs des uniformes de l'Armée des FC) a été remis aux cadets de l'Armée, pour remplacer les vestes, les pantalons et les bandes molletières en laine (tissus imperméables qui étaient enroulés autour du bas des jambes).



Au début des années 1950, les cadets ont commencé à porter les nouvelles vestes de tenue de combat, presque identiques aux uniformes de la force régulière et de la force de réserve. La différence entre le modèle de 1942 et celui de 1950 était la veste qui était plus courte pour le modèle de 1950 et la ceinture qui a été remplacée par une ceinture plus petite au bas de la veste.



Figure 6 Modèle de l'uniforme en 1942

Ligue des cadets de l'Armée du Canada. 2007. Comité de l'histoire et de l'héritage, Attributs, Insignes d'épaule, Insignes de coiffure et Uniformes. Extrait le 23 avril 2007 du site <http://www.armycadethistory.com/Uniforms.htm>



Figure 7 Modèle de l'uniforme en 1950

Ligue des cadets de l'Armée du Canada. 2007. Comité de l'histoire et de l'héritage, Attributs, Insignes d'épaule, Insignes de coiffure et Uniformes. Extrait le 23 avril 2007 du site <http://www.armycadethistory.com/Uniforms.htm>

La présentation des bannières des cadets de l'Armée

Le 20 août 1985, au camp national des cadets de l'Armée à Banff, Alberta, Son Altesse Royal le Prince Philippe, Colonel en chef, a présenté la bannière des Cadets royaux de l'Armée canadienne, la bannière des cornemuse des Cadets royaux de l'Armée canadienne et la bannière des trompettes des Cadets royaux de l'Armée canadienne.



Figure 8 La bannière des Cadets royaux de l'Armée canadienne

Ministère de la Défense nationale. 2007. *Symbols of the Royal Canadian Army Cadets*. Extrait le 16 avril 2007 du site http://www.cadets.ca/armcad/resources-ressources/symbols/army_flags/army_flags.htm



Figure 9 La bannière des trompettes des Cadets royaux de l'Armée canadienne

Ministère de la Défense nationale. 2007. *Symbols of the Royal Canadian Army Cadets*. Extrait le 16 avril 2007 du site http://www.cadets.ca/armcad/resources-ressources/symbols/army_flags/army_flags.htm



Figure 10 La bannière des cornemuses des Cadets royaux de l'Armée canadienne

Ministère de la Défense nationale. 2007. *Symbols of the Royal Canadian Army Cadets*. Extrait le 16 avril 2007 du site http://www.cadets.ca/armcad/resources-ressources/symbols/army_flags/army_flags.htm

Le changement de l'âge d'inscription

En 1987, l'âge d'inscription est revenu à 12 ans.

Le Cadre des instructeurs de cadets (CIC)

La Liste des instructeurs de cadets (CIL) est devenue le Cadre d'instructeurs de cadets (CIC) le 20 juillet 1994, qui permettait l'utilisation d'un format bilingue pour le titre et l'acronyme.

Le 125^e anniversaire

L'année 2004 a marqué le 125^e anniversaire des Cadets royaux de l'Armée canadienne. Postes Canada a honoré les cadets de l'Armée en émettant un timbre commémoratif, qui a été présenté à Ottawa le 26 mars 2004.



Figure 11 Le timbre des cadets de l'Armée émis par Postes Canada

Ligue des cadets de l'Armée du Canada. 2007. Comité de l'histoire et l'héritage, Histoire des cadets de l'Armée. Extrait le 16 avril 2007 du site http://www.armycadethistory.com/Main_page.htm

Les mises à jour à une forme moderne

En 1999, le programme des cadets de l'Armée a été mis à jour et « l'aventure et le défi » étaient les éléments principaux.

En septembre 2008, le programme des cadets de l'Armée a été mis à jour. Les objectifs principaux de cette mise à jour étaient d'améliorer la gestion et l'administration, de connecter les trois éléments et d'incorporer les pratiques professionnelles actuelles des domaines de l'éducation et du développement des jeunes. Le programme d'expédition a été implanté dans le programme des cadets de l'Armée en tant que le mécanisme principal de l'enseignement du programme.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. En quelle année Lord Strathcona a-t-il établi un fonds en fiducie de 500 000 \$ pour les cadets de l'Armée?
- Q2. Quel projet de loi a permis aux femmes de devenir des membres des cadets de l'Armée?
- Q3. Quand, où et par qui la bannière des Cad RAC a été présentée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le fonds en fiducie a été établi en 1910.
- R2. Le projet de loi C-16 a permis aux femmes de devenir membres des cadets de l'Armée.
- R3. La bannière des Cad RAC a été présentée le 20 août 1985, au camp national des cadets de l'Armée à Banff, Alberta, par Son Altesse Royal le Prince Philippe.

Point d'enseignement 2

Événements importants pour la Ligue des cadets de l'Armée du Canada

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Discuter de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada en utilisant des exemples précis de corps de cadets si possible.

L'histoire de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada

L'unification des Forces armées du Canada a occasionné certains changements importants à l'organisation des cadets de l'Armée. Avant cette unification, les Services des Cadets du Canada ont représenté le Mouvement au quartier général de l'Armée au nom des répondants, des communautés et du leadership des cadets. Les Services des Cadets du Canada, un sous-élément de la Réserve de l'Armée étant membre de l'Association de la défense du Canada, avaient une grande influence sur les questions de cadets.

La Ligue des cadets de l'Armée du Canada a été créée le 1^{er} avril 1971, pour donner aux cadets de l'Armée une voix civile qui était comparable à celle de la Ligue navale du Canada et la Ligue des cadets de l'Air du Canada. Une pression a été mise sur l'Armée pour qu'elle se conforme à cette structure et à cette aide avec une voix civile. La Ligue des cadets de l'Armée a commencé à travailler avec le Ministère de la Défense nationale (MDN) pour aider à l'administration du Mouvement des cadets de l'Armée.

La Ligue des cadets de l'Armée est une organisation civile à but non lucratif, qui s'engage à soutenir les cadets de l'Armée en travaillant en partenariat avec les Forces canadiennes et les communautés locales. Elle aide au développement des politiques et des procédures pour atteindre les buts et les objectifs du MCC en général et des cadets de l'Armée (Cad RAC) en particulier. Elle est un organisme de bienfaisance reconnue et elle reçoit des dons ainsi qu'une subvention du MDN. Elle organise aussi des campagnes de financement pour fournir une aide financière si possible.

Son siège social est situé à Ottawa en Ontario, en plus des succursales situées dans chaque province et une dans la Région du Nord. Une petite équipe travaille à plein temps au siège social, cependant la plupart des membres sont bénévoles.

Les objectifs de la Ligue des cadets de l'Armée

Les objectifs de la Ligue des cadets de l'Armée sont d'effectuer les tâches suivantes :

1. Encourager et promouvoir l'intérêt général envers et au soutien des Cadets royaux de l'Armée canadienne.
2. Faciliter et recommander la formation de corps de cadets de l'Armée.
3. Aider au recrutement d'instructeurs de cadets et participer au recrutement de cadets.

4. Mettre en place et superviser les répondants locaux.
5. S'assurer que le programme des cadets de l'Armée est orienté vers l'aventure, est stimulant, cohérent avec leurs buts et applicable à la société actuelle.
6. Ramasser, recevoir, détenir et investir les fonds et les biens obtenus des contributions, cadeaux, subventions, souscriptions ou héritages et, selon les instructions des donateurs, utiliser ces fonds au bénéfice des Cadets royaux de l'Armée canadienne.
7. Protéger les intérêts généraux de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi la Ligue des cadets de l'Armée a-t-elle été créée?
- Q2. Comment la Ligue procure-t-elle une aide financière?
- Q3. Quelle est la relation entre la Ligue et le publique?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'unification des Forces armées du Canada a occasionné des changements importants à l'organisation des cadets de l'Armée. Les cadets de l'Air et de la Marine ont été représentés par leurs ligues respectives et en conséquence, une pression a été mise sur l'Armée pour qu'elle se conforme à cette structure et à cette aide avec une voix civile.
- R2. La Ligue des cadets de l'Armée est soutenue par des dons et une subvention du MDN. Elle peut aussi organiser des campagnes de financement pour fournir une aide financière si possible.
- R3. La Ligue des cadets de l'Armée est responsable pour encourager et promouvoir l'intérêt général envers et au soutien des cadets royaux de l'Armée canadienne.

Point d'enseignement 3

Réfléchir sur l'histoire des Cad RAC

Durée : 5 min

Méthode : Discussion de groupe

CONNAISSANCES PRÉALABLES



Le but de la discussion de groupe est d'obtenir les aspects de l'histoire des Cad RAC du groupe à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer une discussion, et des questions suggérées fournies.

À l'aide de l'information présentée pendant cette leçon, diriger une discussion de groupe avec les cadets.

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION :

- Établir les règles de base pertinentes à une discussion, par ex., chacun doit écouter attentivement; ne pas interrompre; seulement une personne parle à la fois; personne ne doit se moquer des idées des autres; on peut être en désaccord avec les idées mais non avec la personne; tenter de comprendre les autres autant qu'on espère être compris soi-même; etc.
- Le groupe s'assoie en cercle, s'assurer que tous les cadets peuvent être vus par tous.
- Poser des questions qui font réfléchir; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en s'assurant que les cadets restent collés au sujet.
- Écouter et répondre de façon à indiquer que le cadet a été entendu et compris. Il est possible de le faire en reformulant leurs idées.
- Donner aux cadets le temps de répondre aux questions posées.
- S'assurer que chaque cadet a l'occasion de participer. Une option est de faire le tour du groupe et demander à chaque cadet de répondre à la question en donnant une courte réponse. Les cadets doivent avoir l'option de passer leur tour s'ils le souhaitent.
- Les questions supplémentaires doivent être préparées à l'avance.

QUESTIONS SUGGÉRÉES

- Q1. Quels étaient les événements intéressants?
- Q2. Quels sont les événements qui ont un impact sur l'instruction reçue aujourd'hui?
- Q3. Quelle aurait été la différence si le projet de loi C-16 n'avait pas été adopté? Comment les corps de cadets auraient-ils été affectés?
- Q4. Comment la Ligue aide-t-elle le corps de cadets?



D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de l'étape de réflexion. La discussion ne doit pas se limiter seulement aux questions suggérées.



Renforcer les réponses et les commentaires énoncés pendant la discussion de groupe, s'assurer que le point d'enseignement a été expliqué.

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 l'histoire des Cad RAC servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La connaissance du passé crée une appréciation et un sens de fierté pour les gens et les événements qui ont contribué à ce qu'il existe aujourd'hui. L'apprentissage de l'histoire est un aspect important d'être un cadet de l'Armée.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad 3. (2000). *Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A0-045 Cadets Canada. (2007). *Au sujet des cadets – Histoire*. Extrait le 19 février 2007 du site http://www.cadets.ca/about-nous/histo_e.asp.

C2-063 Ligue des cadets de l'Armée du Canada. (2007). *Ligue des cadets de l'Armée du Canada*. Extrait le 9 mars 2007, du site : <http://www.armycadetleague.ca>.

SOMMAIRE DES ÉVÉNEMENTS IMPORTANTS

Date	Événement
1861	La formation d'associations d'exercice militaire débute.
1879	La distinction entre les cadets d'école secondaire et un milicien adulte devient évident avec l'Ordre général de la Milice 18.
1887	Les associations d'exercice militaire avaient des règlements détaillés régissant leur formation et activités.
1898	Le terme « corps de cadets » apparaît pour la première fois.
1898	On adopte la condition que les instructeurs des corps de cadets doivent être des membres du personnel enseignant de l'école, au lieu d'instructeur de l'unité de la milice locale.
1899	Les Ordres généraux de la milice numéro 60 et numéro 61 autorisent les corps de cadets à être attachés aux unités de la milice.
1904	Le système de numérotation actuel est établi pour identifier les corps de cadets dans l'ordre de leur formation.
1908	Le premier cadre d'officiers commissionnés appelé Services de Cadets du Canada est formé. Ce cadre était formé de professeurs d'école.
1910	Lord Strathcona dépose 500 000 \$ dans un fonds en fiducie, pour le développement du civisme et du patriotisme des cadets des écoles par le conditionnement physique, le tir à la carabine et l'exercice militaire.
1928	Les règlements concernant les Services de cadets du Canada ordonnent aux chefs des cadets de l'Armée de développer le patriotisme et le civisme chez leurs cadets.
1942	Sa Majesté le Roi George VI attribue le titre de « Royal » des cadets royaux de l'Armée canadienne.
1956	Sa Majesté la Reine Élisabeth autorise un nouveau modèle pour l'écusson de Cad RAC, y compris la devise « ACER ACERPORI » ce qui signifie « Tant vaut la sève, tant vaut l'érable ».
1 ^{er} février 1968	L'unification des Forces armées canadienne. Les Services de cadets du Canada deviennent la Liste des instructeurs de cadets (LIC) et le Directeur de cadets (D Cad) est formé au quartier général de la Défense nationale (QGDN).
1 ^{er} avril 1971	La Ligue des cadets de l'Armée est créée.
30 juillet 1975	Le parlement adopte le projet de loi C-16 qui modifie la loi applicable en changeant le mot « garçons » à « personnes », ce qui permet aux femmes de devenir membres des Cad RAC.
1977	L'uniforme de couleur vert foncé est adopté.

Date	Événement
20 août 1985	Son Altesse Royal Prince Philippe, Colonel en chef, présente la bannière des cadets royaux de l'Armée canadienne, la bannière de cornemuses des cadets royaux de l'Armée canadienne et la bannière des trompettes des cadets royaux de l'Armée canadienne.
1987	L'âge d'inscription était revenu à 12 ans.
1994	La Liste des instructeurs de cadets (LIC) devient le Cadre d'instructeurs de cadets (CIC) ce qui permet l'utilisation d'un format bilingue pour le titre et l'acronyme.
1999	Le programme des cadets de l'Armée est mis à jour en mettant l'accent sur « l'aventure et le défi ».
2009	Le programme des cadets de l'Armée est mis à jour sous sa forme moderne.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M207.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE ET LES RESPONSABILITÉS D'UN RÉPONDANT LOCAL

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

Se familiariser avec le répondant local du corps de cadets et le comité répondant. Être prêt à donner des exemples de ce que le répondant fait pour le corps de cadets.

Contacter les membres du répondant local et les inviter à participer à cet OCOM.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour initier les cadets au rôle et aux responsabilités du répondant local et pour présenter la matière de base.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit reconnaître le rôle et les responsabilités du répondant local.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de connaître la structure de soutien de leur corps de cadets. Il existe un répondant local pour chaque corps de cadets dans l'ensemble du Canada qui offre de l'aide à accomplir l'instruction. Pour qu'un corps de cadets fonctionnent efficacement, il a besoin de différentes structures de soutien. Un répondant crédible et digne de confiance est essentiel au succès d'un corps de cadets et chaque cadet devrait réaliser leur importance.

Point d'enseignement 1**Définir les termes répondant et comité répondant**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Les branches Provinciales/territoriales de la Ligue des cadets de l'Armée peuvent référer au comité répondant sous un nom différent (par ex. comité de soutien). S'assurer que les cadets connaissent qui sont le répondant et le comité répondant du corps de cadets.

Discuter de la différence entre un répondant et un comité répondant.

RÉPONDANT PAR RAPPORT AU COMITÉ RÉPONDANT

Répondant. À l'égard de corps de cadets, l'organisation ou les personnes acceptées par ou au nom du Chef d'état-major de la Défense d'assumer la responsabilité pour l'organisation et l'administration du corps de cadets conjointement avec les Forces canadiennes et le répondant superviseur (la Ligue des cadets de l'Armée).

Comité répondant. Un comité de travail de soutien qui est membre de la Ligue et qui est supervisé par elle, et qui se compose de personnes approuvées, enregistrées et sélectionnées conformément à la politique de la Ligue pour accomplir les fonctions requises au soutien du corps de cadets. Les comités répondants sont généralement composés de représentants du répondant, de parents et d'autres parties civiles acceptables provenant de la communauté. Parfois, ils se nomment comités de parents ou comités civils; cependant, chaque comité de parents n'est pas nécessairement un comité répondant.



Un corps de cadets doit avoir un répondant. Les comités répondants complètent le soutien offert par le répondant local. S'il n'y a pas de comité répondant, la Ligue s'attend à ce que le répondant en forme un ou en assume les responsabilités.

Le comité répondant peut être une partie importante du corps de cadets. Il y a eu des cas où le comité répondant s'est impliqué plus que le répondant, alors le comité a fait la demande pour devenir le répondant.



La structure générale suivante décrit les postes qui existent dans l'organisation du répondant et les responsabilités principales qui correspondent aux postes. Ces postes peuvent varier ou ces termes peuvent varier d'un répondant à l'autre.

Président. Le président est le cadre supérieur de l'organisation du répondant et il est responsable de toutes les activités/fonctions. Tous les membres doivent garder le président informé de leurs activités et en retour il ou elle doit garder le corps de cadets informé des activités du répondant.

Secrétaire. Le secrétaire est responsable de maintenir tous les dossiers et la correspondance. Pendant les réunions générales et du comité, le secrétaire est responsable de rédiger le procès-verbal.

Trésorier. Le trésorier est responsable de maintenir tous les dossiers et les transactions financières. Toutes les dépenses doivent être enregistrées aux fins d'établissement du budget et des rapports financiers.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qu'un répondant?
- Q2. Habituellement, qui fait partie d'un comité répondant?
- Q3. Qui est le répondant du corps de cadets?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Par rapport à un corps de cadets, l'organisation ou les personnes acceptées par ou au nom du Chef d'état-major de la Défense pour assumer la responsabilité de l'organisation et de l'administration du corps de cadets conjointement avec les Forces canadiennes et le répondant superviseur (la Ligue des cadets de l'Armée).
- R2. Les comités répondants sont généralement composés de représentants du répondant, de parents et d'autres parties civiles acceptables provenant de la communauté.
- R3. Les réponses seront variées.

Point d'enseignement 2

Discuter de l'historique du comité répondant

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

HISTORIQUE DU COMITÉ RÉPONDANT

Tel que mentionné au numéro 11 de Cadence : La Revue du leadership du Mouvement des cadets du Canada, avant la formation de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada le 1^{er} avril 1971, les corps de cadets ont eu comme répondants les unités de la Milice ou de la Force régulière affiliées à chacun d'eux. Ces unités régimentaires voulaient donner aux adolescents une occasion unique de développer leur autonomie et leur caractère personnel. L'approche prise était fermement enracinée dans leur histoire et leurs traditions particulières.

Les corps de cadets comptaient sur leur régiment pour obtenir appui et leadership. L'engagement des parents n'était pas voulu et l'aide financière était sporadique.

En raison des restrictions budgétaires qui sévissaient au sein des Forces canadiennes, le soutien provenant de l'unité d'affiliation était devenue moins disponible. Afin de sauvegarder les corps de cadets, des parents de partout au Canada se sont impliqués en recueillant des fonds et en offrant un soutien.

Lorsque la Ligue des cadets de l'Armée du Canada a été créée, un domaine important de préoccupation était le soutien au corps de cadets. La Ligue mis en place des comités répondants structurés à chaque corps de cadets pour améliorer le soutien qui était fourni par le répondant local. Ces comités, ancrés dans la communauté, se composaient de parents, de membres de la Ligue, de membres d'associations militaires et de bénévoles. À l'origine, plusieurs commandants se sont opposés à ces comités, mais maintenant ils sont reconnaissants de leur aide. Aujourd'hui, ces comités sont une source d'importance de soutien.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quand la Ligue des cadets de l'Armée a-t-elle été créée?
- Q2. Qui agissaient comme répondants des corps de cadets avant la formation de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada?
- Q3. Qui étaient les principales personnes qui ont aidé à créer les premiers comités répondants?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La Ligue des cadets de l'Armée a été créée le 1^{er} avril 1971.
- R2. Avant la formation de la Ligue des cadets de l'Armée du Canada, les unités de la Milice ou de la Force régulière affiliées à chaque corps de cadets agissaient comme répondants des corps de cadets.
- R3. Les parents, les membres de la Ligue, les membres d'associations militaires et les bénévoles étaient les sources principales de soutien à la formation de ces comités.

Point d'enseignement 3

Expliquer le rôle et les responsabilités du répondant local.

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Discuter du rôle et des responsabilités en utilisant des exemples particuliers au corps.

RÔLE DU RÉPONDANT

C'est le rôle du répondant de s'assurer qu'il rencontre ses responsabilités conformément au Protocole d'entente, pour la conduite adéquate et efficace du programme des cadets au Canada.

RESPONSABILITÉS DU RÉPONDANT

Collecte de fonds

C'est la responsabilité du répondant d'organiser des activités de collecte de fonds en consultation avec le commandant (cmdt) du corps de cadets. Le répondant doit préparer des rapports annuels lorsque la loi l'exige.

Recrutement de cadets

C'est la responsabilité du répondant d'organiser des campagnes dans la collectivité locale pour attirer des cadets pour qu'ils deviennent membres du corps de cadets.

Attirer des officiers au corps

C'est la responsabilité du répondant de mener des campagnes locales pour attirer des candidats potentiels dans la communauté pour qu'ils deviennent membres du Cadre des instructeurs de cadets (CIC) et des instructeurs civils (IC). Ces campagnes se fondent sur des besoins confirmés par le cmdt du corps de cadets.

Sélectionner des bénévoles

C'est la responsabilité du répondant d'identifier et de conduire le processus de sélection de bénévoles possibles. Le répondant est responsable d'accomplir le processus et de fournir ces résultats à la Ligue.

Fournir des installations d'administration et de formation adéquates

Le répondant est responsable de fournir des installations d'administration d'instruction adéquates, si elles ne sont pas fournies par le MDN. Cela doit comprendre les exigences en matière d'assurance, au besoin.

Participer aux nominations des grades de cadets séniors

Le répondant est responsable d'aider au processus de sélection des cadets séniors.

Participer aux sélections pour le CIEC et les échanges

Le répondant est responsable de collaborer avec le commandant du corps de cadets pour promouvoir les cours d'été et les échanges, et de participer au processus de sélection en conséquence, conformément aux ententes et aux responsabilités de la Ligue et du MDN.

Participer aux sélections pour l'attribution des décorations et récompenses

Le répondant est responsable de participer au processus de co-sélection pour l'attribution des décorations et des récompenses de la Ligue et en lançant le processus de sélection pour l'attribution des récompenses particulières à la Ligue.



Le répondant joue un rôle important au développement et au maintien de relations communautaires positives avec les entreprises, le gouvernement municipal, les clubs de services locaux et l'unité d'affiliation.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**QUESTIONS**

- Q1. Quel est le rôle du répondant par rapport aux collectes de fonds?
- Q2. Qui est responsable du recrutement des officiers dans le Cadre des instructeurs de cadets (CIC), des instructeurs civils (IC) et des cadets au corps de cadets?
- Q3. Qui est responsable de fournir des installations d'administration et d'instruction?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le répondant est responsable d'organiser des activités de collecte de fonds en consultation avec le cmdt du corps de cadets.
- R2. Le répondant.
- R3. Le répondant.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qu'un répondant?
- Q2. Quel soutien le répondant fournit-il au corps de cadets?
- Q3. Comment le répondant aide-t-il le cmdt?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. À l'égard de corps de cadets, l'organisation ou les personnes acceptées par ou au nom du Chef d'état-major de la Défense d'assumer la responsabilité pour l'organisation et l'administration du corps de cadets conjointement avec les Forces canadiennes et le répondant superviseur (la Ligue des cadets de l'Armée).
- R2. Les réponses seront variées.
- R3. Les réponses seront variées.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Le répondant du corps de cadets a un rôle et plusieurs responsabilités à s'acquitter, plus particulièrement le soutien et l'aide financière. Même s'ils ne sont pas toujours visibles, des répondants fiables et dignes de confiance sont essentiels au succès des corps de cadets et chaque cadet doit reconnaître leur importance.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Cette leçon peut être donnée par un membre du répondant local.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-040 2005-113124 D Cad. (2005). *Protocole d'entente entre le MDN et les ligues*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A0-046 Scott, M (Ed.). (2003). *Précisions sur le rôle des civils dans les corps et escadrons de cadets*, Cadence : La Revue du Leadership du Mouvement des cadets du Canada, Numéro 11, 30–32.

C2-063 Ligue des cadets de l'Armée du Canada. (2007). *Ligue des cadets de l'Armée du Canada*. Extrait le 9 mars 2007 du site <http://www.armycadetleague.ca>.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM M207.04 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE LA DEUXIÈME ANNÉE AU CIEC

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 point d'enseignement 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

La discussion de groupe a été choisie pour le PE1, 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 occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE2 afin d'initier les cadets aux occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC et de 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 de la deuxième année au CIEC.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets d'identifier les occasions d'instruction qui leur sont disponibles lors de la deuxième année au CIEC parce qu'ils doivent décider si et à quels cours ils veulent s'inscrire.

Point d'enseignement 1

Discuter des domaines spécialisés de l'instruction de la deuxième année au CIEC

Durée : 10 min

Méthode : Discussion de groupe

CONNAISSANCES PRÉALABLES



Le but de la discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivants 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/EXERCICE MILITAIRE ET CÉRÉMONIAL

Les cadets développeront les connaissances et les compétences requises pour améliorer les aptitudes de leadership dans un milieu de pairs et de petits groupes (3 à 6 personnes). Parmi les activités, notons :

- le leadership;
- le renforcement de la confiance;
- l'art de parler en public;
- la résolution de problèmes; et
- l'exercice militaire de cérémonies.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET SPORTS

Les cadets amélioreront leur forme physique personnelle, et leurs connaissances et compétences en sport. Parmi les activités, notons :

- les règles et règlements des sports; et
- la forme physique personnelle.

MUSIQUE

Musique militaire

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences en musique. Parmi les activités, notons :

- la théorie musicale;
- jouer un instrument faisant partie d'un ensemble;
- jouer un instrument faisant partie de la musique militaire; et
- acquérir des compétences individuelles en musique.

Cornemuse et tambour

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences en musique. Parmi les activités, notons :

- la théorie musicale;
- jouer un instrument faisant partie d'un ensemble;
- jouer un instrument faisant partie du corps de cornemuses et de tambours; et
- acquérir des compétences individuelles en musique.

TIR DE PRÉCISION

Les cadets développeront des connaissances et des compétences nécessaires pour améliorer leurs habiletés en matière de tir de précision. Parmi les activités, notons :

- le tir à deux positions (debout et couchée);
- le tir de précision récréatif;
- la compétition de tir de précision au niveau de cours; et
- le biathlon.

EXPÉDITION

Les cadets acquerront des connaissances et des compétences sur les expéditions dans un environnement de campagne. Parmi les activités, notons :

- les activités de formation par l'aventure;
- l'entraînement en campagne;
- la randonnée en montagne;
- la navigation; et
- la survie en milieu sauvage.

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION :

- Établir les règles de base pertinentes à une discussion, par ex., chacun doit écouter attentivement; ne pas interrompre; seulement une personne parle à la fois; personne ne doit se moquer des idées des autres; on peut être en désaccord avec les idées mais non avec la personne; tenter de comprendre les autres autant qu'on espère être compris soi-même; etc.
- Le groupe s'assoie en cercle, s'assurer que tous les cadets peuvent être vus par tous.
- Poser des questions qui font réfléchir; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en s'assurant que les cadets restent collés au sujet.
- Écouter et répondre de façon à indiquer que le cadet a été entendu et compris. Il est possible de le faire en reformulant leurs idées.
- Donner aux cadets le temps de répondre aux questions posées.
- S'assurer que chaque cadet a l'occasion de participer. Une option est de faire le tour du groupe et demander à chaque cadet de répondre à la question en donnant une courte réponse. Les cadets doivent avoir l'option de passer leur tour s'ils le souhaitent.
- Les questions supplémentaires doivent être préparées 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. Quel domaine spécialisé êtes-vous intéressé à poursuivre? Pourquoi?



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



Renforcer les réponses et les commentaires énoncés pendant la discussion de groupe, s'assurer que le point d'enseignement a été expliqué.

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**Décrire les cours de la deuxième année au CIEC**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



On pourrait demander à un cadet qui a participé à un de ces cours de parler de son expérience pendant ce PE.

COURS COMMUNS

Conditionnement physique et sports – élémentaire. Le but de ce cours est d'améliorer les connaissances et les compétences des cadets pertinentes à la forme physique personnelle et les sports.

Musique militaire – Musicien élémentaire. Le but de ce cours est de présenter les connaissances et les compétences fondamentales pertinentes à la musique et de permettre aux cadets d'atteindre un niveau élémentaire en musique.

Corps de cornemuses – Musicien élémentaire. Le but de ce cours est de présenter les connaissances et les compétences fondamentales pertinentes à la musique et de permettre aux cadets d'atteindre un niveau élémentaire en musique.

COURS PROPRES À L'ÉLÉMENT

Leadership élémentaire. Le but de ce cours est de perfectionner les connaissances et les compétences nécessaires à un nouveau chef pour accomplir un travail de leadership dans un milieu de pairs et de petits groupes et de fournir aux cadets du cours les occasions de raffermir leur confiance en soi.

Tir élémentaire. Le but de ce cours est de perfectionner les connaissances et les compétences des cadets en matière de tir de précision, pour qu'ils puissent participer à une compétition de tir de précision locale.

Expédition élémentaire. Le but de ce cours est de former des spécialistes avec les compétences et les connaissances de la matière nécessaires pour participer avec succès à une expédition de niveau élémentaire.



La seule qualification préalable nécessaire pour le cours de la deuxième année au CIEC est de terminer avec succès le programme d'instruction de l'étoile rouge.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**QUESTIONS**

- Q1. Quels sont les cours disponibles aux cadets de deuxième année?
- Q2. Quel niveau de musique les cadets doivent-ils atteindre après avoir terminé un cours de musique de deuxième année?
- Q3. Quels sont deux des sujets enseignés dans le cours d'expédition élémentaire.

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les cours comprennent l'instruction :

- sur le conditionnement physique et sports – élémentaire;
- de musicien élémentaire de musique militaire;
- de musicien élémentaire de corps de cornemuses;
- sur le tir élémentaire;
- sur le leadership élémentaire; et
- sur l'expédition élémentaire.

R2. Le cadet doit atteindre un niveau de musique élémentaire.

R3. Les sujets comprennent les activités de formation par l'aventure, l'entraînement en campagne, la randonnée en montagne, la navigation et la survie en milieu sauvage.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

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

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

L'instruction d'été est un aspect amusant et stimulant du programme des cadets. L'instruction est offerte dans des domaines spécialisés qui ne sont peut-être pas disponibles au corps de cadets. Les centres d'instruction d'été sont aussi un endroit pour rencontrer des cadets et se faire de nouveaux amis de différents corps de cadets de partout au Canada. Il est important de se familiariser avec les cours d'instruction d'été offerts pour que les cadets puissent s'inscrire au cours qui les intéresse le plus.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Cet OCOM doit être conduit avant la date d'échéance des demandes d'instruction d'été du détachement ou de la région applicable.

Il est fortement recommandé de remplir les formulaires de demande d'instruction d'été (CF 51) pendant une séance d'instruction après la conduite de cet OCOM.

Le corps de cadets peut choisir d'accorder deux périodes supplémentaires d'instruction complémentaire afin de prolonger la séance et inclure un séminaire d'information pour les parents.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-010 CATO 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du Programme des cadets*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-027 CATO 42-01 D Cad 4. (2005). *Directives d'entraînement estival – Cadets royaux de l'Armée canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-031 CATO 40-01 D Cad. (2003). *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 5

OCOM C207.01 – IDENTIFIER LA STRUCTURE DES GRADES DES CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE ET DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

Copier le document de cours des grades qui se trouve à l'annexe A pour chaque cadet.

Décider quelle est l'activité qui sera accomplie dans le PE 2 et assembler tout le matériel nécessaire.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 pour initier les cadets à la structure des grades des cadets de la Marine et de l'Air, pour stimuler leur intérêt et présenter la matière de base.

Une activité en classe a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier la structure des grades des cadets de la Marine royale canadienne et de l'Aviation royale du Canada.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets d'identifier la structure des grades des cadets de la Marine et de l'Air pour mieux comprendre la structure des autres éléments. Connaître la structure et les insignes des grades aident

les cadets à s'adresser à d'autres cadets et ainsi mieux connaître les différences et les similitudes entre les cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

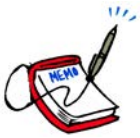
Point d'enseignement 1

Identifier la structure des grades des cadets de la Marine et de l'Air

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

CONNAISSANCES PRÉALABLES



Les grades de cadets de la Marine et de l'Air ont des chevrons et des couronnes, tout comme les cadets de l'Armée. Les cadets de la Marine ont aussi une ancre et les cadets de l'Air ont une hélice sur un de leurs insignes.

Distribuer les documents de cours sur les insignes des grades de cadet qui se trouvent à l'annexe A et présenter brièvement aux cadets les grades de cadet de la Marine et de l'Air.

INSIGNES DES GRADES DE CADET

GRADES DE CADET DE L'ARMÉE	GRADES DE CADET DE LA MARINE	GRADES DE CADET DE L'AIR
CADET (PAS D'INSIGNE)	MATELOT DE 3 ^e CLASSE (MAT 3) (PAS D'INSIGNE)	CADET DE L'AIR (CAD) (PAS D'INSIGNE)
SOLDAT (SDT) 	MATELOT DE 2 ^e CLASSE (MAT 2) 	CADET DE L'AIR DE 1 ^{re} CLASSE 
CAPORAL (CPL) 	MATELOT DE 1 ^{re} CLASSE (MAT 1) 	CAPORAL (CPL) 
CAPORAL-CHEF (CPLC) 	MATELOT-CHEF (MATC) 	CAPORAL DE SECTION (CPL S) 
SERGEANT (SGT) 	MAITRE DE 2 ^e CLASSE (M 2) 	SERGEANT (SGT) 
ADJUDANT (ADJ) 	MAITRE DE 1 ^{re} CLASSE (M 1) 	SERGEANT DE SECTION (SGT S) 
ADJUDANT-MAITRE (ADJUM) 	PREMIER MAITRE DE 2 ^e CLASSE (PM 2) 	ADJUDANT 2 ^e CLASSE (ADJ 2) 
ADJUDANT-CHEF (ADJUC) 	PREMIER MAITRE DE 1 ^{re} CLASSE (PM 1) 	ADJUDANT 1 ^{re} CLASSE (ADJ 1) 

Figure 1 Grades de cadet

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. À quoi ressemble l'insigne du grade de matelot de 1^{re} classe?
- Q2. Quel grade a deux chevrons et une ancre?
- Q3. À quoi ressemble l'insigne du grade de maître de 1^{re} classe?
- Q4. À quoi ressemble l'insigne du grade de sergent?
- Q5. Quel est le grade le plus haut que le cadet de l'Air peut obtenir?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Deux chevrons et une ancre.
- R2. Matelot-chef.
- R3. Une couronne.
- R4. Trois chevrons.
- R5. Adjudant de 1^{re} classe (adj 1).

Point d'enseignement 2

Diriger une activité pour familiariser les cadets avec la structure des grades des cadets de la Marine et de l'Air

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe



Diriger une des activités suivantes.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité-tornade est de familiariser les cadets avec les grades des cadets de la Marine et de l'Air.

RESSOURCES

- Les insignes de grades des cadets de la Marine et de l'Air se trouvent à l'annexe B.
- Les gestes se trouvent à l'annexe C.
- Du ruban.
- Deux sacs, des chapeaux ou des contenants.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Le plancher de grades et le sac des actions à exécuter par les cadets doivent être prêts.

Comment organiser le plancher de grades pour cette activité « Twister » :

1. faire deux copies des insignes qui se trouvent à l'annexe B; et
2. coller les grades sur le plancher dans un rectangle de quatre par sept, en s'assurant que les mêmes grades ne sont pas placés ensemble.

Comment faire les sacs de gestes :

1. faire une copie des actions à exécuter qui se trouvent à l'annexe C;
2. découper les actions à exécuter;
3. diviser les actions à exécuter en deux groupes – les parties du corps et les grades;
4. plier les morceaux de papier; et
5. placer les noms des parties du corps dans un sac et les grades dans un autre sac.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de 3 à 6 personnes.
2. Décider combien de temps chaque groupe peut prendre pour faire l'activité. Par exemple, s'il y a deux groupes, allouer environ cinq minutes à chaque groupe. S'il y a trois groupes, allouer environ quatre minutes à chaque groupe.
3. Si possible, désigner deux ou trois cadets pour aider à titre de juge.
4. Demander au premier groupe de se placer autour du plancher de grades.
5. Choisir une partie du corps et un grade (geste) de chaque sac, chapeau ou contenant et les lire haute voix (p. ex. main gauche – matelot de 2^e classe).
6. Demander aux cadets d'exécuter l'action (par ex. mettre leur main gauche sur un grade de matelot 2^e classe).
7. Remettre le morceau de papier dans le sac approprié, le chapeau ou le contenant.
8. Choisir une autre action, lire à haute voix et demander aux cadets de l'exécuter.
9. Si une partie du corps du cadet touche le plancher ou s'il ne fait pas le mouvement approprié, il est éliminé et doit laisser le plancher de grades.
10. Une fois que les cadets ont été éliminés du premier groupe, commencer avec le deuxième groupe, en suivant les mêmes étapes.
11. Continuer jusqu'à ce que tous les cadets aient eu la chance de participer à l'activité.



Si un cadet ne veut pas participer à cette activité, il ou elle peut être un juge.

Il faut avoir du ruban supplémentaire disponible au cas où les grades glisseraient sur le plancher.

MESURES DE SÉCURITÉ

- Les cadets doivent enlever leurs souliers avant de commencer cette activité.
- On doit arrêter cette activité immédiatement s'il y a des bousculades.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de se familiariser avec les grades des cadets de la Marine et de l'Air.

RESSOURCES

- Copies papier de chaque insigne de grade (utiliser autant de copies que le nombre de cadets en classe). s'il y a plus de quatorze cadets, d'autres cadets peuvent avoir le même grade. les grades se trouvent à l'annexe B.
- Ruban.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Découper les grades, en s'assurant qu'il y en a un pour chaque cadet.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Coller un grade dans le dos de chaque cadet (le cadet ne doit pas voir le grade qu'il porte dans son dos). Les cadets ne doivent pas parler pendant cette étape.
2. Demander aux cadets de circuler en posant aux autres cadets des questions à répondre par « oui » ou « non » pour déterminer le grade qu'ils portent au dos. Par exemple, le cadet peut demander « Est-ce que je porte deux chevrons? ». À partir des réponses, le cadet doit déterminer le grade qu'il porte. Les cadets ne peuvent pas poser de questions qui comprennent les noms de grades particuliers, tel que « Suis-je un matelot de 1re classe? »
3. On ne doit poser qu'une seule question à chacun des autres cadets pour déterminer quel grade ils portent. Les cadets se déplacent d'un cadet à l'autre jusqu'à ce qu'ils aient déterminé le grade qu'ils portent.
4. Une fois que les cadets ont déterminé le grade qu'ils portent, ils se rassemblent avec les autres cadets qui portent le même grade qu'eux, s'il y en a.
5. Après trois minutes, demander aux cadets de présenter le grade qu'ils pensent porter d'après les réponses qu'ils ont reçues. Par exemple, si un groupe a déterminé qu'il porte un grade de cadet de l'Air avec seulement deux chevrons, il se présenterait comme un caporal de cadets de l'Air.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité de correspondance est de familiariser les cadets avec les grades des cadets de l'Air et de la Marine.

RESSOURCES

Les fiches correspondantes des insignes de grades des cadets de la Marine et de l'Air se trouvent à l'annexe D.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Découper un ensemble de fiches correspondantes de grades des cadets de la Marine et de l'Air pour chaque groupe de cadets.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de deux ou trois personnes.
2. Distribuer à chaque groupe un ensemble de fiches correspondantes de grades des cadets de la Marine et de l'Air.
3. Demander aux cadets d'associer le titre à l'insigne de chaque grade.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité en classe du PE2 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Être capable d'identifier les grades des cadets de la Marine et de l'Air facilitera la compréhension des grades portés sur leurs uniformes. Les cadets peuvent ainsi mieux connaître les différences et les similitudes entre les cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR













S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A1-003 A-CR-005-001/AG-001 D Cad 3. (Draft). *Instructions sur la tenue des Cadets de la Marine royale canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A3-004 CATO 51-02 D Cad 4. (2007). *Promotions des cadets de l'Air*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

GRADES DES CADETS DE L'ARMÉE

GRADES DE CADET DE L'ARMÉE	GRADES DE CADET DE LA MARINE	GRADES DE CADET DE L'AIR
CADET (PAS D'INSIGNE)	MATELOT DE 3 ^e CLASSE (MAT 3) (PAS D'INSIGNE)	CADET DE L'AIR (CAD) (PAS D'INSIGNE)
SOLDAT (SDT) 	MATELOT DE 2 ^e CLASSE (MAT 2) 	CADET DE L'AIR DE 1 ^{re} CLASSE 
CAPORAL (CPL) 	MATELOT DE 1 ^{re} CLASSE (MAT 1) 	CAPORAL (CPL) 
CAPORAL-CHEF (CPLC) 	MATELOT-CHEF (MATC) 	CAPORAL DE SECTION (CPL S) 
SERGENT (SGT) 	MAITRE DE 2 ^e CLASSE (M 2) 	SERGENT (SGT) 
ADJUDANT (ADJ) 	MAITRE DE 1 ^{re} CLASSE (M 1) 	SERGENT DE SECTION (SGT S) 
ADJUDANT-MAITRE (ADJUM) 	PREMIER MAITRE DE 2 ^e CLASSE (PM 2) 	ADJUDANT 2 ^e CLASSE (ADJ 2) 
ADJUDANT-CHEF (ADJUC) 	PREMIER MAITRE DE 1 ^{re} CLASSE (PM 1) 	ADJUDANT 1 ^{re} CLASSE (ADJ 1) 

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

INSIGNES

MARINE



MARINE



MARINE



MARINE



MARINE



MARINE



MARINE



AIR



AIR



AIR



AIR



AIR



AIR



AIR




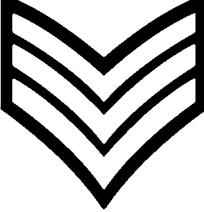






ACTIONS






MAIN GAUCHE	PREMIER MAÎTRE DE 2^E CLASSE
MAIN DROITE	PREMIER MAÎTRE DE 1^{RE} CLASSE
PIED GAUCHE	CADET DE L'AIR DE 1^{RE} CLASSE
PIED DROIT	CAPORAL
MATELOT DE 2^E CLASSE	CAPORAL DE SECTION
MATELOT DE 1^{RE} CLASSE	SERGEN
MATELOT-CHEF	SERGEN DE SECTION
MAÎTRE DE 2^E CLASSE	ADJUDANT 2^E CLASSE
MAÎTRE DE 1^{RE} CLASSE	ADJUDANT 1^{RE} CLASSE

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

CARTES DE MÉMOIRE

CADET DE L'AIR (CAD)	(PAS D'INSIGNE)
CADET DE L'AIR DE 1 ^{RE} CLASSE	
CAPORAL (CPL)	
CAPORAL DE SECTION (CPL S)	
SERGENT (SGT)	

<p>SERGENT DE SECTION (SGT S)</p>	
<p>ADJUDANT 2^E CLASSE (ADJ 2)</p>	
<p>ADJUDANT 1^{RE} CLASSE (ADJ 1)</p>	
<p>MATELOT DE 3^E CLASSE (MAT 3)</p>	<p>(PAS D'INSIGNE)</p>
<p>MATELOT DE 2^E CLASSE (MAT 2)</p>	

<p>MATELOT DE 1^{RE} CLASSE (MAT 1)</p>	
<p>MATELOT-CHEF (MATC)</p>	
<p>MAÎTRE DE 2^E CLASSE (M 2)</p>	
<p>MAÎTRE DE 1^{RE} CLASSE (M 1)</p>	
<p>PREMIER MAÎTRE DE 2^E CLASSE (PM 2)</p>	

PREMIER MAÎTRE DE 1^{RE} CLASSE (PM 1)





**INSTRUCTION COMMUNE
GUIDE PÉDAGOGIQUE**



SECTION 6

OCOM C207.02 – VISITER UN CORPS DE CADETS OU UN ESCADRON LOCAL

Durée totale :

90 min

Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cet OCOM.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M208.01 – TOURNER À GAUCHE ET À DROITE EN MARCHANT

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-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.

Choisir la formation d'escouade la plus efficace par rapport à l'enseignement de cette leçon. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U ». S'assurer que tous les cadets sont placés de manière à pouvoir entendre toutes les explications et voir toutes les démonstrations.

On aura peut-être besoin des instructeurs adjoints si l'escouade est divisée en petits groupes pour exécuter les mouvements d'exercice militaire qui nécessitent plus de pratique.

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 comment tourner en marchant tout en laissant aux cadets l'occasion de le pratiquer sous supervision.



Développer et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, pour bien faire comprendre aux membres d'un peloton 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. Vulgarité et raillerie personnelles ne doivent jamais être utilisées.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de tourner à gauche et à droite en marchant.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets effectuent des mouvements d'exercices militaire à un niveau compétent au corps des cadets et au CIEC. Les mouvements harmonisés des cadets aident à promouvoir la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion; ce qui aide à développer la base du travail d'équipe.



Les mouvements appropriés de l'exercice militaire devraient 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.



Chaque PE sera conduit de cette façon :

1. Demander aux cadets de joindre les rangs, dans une formation d'escouade efficace (p. ex. en « U »).
2. Expliquer et démontrer chacun des mouvements en fonction du temps dont on dispose.
3. Accorder aux cadets le temps de pratiquer seul chaque mouvement après la démonstration.
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.

Pour fléchir le genou, soulever le pied de 15 cm au-dessus du sol.

Il faut maintenir la cadence lorsque les mouvements sont effectués.

Point d'enseignement 1

Expliquer et démontrer comment tourner à gauche en marchant et le faire pratiquer par les cadets

Durée : 25 min

Méthode : Démonstration et exécution



Le commandement pour tourner à gauche en marchant est donné lorsque le pied droit est en avant et au sol.

TOURNER À GAUCHE EN MARCHANT

Au pas cadencé, au commandement À GAUCHE, TOURNEZ, les cadets doivent :

1. au premier mouvement, faire un demi-pas en avant avec le pied gauche, en balançant le bras droit vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière;

2. au deuxième mouvement :
 - a. ramener les bras le long du corps comme pour la position du garde-à-vous;
 - b. fléchir le genou droit;
 - c. utiliser l'élan du genou, pour tourner les épaules de 90 degrés vers la gauche de façon à faire face à la nouvelle direction tout en pivotant de 90 degrés vers la gauche sur la pointe du pied gauche;
 - d. redresser la jambe droite comme à la position du garde-à-vous;
 - e. effectuer aussitôt un demi-pas du pied gauche, en rasant le sol avec la pointe du pied;
 - f. garder le corps et la tête bien droits; et
 - g. garder les bras, le corps et la tête immobiles; et
3. au troisième mouvement, faire un demi-pas du pied gauche et continuer à marcher (en balançant les bras).



La mesure de ce mouvement est PRÊT – PIVOT – GAUCHE – DROITE – GAUCHE.

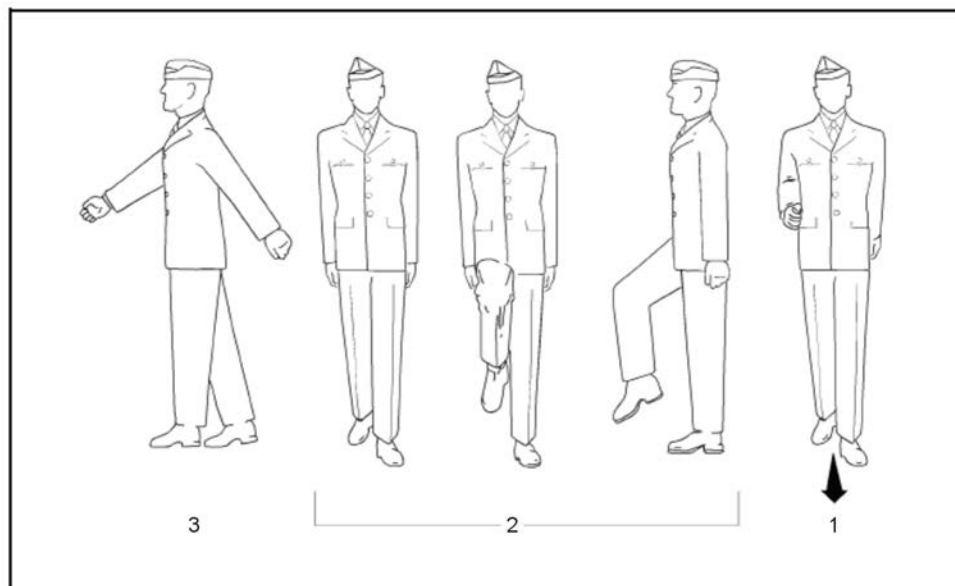


Figure 1 Tourner à gauche au pas cadencé

A-PD-201-000/PT-000, Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes (page 3-30)



Figure 2 Tourner à gauche – Premier mouvement

A-PD-201-000/PT-000 (page 3-30)

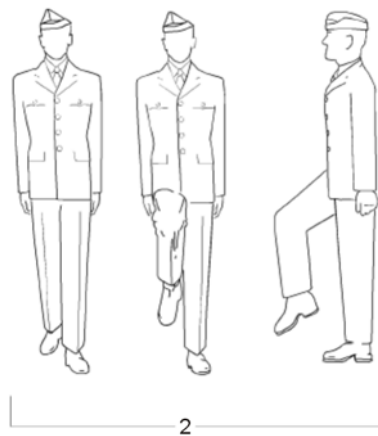
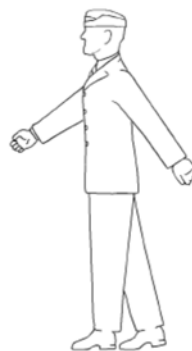


Figure 3 Tourner à gauche – Deuxième mouvement

A-PD-201-000/PT-000 (page 3-30)



3

Figure 4 Tourner à gauche – Troisième mouvement

A-PD-201-000/PT-000 (page 3-30)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

Les cadets tourneront à gauche en marchant en escouade.

Point d'enseignement 2

Expliquer et démontrer comment tourner à droite en marchant et le faire pratiquer par les cadets

Durée : 25 min

Méthode : Démonstration et exécution



Le commandement pour tourner à droite en marchant est donné lorsque le pied gauche est en avant et au sol.

TOURNER À DROITE EN MARCHANT

Au pas cadencé, au commandement À DROITE, TOURNEZ, les cadets doivent :

1. au premier mouvement, faire un demi-pas en avant avec le pied droit, en balançant le bras gauche vers l'avant et le bras droit vers l'arrière;
2. au deuxième mouvement :
 - a. ramener les bras le long du corps comme pour la position du garde-à-vous;
 - b. fléchir le genou gauche;
 - c. utiliser l'élan du genou, pour tourner les épaules de 90 degrés vers la droite de façon à faire face à la nouvelle direction tout en pivotant de 90 degrés vers la droite sur la pointe du pied droit;
 - d. redresser la jambe gauche comme à la position du garde-à-vous;
 - e. effectuer aussitôt un demi-pas du pied droit, en rasant le sol avec la pointe du pied;
 - f. garder le corps et la tête bien droits; et
 - g. garder les bras, le corps et la tête immobiles; et
3. au troisième mouvement, faire un demi-pas du pied droit et continuer à marcher (en balançant les bras).



La mesure de ce mouvement est PRÊT – PIVOT – DROITE – GAUCHE – DROITE.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

Les cadets tourneront à droite en marchant 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 façons de tourner à gauche et tourner à droite en marchant et insister sur les mouvements avec lesquels ils ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

Exercer l'exécution des mouvements au complet lorsque :

- l'**instructeur** compte la mesure;
- l'**escouade** compte la mesure; et
- l'escouade **évalue** la mesure.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

L'exercice militaire permet de développer de nombreuses qualités grâce à une grande discipline et beaucoup de pratique. Un exercice bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision est un exercice d'obéissance et de vivacité d'esprit qui crée un esprit d'équipe chez les membres.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Direction – Histoire et patrimoine 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M208.02 – FORMER UNE FILE INDIENNE DE LA HALTE

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-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.

Choisir la formation d'escouade la plus efficace par rapport à l'enseignement de cette leçon. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U ». S'assurer que tous les cadets sont placés de manière à pouvoir entendre toutes les explications et voir toutes les démonstrations.

On aura peut-être besoin des instructeurs adjoints si l'escouade est divisée en petits groupes pour exécuter les mouvements d'exercice militaire qui nécessitent plus de pratique.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour la présente leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les compétences que le cadet devra acquérir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer la formation en file indienne à partir de la halte, sous supervision.



Développer et utiliser un vocabulaire fait de termes brefs et concis, pour bien faire comprendre aux membres d'un peloton 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. Vulgarité et les railleries personnelles ne doivent jamais être utilisées.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de former une file indienne à partir de la halte.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets effectuent des mouvements d'exercices militaire à un niveau compétent au corps des cadets et au CIEC. Les mouvements harmonisés des cadets aident à promouvoir la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion; ce qui aide à développer la base du travail d'équipe.



Les mouvements appropriés d'exercice militaire devraient 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.



La présente leçon n'est pas divisée en mouvements. Démontrer les mouvements et donner le temps aux cadets de les pratiquer, à partir de différentes positions.



Les majuscules désignent les commandements pour chaque mouvement.

Il faut maintenir la cadence lorsque ces mouvements sont effectués.

Point d'enseignement 1

Expliquer et démontrer la formation de la file simple par l'escouade en colonne par trois de la halte et demander aux cadets de la pratiquer

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

FORMER UNE FILE SIMPLE PAR L'ESCOUADE EN COLONNE PAR TROIS DE LA HALTE

Au commandement « DE LA GAUCHE (DROITE) EN FILE SIMPLE, PAS CADENCÉ – MARCHÉ », le mouvement sera effectué de la manière suivante :

1. le flanc de direction commence à marcher en file simple, au pas cadencé; et
2. les autres cadets marquent le pas. Les guides des deux autres rangs obliquent vers la gauche (droite) et commencent à marcher lorsque tous les membres de la file à leur gauche (droite) se sont avancés.

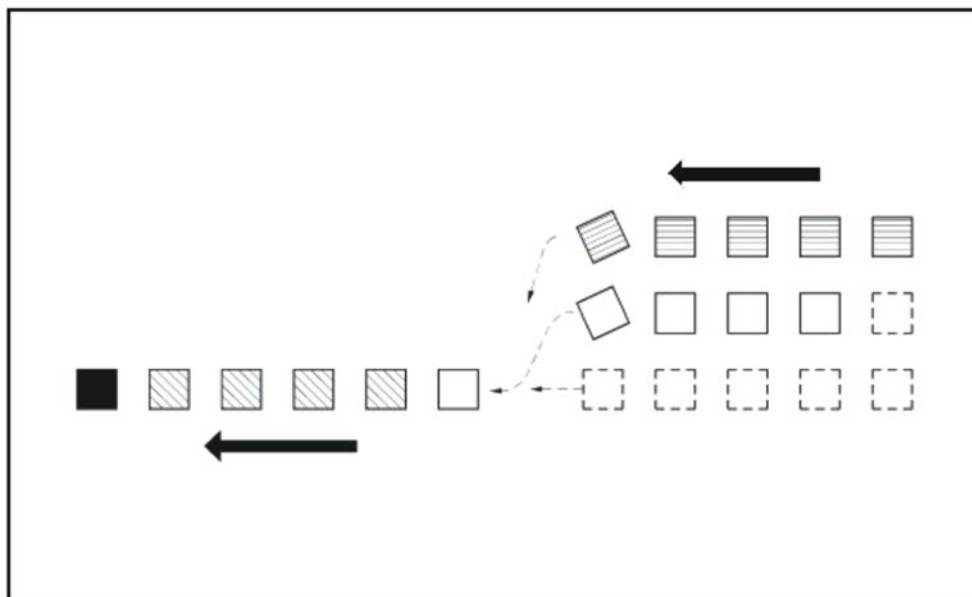


Figure 1 Formation de la file simple par l'escouade en colonne par trois

A-PD-201-000/PT-000 (page 3-30)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

Pratiquer le mouvement en formation d'escouade. Les cadets doivent avoir l'occasion de pratiquer le mouvement à partir de différentes positions dans l'escouade.

Point d'enseignement 2

Expliquer et démontrer la formation de la file simple par l'escouade en ligne à partir de la halte et demander aux cadets de la pratiquer

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution

FORMER UNE FILE SIMPLE PAR L'ESCOUADE EN LIGNE À PARTIR DE LA HALTE

Au commandement « DE LA GAUCHE (DROITE) EN FILE SIMPLE, PAS CADENCÉ – MARCHÉ », le mouvement sera effectué de la manière suivante :

1. la file du flanc de direction marche vers l'avant en file simple, au pas cadencé; et
2. les autres cadets marquent le pas. Les guides des deux autres rangs dirigent les autres cadets en faisant la conversion en file simple, lorsque tous les membres de la file à leur gauche (droite) se sont avancés.

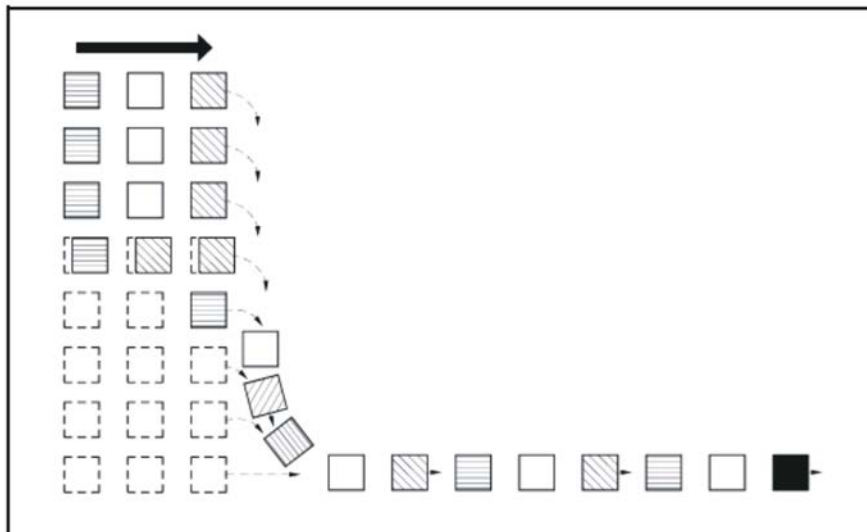


Figure 2 Formation de la file simple par l'escouade en ligne

A-PD-201-000/PT-000 (page 3-30)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

Pratiquer le mouvement en formation d'escouade. Les cadets doivent avoir l'occasion de pratiquer le mouvement à partir de différentes positions dans l'escouade.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

Pour confirmer l'apprentissage de cette leçon, les cadets doivent former une file simple, par l'escouade en colonne par trois et en ligne à partir de la halte, et l'accent doit être mis sur tout aspect qui aurait causé des difficultés aux cadets pendant la leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

L'exercice militaire permet de développer de nombreuses qualités grâce à une grande discipline et beaucoup de pratique. Un exercice bien répété, surveillé attentivement et exigeant un haut degré de précision est un exercice d'obéissance et de vivacité d'esprit qui crée un esprit d'équipe chez les membres.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 Direction – Histoire et patrimoine 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



**INSTRUCTION COMMUNE
GUIDE PÉDAGOGIQUE**



SECTION 3

OCOM C208.01 – S'EXERCER À UNE CÉRÉMONIE MILITAIRE DANS LE CADRE D'UNE REVUE

Durée totale :

60 min

Aucun guide pédagogique n'est fourni pour le présent OCOM. Se reporter à l'A-PD-201-000/PT-000.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



**INSTRUCTION COMMUNE
GUIDE PÉDAGOGIQUE**



SECTION 4

OCOM C208.02 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE AVEC ARMES

Durée totale :

240 min

Aucun guide pédagogique n'est fourni pour le présent OCOM. Se reporter à l'A-CR-CCP-053/PT-001, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des cadets de la Marine*.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM C211.01 – RECONNAÎTRE LES OCCASIONS DE BIATHLON CIVIL

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-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 pour initier les cadets à la pratique du biathlon civil et stimuler leur intérêt.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, les cadets doivent être en mesure de reconnaître les occasions de biathlon civil.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets puissent reconnaître les occasions de pratique du biathlon civil parce qu'ils pourraient choisir de pratiquer ce sport à l'extérieur du programme des cadets.

Point d'enseignement 1**Présenter les occasions d'entraînement pour le biathlon aux échelons local, provincial ou territorial, national et international**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

Il existe de nombreuses occasions d'entraînement pour les biathlètes aux échelons local, provincial ou territorial, national et international. Par exemple, des cours pratiques et des camps peuvent être organisés, dont la durée variera entre une fin de semaine dans le cas de l'instruction de base et intermédiaire et toute l'année en ce qui a trait à l'instruction avancée. Les cours pratiques offerts consistent en encadrement, organisation de courses et des programmes d'entraînement pour tous les niveaux de compétence, du débutant au compétiteur avancé s'entraînant pour une équipe nationale.

ÉCHELON LOCAL

Les stations ou les clubs de ski peuvent offrir divers programmes de biathlon. Les Ours du Biathlon est un programme d'entraînement communautaire 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. Une structure de classement fait partie du programme. À mesure que les compétences sont apprises et maîtrisées, le biathlète passe au niveau suivant des Ours du Biathlon.



Pour obtenir des exemples d'occasions d'entraînement locales pour le biathlon, communiquez avec votre station ou club de ski local.

ÉCHELON PROVINCIAL OU TERRITORIAL

Des divisions de Biathlon Canada se trouvent dans plusieurs provinces ou territoires. Les bureaux de ces divisions offrent des occasions d'entraînement, ainsi que du soutien aux stations ou aux clubs locaux.



Pour obtenir des exemples d'occasions d'entraînement pour le biathlon dans les provinces ou les territoires, communiquez avec le bureau de la division ou visitez son site Web.

ÉCHELON NATIONAL

Biathlon Canada est l'organisme directeur du sport de biathlon au Canada. Ses deux centres nationaux d'entraînement pour le biathlon se trouvent à Canmore, en Alberta, et à Valcartier, au Québec. Ces deux centres offrent des occasions d'entraînement aux équipes de biathlon nationales.



Pour obtenir des exemples d'occasions d'entraînement pour le biathlon à l'échelle nationale, communiquez avec Biathlon Canada (www.biathloncanada.ca).

ÉCHELON INTERNATIONAL

L'Union Internationale de Biathlon (IBU) est l'organisme directeur du sport de biathlon à l'échelle internationale. Des centres d'entraînement pour le biathlon se trouvent partout sur la planète. Les centres d'entraînement nationaux offrent des occasions d'entraînement aux athlètes qui participent à des compétitions sur la scène internationale. Les centres d'entraînement internationaux permettent aux biathlètes de haute performance de s'entraîner dans diverses régions géographiques, où l'altitude au-dessus du niveau de la mer et les variations de densité d'oxygène créent différentes exigences d'entraînement pour le biathlète. Le biathlète peut alors s'adapter à ces conditions environnementales avant de participer à la compétition et s'attendre à obtenir des résultats améliorés de sa performance.



Pour obtenir des exemples d'occasions d'entraînement pour le biathlon à l'échelle internationale, communiquez avec l'Union Internationale de Biathlon (IBU) (www.biathlonworld.com).

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qui offre des occasions d'entraînement pour le biathlon à l'échelle locale?
- Q2. Où se trouvent les deux centres nationaux d'entraînement pour le biathlon au Canada?
- Q3. Quel est le nom de l'organisme qui régit le biathlon à l'échelle internationale?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les stations ou les clubs de ski locaux.
- R2. Canmore, en Alberta et Valcartier, au Québec.
- R3. L'Union Internationale de Biathlon (IBU).

Point d'enseignement 2

Présenter les occasions de compétition de biathlon aux échelons local, provincial ou territorial, national et international

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

ÉCHELON LOCAL

Les stations ou les clubs de ski locaux offrent des occasions de compétition partout au Canada; il s'agit de courses pour les niveaux débutant à avancé.



Pour obtenir des exemples d'occasions de compétition locales pour le biathlon, communiquez avec votre station ou club de ski local.

ÉCHELON PROVINCIAL OU TERRITORIAL

Les bureaux des divisions répartis dans plusieurs provinces ou territoires du Canada offrent des occasions de compétition régionales pour le biathlon. Dans bon nombre de ces événements, il faut progresser suivant un processus de classement. Le compétiteur doit remplir certaines conditions comme les suivantes, sans s'y limiter : l'âge, le sexe, le classement par rapport à la station, au club de ski ou à l'équipe, le classement par rapport aux courses précédentes (s'il s'agit d'une série de courses). Les courses ne conduisent pas toutes à un niveau supérieur; il peut s'agir simplement de courses de participation.



Pour obtenir des exemples d'occasions de compétition pour le biathlon dans les provinces ou les territoires, communiquez avec le bureau de la division ou visitez son site Web.

ÉCHELON NATIONAL

Parmi les occasions de compétition nationales offertes par Biathlon Canada, notons :

- les Championnats canadiens; et
- les Jeux du Canada.



Pour obtenir des exemples d'occasions de compétition pour le biathlon à l'échelle nationale, communiquez avec Biathlon Canada (www.biathloncanada.ca).

ÉCHELON INTERNATIONAL

Parmi les occasions de compétition internationales pour le biathlon offertes conjointement avec l'IBU, notons :

- les Jeux Olympiques;
- la Coupe du monde;
- le championnat du monde;
- la Coupe Européenne; et
- la Coupe Europa.



Pour obtenir des exemples d'occasions de compétition pour le biathlon à l'échelle internationale, communiquez avec l'Union Internationale de Biathlon (IBU) (www.biathlonworld.com).

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. À quels types de critères un biathlète doit-il satisfaire pour participer à une compétition provinciale ou territoriale?
- Q2. Nommez un événement de compétition national pour le biathlon.
- Q3. Nommez deux événements de compétition internationaux pour le biathlon.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'âge, le sexe, le classement par rapport à la station, au club de ski ou à l'équipe, ou le classement par rapport aux courses précédentes (s'il s'agit d'une série de courses).
- R2. Parmi les occasions de compétition nationales pour le biathlon offertes par Biathlon Canada, notons :
- les Championnats canadiens; et
 - les Jeux du Canada.
- R3. Parmi les occasions de compétition internationales pour le biathlon offertes conjointement avec l'IBU, notons :
- les Jeux Olympiques;
 - la Coupe du monde;
 - le championnat du monde;
 - la Coupe Européenne; et
 - la Coupe Europa.

Point d'enseignement 3

Identifier les biathlètes célèbres qui ont été initiés à leur sport grâce au Programme des cadets du Canada

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

Les biathlètes qui ont été initiés à leur sport grâce au Programme des cadets du Canada ont connu la gloire des Jeux Olympiques. De nombreux anciens cadets ont connu du succès sur les scènes nationale et internationale. Parmi ces biathlètes, nommons Myriam Bédard, Nikki Keddie, Martine Albert et Jean-Philippe Le Guellec.

Jean-Philippe Le Guellec, de Shannon, au Québec, a été initié au biathlon grâce au programme des cadets de l'Air. Il a remporté trois médailles d'or aux championnats de Biathlon Canada à Charlo, au Nouveau-Brunswick, et il a participé au Jeux Olympiques d'hiver de 2006 à Torino, en Italie.

Myriam Bédard, de l'Ancienne-Lorrette, au Québec, a été initiée au biathlon grâce au programme des cadets de l'Armée. Elle a été la première athlète canadienne à remporter une compétition de biathlon à la Coupe du monde, en 1991, et la première athlète nord-américaine à remporter une médaille olympique aux Jeux d'hiver de 1992 à Albertville, en France. Elle a aussi remporté deux médailles d'or aux Jeux Olympiques d'hiver de 1994 à Lillehammer, en Norvège. Il s'agissait des premières médailles d'or pour le biathlon olympique remportées par un biathlète nord-américain. Le 4 novembre 1998, Myriam Bédard fut admise au Temple de la renommée des sports du Canada.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Nommez deux biathlètes célèbres qui ont été initiés à leur sport grâce au Programme des cadets du Canada.
- Q2. Jean-Philippe Le Guellec a remporté combien de médailles d'or?
- Q3. Myriam Bédard été initiée au biathlon grâce au programme des cadets de quel élément?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Myriam Bédard, Nikki Keddie, Martine Albert et Jean-Philippe Le Guellec.
- R2. Trois.
- R3. Les cadets de l'Armée.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Quel est le nom du programme d'entraînement offert à de nombreux clubs ou stations de ski au Canada?
- Q2. Quel est le nom de l'organisme qui régit le biathlon au Canada?
- Q3. Jean-Philippe Le Guellec a été initié au biathlon grâce au programme des cadets de quel élément?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les Ours du Biathlon.
- R2. Biathlon Canada.
- R3. Les cadets de l'Air.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Le biathlon est une activité amusante et excitante qui requiert de la discipline personnelle. Pour ceux qui veulent pratiquer ce sport, il existe de nombreuses occasions d'entraînement et de compétitions civiles offertes aux échelons local, provincial ou territorial, national et international.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-042 Unité régionale de soutien aux cadets (Centre). (2007). *Programme de sécurité pour le tir de précision et les armes à feu à l'intention des cadets*. Extrait le 18 avril 2007 du site http://www.central.cadets.ca/events/biath_cadetmarksman_f.html.

C0-082 Biathlon Canada. (2007). *Biathlon Canada*. Extrait le 12 février 2007 du site <http://www.biathloncanada.ca>.

C0-148 Union Internationale de Biathlon. (2007). *Union Internationale de Biathlon*. Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.biathlonworld.com>.

C0-149 Biathlon Canada. (2005). *Les Ours du Biathlon : Programme d'entraînement communautaire*. Ottawa, Ontario, Biathlon Canada.

C0-153 Bibliothèque et Archives Canada. (2000). *Myriam Bédard*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.collectionscanada.ca/femmes/002026-223-f.html>.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM C211.02 – COURIR SUR UN TERRAIN À GÉOGRAPHIE DIFFÉRENTE

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-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.

S'assurer qu'un poste de premiers soins est installé et qu'un secouriste est disponible pendant les activités pratiques.

Photocopier un exemple du programme de course qui se trouve à l'annexe B pour chaque cadet.

Préparer un parcours de course sur un terrain à géographie différente, en fonction du lieu géographique.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 et le PE5 pour initier les cadets aux techniques de course sur un terrain à géographie différente et sur la façon de mettre en œuvre un programme de course.

Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets à la course sur un terrain à géographie différente dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

INTRODUCTION

RÉVISION

Réviser l'OCOM C111.02 (Courir des sprints courts), y compris :

- se préparer pour les activités du biathlon d'été; et
- les techniques de course.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra avoir couru sur un terrain à géographie différente.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets courent sur un terrain à géographie différente parce que cet exercice leur sera utile pour les activités du biathlon d'été.

Point d'enseignement 1

Décrire les techniques de course sur un terrain à géographie différente

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

POSTURE/ALIGNEMENT DU CORPS

Course en montée

Dans les montées progressives, l'effort des coureurs devrait être un peu plus intense que sur un terrain plat. Dans les montées abruptes, les coureurs devraient lever les genoux et pousser à chaque pas.

Course en descente

Lorsqu'il court en descente, le coureur doit s'appuyer sur la pente et faire des pas courts et rapides.

POSITIONNEMENT DU PIED

Les coureurs de longues distances devraient atterrir sur le talon ou le mi-pied et poursuivre le mouvement vers les orteils pendant leur course. Courir sur les orteils est la méthode utilisée par les coureurs de vitesse, et si elle est utilisée pour les courses de longues distances, elle peut faire en sorte que les tibias et les mollets soient tendus.

ENDURANCE

Pour améliorer leur endurance, les coureurs doivent augmenter la distance, la durée et le niveau de difficulté de leurs courses.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Comment le pied devrait-il entrer en contact avec le sol pendant les courses de longues distances?
- Q2. Quelle technique devrait être utilisée pour les courses dans les montées abruptes?
- Q3. Quelle technique devrait être utilisée pour les courses en descente?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les coureurs de longues distances devraient atterrir sur le talon ou le mi-pied et poursuivre le mouvement vers les orteils.
- R2. Lever les genoux et pousser à chaque pas.
- R3. S'appuyer sur la pente et faire des pas courts et rapides.

Point d'enseignement 2**Diriger un échauffement composé d'exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 5 min

Méthode : Activité pratique



Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant l'activité d'échauffement.

OBJECTIF D'UN ÉCHAUFFEMENT

Un 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; et
- 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 de course.

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

- Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 1 et 2).

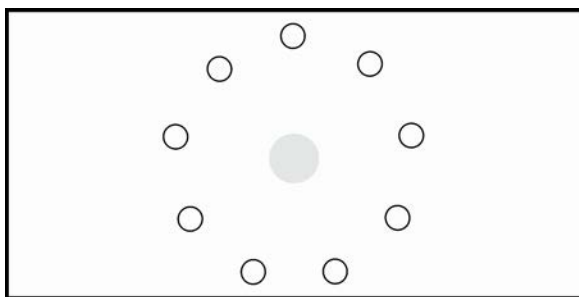


Figure 1 Instructeur situé au centre d'un cercle d'échauffement

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

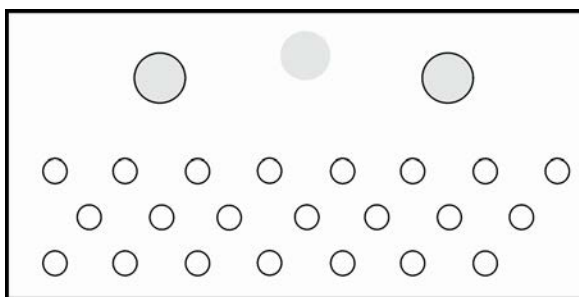


Figure 2 Instructeur situé à l'avant avec deux instructeurs adjoints

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les exercices et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.



Il faut effectuer les activités cardiovasculaires légères 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 activités d'étirement indiquées 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 l'échauffement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3

Superviser les cadets pendant qu'ils courent sur un terrain à géographie différente

Durée : 5 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de faire courir les cadets sur un terrain à géographie différente.

RESSOURCES

- Un endroit avec un terrain à géographie différente suffisamment grand pour qu'on puisse y courir.
- Un sifflet.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Faire courir les cadets à une vitesse confortable.
- S'assurer que la course se fait sur des pentes ascendantes et descendantes, et que les cadets utilisent les techniques décrites au PE1.

MESURES DE SÉCURITÉ

- S'assurer qu'un secouriste désigné et une trousse de premiers soins sont disponibles.
- S'assurer d'avoir de l'eau pour les cadets une fois qu'ils ont terminé la course.

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 séance 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 l'activité 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; et
- 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 la course.

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

- Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 1 et 2).
- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les mouvements et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- 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 PE2.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

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

Point d'enseignement 5

Décrire comment créer et mettre en œuvre un programme de course

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

BUT D'UN PROGRAMME DE COURSE

Un programme de course aidera un nouveau coureur à suivre graduellement un plan d'entraînement, ou il aidera un coureur d'expérience à améliorer son endurance. Le programme doit permettre au coureur d'augmenter graduellement l'intensité de l'entraînement de façon confortable. Un exemple de programme de course se trouve à l'annexe B.

DIRECTIVES D'ÉLABORATION D'UN PROGRAMME DE COURSE

Il faut suivre les directives suivantes pour créer un programme de course visant à améliorer l'endurance et à aider à prévenir les blessures :

- Si le coureur n'a pas d'expérience, commencer par huit jours de marche consécutifs (20 minutes pour les quatre premiers jours, puis 30 minutes pour les quatre autres jours).
- Si le coureur a de l'expérience, commencer par marcher ou courir quatre fois par semaine pendant 20 à 30 minutes (p. ex., course de 2 minutes – marche de 4 minutes; répéter ce cycle cinq fois pour composer un entraînement de 30 minutes).
- Augmenter la durée de la course, selon le niveau de condition physique, jusqu'à ce que le cadet soit capable de courir sans interruption pendant 30 minutes.
- La distance parcourue pendant 30 minutes augmentera avec le niveau de condition physique; la course pourra alors être calculée en fonction de la distance au lieu de la durée.
- Changer de terrain lorsque le niveau de condition physique s'améliore.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

QUESTIONS

- Q1. À quoi sert un programme de course?
- Q2. Par quoi un coureur sans expérience devrait-il commencer?
- Q3. Qu'est-ce qui va augmenter à mesure que le niveau de condition physique s'améliore?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un programme de course aidera un nouveau coureur à suivre graduellement un plan d'entraînement, ou il aidera un coureur d'expérience à améliorer son endurance.
- R2. Commencer par marcher pendant huit jours consécutifs.
- R3. La distance parcourue pendant 30 minutes augmentera à mesure que le niveau de condition physique s'améliore.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La course sur un terrain à géographie différente aide à améliorer l'endurance, ce qui est utile lorsqu'on participe à des activités de biathlon d'été.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

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 et Buffalo, NY, Mosaic Press.

C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.

C0-058 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Running Exercises*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physioline.co.za/conditions/article.asp?id=46>.

C0-059 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.physioline.co.za/conditions/article.asp?id=49>.

C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.

C0-061 Ville de Saskatoon, Community Services Department. (aucune date). *Stretch Your Limits: A Smart Guide To Stretching for Fitness*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility/>.

C0-080 Cool Running. (2007). *Fitness and Performance*. Extrait le 12 février 2007 du site http://www.coolrunning.com/engine/2/2_3/181.shtml.

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.

C0-146 Will-Weber, M. (2006). *Runner's World: Beginner's: Training: First Steps*. Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.runnersworld.com/article/printer/1,7124,s6-380-381-386-678-0,00.html>.

C0-154 Hansen, B. (1999). *Moving on the Spot: Fun and Physical Activity: A Collection of 5 minute Stretch and Movement Sessions*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

EXEMPLES D'ÉTIREMENT

LE COU

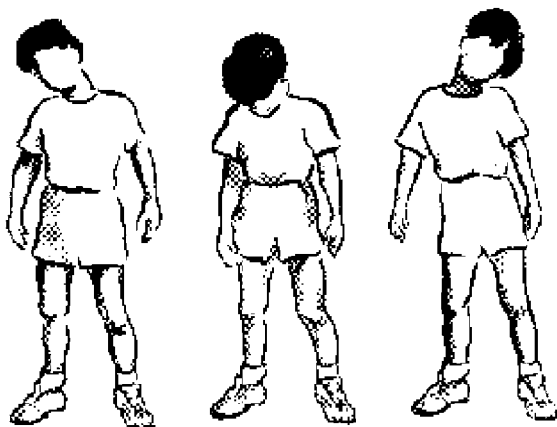


Figure A-1 Étirement du cou

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Tournez la tête lentement en traversant la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne renversez pas la tête en arrière.

LES ÉPAULES



Figure A-2 Pousée des épaules

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, allongez vos bras derrière en entrelaçant vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-3 Haussement des épaules

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut. Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en tirant les bras le plus loin possible vers l'avant.

Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-4 Cercles avec les bras

Warm-ups. Martha Jefferson Hospital. (2001). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>

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.
Refaites les cercles en sens inverse.



Figure A-5 Étirement des épaules

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES BRAS



Figure A-6 Rotation des poignets

Exercices. Impacto Protective Products Inc. (1998). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/home.htm>

Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires au niveau du poignet.
Changez de sens et reprenez le mouvement pour chaque côté.



Figure A-7 Étirement des triceps

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Debout, passez votre bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-8 Étirement des avant-bras

Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>

Mettez-vous à genou, placez vos mains au sol devant vous, tournez-les de sorte que les doigts soient orientés vers les genoux et que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous en arrière.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

LA POITRINE ET LES ABDOMINAUX



Figure A-9 Étirement de la poitrine

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Tenez-vous debout devant un mur. Le bras droit plié et le coude placé 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-10 Étirement des côtes

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous à partir de la taille vers le côté droit du corps.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LE DOS



Figure A-11 Étirement du bas du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

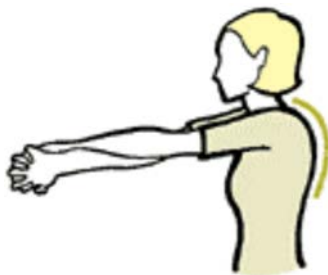


Figure A-12 Étirement du haut du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras au-dessus de l'autre. En joignant les paumes des mains, entrelacez les 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES JAMBES



Figure A-13 Étirement de l'ischio-jambier

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement la jambe et tendez-la, en la tenant par la partie arrière de la cuisse avec les deux mains.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-14 Étirement des cuisses intérieures

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-15 Étirement du muscle fléchisseur de la hanche

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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 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. Posez la rotule du genou sur une serviette pliée au besoin.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

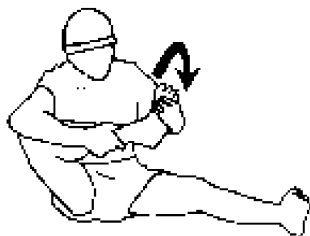


Figure A-16 Rotation des chevilles

Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>

Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire et puis dans le sens anti-horaire.

Changez de côté et reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-17 Étirement des mollets

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Placez-vous à trois pas en face 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, les bras tendus contre le mur. Gardez les orteils orientés vers l'avant 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-18 Étirement des quadriceps

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Tenez-vous debout en posant une main contre le mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à la hauteur des hanches. Tenez votre cheville avec votre main gauche et maintenez-la. Vous devriez sentir l'étirement dans votre cuisse gauche.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

PROGRAMME DE COURSE – 10 SEMAINES

Semaine	Course	Marche	Cycles	Remarques
1	2 min	4 min	5	
2	3 min	3 min	5	
3	5 min	2.5 min	4	
4	7 min	3 min	3	
5	8 min	2 min	3	
6	9 min	2 min	2	Courir pendant 8 minutes supplémentaires une fois que les deux cycles sont terminés.
7	9 min	1 min	3	
8	13 min	2 min	2	
9	14 min	1 min	2	
10	30 min			

Nota : Toujours se rappeler d'inclure un échauffement et une récupération dans le programme.

Figure B-1 Exemple de programme de course

« *First Steps* », par Mark Will-Weber, 2006, *Runner's World: Beginner's: Training*, Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.runnersworld.com/article/printer/1,7124,s6-380-381-386-678-0,00.html>

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM C211.03 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS EN SE SERVANT D'UNE BRETELLE, APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

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-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.

Construire un champ de tir conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de réviser les techniques pour tenir la carabine en utilisant la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets.

Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4 parce qu'il s'agit d'une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de tirer à la carabine à air comprimé des cadets en se servant d'une bretelle, après une activité physique.

INTRODUCTION

RÉVISION

Réviser l'OCOM C111.03 (Tirer à la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique).

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra pouvoir démontrer ses compétences de tir de précision pour le biathlon d'été en utilisant la carabine à air comprimé des cadets.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'ajuster la bretelle de leur carabine à air comprimé et de viser en position couchée, parce que ces compétences seront utiles pendant les activités du biathlon d'été.

Point d'enseignement 1**Réviser les techniques pour tenir la carabine en utilisant la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

La bretelle de la carabine à air comprimé des cadets aide le cadet à maintenir une position stable et confortable, ce qui améliore la façon de tenir la carabine. Elle libère également la main droite pour lui permettre de charger la carabine pendant qu'elle demeure en position.

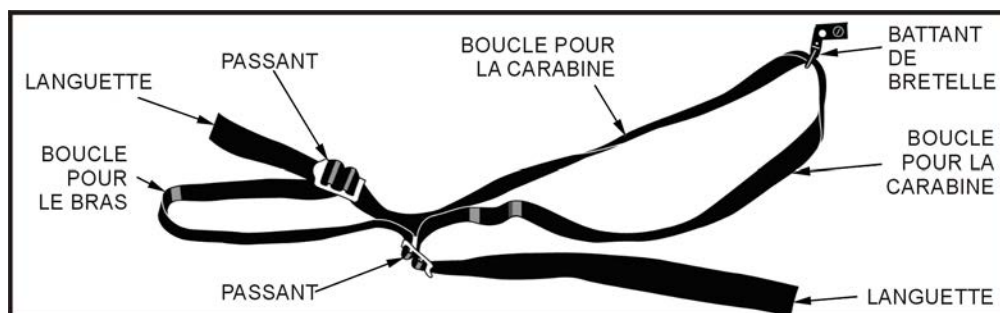
ASSEMBLAGE DE LA BRETELLE

Figure 1 Bretelle de la carabine à air comprimé des cadets

A-CR-CCP-121/PT-001 (page 6-17)

La bretelle de la carabine à air comprimé des cadets doit être assemblée dans l'ordre suivant :

1. Placer la bretelle parallèlement au sol en tenant la section courte dans la main gauche et en s'assurant que le bout arrondi du passant est orienté vers la gauche.
2. Prendre la languette de la section courte et l'attacher en la rentrant par la fente centrale du passant puis en la sortant par la fente avant, le plus près du bout arrondi. La section courte forme maintenant une boucle.
3. Retourner la bretelle et faire glisser le battant de bretelle sur la section longue. S'assurer que le battant de bretelle pend vers le bas, car il sera attaché à la carabine plus tard.
4. Prendre la languette de la section longue et l'attacher en la rentrant par la fente centrale du passant puis en la sortant par la fente avant, la plus près du bout arrondi.



Un instructeur adjoint peut aider à faire la démonstration des explications que l'instructeur donne sur la façon de porter la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets, de l'ajuster et de l'attacher.

POSITIONNEMENT DE LA BRETELLE SUR LE BRAS

On doit placer la boucle pour le bras de la bretelle sur la partie supérieure du bras, en haut des biceps, près de l'épaule. La bretelle peut être maintenue en place sur une veste de tir par le coussinet en caoutchouc. Lorsqu'une veste de tir n'est pas portée, la bretelle peut être maintenue en place à l'aide d'une épingle de sûreté. Cette mesure empêchera la bretelle de glisser vers le bas sur le bras en position couchée.

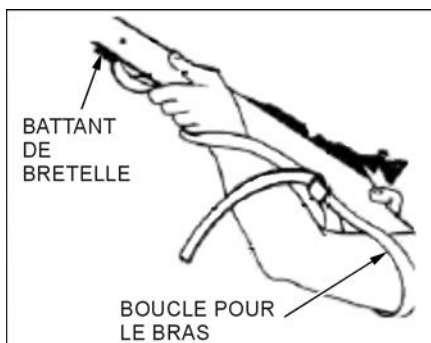


Figure 2 Positionnement de la bretelle

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 7)

AJUSTEMENT DE LA BOUCLE POUR LE BRAS

Pour ajuster la boucle pour le bras, tirer la languette dans le sens opposé au passant. Si la bretelle est trop lâche, elle ne supportera pas entièrement la carabine à air comprimé des cadets, qui aura besoin d'être tenue en place par les muscles. Si la bretelle est trop serrée, elle bloquera la circulation du sang dans le bras, ce qui pourrait causer l'inconfort, l'engourdissement ou la sensation accentuée de la pulsation du corps. La bretelle doit donc être confortable sur le bras et ne pas le serrer, tout en supportant au maximum la carabine à air comprimé des cadets.

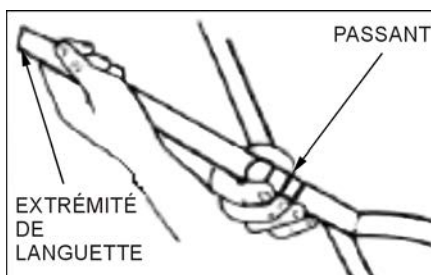


Figure 3 Ajustement de la boucle pour le bras

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 8)

ATTACHE DE LA BRETELLE À LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS

Pour attacher la bretelle à la carabine à air comprimé des cadets :

- ouvrir le passant sur le battant de bretelle en appuyant sur la vis;
- insérer le taquet dans le trou du battant de bretelle sur l'extrémité avant de la carabine; et
- visser le passant sur le taquet pour bloquer le battant en place.

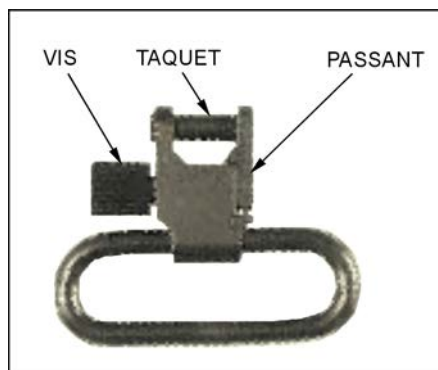


Figure 4 Battant de bretelle

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

AJUSTEMENT DE LA BOUCLE POUR LA CARABINE

Pour ajuster la boucle pour la carabine, tirer la languette dans le sens opposé au passant. La tension de la bretelle doit permettre de placer l'avant-bras en bonne position. Si la bretelle est lâche, elle ne supportera pas au maximum la carabine à air comprimé des cadets. Si la bretelle est trop serrée, elle pourrait causer de l'inconfort et nuire à la position du cadet.

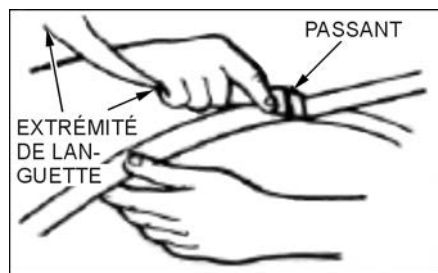


Figure 5 Ajustement de la boucle pour la carabine

Daisy Outdoor Products, Operational Manual – Avanti Legend EX Model 853C, Daisy Outdoor Products (page 8)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. À quoi sert la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets?
- Q2. À quel endroit du bras faut-il placer la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets?
- Q3. Pourquoi est-il important de ne pas trop serrer la bretelle sur le bras?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La bretelle de la carabine à air comprimé des cadets aide le cadet à maintenir une position stable et confortable, ce qui améliore la façon de tenir la carabine.
- R2. On doit placer la boucle pour le bras de la bretelle sur la partie supérieure du bras, en haut des biceps, près de l'épaule.
- R3. Si la bretelle est trop serrée, elle bloquera la circulation du sang dans le bras, ce qui pourrait causer l'inconfort, l'engourdissement ou la sensation accentuée de la pulsation du corps.

Point d'enseignement 2**Diriger un échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers**

Durée : 5 min

Méthode : Activité pratique



Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant l'activité d'échauffement.

OBJECTIF D'UN ÉCHAUFFEMENT

Un 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; et
- 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.

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

- Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 6 et 7).

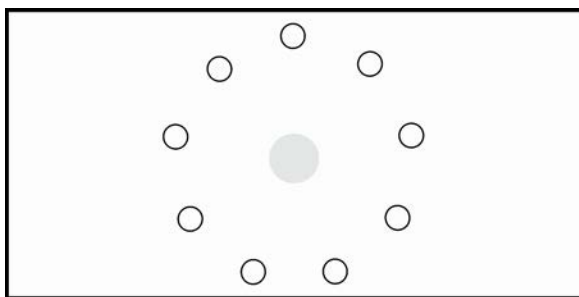


Figure 6 Instructeur situé au centre d'un cercle d'échauffement

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

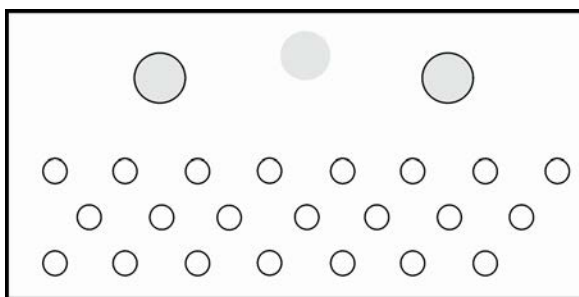


Figure 7 Instructeur situé à l'avant avec deux instructeurs adjoints

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les exercices et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.



Il faut effectuer les activités cardiovasculaires légères 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 activités d'étirement indiquées 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 l'échauffement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3

Diriger une activité de tir à la carabine à air comprimé des cadets portant une bretelle, après une activité physique

Durée : 10 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en utilisant la bretelle de la carabine à air comprimé après une activité physique.

RESSOURCES

- Des carabines à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (une par couloir de tir).
- Des tapis de tir (deux par couloir de tir).
- BART et un cadre de cible (un par couloir de tir).
- Des lunettes de sécurité.



Si les ressources sont suffisantes, on pourra augmenter le nombre de couloirs de tir.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Construire un champ de tir conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Il faut faire augmenter le rythme cardiaque des cadets en les faisant participer à l'activité d'échauffement du PE2.
2. Demander aux cadets de s'approcher du pas de tir et de se préparer à tirer en utilisant les techniques décrites à l'OCOM C111.04 (Tirer à la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique).
3. Demander aux cadets d'adopter la position couchée, d'attacher la bretelle de carabine à air comprimé des cadets, et de simuler un tir au BART.
4. Répéter les étapes un à trois pour chaque relève, jusqu'à ce que tous les cadets aient participé.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les activités au champ de tir seront exercées conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002.

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 séance 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 l'activité 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; et
- 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.

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

- Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 6 et 7).
- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les mouvements et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- 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 PE2.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Il sera utile de pouvoir tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en utilisant la bretelle de carabine après une activité physique, si on participe aux activités de biathlon d'été.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

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.

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 et Buffalo, NY, Mosaic Press.

C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.

C0-058 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Running Exercises*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>.

C0-059 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>.

C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.

C0-061 Ville de Saskatoon, Community Services Department. (2006). *Stretch Your Limits: A Smart Guide To Stretching for Fitness*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility/>.

C0-080 Cool Running. (2007). *Cool Running*. Extrait le 12 février 2007 du site http://www.coolrunning.com/engine/2/2_3/181.shtml.

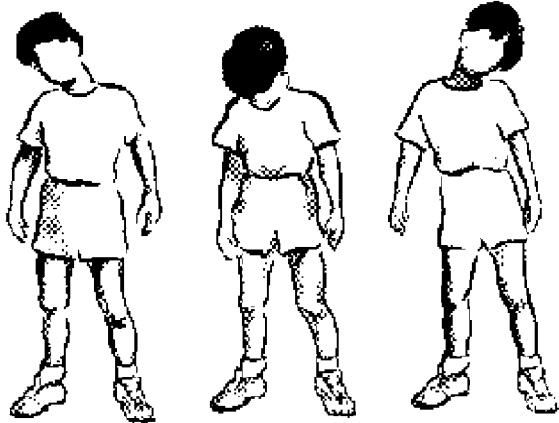
C0-085 Daisy Outdoor Products. (2006). *AVANTI Competition Pellet Rifle: Operation Manual: AVANTI Legend Model 853*. Rogers, AR, Daisy Outdoor Products.

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.


C0-154 Hansen, B. (1999). *Moving on the Spot: Fun and Physical Activity: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://lin.ca/resource/html/dn3.htm#11>.

EXEMPLES D'ÉTIREMENT

LE COU

 <p>Figure A-1 Étirement du cou</p> <p><i>Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1</i></p>	<p>Tournez la tête lentement en traversant la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne renversez pas la tête en arrière.</p>
--	---

LES ÉPAULES

 <p>Figure A-2 Pousée des épaules</p> <p><i>Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1</i></p>	<p>Debout, allongez vos bras derrière en entrelaçant vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière.</p> <p>Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.</p>
--	--


 <p>Figure A-3 Haussement des épaules</p> <p><i>Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1</i></p>	<p>Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut.</p> <p>Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en tirant les bras le plus loin possible vers l'avant.</p> <p>Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes.</p>
--	---



Figure A-4 Cercles avec les bras

Warm-ups. Martha Jefferson Hospital. (2001). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>

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.
Refaites les cercles en sens inverse.



Figure A-5 Étirement des épaules

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES BRAS



Figure A-6 Rotation des poignets

Exercices. Impacto Protective Products Inc. (1998). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/home.htm>

Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires au niveau du poignet.
Changez de sens et reprenez le mouvement pour chaque côté.



Figure A-7 Étirement des triceps

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Debout, passez votre bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-8 Étirement des avant-bras

Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>

Mettez-vous à genou, placez vos mains au sol devant vous, tournez-les de sorte que les doigts soient orientés vers les genoux et que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous en arrière.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

LA POITRINE ET LES ABDOMINAUX



Figure A-9 Étirement de la poitrine

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Tenez-vous debout devant un mur. Le bras droit plié et le coude placé 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-10 Étirement des côtes

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous à partir de la taille vers le côté droit du corps.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LE DOS



Figure A-11 Étirement du bas du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

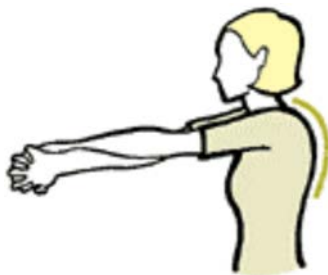


Figure A-12 Étirement du haut du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras au-dessus de l'autre. En joignant les paumes des mains, entrelacez les 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES JAMBES



Figure A-13 Étirement de l'ischio-jambier

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement la jambe et tendez-la, en la tenant par la partie arrière de la cuisse avec les deux mains.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-14 Étirement des cuisses intérieures

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure A-15 Étirement du muscle fléchisseur de la hanche

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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 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. Posez la rotule du genou sur une serviette pliée au besoin.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

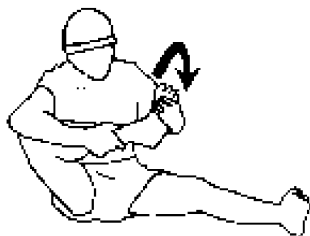


Figure A-16 Rotation des chevilles

Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>

Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire et puis dans le sens anti-horaire.

Changez de côté et reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-17 Étirement des mollets

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Placez-vous à trois pas en face 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, les bras tendus contre le mur. Gardez les orteils orientés vers l'avant 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure A-18 Étirement des quadriceps

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Tenez-vous debout en posant une main contre le mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à la hauteur des hanches. Tenez votre cheville avec votre main gauche et maintenez-la. Vous devriez sentir l'étirement dans votre cuisse gauche.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



INSTRUCTION COMMUNE GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM C211.04 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE 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-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.

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 A.

S'assurer de l'installation d'un poste de premiers soins.

Préparer un parcours de course de 500 à 1000 mètres sur un terrain à géographie différente, et un champ de tir conformément à la publication A-CR-CCP-177/PT-002, *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*.

Faire une photocopie de l'annexe B.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 parce qu'il permet de montrer l'application des règles, des principes et des concepts du biathlon d'été.

Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets au biathlon d'été. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances 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 compétitive de biathlon d'été.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets participent à une activité compétitive de biathlon d'été parce qu'elle requiert de la discipline personnelle, permet de développer des compétences en tir de précision et promouvoir la bonne forme physique.

Point d'enseignement 1

Expliquer les composantes d'une activité compétitive de biathlon d'été

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Dans les installations, le cadet devrait être mis au courant de la zone de départ, du parcours, du champ de tir et de la zone d'arrivée.

LA DESCRIPTION DU PARCOURS

Chaque cadet doit :

- courir un circuit de 500 à 1000 mètres;
- effectuer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
- courir un deuxième circuit de 500 à 1000 mètres;
- effectuer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible BART;
- courir un troisième circuit de 500 à 1000 mètres; et
- terminer la course.



Le parcours de 500 à 1000 mètres doit être clairement balisé avant le début de cette activité.

RÈGLEMENTS

Les règlements de l'activité compétitive de biathlon d'été comprennent les suivants :

- 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 balisé.
- Les carabines 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 bretelle de la carabine à air comprimé des cadets est le seul matériel d'aide de tir autorisé.
- La carabine doit être sécurisée après les tirs.
- Le personnel de champ de tir remplacera une carabine 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

Voici comment le pointage sera calculé :

- **Le temps.** Le temps final du cadet sera calculé entre le début et la fin, et l'on tiendra compte des pénalités imposées.
- **Les tirs.** Pour chaque session de tir, le nombre de cibles ratées sera noté sur la feuille de notation des tirs (voir l'annexe B) par le marqueur du couloir. Pour chaque cible ratée, une pénalité d'une minute sera ajoutée au temps total du cadet.

PÉNALITÉS

Des pénalités seront ajoutées au temps des concurrents, de la façon suivante :

- Toute violation des principes de l'esprit sportif 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; et
 - gêner d'autres compétiteurs.
- Pour chaque cible manquée, une pénalité d'une minute sera imposée.
- Pour chaque infraction à la sécurité au pas de tir, une pénalité d'une minute sera imposée :
 - ne pas garder sous contrôle la carabine à air comprimé des cadets;
 - passer à l'avant du pas de tir; et
 - tirer intentionnellement des plombs vers des objets autres que la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon.

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 liés à cette activité de biathlon?
- Q2. De quelle façon les points de l'activité compétitive de biathlon d'été seront-ils comptés?
- Q3. Nommez une infraction aux principes de l'esprit sportif et de sportivité?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les règlements de l'activité compétitive de biathlon d'été comprennent les suivants :
- 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 balisé.
 - Les carabines 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 bretelle de la carabine à air comprimé des cadets est le seul matériel d'aide de tir autorisé.
 - La carabine doit être sécurisée après les tirs.
 - Le personnel de champ de tir remplacera une carabine 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 :
- ne pas céder le passage à la demande d'un concurrent ou d'une équipe;
 - pousser ou bousculer;
 - utiliser un langage grossier; et
 - gêner d'autres compétiteurs.

Point d'enseignement 2

Diriger un échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers

Durée : 10 min

Méthode : Activité pratique



Il faut expliquer les renseignements suivants aux cadets pendant l'activité d'échauffement.

OBJECTIF D'UN ÉCHAUFFEMENT

Un 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; et
- 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.

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

- Placer les cadets en rangées ou en cercle d'échauffement (conformément aux figures 1 et 2).

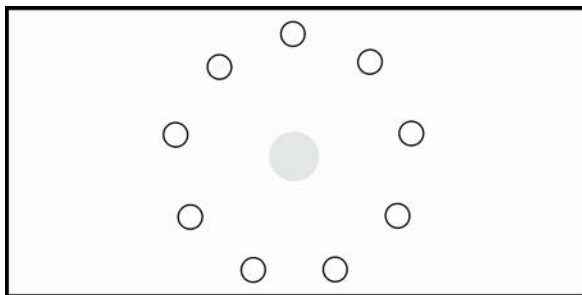


Figure 1 Instructeur situé au centre d'un cercle d'échauffement

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

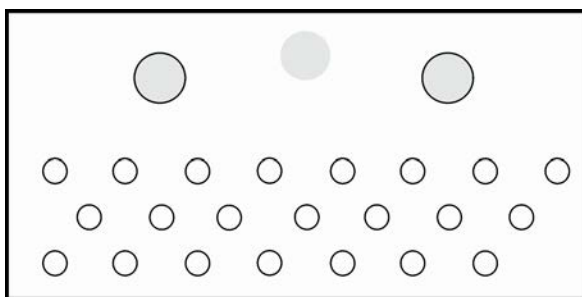


Figure 2 Instructeur situé à l'avant avec deux instructeurs adjoints

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les exercices et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.



Il faut effectuer les activités cardiovasculaires légères 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 activités d'étirement indiquées à l'annexe C.

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 l'échauffement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3**Diriger une activité compétitive de biathlon d'été**

Durée : 135 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité compétitive de biathlon d'été.

RESSOURCES

Pour un nombre de 20 cadets par groupe, les ressources suivantes sont requises pour chaque événement :

- Des carabines à air comprimé des cadets (5).
- Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (5).
- Des tapis de tir (10).
- Des plombs de calibre 0.177 pour la carabine à air comprimé (un minimum de 700 plombs).
- Des chronomètres (5).
- Une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon et un cadre de cible (5).
- Des lunettes de sécurité (8).
- Des stylos et crayons.
- Un tableau d'affichage.
- Les feuilles de pointage pour le biathlon à l'annexe B.
- Des feuilles de contrôle du parcours à l'annexe B.
- Des feuilles de notation des tirs à l'annexe B.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Préparer un parcours de course de 500 à 1000 mètres sur un terrain à géographie différente.
- Monter un champ de tir pour carabine à air comprimé conformément à l'annexe A.
- Monter les cibles et les cadres de cibles.
- Placer deux tapis de tir par couloir de tir.
- 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 relatives à l'activité sont données à l'annexe A.

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 l'écran solaire.
- S'assurer que le parcours de course est clairement balisé et que les points de croisement sont surveillés partout où il faut traverser une route.
- S'assurer qu'un secouriste est assigné au début de l'activité et qu'il est 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 séance 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 l'activité 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; et
- 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.

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

Un endroit assez grand pour permettre à tous les cadets d'exercer une activité de récupération.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Placer les cadets en rangées ou en cercle pour la récupération (conformément aux figures 1 et 2).
- Démontrer chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger avant que les cadets tentent de le faire.
- Les instructeurs adjoints peuvent aider à démontrer les mouvements et s'assurer que les cadets les exécutent correctement.
- Demander aux cadets de faire chaque étirement et exercice cardiovasculaire léger.



Des exemples d'étirements sont fournis à l'annexe C.

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 PE2.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité compétitive de biathlon d'été servira 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 compétitive qui exige de la discipline personnelle, permet le développement des compétences en tir de précision et promeut la bonne forme physique. Des occasions de pratiquer le biathlon compétitif sont offertes aux échelons local, régional et national.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les résultats devraient être affichés pour que les cadets puissent les voir. L'OREN 211 correspond à une activité d'instruction complémentaire. L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité compétitive de biathlon d'été.

Les OCOM suivants doivent être enseignés avant de donner cette leçon : C111.01 (Participer à une séance d'information sur le biathlon), C111.02 (Courir des sprints courts), C111.03 (Introduction aux compétences de tir de précision pour le biathlon d'été en utilisant la carabine à air comprimé des cadets), C211.01 (Identifier les occasions civiles de pratiquer le biathlon), C211.02 (Courir sur un terrain à géographie différente) et C211.03 (Tirer à la carabine à air comprimé des cadets après une activité physique).

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.

A0-032 Cadets Canada. (2002). *Règlements des compétitions de biathlon et règlements disciplinaires de l'UIB concernant les cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A0-036 Cadets Canada. (aucune date). *Mouvement des cadets du Canada : Série de championnats du biathlon*. Ottawa, ON, 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, ON et Buffalo, NY, Mosaic Press.

C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.

C0-058 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Running Exercises*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>.

C0-059 Webb Physiotherapists Inc. (aucune date). *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>.

C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.

C0-061 Ville de Saskatoon, Community Services Department. (2006). *Stretch Your Limits: A Smart Guide To Stretching for Fitness*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility/>.

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.

C0-154 Hansen, B. (1999). *Moving on the Spot: Fun and Physical Activity: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.

LIGNES DIRECTRICES POUR DIRIGER UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ

OBJECTIFS

Les objectifs de l'activité compétitive de biathlon d'été sont les suivants :

- pratiquer et améliorer les compétences en tir de précision;
- améliorer le niveau de condition physique; et
- initier les cadets au biathlon d'été.

COMPOSITION

Chaque cadet sera inscrit individuellement.

INSTALLATIONS

Les installations nécessaires à l'activité compétitive de biathlon d'été sont les suivantes :

- un parcours sur un terrain à géographie différente d'environ 500 à 1000 mètres, avec les lignes de départ et d'arrivée près l'une de l'autre. 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 de croisement central doit être établi et le contrôle de la circulation doit être assuré; et
- un champ de tir à la carabine à air comprimé doit être aménagé conformément aux instructions de l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8, avec un minimum d'un couloir de tir par cadet par groupe.

PARTICIPANTS

Cette activité peut être menée avec des cadets de plusieurs corps de cadets de l'Armée. Un exemple d'invitation à l'activité compétitive de biathlon d'été se trouve à l'annexe D.

DOTATION EN PERSONNEL

Il faut beaucoup de personnel pour mener une activité compétitive de biathlon d'été. Ces postes peuvent être comblés par le personnel du corps d'Armée, dont les postes suivants :

- **Délégué technique.** Responsable du déroulement général de la compétition, y compris l'imposition des pénalités et l'interprétation des règlements.
- **Officier de sécurité du champ de tir (O Sécur 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 des cibles de pointage et de noter les résultats sur la feuille de notation des tirs (à l'annexe B).
- **Chef des statistiques.** Responsable de compiler toutes les données de l'événement (p. ex. les résultats des tirs, 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 de noter les heures d'arrivée sur la feuille de pointage (à l'annexe B).

- **Contrôleur du parcours.** Responsable de noter chaque fois qu'un cadet fait un circuit sur la feuille de contrôle du parcours (à l'annexe B).
- **Secouriste.** Responsable des cas de blessures pouvant survenir pendant la compétition.

FORMAT

Réunion du capitaine d'équipe

Tous les cadets doivent participer à la réunion du capitaine d'équipe. Pendant cette réunion, le capitaine présentera tous les renseignements dont les cadets ont besoin pour participer à l'activité compétitive de biathlon d'été. Les renseignements suivants seront fournis :

- heures de départ;
- les tâches relatives aux couloirs de tir;
- les dernières prévisions météorologiques; et
- la présentation du personnel de la compétition.

Le circuit de course

Chaque cadet courra sur trois circuits distincts de 500 à 1000 mètres. Pour faire les circuits de course, il faudra :

- s'assembler pour un départ individuel (les cadets partiront à 10 secondes d'intervalle pour courir le premier circuit); et
- franchir la ligne d'arrivée.

Le champ de tir

Chaque cadet tirera cinq à huit plombs pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART). Après chaque session de tir, le marqueur responsable du couloir notera les résultats du cadet et réinitialisera la cible BART.

SÉQUENCE

Cette activité compétitive de biathlon d'été sera déployée dans l'ordre suivant :

1. courir un circuit de 500 à 1000 mètres;
2. tirer de cinq à huit plombs vers la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon;
3. courir un circuit de 500 à 1000 mètres;
4. tirer de cinq à huit plombs vers la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon;
5. courir un troisième circuit de 500 à 1000 mètres; et
6. franchir la ligne d'arrivée.

ÉQUIPEMENT

Pour un nombre de 20 cadets par groupe, l'équipement requis pour mener l'activité compétitive de biathlon d'été devra comprendre les éléments suivants, mais s'y limiter :

- des carabines à air comprimé des cadets (5);
- des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (5);

- des tapis de tir (10);
- des plombs de calibre 0.177 pour la carabine à air comprimé (un minimum de 700 plombs);
- des chronomètres (5);
- une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon et un cadre de cible (5);
- des lunettes de sécurité (8);
- des stylos et crayons;
- un tableau d'affichage;
- les feuilles de pointage pour le biathlon à l'annexe B;
- des feuilles de contrôle du parcours à l'annexe B; et
- des feuilles de notation des tirs à l'annexe B.

HABILLEMENT

Des vêtements appropriés compte tenu des prévisions météorologiques.

RÈGLEMENTS

- 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 balisé.
- Les carabines 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 bretelle de la carabine à air comprimé des cadets est le seul matériel d'aide de tir autorisé.
- La carabine doit être sécurisée après les tirs.
- Le personnel de champ de tir remplacera une carabine 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

Voici comment le pointage sera calculé :

- **Le temps.** Le temps final du cadet sera calculé entre le début et la fin, et l'on tiendra compte des pénalités imposées.
- **Firing.** Pour chaque session de tir, le nombre de cibles ratées sera noté sur la feuille de notation (voir l'annexe B) par le marqueur du couloir. Pour chaque cible ratée, une pénalité d'une minute sera ajoutée au temps total du cadet.

PÉNALITÉS

Des pénalités seront ajoutées au temps des concurrents, de la façon suivante :

- 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; et
 - gêner d'autres compétiteurs.
- Pour chaque cible manquée, une pénalité d'une minute sera imposée.
- Une pénalité d'une minute sera imposée pour chaque infraction à la sécurité, comme les suivantes :
 - ne pas garder sous contrôle la carabine à air comprimé des cadets;
 - passer à l'avant du pas de tir; et
 - tirer intentionnellement des plombs vers des objets autres que la cible de carabine à air comprimé pour le biathlon.

LES ZONES INTERDITES

Les zones interdites doivent être clairement identifiées avant le début de l'activité compétitive de biathlon d'été.

PRIX

Les instructions relatives aux prix et récompenses sont données à l'annexe E.

REMARQUES

- Le personnel de contrôle du cours notera chaque fois qu'un cadet a couru un circuit. Voir la feuille de contrôle du parcours à l'annexe B.
- Le chef des arrivées et départs prendra des notes pour chaque cadet. Lorsque la feuille sera entièrement remplie (ou presque), le coureur la portera au chef des résultats. Voir la feuille de pointage à l'annexe B.
- Si des dossards sont disponibles, on pourra les utiliser pour identifier les cadets.

FEUILLE DE NOTATION DES TIRS

NOM DU MARQUEUR : _____

NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	Commentaires/Pénalités
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		
NOM DU CADET :	COUL.	COUPS TIRÉS	X = RATÉ	RATÉ	
		3 tirs en plus	○ ○ ○		

Figure B-3 Feuille de notation des tirs

D Cad 3, 2006, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

EXEMPLES D'ÉTIREMENT

LE COU

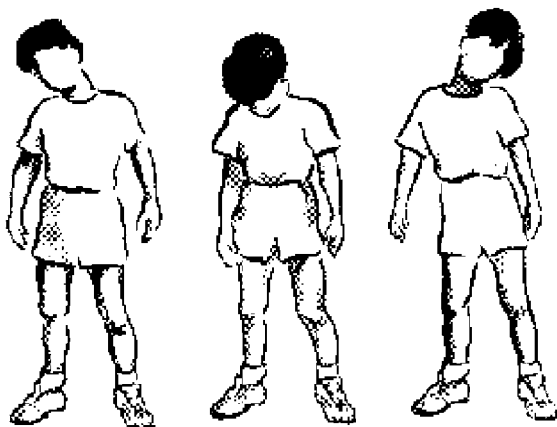


Figure C-1 Étirement du cou

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Tournez la tête lentement en traversant la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne renversez pas la tête en arrière.

LES ÉPAULES



Figure C-2 Poussée des épaules

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, allongez vos bras derrière en entrelaçant vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure C-3 Haussement des épaules

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut. Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en tirant les bras le plus loin possible vers l'avant.

Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes.



Figure C-4 Cercles avec les bras

Warm-ups. Martha Jefferson Hospital. (2001). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>

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.
Refaites les cercles en sens inverse.



Figure C-5 Étirement des épaules

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES BRAS



Figure C-6 Rotation des poignets

Exercices. Impacto Protective Products Inc. (1998). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/home.htm>

Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires au niveau du poignet.
Changez de sens et reprenez le mouvement pour chaque côté.



Figure C-7 Étirement des triceps

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Debout, passez votre bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas.
Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure C-8 Étirement des avant-bras

Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>

Mettez-vous à genou, placez vos mains au sol devant vous, tournez-les de sorte que les doigts soient orientés vers les genoux et que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous en arrière.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

LA POITRINE ET LES ABDOMINAUX



Figure C-9 Étirement de la poitrine

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Tenez-vous debout devant un mur. Le bras droit plié et le coude placé 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure C-10 Étirement des côtes

Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions. B. Hanson. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous à partir de la taille vers le côté droit du corps.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LE DOS



Figure C-11 Étirement du bas du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

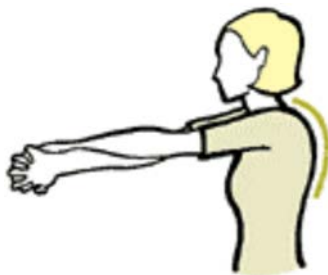


Figure C-12 Étirement du haut du dos

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras au-dessus de l'autre. En joignant les paumes des mains, entrelacez les 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES JAMBES



Figure C-13 Étirement de l'ischio-jambier

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement la jambe et tendez-la, en la tenant par la partie arrière de la cuisse avec les deux mains.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure C-14 Étirement des cuisses intérieures

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.



Figure C-15 Étirement du muscle fléchisseur de la hanche

Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

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 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. Posez la rotule du genou sur une serviette pliée au besoin.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

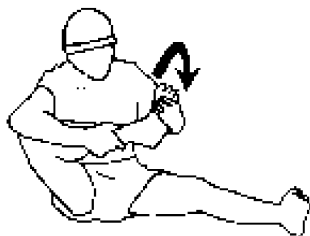


Figure C-16 Rotation des chevilles

Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>

Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire et puis dans le sens anti-horaire.

Changez de côté et reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure C-17 Étirement des mollets

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Placez-vous à trois pas en face 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, les bras tendus contre le mur. Gardez les orteils orientés vers l'avant 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.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.



Figure C-18 Étirement des quadriceps

*Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006
du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>*

Tenez-vous debout en posant une main contre le mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à la hauteur des hanches. Tenez votre cheville avec votre main gauche et maintenez-la. Vous devriez sentir l'étirement dans votre cuisse gauche.

Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

EXEMPLE D'INVITATION

Activité compétitive de biathlon d'été du corps de cadets

Quand :

Où :

Admissibilité : Cadets du niveau de l'étoile rouge

Règlements : Se trouvent à l'annexe A de l'OCOM C211.04.

Événement : Individuel

Catégorie : Filles : trois circuits de 500 à 1000 mètres, deux relèves de tirs en position couchée
Garçons : trois circuits de 500 à 1000 mètres, deux relèves de tirs en position couchée

Horaire :

0900 h	Réunion des entraîneurs
1010 h	Départ
1055 h	Dernier départ des cadets
1200 h	Dernière arrivée des cadets
1300 h	Prix

Nota : Les heures indiquées ci-dessus sont approximatives.

Personnes-ressources :

Remarques spéciales :

Il faudra d'autres officiers du corps de cadets pour aider à réaliser l'activité compétitive de biathlon d'été.

Les parents et autres personnes sont invités à venir voir l'activité.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

INSTRUCTIONS RELATIVES AUX RÉCOMPENSES

PRIX

Tous les cadets recevront un prix (certificat ou ruban) pour leur participation. Les trois premiers concurrents de chaque sexe recevront un certificat, un ruban ou une médaille.

CÉRÉMONIE DE REMISE DES PRIX

Le délégué technique organisera la cérémonie de remise des prix pour l'activité compétitive de biathlon d'été.

PRÉSENTATION DES PRIX

Le commandant du corps de cadets hôte ou un autre dignitaire local présentera les prix aux cadets vainqueurs et les certificats à tous les cadets.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



INSTRUCTION COMMUNE
TOUS LES NIVEAUX D'INSTRUCTION
GUIDE PÉDAGOGIQUE
FAMILIARISATION AVEC LES FORCES
ARMÉES CANADIENNES (FAC)



SECTION 1

OREN X20 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE FAMILIARISATION DES FAC

Durée totale :

Pour les OCOM suivants, se référer aux descriptions de leçon situées dans la publication 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 – Participer à une présentation des FAC,
- MX20.01F – Participer à une cérémonie commémorative,
- CX20.01 – Participer à des activités de familiarisation des FAC.

Pour les OCOM suivants, se référer aux guides pédagogiques situés dans la publication 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



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M221.01 – EXÉCUTER LES TÂCHES D'UN MEMBRE D'UNE SECTION EN CAMPAGNE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin d'expliquer les procédures à suivre comme membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'exécuter les tâches comme membre d'une section en campagne.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent leur rôle comme membre d'une section dans un milieu de campagne. Pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine, les membres de section auront des petits rôles de leadership au sein de leurs groupes de pairs pour aider à l'exécution des tâches communes telles que l'installation du site de campement, le maintien de la sécurité et l'aide aux autres cadets.

Point d'enseignement 1**Discuter des facteurs environnementaux lors de l'installation du site de campement**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Discuter des risques énumérés dont il faut tenir compte en campagne lors de l'installation du site de campement.

FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

Arbres ou branches tombés. Les arbres ou les branches tombés diminuent les efforts de construction quand on installe un site de campement. Ces arbres et branches peuvent être utilisés pour plusieurs éléments sur le site. Les arbres tombés peuvent délimiter un site, tenir des panneaux et aider à l'imperméabilité d'un site. Cependant, il faut prendre des précautions car les cadets peuvent facilement trébucher sur des arbres ou des branches tombés. 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.

Arbres morts. Éviter les endroits avec des arbres morts. Ces arbres peuvent facilement tomber pendant des vents ou des tempêtes violentes. Regarder attentivement pour toute branche qui peut tomber. Les arbres morts manquent de force et par conséquent on ne devrait pas se fier à ces arbres pour le montage du site de campement.

Plantes toxiques. Toujours chercher les plantes toxiques avant d'installer un site de campement. 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). Le contact avec ces plantes toxiques cause des démangeaisons sévères, de l'inflammation rougeâtre et des boursouffures de la peau. Le contact doit être évité.

RISQUES RELIÉS AUX INSECTES

Ruches et nids de frelons. En campagne, on peut trouver des ruches 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 chercher les ruches et les nids de frelons avant d'installer un site. 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.



Figure 1 Nid de frelons

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 898)

Nids de fourmis. Si on dérange leurs nids, les fourmis deviennent indésirables. Vérifier le sol pour déceler les nids de fourmis avant d'installer un site de campement.



Figure 2 Nid de fourmis

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 898)

RISQUES LIÉS AUX ANIMAUX

Petits sentiers. Il est assez fréquent de voir des animaux dans des petits sentiers lorsqu'on est en campagne. Lors de l'installation d'un site de campement, s'assurer que le site n'est pas situé à la fin d'un sentier. Cela pourrait entraîner une visite inattendue d'animaux. Les petits sentiers peuvent mener à des tanières et des trous d'eau.

Tanières. Avant d'installer un site de campement, chercher tous les endroits qui peuvent être près des 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.

Trous d'eau. Tout comme les humains, les animaux ont besoin d'eau. Les sites de campement doivent être près de l'eau; par contre, pas trop proche. Les sites doivent être installés à environ 60 m de l'eau. En campagne, les sources d'eau peuvent devenir contaminées très facilement. Le savon et les excréments sont deux des

sources les plus communes. Éloigner le site de campement est aussi une mesure importante pour s'assurer que les contaminants ne polluent pas l'eau.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quels sont quelques-uns des risques environnementaux communs auxquels il faut tenir compte lors du choix d'un site de campement?
- Q2. En campagne, où trouve-t-on habituellement des ruches d'abeilles et des nids de frelon?
- Q3. Quelles sont quelques indications de la proximité des animaux?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les arbres ou les branches tombées, les arbres morts et les plants toxiques.
- R2. Quand on peut trouver des ruches d'abeilles et des nids de frelons dans les arbres, les buissons et même au sol.
- R3. Des petits sentiers, des tanières et des trous d'eau.

Point d'enseignement 2

Discuter de la façon de maintenir un site sécuritaire

Durée : 8 min

Méthode : Exposé interactif



Un site de campement bien organisé et propre est particulièrement important par rapport à la sécurité, surtout en cas de mauvais temps ou s'il y a une urgence.

Discuter de certaines procédures simples que les membres de section peuvent suivre pour aider à s'assurer qu'un site est maintenu de façon sécuritaire lorsqu'ils sont en campagne.

DISTANCE ENTRE LES ABRIS

Il peut y avoir plusieurs cadets en campagne à tout moment donné. Il est important que les abris soient dispersés à travers les secteurs des hommes et des femmes. Les abris doivent être espacés au moins à deux mètres les uns des autres. Où il y a des haubans, il doit y avoir suffisamment d'espace entre les abris pour que les cadets puissent marcher facilement sans devoir enjamber les haubans.

Une petite distance d'espacement entre les abris 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 proches les uns des autres, il y a de plus grand risque d'avoir un accident, tel que trébucher par-dessus les lignes.

INDIQUER LA DISPOSITION DU SITE DE CAMPEMENT



Les cadets de l'étoile rouge peuvent devoir aider à l'installation d'un site de campement.

La disposition du site de campement a été discutée dans l'OCOM M121.09 (A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 9). Indiquer clairement ces éléments est une bonne façon de s'assurer que tout le monde connaît où ils sont.

Les éléments d'un site de campement sont :

- le quartier général;
- le poste de premiers soins;
- l'approvisionnement;
- les toilettes;
- les lavabos;
- l'aire de repas;
- l'emplacement du feu de camp;
- le poste 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 des véhicules;
- l'emplacement de l'eau potable;
- l'emplacement du PHL;
- les quartiers des femmes et des hommes; et
- l'emplacement des déchets.

La figure suivante est un exemple d'un site de campement.

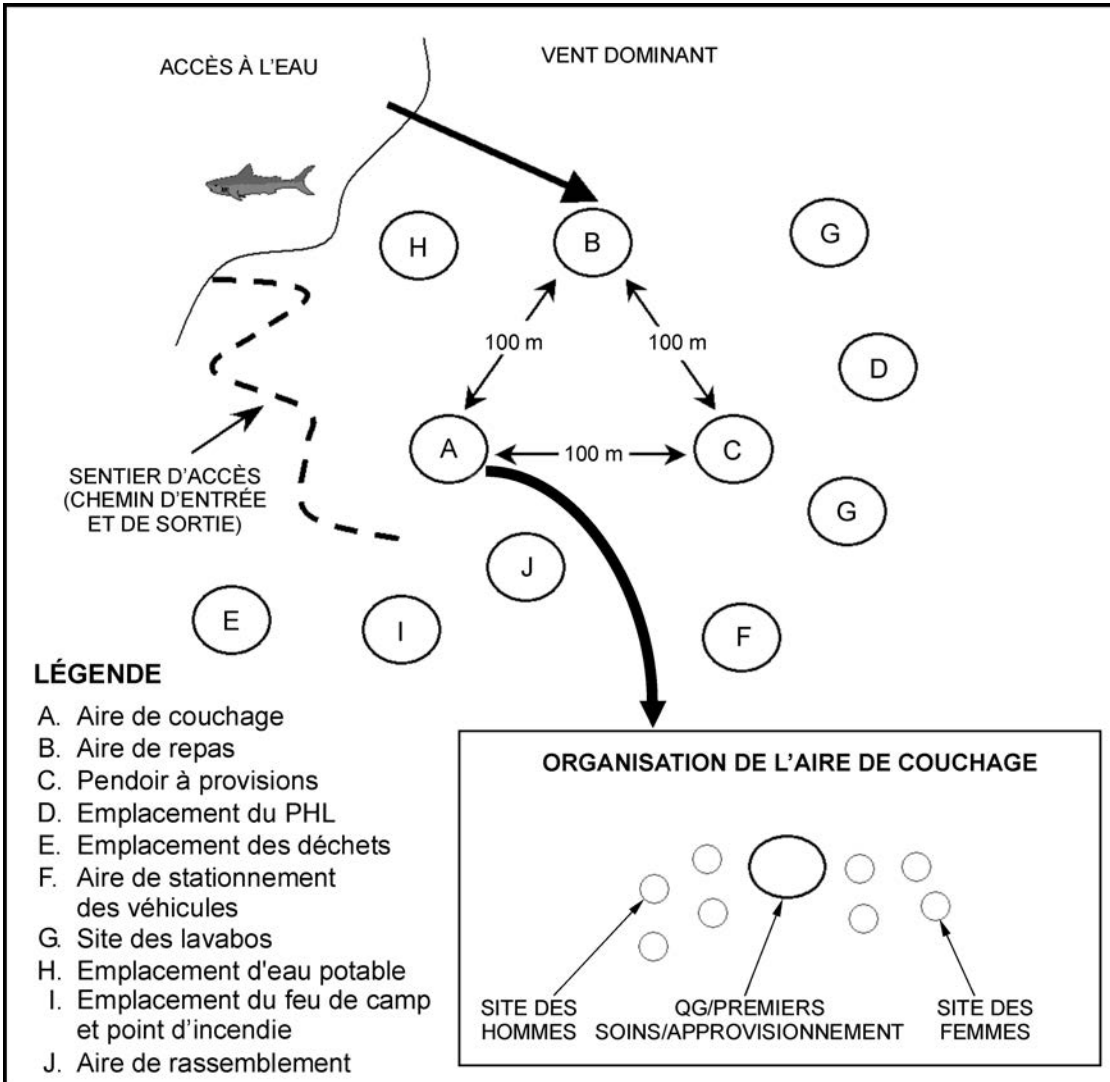




Figure 3 Exemple de site de campement

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

 Les endroits qui serviront après la tombée du jour doivent être éclairés en utilisant des bâtons lumineux, des fanaux ou des lampes de poche.

PROCÉDURES EN CAS D'INCENDIE

 Dès l'arrivée à un site de campement, les procédures en cas d'incendie doivent être expliquées dans la séance d'information sur la sécurité. Il est extrêmement important que tous les cadets connaissent et comprennent les procédures en cas d'incendie du corps de cadets.

Le foyer, la zone de cuisson, l'emplacement du PHL et de l'approvisionnement sont des endroits qui présentent un risque d'incendie le plus élevé. Tous les cadets doivent savoir où ils sont situés ainsi que les mesures à prendre si un feu survient.

Les procédures en cas d'incendie varieront selon l'emplacement de l'EEC de site de campement de fin de semaine. Par exemple, si la zone du site de campement est dans un parc reconnu, le corps de cadets doit suivre les procédures en cas d'incendie du parc. Si la zone du site de campement est sur une propriété privée, le corps de cadets devra suivre leurs procédures en cas d'incendie établies.

AIDER LES AUTRES CADETS



Il est naturel que les membres de section aient l'occasion de faire preuve de leadership. Aider les autres cadets est une étape importante au développement du leadership en campagne.

Bien que les cadets de l'étoile rouge n'aient pas beaucoup d'occasions de superviser les autres, il y a quelques aspects élémentaires d'entraînement en campagne au cours desquels ils peuvent aider.

La supervision assure la sécurité. Lorsque les tâches sont en cours, une équipe efficace travaillera ensemble et aidera les autres.

Bien que les cadets de l'étoile rouge ne soient pas tenus de superviser, en tant que membre d'une section en campagne, ils peuvent aider leurs pairs et les cadets de l'étoile verte à suivre la routine de camp.

Les membres de section peuvent aider en :

- installant les éléments du site de campement;
- s'assurant que les cadets connaissent la disposition du site de campement;
- s'assurant que toute l'eau potable provient des points d'eau potable;
- entreposant et éliminant tous les déchets correctement; et
- adoptant un comportement sécuritaire seul et en groupe.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les points dont il faut tenir compte pour maintenir un site sécuritaire?
- Q2. Quels sont les éléments du site de campement qui présentent un risque d'incendie le plus élevé?
- Q3. Quel est le but de la supervision?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les abris doivent être environ à deux mètres les uns des autres; les éléments du site de campement doivent être clairement identifiés; tous les cadets doivent connaître les procédures applicables en cas d'incendie et doivent être supervisés et aidés aussi souvent que possible.
- R2. Le foyer, la zone de cuisson, le point de produits pétroliers et d'approvisionnement.
- R3. Le but de la supervision est la sécurité.

Point d'enseignement 3**Discuter de l'importance de l'hygiène personnelle et de l'hygiène de groupe**

Durée : 7 min

Méthode : Exposé interactif



En insistant sur l'importance de ces points, les cadets commenceront à comprendre leur rôle en tant que membre d'une section avec le corps de cadets. L'hygiène personnelle et l'hygiène de groupe sont très importants en campagne. Les cadets peuvent influencer les plus jeunes cadets de façon positive en donnant le bon exemple.

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 les risques d'exposition aux rougeurs cutanées et aux infections. Il faut changer régulièrement de vêtements, surtout les bas et les sous-vêtements.

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.

Suivre ces étapes pour éliminer correctement l'eau usée.

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 récipient.
3. Creuser un petit trou à une distance de 60 m 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 un désinfectant pour les mains et avec de l'eau et du savon.

Il est important de toujours garder les mains propres. Avoir un désinfectant pour les mains est très pratique. Lorsqu'un désinfectant pour les mains n'est pas disponible, utiliser de l'eau et du savon. Se rappeler d'éliminer toute eau usée.

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'entre-cuisse et entre les orteils).

UTILISER LES SITES DE LAVABOS DÉSIGNÉS

Les toilettes extérieures et les toilettes chimiques doivent être utilisées aussi souvent que possible.

L'élimination des déchets doit se faire en faisant preuve de bon jugement et de bon sens. En cas d'urgence :

- Toujours uriner à une distance de 60 m ou plus des sentiers et des sources d'eau. L'urine laisse une odeur et attire les animaux une fois qu'elle s'évapore.

- Les excréments peuvent avoir un impact significatif sur l'environnement. Les excréments peuvent contaminer les sources d'eau, propager des maladies et affecter les autres visuellement et par l'odeur.



Les déchets humains doivent être déposés dans un petit trou de 16 à 20 cm de profondeur et au moins à 60 m des sources d'eau, des camps et des sentiers. Mélanger les excréments avec de la terre en utilisant un petit bâton. Couvrir et déguiser le trou après avoir terminé. Le papier de toilette doit être emballé.

SOIGNER LES BLESSURES AUSSITÔT QU'ELLES SURVIENNENT



Les blessures graves doivent être soignées immédiatement par une personne qualifiée en premiers soins.

Les blessures mineures surviennent facilement dans un milieu de campagne. Les blessures ont la possibilité de s'infecter et il est important de savoir quoi faire aussitôt que ces blessures surviennent.

Le traitement des blessures sur place dépend de la blessure en question, de la connaissance et de la formation des personnes impliquées, du matériel médical disponible, de l'environnement, du diagnostic exact du problème et la capacité d'œuvrer sous des conditions de contrainte.

Les blessures mineures sont discutées davantage dans l'OCOM M221.04 (section 4).

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi est-il important de garder ses vêtements propres?
- Q2. Quelles sont les étapes à utiliser pour éliminer correctement l'eau usée?
- Q3. Comment peut-on minimiser la propagation de maladies?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le fait de garder ses vêtements propres diminue le risque d'exposition aux rougeurs cutanées et aux infections.
- R2. Suivre ces étapes pour éliminer correctement l'eau usée.
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 récipient.
 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.
- R3. Se laver les mains régulièrement.

Point d'enseignement 4**Discuter de la façon de recevoir, d'entretenir et de retourner l'équipement**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Les cadets doivent savoir l'importance de prendre soin de l'équipement. Lorsque l'équipement n'est pas bien entretenu, le rendement est compromis et la durée de vie de l'équipement devient plus courte.

Souligner l'impact et l'importance des points suivants.

RECEVOIR, ENTREtenir ET RETOURNER L'ÉQUIPEMENT

En campagne, l'équipement de section est habituellement entreposé dans la section ou par le quartier-maître. L'équipement de section, porte aussi le nom de matériel, qui comprend les réchauds, les fanaux, les ensembles de casseroles, les tentes, les récipients d'eau, etc.

Lorsqu'on se procure le matériel, il faut retenir les points suivants :

- On doit signer pour tout équipement seulement par le biais du quartier-maître désigné (le quartier-maître désigné peut être un commandant de section ou un officier d'approvisionnement).
- L'équipement doit être toujours propre lorsqu'il n'est pas utilisé.
- L'équipement doit être entreposé et sécurisé lorsqu'il n'est pas utilisé. Le rendement de l'équipement est une partie essentielle d'un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine bien réussie. Un entreposage et une mise en sécurité inappropriés contribuent à la perte de durabilité et à une durée de vie plus courte de l'équipement.
- Tout dommage ou perte d'équipement doit être signalé au quartier-maître désigné aussitôt que cela survient ou est remarqué.
- On doit retourner l'équipement au quartier-maître désigné.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**QUESTIONS**

- Q1. Pourquoi doit-on sécuriser l'équipement lorsqu'il n'est pas utilisé?
- Q2. Qui doit signer pour l'équipement retourné/sorti?
- Q3. Quand doit-on signaler la perte d'équipement ou le dommage à l'équipement?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le rendement de l'équipement est une partie essentielle d'un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine bien réussie. Un entreposage et une mise en sécurité inappropriés contribuent à la perte de durabilité et à une durée de vie plus courte de l'équipement.
- R2. La signature pour l'équipement retourné/sorti doit être effectuée par le biais du quartier-maître désigné.
- R3. Le dommage à l'équipement ou la perte d'équipement doit être signalée au quartier-maître désigné aussitôt que cela survient ou est remarqué.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**QUESTIONS**

- Q1. Quels sont les types de risques dont il faut tenir compte lors de l'installation d'un site de campement?
- Q2. Comment les membres de section peuvent-ils superviser et aider les autres cadets à suivre la routine de camp?
- Q3. Comment peut-on minimiser la propagation de maladies?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les facteurs environnementaux, les insectes et les animaux.
- R2. Les membres de section peuvent superviser et aider en :
- s'assurant que les cadets connaissent la disposition du site de campement;
 - s'assurant que toute l'eau potable provient des points d'eau potable;
 - entreposant et en éliminant tous les déchets; et
 - adoptant un comportement sécuritaire seul et en groupe.
- R3. Se laver les mains régulièrement.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

En tant que membres de section, les cadets devraient pouvoir aider à accomplir des tâches communes. Il est important de savoir à quoi on s'attend d'un membre d'une section pour que chaque membre d'une section connaisse sa place dans le corps de cadets pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad 3. (2000). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book (2nd ed.)*, Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpackers Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M221.02 – IDENTIFIER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Tous les articles énumérés pour chaque PE devraient être disponibles pendant l'enseignement de cette leçon. Il est entendu que certains articles ne seront pas disponibles en raison des limites des ressources locales.

Préparer une trousse de premiers soins pour une démonstration. S'assurer qu'elle est complète conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour identifier l'équipement de section, présenter un nouveau sujet et les différents types d'équipement disponibles lors de la participation à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être capable d'identifier l'équipement de section.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent quel équipement est disponible lorsqu'ils iront en EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine. La connaissance de l'équipement disponible et de ses utilisations permet aux cadets de se préparer pour un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine. Les articles choisis peuvent être adaptés pour atteindre l'objectif de l'EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

Point d'enseignement 1**Identifier les types de réchauds et de fanaux**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE vise à donner un aperçu des différents équipements de camping disponibles lors du choix de l'équipement pour le camping, la randonnée en montagne et pédestre.

Donner aux cadets un exemple de chaque article. Permettre aux cadets de voir l'équipement de près et de le manier avec soin.

TYPES DE SYSTÈMES DE COMBUSTION DE CARBURANT

Les options de l'équipement disponible de camping, de randonnée en montagne ou pédestre sont vastes et varient selon le fabricant. Il existe trois types de base de systèmes de combustion de carburant, qui sont basés en fonction de ce qu'ils brûlent – carburant liquide, gaz comprimé et carburant en poudre.

Carburant liquide. Les réchauds à carburant liquide brûlent de l'essence minérale – le kérosène, l'alcool ou le naphte. Ces carburants sont les meilleurs choix pour les conditions les plus froides et en haute altitude. Le carburant est entreposé dans un réservoir indépendant. Dans la plupart des cas, il faut utiliser une pompe pour mettre sous pression le carburant dans ce réservoir. Le réservoir doit être rempli seulement jusqu'au 3/4, laissant un peu d'air dans le réservoir. Le kérosène, l'alcool ou le naphte sont des carburants plus propres qui laissent très peu de résidu après qu'ils ont brûlé.

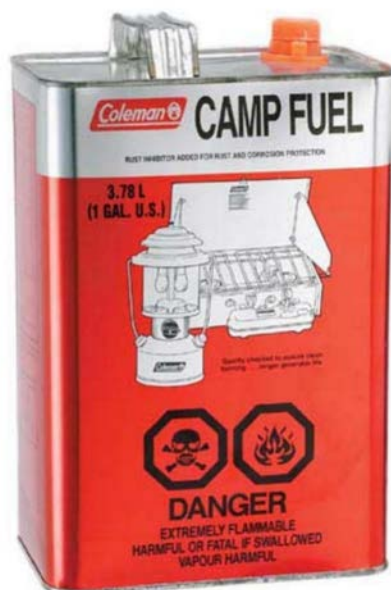


Figure 1 Carburant au naphte Coleman

Canadian Tire. Extrait le 24 avril 2007 du site http://www.canadiantire.ca/browse/product_dei=1408474396672290&PRODUCT%3C

%3Eprd_id=845524443280741&bmUID=1177356005717&assortment=primary&fromSearch=true_Naphtha fuel_ HYPERLINK

Gaz comprimé. Les réchauds au gaz comprimé brûlent du butane, du méthylprop-1-ème ou du propane. Ils sont tous faciles à allumer et éteindre et nécessitent peu d'entretien. La chaleur produite se contrôle facilement et le carburant et la bouteille de combustible sont plus légers que les réchauds à carburant liquide. Les réchauds à gaz comprimé ne fonctionnent pas très bien aux températures froides. Il est difficile de déterminer la quantité de carburant restant après l'utilisation parce que le carburant est dans un contenant stable.



Figure 2 Gaz comprimé

Canadian Tire. Extrait le 24 avril 2007 du site http://www.canadiantire.ca/browse/product_detail.jsp?FOLDER%3C%3Efolder_id=1408474396672290&bmUID=1178201728250&PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524443280741&assortment=primary&fromSearch=true



Figure 3 Gaz comprimé

Mountain Equipment Coop. Extrait le 24 avril 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441775741&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&bmUID=1178201628346

Carburant en poudre. Le carburant en poudre brûle des granulés en cubes ou de bois inflammables. Ces systèmes sont simples et faciles à utiliser. La régulation de la température est parfois difficile car ils brûlent ordinairement seulement le combustible qui leur est ajouté. Ces réchauds nécessitent peu ou aucun entretien.

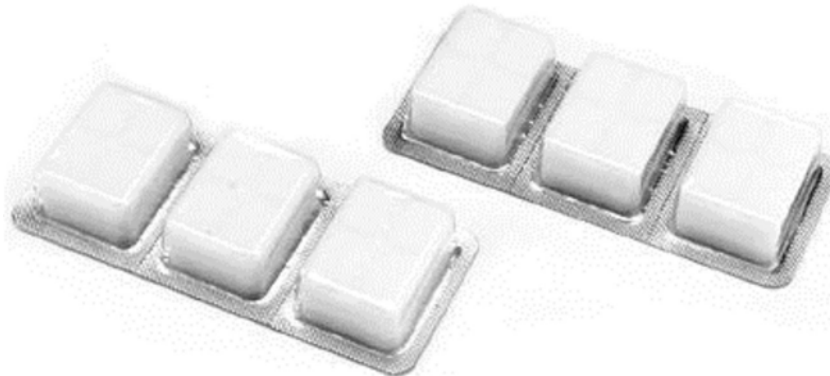


Figure 4 Carburant de réchaud Esbit

Backpackgear Online.com. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mjsecure.com/backpackgearonline/product_info.php?cPath=27&products_id=330&osCsid=dc36e4f96e5105dacd461c37f0788f17

RÉCHAUDS DE CAMPING

Réchaud unique. Les réchauds à brûleur unique sont portatifs, ce qui permet de faire la cuisson n'importe où sans avoir à faire un feu. Ces réchauds s'entreposent bien et peuvent être portés facilement lors d'une randonnée. Le carburant est transporté dans un récipient séparé pour s'assurer qu'il n'y a pas de déversement de carburant dans le sac à dos.



Figure 5 Réchaud à brûleur unique Coleman

Backpackgear Online.com. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=533B705&categoryid=2020



Figure 6 Réchaud à brûleur unique MSR

Mountain Equipment Coop. Extrait le 24 avril 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441772275&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&bmUID=1175178016804

Réchaud à deux brûleurs. Le réchaud à deux brûleurs est un article efficace qui est particulièrement approprié en campagne. Lors d'un déplacement en groupe, ce réchaud peut être transporté dans un véhicule d'approvisionnement ou un traîneau. Ce réchaud est muni de deux brûleurs, ce qui aide à accélérer la cuisson.



Figure 7 Réchaud Coleman à deux brûleurs au naphte de Powerhouse

Coleman Outdoor Company. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=425G499&categoryid=70023



Figure 8 Réchaud Coleman à deux brûleurs au propane

Coleman Outdoor Company. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=5466A700&categoryid=70022

FANAUX

Les fanaux sont conçus pour produire de la lumière. Chaque type de fanal produit la lumière à différente intensité et dure plusieurs heures.

Fanal à un manchon. Les fanaux à un manchon qui brûlent du naphte sont propres. Ils peuvent produire de la lumière atténuée, douce et brillante si nécessaire comme une balise. La flamme est réglable et la consommation de carburant peut varier. Celle-ci dépend du modèle et du réglage de la lumière.

Fanal à deux manchons. Les fanaux à deux manchons brûlent du naphte. Ils produisent plus de lumière que le fanal à un manchon. Ils produisent une lumière douce ou lumineuse et ils sont capables de produire une lumière brillante si nécessaire comme une balise. La flamme est réglable et la consommation de carburant peut varier selon le modèle et le réglage de la lumière.

Alimenté par piles. Les fanaux qui sont alimentés par piles procurent une lumière qui rayonne d'une ampoule centrale. Le fanal possède des surfaces réfléchissantes, au-dessus et au-dessous de la lumière, qui réfléchissent la lumière vers le haut et vers l'extérieur. Les ampoules et les piles se remplacent facilement. Ces fanaux fonctionnent pendant environ 4 heures ou plus selon le modèle.



Figure 9 Fanal à un manchon au naphte

Coleman Outdoor Company. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=288B700&categoryid=1015



Figure 10 Fanal à deux manchons au naphte

Coleman Outdoor Company. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=288B700&categoryid=1015



Figure 11 Fanal compact à piles

Coleman Outdoor Company. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.coleman.com/coleman/colemancom/detail.asp?product_id=5315J725&categoryid=1045

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont les trois types de systèmes de combustion à carburant?
- Q2. Quels sont les types de fanaux?
- Q3. Un système à essence minérale utilise quels types de carburant?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le carburant liquide, comprimé et en poudre.
- R2. Fanal à un manchon, à deux manchons et à piles.
- R3. Le kérosène, l'alcool et le naphte.

Point d'enseignement 2

Identifier les types d'outils à utiliser en campagne

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE vise à donner un aperçu des différents équipements disponibles lors de la sélection de l'équipement pour le camping, la randonnée en montagne et pédestre.

Donner aux cadets un exemple de chaque article. Permettre aux cadets de voir l'équipement de près et de le manier soigneusement.

HACHE À SIMPLE TRANCHANT

La hache à simple tranchant possède une tête tranchante, complètement polie, en acier revenu. Le manche de la hache est inséré dans la tête de la hache aussi connu comme tranchant simple. La hache nécessite très peu d'entretien – seulement un affûtage quand la lame devient émoussée et un ajout à l'occasion de quelques gouttes d'huile pour prévenir la rouille. Cet outil peut être utilisé pour couper ou fendre du bois.

SCIE À ARCHET

La scie à archet est une scie à structure de métal en forme d'arc avec une lame épaisse à grosses dents. Elle est utilisée le plus souvent pour couper des arbres et des branches. La lame est dentelée et suspendue entre deux longs manches étroits appelés « joues ».



Figure 12 Hache à simple tranchant

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 13 Scie à arc

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. À quoi sert la hache à simple tranchant?
- Q2. De quoi la tête d'une hache est-t-elle faite?
- Q3. Qu'est-ce qu'une scie à archet et à quoi sert-elle?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Une hache à simple tranchant est un outil qui est utilisé pour couper ou fendre du bois.
- R2. La tête de la hache est faite d'acier revenu.
- R3. La scie à archet est une scie à structure de métal en forme d'arc avec une lame épaisse à grosses dents. Elle est utilisée le plus souvent pour couper des arbres et des branches.

Point d'enseignement 3

Identifier les récipients de stockage de liquide

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE vise à donner un aperçu des différents équipements disponibles lors de la sélection de l'équipement pour le camping, la randonnée en montagne et pédestre.

Donner aux cadets un exemple de chaque article. Permettre aux cadets de voir l'équipement de près et de le manier soigneusement.

RÉCIPIENTS DE CARBURANT DE FANAL ET DE RÉCHAUD



Figure 14 Récepteur de carburant

Mountain Equipment Coop. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441772275&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&bmUID=1175178016804



Figure 15 Récepteur de carburant

Mountain Equipment Coop. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524442413091&bmUID=1175621430159



Figure 16 Récepteur de carburant

Mountain Equipment Coop. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp;jsessionid=GStxtlCM69T22xGcCGVwLn2T2Y83jV2cYHTJTXFIRIsGXMdYq0LC!-384445592?FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696497&PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441776153&bmUID=1175621361170

Les récipients de carburant pour le sac à dos sont soit en plastique, soit en aluminium. Les récipients en aluminium sont habituellement une bouteille en aluminium cylindrique. Une fois que le récipient est utilisé pour certain type de carburant, il ne doit pas être utilisé pour un autre type de carburant, car les substances peuvent se combiner et endommager le récipient.

Les bouteilles en plastique sont généralement de couleur rouge et sont recouvertes d'une couche intérieure de polymère fluoré qui résiste à l'essence et l'alcool. Les bouteilles de carburant en plastique ne doivent jamais être utilisées comme réservoir pour un réchaud ou être mis sous pression avec une pompe.

RÉCIPIENT OU RÉCIPIENT D'EAU

Apporter de l'eau pour une randonnée courte d'un jour n'est habituellement pas un problème – il faut seulement une bouteille d'eau légère avec un couvercle hermétique. En camping, un récipient de stockage plus grand est nécessaire.

Bouteille d'eau. On peut utiliser une bouteille d'eau pour tout type de randonnée pédestre. L'équipement polyvalent est avantageux pour l'utilisateur. Choisir les bouteilles qui peuvent supporter les températures de liquides froids à congélation ou chauds à ébullition.



Figure 17 Gourde d'eau

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 18 Bouteille d'eau Nalgene

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

Sac gourde. Les sacs transporteurs gourdes sont pratiques pour de longues randonnées où il n'y a pas d'eau et pour transporter l'eau d'une source au campement. Les petits sacs sont utiles car ils peuvent être équilibrés sur différentes parties d'un sac à dos. Les sacs gourdes peuvent contenir jusqu'à plusieurs litres d'eau.



Figure 19 Sac d'eau MSR

Mountain Equipment Coop. Extrait le 24 avril 2007 du site http://www.mec.ca/Products/product_detail.jsp?PRODUCT%3C%3Eprd_id=845524441772631&FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302696609&bmUID=1177427868771

Jerrican (bidon). Un jerrican est un grand récipient d'eau qui a une capacité de 20 litres. Ce récipient est de couleur verte ou noire et il est identifié avec le terme « WATER », comme on peut le voir à la figure 20.



Figure 20 Jerrican (bidon) noir et vert

D Cad 3, 2007, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Le carburant peut être emmagasiné dans quelles sortes de récipients?
- Q2. Quelle est la couleur d'un jerrican?
- Q3. Quelle est la capacité d'un jerrican?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les récipients en aluminium et en plastique peuvent emmagasiner du carburant.
- R2. Un jerrican est noir ou vert.
- R3. Un jerrican peut contenir 20 L d'eau.

Point d'enseignement 4

Identifier le contenu d'une trousse de premiers soins

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE vise à donner un aperçu d'une trousse de premiers soins. Étaler tous les articles de la trousse de premiers soins et discuter de chaque article tel qu'énuméré.

TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Lors d'un déplacement en groupe, transportez une trousse de premiers soins de dimension et de type convenable pour le groupe et les activités prévues. La trousse de premiers soins doit être à la portée de la main pendant l'instruction et doit être transportée avec chaque groupe en tout temps.

Les trousses de premiers soins commerciales sont utiles, mais le contenu a besoin d'être adapté pour l'environnement de campagne. Le contenu minimum d'une trousse de premiers soins, tel qu'énuméré dans l'A-CR-CCP-951/PT-003, est énuméré ci-dessous :

Instruments

- **Une paire de ciseaux à bandage.** Les ciseaux sont essentiels pour couper le ruban adhésif et les bandages.
- **Une paire de pince à échardes.** Le type de pince à échardes ressemble aux pinces à sourcils and elles sont utilisées pour saisir et tenir (p. ex. enlever des éclats de bois).
- **12 épingles de sûreté (de taille assortie).** Une épingle de sûreté est une épingle avec une pointe qui est repliée vers la tête et retenue dans un protecteur lorsqu'elle est fermée. Ces épingles sont utilisées pour fixer les bandages, etc.
- **Deux attelles.** Une attelle est faite d'un matériau rigide et ferme qui peut être utilisé pour maintenir une fracture dans une position fixe.
- **Masque de réanimation RCR.** Un masque de réanimation RCR est un masque pour maintenir la respiration artificielle. Il fournit aussi une séparation entre la victime et le secouriste, en donnant une protection contre la transmission des infections lors du bouche à bouche.

Pansements

Les pansements sont utilisés pour couvrir les plaies qui saignent. Ces pansements et bandages sont de tailles et de types divers, y compris :

- 25 pansements adhésifs stériles emballés individuellement (25 mm par 75 mm);
- 25 compresses de gaze stériles emballés individuellement (101.6 mm par 101.6 mm);
- 4 pansements de gaze stériles enroulés individuellement (50 mm par 9 m);
- 4 pansements de gaze stériles enroulés individuellement (101.6 mm par 9 m);
- 6 pansements triangulaires;
- 2 rouleaux de pansements élastiques d'une largeur de 75 mm;
- 4 pansements de compresses stériles emballés individuellement (101.6 mm par 101.6 mm);
- 1 rouleau de pansement adhésif (25 mm par 9 m); et
- 2 rouleaux d'ouate de coton de 50 g.

Tampons antiseptiques

Les tampons antiseptiques sont stériles, exempts de contamination. Ils sont utilisés pour nettoyer la zone autour d'une plaie. Chaque trousse de premiers soins doit contenir 25 tampons antiseptiques emballés individuellement.

Sucre

Le sucre est inclus dans une trousse de premiers soins dans le cas où une personne diabétique deviendrait dans un état hypoglycémiant. L'hypoglycémie survient quand il y a une insuffisance de glucose (sucre) dans la circulation sanguine. Le sucre est mélangé avec de l'eau et bu ou avalé directement.

Matériel

- **Une couverture de laine ou un matériel isolant à l'épreuve de l'humidité.** Elle peut être n'importe quel type de couverture de laine, une couverture de survie ou en cas d'urgence en aluminium. Une seule couverture est nécessaire et elle est utilisée pour garder une victime au chaud.
- **Allumettes ou briquet à l'épreuve de l'eau.** Des allumettes ou un briquet à l'épreuve de l'eau sont utilisés pour la préparation d'un feu. Les allumettes ne doivent pas être gaspillées et doivent être utilisées seulement quand des méthodes improvisées ne fonctionnent pas.
- **Gants au latex.** Ces gants sont utilisés pour fournir une barrière stérile entre le secouriste et la victime. Il devrait y avoir un minimum de deux paires pour chaque trousse de premiers soins.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi y a-t-il des ciseaux dans une trousse de premiers soins?
- Q2. À quoi sert le sucre dans une trousse de premiers soins?
- Q3. Pourquoi y a-t-il des gants en latex dans la trousse de premiers soins?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les ciseaux sont essentiels pour couper le ruban adhésif et les bandages.
- R2. Le sucre est utilisé dans le cas où une personne diabétique devienne dans un état hypoglycémiant. L'hypoglycémie survient quand il y a une insuffisance de glucose (sucre) dans la circulation sanguine.
- R3. Les gants en latex sont utilisés pour fournir une barrière stérile entre le secouriste et la victime.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON



La confirmation de ce PE se fait par l'identification de l'équipement ou en posant des questions sur l'équipement.

Montrer une pièce d'équipement et demander aux cadets de l'identifier. Répéter cela pour cinq autres articles.

QUESTIONS

- Q1. Quels types de carburant peut-on utiliser dans les systèmes d'équipement?
- Q2. De quoi la tête d'une hache est-elle faite?
- Q3. Combien de groupes nécessitent une trousse de premiers soins lors d'un déplacement en campagne?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le carburant liquide, comprimé et en poudre peuvent être utilisés dans les systèmes d'équipement.
- R2. La tête de la hache est faite d'acier revenu.
- R3. Tous les groupes qui se déplacent indépendamment nécessitent une trousse de premiers soins.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Les cadets ont reçu des renseignements sur différents types d'équipement. Cette information offre aux cadets l'occasion d'adapter leur sélection d'équipement selon les besoins de tout EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 D Cad 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book (2^e éd.)*, Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

C2-010 (ISBN 0-375-70323-3) Rawlins, C. et Fletcher, C. (2004). *The Complete Walker IV*, New York, NY, Alfred A. Knopf.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking and Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M221.03 – IDENTIFIER LA FAUNE DES PROVINCES ET DES TERRITOIRES

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

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 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 installer un minimum de quatre stations d'apprentissage sur la faune des provinces et des territoires.

Photocopier les documents de cours qui se trouvent aux annexes A et B.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour le PE1 d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt chez des cadets.

La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie pour le PE2 pour initier les cadets aux risques potentiels d'animaux en campagne et présenter des renseignements généraux.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets doivent être en mesure de reconnaître les caractéristiques de leur faune provinciale ou territoriale, tout particulièrement les animaux sauvages qu'ils peuvent rencontrer en campagne.

IMPORTANTCE

Il est important pour les cadets d'être capables d'identifier la faune dans leur province ou territoire. Il existe plusieurs espèces d'animaux sauvages à travers le Canada et ils diffèrent dans chaque province. Lors d'une expédition, les cadets peuvent rencontrer une variété d'animaux sauvages dans leurs habitats naturels. La plupart des conflits entre l'homme et la nature peuvent être évités en étant capable d'identifier les animaux sauvages et en connaissant leurs caractéristiques particulières. Tous les cadets doivent savoir quoi faire quand ils rencontrent des animaux sauvages en campagne.

Point d'enseignement 1

Présenter aux cadets la faune des provinces et des territoires

Durée : 40 min

Méthode : Activité en classe



Les fiches de renseignements sur la faune des provinces et des territoires pour cette activité se trouvent à l'annexe A.

La feuille de travail sur la faune des provinces et des territoires pour cette activité se trouve à l'annexe B.



Les cadets devraient être au courant de toute faune des provinces et des territoires non comprise dans cette activité. Si le temps le permet, donner aux cadets l'occasion de lire les fiches de renseignements qui restent.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est d'acquérir les connaissances sur certains des animaux sauvages des provinces ou des territoires que les cadets peuvent rencontrer en campagne.

RESSOURCES

- Les fiches de renseignements sur la faune des provinces et des territoires.
- Les feuilles de travail sur la faune des provinces et des territoires.
- Des stylos ou des crayons.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Quatre stations d'apprentissage seront installées et clairement identifiées pour chaque animal sauvage choisi et comprendront :

- les feuilles de renseignements sur la faune des provinces et des territoires, qui comprendra :
 - la description générale;
 - l'habitat;
 - le régime d'alimentation; et
 - toutes caractéristiques uniques;

- les feuilles de travail sur la faune des provinces et des territoires; et
- des stylos et les crayons.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en quatre groupes et placer chaque groupe à une des stations d'apprentissage sur la faune.
2. Assigner un chef pour chaque groupe. Le chef de groupe est responsable d'assigner les tâches aux autres cadets. Chaque station aura besoin d'un enregistreur ou d'un lecteur.
3. Les cadets ont huit minutes à chaque station pour compléter une feuille de travail des provinces et des territoires (il est nécessaire de compléter une feuille de travail par groupe).
4. Après huit minutes, les groupes se déplaceront dans le sens horaire (vers la droite) à la prochaine station, où ils auront huit autres minutes pour compléter une feuille de travail des provinces ou des territoires.
5. Faire passer les groupes aux autres stations qui restent.
6. Demander aux cadets de partager les renseignements qu'ils ont relevés de la station qu'ils viennent de terminer avec le reste des cadets. Dans la plupart des cas, les groupes relèveront les mêmes renseignements à chaque station. Si un groupe a relevé de différents renseignements, ils seront partagés après que le groupe de présentation a terminé.

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 les risques potentiels d'animaux en campagne

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



On fait référence au mot « attaque » à plusieurs reprises tout au long du PE. S'assurer que les cadets savent qu'une attaque est une forme de violence et ne signifie pas toujours dommage ou blessure.

Bien que les attaques soient rares, insister sur l'importance de savoir quoi faire si la situation survient.

OURS

Les attaques d'ours sont rares. Les animaux sauvages préfèrent généralement éviter le contact humain et les ours ne font pas exception. La plupart des rencontres documentées sont survenues quand le comportement naturel d'évitement de l'ours a changé à l'agression. Ce changement est normalement le résultat d'un, ou d'une combinaison, des éléments suivants :

- Ils sont surpris soudainement.
- Ils protègent habituellement leurs jeunes et la nourriture.
- Ils suivent la nourriture et les odeurs similaires à la nourriture aux humains.

- Ils sont provoqués par d'autres animaux (p. ex. des chiens).
- Ils sont habitués au monde et ont perdu leur peur naturelle.

La meilleure façon de vivre en sécurité avec les ours est d'éviter le contact avec eux. On peut prendre d'importantes mesures de prévention, telles que :

- faire du bruit;
- faire de la randonnée pédestre en groupe et surtout pendant le jour;
- emprunter toujours des sentiers déjà établis;
- faire très attention lorsqu'on marche près d'un cours d'eau rapide ou dans le vent;
- rester dans des aires ouvertes autant que possible; et
- éliminer les déchets souvent, dans les endroits désignés.



Lors des randonnées ou de l'entraînement dans des secteurs où il y a des ours, toujours avoir à portée de la main un vaporisateur contre les ours ou un vaporisateur de poivre.

Si on apporte un vaporisateur contre les ours, il faut savoir que le vent, la distance de vaporisation, la pluie, les temps de gel et la durée de conservation du produit peuvent tous influencer son efficacité.

Quand un ours attaque

Selon Parcs Canada, il y a deux sortes d'attaques, basée sur le comportement de l'ours – défensive et prédatrice.

Attaque défensive. Cette attaque survient normalement quand l'ours est en train de se nourrir, protège ses petits et/ou quand il n'a pas connaissance de la présence d'une personne. Il attaque surtout parce qu'il voit la personne comme une menace. Ce type d'attaque est la plus commune.

Attaque prédatrice. Cette attaque survient habituellement quand l'ours traque une personne le long d'un sentier et puis attaque. Elle peut aussi survenir la nuit.

Dans son livre, Tawrell, P., « *Camping and Wilderness Survival* », Leonard Paul Tawrell énonce qu'il faut prendre les mesures suivantes quand un ours noir attaque.

- Ne pas faire le mort.
- Se défendre – frapper son museau, essayer d'enfoncer un bâton dans ses yeux, lancer de la terre ou des roches dans ses yeux, tout faire pour distraire son attention.
- Ne pas grimper dans un arbre ou courir. Les ours noirs peuvent grimper dans les arbres très rapidement!

Dans son livre, Tawrell, P., « *Camping and Wilderness Survival* », Leonard Paul Tawrell énonce qu'il faut prendre les mesures suivantes quand un ours grizzly attaque.

- Faire le mort en se couchant à plat ventre avec les jambes écartées, couvrir le cou avec les doigts entrelacés et se couvrir le visage avec les coudes. Écarter les jambes pour empêcher l'ours de vous renverser.
- Ne pas essayer de courir, car l'ours peut courir plus vite que vous et l'action de courir déclenche l'instinct prédateur de l'ours.

- Si l'ours vous renverse, continuer à rouler jusqu'à ce que vous soyez sur le ventre.
- À ce moment, l'ours peut se lasser et partir. Ne pas bouger jusqu'à ce qu'il soit évident que l'ours est parti. Il peut seulement être étendu tout près en train de se reposer.
- Si l'ours commence à lécher vos plaies, l'attaque est devenue très sérieuse et il faut se défendre. Essayer de lui donner des coups sur le museau ou d'enfoncer un bâton ou vos doigts dans ses yeux.



Il est important de noter les caractéristiques spécifiques à l'ours.

Ours noirs. Les ours noirs sont connus pour rechercher les calories « faciles ». Une fois qu'ils trouvent la nourriture ou les déchets des humains (s'ils sont adaptés à leur nourriture), ils continuent à rechercher les sacs à dos, les tables de pique-nique, les glacières, etc. Quand ils sont habitués aux humains, leur peur naturelle diminue et ils s'aventurent pour trouver la nourriture.

Ours grizzly. La circonstance la plus commune d'attaque est la « rencontre soudaine ». Pour diminuer les risques d'entrer en conflit, faire du bruit régulièrement lors d'une randonnée pédestre.

Ours polaires. Les ours polaires sont reconnus pour traquer les humains comme des proies. De façon générale, ils n'attaquent pas, mais si quelqu'un est seul, ils sont des proies faciles pour un ours polaire qui a faim. Dans un territoire d'ours polaires, une carabine est essentielle pour la sécurité.

LOUPS

La plupart des gens ne verront jamais un loup; ils sont timides et habituellement évitent les humains. Les loups peuvent, cependant, perdre leur peur des humains et peuvent s'approcher des terrains de camping et des maisons.

Les attaques par des loups sauvages en santé surviennent mais sont rares. La majorité des attaques ont été faites par des loups enragés.

Les mesures préventives à prendre incluent :

- Ne jamais nourrir les loups ou tout autre animal sauvage.
- Éliminer tous les déchets.
- Les ignorer autant que possible s'ils viennent en vue.
- Ne jamais laisser un loup s'avancer près de vous.
- Ne jamais approcher un loup.

Conformément à l'International Wolf Centre, si un loup devient agressif (grogne ou gronde) ou audacieux, les mesures qu'il faut prendre incluent :

- Élever et agiter les bras pour avoir l'air plus grand.
- Reculer lentement avec le dos tourné.
- Faire du bruit.
- Lancer des objets.



Il n'y a jamais eu un cas documenté d'un loup sauvage en santé qui a tué une personne en Amérique du Nord. La plupart des loups ne sont pas dangereux pour les humains. Les cas de blessures qui sont survenus par les loups ont été causés par quelques loups qui sont devenus audacieux en présence d'humains en raison de l'accoutumance (des loups devenus trop confortables dans des secteurs habités par les humains).

COYOTES

Contrairement aux loups, les coyotes n'ont pas une peur naturelle des êtres humains. Dans des secteurs très peuplés, on les voit souvent en train de patrouiller, rechercher des déchets ou des petits animaux. Les coyotes qu'on nourrit, vont mordre souvent, des fois gravement.

Les mesures préventives à prendre incluent :

- Ne jamais nourrir les coyotes ou tout autre animal sauvage.
- Éliminer tous les déchets.
- Superviser les enfants étroitement.
- Garder les animaux domestiques à l'intérieur la nuit.
- Ne jamais approcher un coyote.

Conformément au Manitoba Conservation du gouvernement du Manitoba, si une personne rencontre un coyote, les mesures qu'il faut prendre incluent :

- Arrêter immédiatement et rester calme.
- Élever et agiter les bras pour avoir l'air plus grand.
- S'éloigner lentement en reculant s'il ne regarde pas dans votre direction.
- Lancer des pierres ou d'autres objets.



Ne jamais se détourner d'un coyote ou courir parce que cela incitera le coyote à pourchasser. Si un coyote attaque, il faut se défendre.

COUGUARS

Les attaques de couguars sont rares chez les humains, en partie parce que les couguars ne perçoivent pas les humains comme des proies. La population de couguars augmente dans l'Ouest du Canada. Les femelles avec leurs petits et les couguars acculés dans un coin, surpris ou en train de se nourrir de leur proie, peuvent devenir agressifs. Les couguars démontrent souvent de la curiosité envers les activités humaines sans se comporter de façon agressive.

Les couguars peuvent démontrer divers comportements comme un avertissement avant une attaque, tel que traquer, s'accroupir, bouger leur queue de gauche à droite, agrandir leur contact visuel, gronder, garder leur corps bas au sol et pomper leurs pattes arrière.

Certaines mesures préventives à prendre incluent :

- Ne pas aller en randonnée pédestre seul.
- Si on est confronté, rester calme et ne pas courir; cela peut stimuler l'instinct de pourchasser.

- Maintenir un contact visuel et crier le plus calmement possible.
- Essayer d'avoir l'air plus grand en levant et en agitant les bras.
- Se prémunir d'un bâton pour se protéger.
- Ne jamais tourner le dos.
- Ne pas « faire le mort ».
- Lancer des roches.

Dans son livre, Tawrell, P., « *Camping and Wilderness Survival* », Leonard Paul Tawrell énonce que si un couguar attaque, qu'il faut se défendre agressivement en utilisant tout objet qui se trouve à portée tel qu'un bâton ou des roches.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont quelques-unes des mesures préventives à prendre contre une attaque d'ours?
- Q2. Quelles mesures faut-il prendre si on est en présence d'un loup qui grogne ou gronde?
- Q3. Quelles mesures faut-il prendre si une personne rencontre un couguar?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Quelques-unes des mesures préventives à prendre incluent :
- faire du bruit;
 - faire de la randonnée pédestre en groupe et pendant le jour;
 - emprunter toujours des sentiers déjà établis;
 - faire très attention lorsqu'on se déplace près d'un cours d'eau rapide ou dans le vent;
 - rester dans des aires ouvertes autant que possible; et
 - éliminer les déchets souvent, dans les endroits désignés.
- R2. Si un loup devient agressif (grogne ou gronde) ou audacieux, il faut prendre les mesures suivantes, telles que :
- élever et agiter les bras;
 - reculer lentement avec le dos tourné;
 - faire du bruit; et
 - lancer des objets.
- R3. Les mesures préventives à prendre dans le cas d'une rencontre avec un couguar incluent :
- Ne pas aller en randonnée seul.
 - Si on est confronté, rester calme et ne pas courir; cela peut stimuler l'instinct de pourchasser.
 - Maintenir un contact visuel et crier le plus calmement possible.

- Essayer d'avoir l'air plus grand.
- Se prémunir d'un bâton pour se protéger.
- Ne jamais tourner le dos.
- Ne pas « faire le mort ».
- Lancer des roches.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE1 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Reconnaître que la faune des provinces et des territoires est un aspect important de l'entraînement en campagne. Puisque les cadets passent du temps à l'entraînement et à la randonnée pédestre en campagne, il est essentiel de reconnaître les animaux sauvages qui sont présents et de savoir comment cohabiter avec eux.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness: The Ultimate Outdoors Book* (2nd ed.), Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

C0-121 Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. (2007). *Hinterland Who's Who – Species*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.hww.ca/hww.asp?id=1&pid0>.

C0-122 (ISBN 0-618-15313-6) Bowers, Nora, Bowers, Rick et Kaufman, Kenn. (2004). *Kaufman Focus Guides: Mammals of North America*, New York, NY, Houghton Mifflin Company.

C2-043 The Hunting Outfitters. (2007). *The Hunting Outfitters*. Extrait le 9 février 2007 du site <http://www.huntingoutfitters.com>.

C2-059 Parcs Canada. (2007). *Bears and People: A Guide to Safety and Conservation on the Trail*. Extrait le 5 mars 2007 du site http://www.pc.gc.ca/pn-np/inc/PM-MP/visit/visit12a_e.pdf.

C2-060 International Wolf Center. (2003). *Wolves and Humans – Are Wolves Dangerous to Humans?* Extrait le 5 mars, 2007 du site http://www.wolf.org/wolves/learn/basic/pdf/wh_are_wolves_dangerous.pdf.

C2-061 Waterton Park Information Services. (2007). *Reference Information Section*. Extrait le 5 mars 2007 du site <http://www.watertoninfo.com/r/pred.html>.

C2-062 International Wolf Center. (2002). *Living With Wolves: Tips for Avoiding Conflicts*. Extrait le 5 mars 2007 du site http://www.wolf.org/wolves/learn/basic/pdf/wh_are_wolves_dangerous.pdf.

C2-064 Minnesota Trappers Association. (2007). *Canadian Lynx*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.mntrappers.com/lynx.html>.

C2-074 Manitoba Conservation. (2007). *Living With Wildlife in Manitoba*. Extrait le 25 avril 2007 du site http://www.gov.mb.ca/conservation/wildlife/problem_wildlife/pdf.coyote.html.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

FAUNES DES PROVINCES ET TERRITOIRES

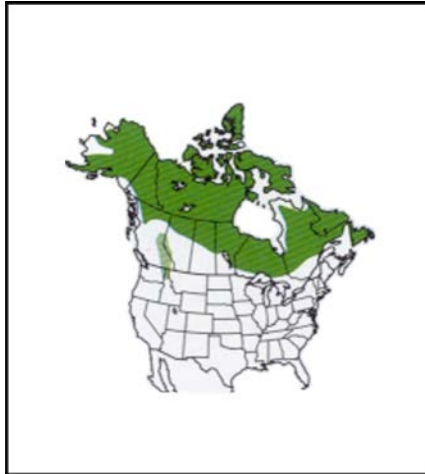
		 <p>AVANT ENVIRON 5 cm DE LONG</p> <p>ARRIÈRE ENVIRON 6.4 cm DE LONG</p>
LE RENARD ROUX	LES HABITATS DU RENARD ROUX	LES PISTES DU RENARD ROUX
<p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 131)</i></p>	<p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 130)</i></p>	<p><i>Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who, Hinterland Who's Who – Mammal Fact Sheets. Extrait le 26 février 2007, du site http:// www.hww.ca/hww2p.asp?id=102&cid=0</i></p>
<p>Le renard roux est un petit, mammifère qui ressemble au chien, avec une face et des oreilles pointues. Il a un corps de petite stature, un manteau de fourrure longue lustrée et une grande queue touffue. Habituellement, le renard mâle est plus grand que la femelle. Le renard adulte pèse entre 3.6 et 6.8 kg et est normalement entre 90 et 112 cm de longueur. La grandeur varie entre les animaux et les endroits géographiques – ceux dans le Nord sont généralement plus grands.</p>		
<p>La couleur du manteau d'un renard roux est généralement une variation de brun rougeâtre, mais peut être argenté, noir ou même avoir une croix noire sur le dos. Les pattes inférieures et les pieds du renard roux sont habituellement noirâtres et la pointe de la queue blanche.</p>		
<p>Le renard roux est le mammifère le plus répandu au Canada. Il se trouve dans toutes les provinces et les territoires. Le renard se trouve habituellement dans les secteurs où il y a un mélange de terrain ouvert et de bois dense ou de buissonneux; cependant, il peut aussi survivre facilement dans une ville.</p>		
<p>Un renard est à la fois un chasseur et un détritovore. Son régime d'alimentation comprend des rongeurs, des lapins, des oiseaux, des insectes, des fruits, des vers de terre, des reptiles et de la charogne (chair morte). Les loups, les coyotes et les chiens chassent et parfois tuent les renards quand l'occasion se présente.</p>		
<p>Les humains chassent les renards pour leur fourrure. La chasse et la trappe ne sont pas autorisées pendant la saison où les jeunes grandissent. La saison de chasse a lieu au début de l'hiver quand la fourrure est d'une bonne qualité pour la trappe. Le renard nuisible est souvent détruit dans les régions locales.</p>		
<p>La rage est une maladie virale fatale et contagieuse qui se transfère par la salive de l'animal affecté à un humain. Elle cause la folie et des convulsions. Parfois, le renard est devenu une menace pour la santé publique, tout particulièrement dans les régions rurales, quand une épidémie de rage balaie les populations mammifères sauvages. Une fois que les symptômes sont confirmés, il faut éviter le renard enragé. Quand il est enragé, le renard, habituellement de nature timide, ne démontre aucune peur des gens et on le voit souvent en plein jour. Dans des étapes avancées de la maladie, il peut avoir de l'écume à la bouche.</p>		

Figure A-1 Le renard roux



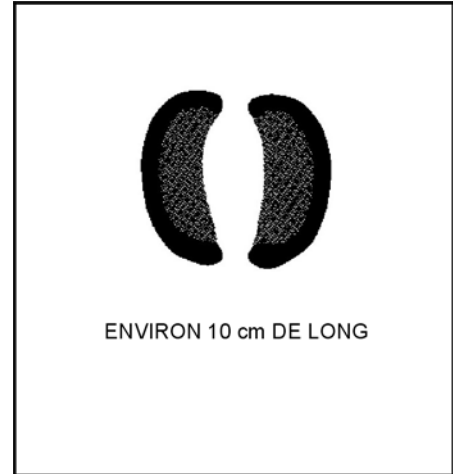
LE CARIBOU

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 159)



LES HABITATS DU CARIBOU

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 158)



ENVIRON 10 cm DE LONG

LA PISTE DU CARIBOU

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 158)

Le caribou est un membre de la famille des cerfs. Il est très coriace et capable de survivre toute l'année dans des climats rigoureux. Sa masse corporelle courte, massive conserve la chaleur, ses longues pattes l'aident à se déplacer dans la neige et son manteau d'hiver dense et long lui procure de l'isolation, même pendant les périodes à basse température et de vents violents.

D'habitude, le caribou a un visage et un nez foncé, un cou de couleur crème claire et des pattes noirâtres. La grandeur et la couleur varient selon l'endroit. Le caribou du sud de Woodland est le plus grand et le plus foncé; le caribou de Peary des îles de l'Extrême Arctique est le plus petit et le plus pâle. Sa couleur varie aussi selon la saison. Le caribou est foncé et brun en été et pâle et gris en hiver. Contrairement aux autres cerfs, le mâle et la femelle ont des bois. Ses bois se dépouillent à chaque année. Le caribou mâle perd ses bois peu de temps après l'automne et le caribou femelle conserve ses bois jusqu'au vêlage au printemps. Les bois de la femelle sont couverts d'un duvet, nommé velours, qui contiennent des vaisseaux sanguins qui renferment des nutriments pour la croissance.

Le caribou habite dans divers endroits, telles que les forêts, les montagnes et la toundra. En été, le caribou se nourrit d'une vaste variété de végétaux, y compris les brins d'herbe, les buissons, le foin, les brindilles et les champignons. En hiver, il se nourrit principalement de lichen.

Lorsqu'un caribou est en danger, il s'appuie sur ses pattes arrière et dégage une senteur qui alerte les autres caribous de la menace.

On croit que le nom du caribou est dérivé du mot Mi'kmaq « xalibu », qui signifie « celui qui griffe », principalement parce qu'il a des sabots très versatiles. En hiver, ses sabots grandissent d'une longueur incroyable, ce qui lui procure une surface ferme pour marcher sur la neige durcie. En été, ses sabots sont usés en voyageant sur un sol dur et des roches. Ils fonctionnent aussi efficacement comme des écopés dans la neige quand il essaie de déterrer le lichen. Le caribou est aussi un excellent nageur et ses sabots fonctionnent bien comme avirons.

Il existe quatre sous-espèces du caribou au Canada : Le caribou Woodland, le caribou Peary, le caribou de la toundra à l'ouest de la rivière Mackenzie (aussi connu comme le caribou Grant) et le caribou de la toundra à l'est de la rivière Mackenzie. La rivière Mackenzie se situe dans les Territoires du Nord-ouest et elle se déverse dans l'océan Arctique.

Figure A-2 Le caribou

		 <p>ENVIRON 6.5 cm DE LONG</p>
<p>LE CERF DE VIRGINIE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 151)</i></p>	<p>LES HABITATS DU CERF DE VIRGINIE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 150)</i></p>	<p>LA PISTE DU CERF DE VIRGINIE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 150)</i></p>

Le cerf de Virginie est très bien connu au Canada. On le reconnaît par son habitude de remuer sa queue par-dessus son dos, qui révèle une partie blanche en dessous et des fesses blanches. La queue a une base large et mesure environ 30 centimètres de long. Quand elle est baissée, elle est brune avec un bord blanc. En été, le cerf de Virginie a une fourrure rougeâtre sur le dos et les côtés, et blanche en dessous; en hiver, les parties supérieures deviennent grisâtres. Généralement, le cerf de Virginie adulte excède un mètre à la hauteur des épaules et pèse environ 110 kilogrammes (245 livres); cependant, ceux des régions du Nord peuvent peser plus de 200 kilogrammes (440 livres).

Les bois d'un cerf de Virginie adulte sont courbés vers l'avant et ont des pointes uniques qui poussent vers le haut et souvent légèrement à l'intérieur. Chez le mâle, les bois grandissent chaque année. Une femelle sur 1000 porte des petits bois simples. Parfois, les bois d'un cerf de Virginie s'emmêlent complètement avec ceux d'un autre mâle pendant une bataille durant la saison de rut, qui résulte d'une mort lente des deux animaux.

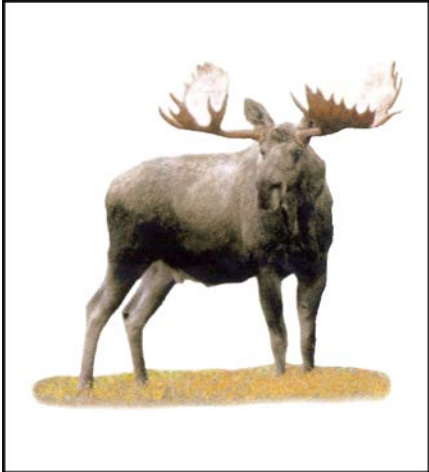

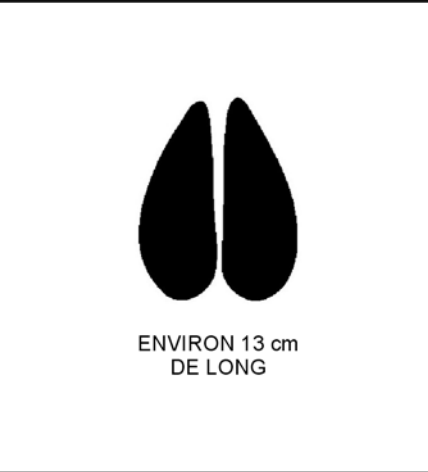
On retrouve le cerf de Virginie dans les forêts claires qui bordent les champs et les prés naturels. Ce sont des animaux errants et brouteurs qui se nourrissent d'une grande variété de végétaux, de brindilles, de feuilles sèches, de baies, de balanes et de champignons. Parfois, le cerf de Virginie mange de la végétation et des plantes de jardin.

Lorsque qu'il est effrayé, le cerf de Virginie saute (ses pattes arrière frappent le sol avant ses pattes avant), expose sa queue et montre le dessous blanc éclatant.

Le cerf se reproduit rapidement. Un troupeau en santé peu presque doubler son nombre pendant une bonne année. Bien que, plusieurs hivers rigoureux aient tendance à réduire le territoire du cerf de Virginie, quelques années positives lui permettent de reprendre le terrain perdu, de repeupler les populations et même d'étendre davantage son territoire vers le nord.

Le cerf au Canada est relativement exempt de maladies graves ou de parasites. Généralement, ses prédateurs naturels sont le loup, le coyote et le lynx roux. Ces prédateurs ont été grandement réduits en nombre et exercent seulement, à l'occasion, une pression significative sur le cerf de Virginie. Parfois, les chiens déciment les troupeaux de cerfs de tous les âges; en particulier, tard en hiver quand la neige durcie aide les chiens mais nuit aux cerfs affaiblis. Le cerf peut avoir de la difficulté à survivre en hiver, surtout s'il y a trop de compétition pour la nourriture ou si la neige est profonde.

Figure A-3 Le cerf de virginie

		 <p>ENVIRON 13 cm DE LONG</p>
<p>L'ORIGINAL</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 155)</i></p>	<p>LES HABITATS DE L'ORIGINAL</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 154)</i></p>	<p>LA PISTE DE L'ORIGINAL</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 154)</i></p>

L'original a de longues pattes élancées. Son corps a des muscles massifs aux épaules, lui donnant une apparence courbée. La tête est pesante et compacte et le nez s'étend comme une longue arche d'apparence attristée. La plupart des originaux ont un pendant de peau couverte de fourrure d'environ 30 centimètres de long suspendu de la gorge, communément appelé une cloche. Sa couleur varie de brun foncé à presque noir, de rougeâtre ou brun grisâtre avec des pattes grises ou blanches. Le gros mâle pèse jusqu'à 600 kilogrammes (1320 livres) dans la plupart du Canada; cependant, les sous-espèces qui se trouvent dans le territoire du Yukon peuvent peser autant que 800 kilogrammes (1760 livres). L'original a un gros appétit et consomme jusqu'à 20 kilogrammes (45 livres) de nourriture par jour. Sa nourriture préférée inclut des plantes aquatiques pendant l'été, des brindilles et des tiges de bois pendant l'hiver, des feuilles de saule et de tremble. La vision de l'original est extrêmement faible; cependant, il a un excellent sens de l'odorat et de l'ouïe.

Comme les autres membres de la famille des cerfs, l'original perd normalement ses bois. La plupart des originaux les perdent en novembre, mais certains jeunes mâles peuvent les porter jusqu'en avril. Ses bois peuvent s'étendre jusqu'à 150 centimètres. Les bois de l'original ont une large surface aplatie et ils sont pâles, parfois blancs.

L'original supporte bien le froid, mais il souffre dans la chaleur parce qu'il ne peut pas transpirer. Durant l'été, on peut trouver l'original dans les régions mouillées et marécageuses, essayant de se rafraîchir. L'original est un excellent plongeur et nageur, ses jeunes le sont aussi.

Malgré son immense taille, l'original adulte est parfois pris par des prédateurs tels que le loup, l'ours noir et l'ours grizzly. Les loups et les ours essaient d'attraper les petits, mais l'original femelle peut souvent se défendre avec succès en frappant avec ses sabots de toutes ses forces. Les personnes doivent toujours éviter les femelles avec des petits.

Les tiques sont communes sur l'original, tout particulièrement tard en hiver. L'original est grandement affaibli parce que les tiques sucent le sang ce qui l'amène à perdre son poil en se frottant, résultant donc en une perte. Quand la nourriture manque, l'original peut développer un ténia parasite nommé hydatidose.

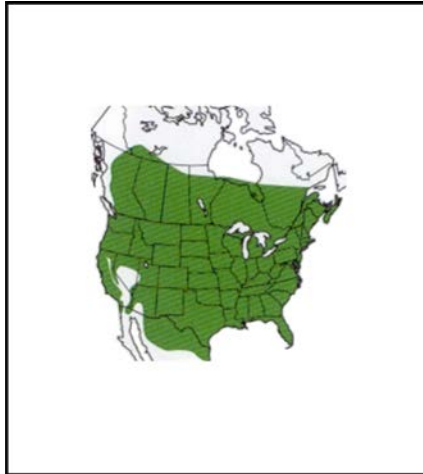
L'original s'est bien adapté aux activités des humains, et il est devenu une ressource économique importante au Canada. La chasse à l'original génère plus de 500 millions de dollars annuellement en activité économique. Une gestion continue garantira leur présence au sein de notre culture canadienne.

Figure A-4 L'original



LA MOUFFETTE

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 105)*



LES HABITATS DE LA MOUFFETTE

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 104)*



ENVIRON 4 cm
DE LONG

LA PISTE DE LA MOUFFETTE

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 104)*

La mouffette rayée est environ la taille d'un chat. Elle a un corps robuste, une petite tête, des pattes courtes et une queue touffue. La fourrure noire est épaisse et lustrée, avec une petite bande blanche et mince au bas du centre de son visage et une bande blanche et large commençant sur l'arrière de sa tête. La queue est principalement noire et les bandes peuvent s'étendre le long de la queue, et habituellement se terminer en une touffe blanche au bout.

La mouffette rayée a de longues griffes droites pour creuser des terriers de souris, déchirer de vieilles souches pour des vers blancs et des larves, et pour creuser dans le sable pour les oeufs de tortue. Elle se déplace lentement et elle se fie sur ses glandes odoriférantes pour la sécurité.

La mouffette rayée est un petit mammifère qui habite les terres agricoles, les pâturages et les forêts. Elle vit généralement dans les tanières abandonnées des marmottes communes, des renards ou d'autres mammifères de taille semblable ou d'une plus grande taille et en fait parfois sa propre tanière. On peut également trouver la mouffette dans des souches, des amas de roches ou des amas de déchets. Si une mouffette creuse sa propre tanière, cela est simple. Une mouffette rassemble les feuilles en les plaçant sous son corps et ensuite se déplace vers la tanière avec les feuilles entre ses pattes. Normalement, on la voit tard l'après-midi et pendant la nuit.

Le régime d'alimentation d'une mouffette rayée comprend les moustiques, les souris, les musaraignes, les écureuils fousseurs, les jeunes lapins, les oeufs des oiseaux et une variété de plantes. Elle est un important prédateur d'insectes nuisibles. Elle est la proie des lynx roux et des grands oiseaux. Les automobilistes sont aussi un grand danger pour la mouffette. Tout comme le porc-épic, elle est trop confiante de son mécanisme de défense et souvent les conséquences sont dévastatrices en raison de son comportement lorsqu'elle traverse une autoroute.

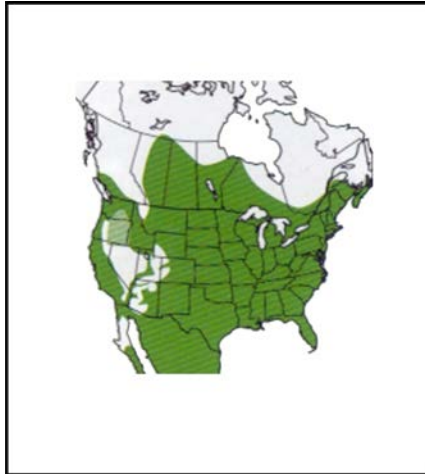
La mouffette appartient à la famille des belettes, celles dont les membres ont des glandes odoriférantes bien développées et une odeur musquée. La mouffette rayée vaporise un liquide qui sent mauvais pour se défendre. Cette vaporisation peut s'étendre aussi loin qu'à six mètres et l'odeur est assez forte pour se transporter presque jusqu'à un kilomètre dans le vent. L'odeur est produite par un liquide épais, jaune, huileux, qui est sécrété par deux glandes situées sur chaque côté de l'anus. Les glandes ont environ la taille d'un raisin et contiennent environ une cuillère de musc. Elles sont connectées par des tubes à deux petites tétines qui sont cachées quand la queue est baissée et exposées quand la queue est levée. En règle générale, le musc est déchargé en dernier recours après des signes d'avertissements répétés. Habituellement, elle essaie de s'éloigner des humains ou d'un grand ennemi. Une mouffette enragée grogne ou siffle et tape ses pattes avant rapidement. Elle peut même marcher une petite distance sur ses pattes avant avec sa queue levée dans l'air. La mouffette rayée ne peut pas vaporiser de cette position. Pour exécuter cette défense, généralement, la mouffette courbe son dos et se met dans une position en forme de U de sorte que la tête et la queue font face à l'ennemi.

Figure A-5 La mouffette rayée



LE RATON LAVEUR

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 99)*



LES HABITATS DU RATON LAVEUR

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 98)*



LES PISTES DU RATON LAVEUR

*Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K.,
Kaufman Focus Guides: Mammals of North
America, Houghton Mifflin Company (p. 98)*

Le raton laveur est bien connu par son apparence malicieuse en raison de son visage en masque noir. Il est généralement de couleur grisâtre avec une queue marquée par cinq à dix anneaux de couleur noire et brune alternativement. La coloration de son corps varie d'albino (blanc), à noir ou brun. Le raton laveur commence à perdre sa fourrure au printemps, qui dure environ trois mois. Sa tête est large avec un museau pointu. Ses oreilles courtes arrondies mesurent environ quatre à six centimètres. Le raton laveur a des yeux noirs. Le corps et la queue sont d'une longueur moyenne pour un adulte d'environ 80 centimètres; le mâle est habituellement plus grand que la femelle. La grandeur varie selon le climat.

Le raton laveur est capable de vivre dans une grande variété d'habitats. On le retrouve dans les marais boisés, les forêts, les marécages, les terres agricoles et même dans les villes. Il préfère toujours la proximité à l'eau et aux arbres et se trouve en grand nombre dans les marais boisés.

Le raton laveur consomme pratiquement tout aliment, végétal ou animal. Il aime le maïs, les écrevisses, les noix et les fruits, mais il y a un transfert saisonnier du régime d'alimentation dépendant de la disponibilité des aliments. Il est le familier « bandit masqué » et qui depuis longtemps est connu pour marauder les poubelles et les jardins la nuit.

Le nom de raton laveur est dérivé d'un nom Algonquin *arakun*, qui signifie « il gratte avec ses mains ». Il utilise ses pattes avant comme des mains pour manipuler les aliments et est reconnu pour sembler « laver » sa nourriture avant de la manger.

Depuis que le raton laveur peut être facilement apprivoisé quand il est jeune, plusieurs personnes ont enrichi leur vie en ayant une association proche avec cet animal intelligent et inquisitif. Le mâle, cependant, peut devenir agressif quand il atteint le stade adulte et finit habituellement par être retourné en milieu sauvage. Le raton laveur est une des rares espèces qui est capable de s'ajuster à passer du stade d'animal de compagnie à celui d'animal sauvage.

Figure A-6 Le raton laveur


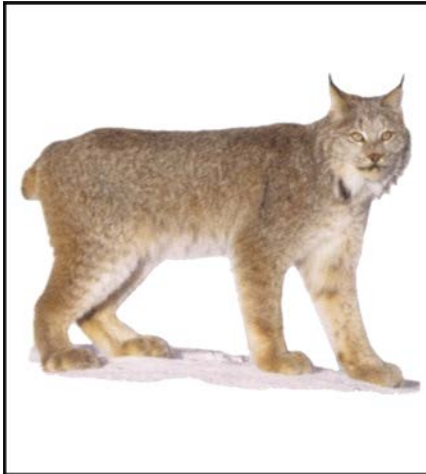
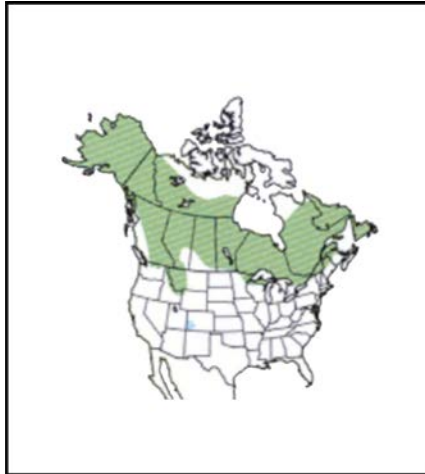
		
LE LOUP GRIS	LES HABITATS DU LOUP GRIS	LES PISTES DU LOUP GRIS
<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 127)</i>	<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 126)</i>	<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 126)</i>
<p>Le loup, aussi connu comme le loup gris, varie de couleur. Il est souvent d'un gris-brun, mais il peut aussi être noir, blanc ou rougeâtre. Il a une longue queue touffue. Sa variation de couleur est un bon exemple de la sélection naturelle; puisque celui que l'on retrouve dans le Nord est normalement blanc et celui que l'on retrouve en forêt a normalement un pelage grisâtre, verdâtre et brunâtre. Le loup ressemble beaucoup à un berger allemand, mais il a une poitrine plus étroite, de plus longues jambes et des pattes plus grosses. Quand il court, le loup porte sa queue en ligne droite vers l'arrière.</p> <p>Le loup a une structure sociale très organisée qui se centre sur un mâle dominant et une femelle dominante. Un loup dominant porte sa queue levée et se tient les jambes raides. Il est très possessif d'un territoire.</p> <p>Le loup gris vit en meute de cinq à dix qui habituellement comprend une paire pour la reproduction, ses jeunes des dernières années et parfois des loups non apparentés. Tous les membres de la meute coopèrent à chasser et à partager les proies. Il se déplace sur de grandes distances dans leur domaine vital. Quand il chasse, il peut démarrer à une vitesse jusqu'à 70 kilomètres à l'heure. En plus de se nourrir d'animaux à sabots tels que l'orignal ou le bison, il attrape le lièvre, le castor et plusieurs petites espèces. Le loup communique et garde une distance des autres meutes en hurlant.</p> <p>La proie principale du loup est de gros mammifères tels que le chevreuil, l'orignal, le caribou et le wapiti. Le loup mange aussi une variété de petits mammifères et d'oiseaux, mais ceux-ci font rarement plus d'une petite partie de son régime d'alimentation. Le loup travaille fort pour sa nourriture. Les études démontrent qu'il tue environ seulement un gros mammifère à tous les 10 chassés. En hiver, il tue habituellement les animaux vieux et jeunes. Quand le nombre de proies diminue, la meute entière de loups chasse des proies de tous les groupes d'âge. En été, la plupart de la nourriture du loup consiste en de jeunes animaux nés durant l'année, parce qu'ils sont les plus faciles à attraper.</p> <p>Le loup a déjà été un animal très critiqué. Dans les histoires populaires pour enfants telle que « Le petit chaperon rouge » et « Le petit garçon qui a crié au loup », le loup est devenu un maraudeur et un tueur de bétail et de personne. Il n'y a pas de données indiquant que le loup a tué des humains au Canada ou aux États-Unis. Aujourd'hui, plusieurs personnes savent que les scientifiques qui étudient les loups ont vécu près de sa tanière où il y avait des petits sans être attaqués. Dans les régions où le loup est chassé ou piégé, ils ont peur des personnes et sont très méfiants. Cependant, dans les endroits isolés, tels que l'Arctique canadien, il est peu effrayé et souvent il laisse les personnes vivre près de lui.</p>		

Figure A-7 Le loup gris



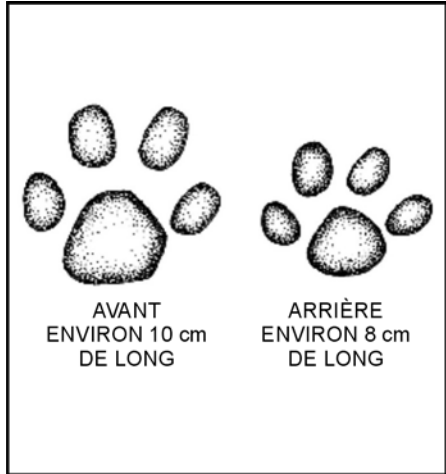
LE LYNX DU CANADA

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 139)



LES HABITATS DU LYNX DU CANADA

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 138)



LES PISTES DU LYNX DU CANADA

Minnesota Trappers Association. Mike Stutz. 2007. Minnesota Trappers Association - Canadian Lynx. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.mntrappers.com/lynx.html>

Le lynx du Canada ressemble à un très gros chat domestique. Il a une courte queue, des longues pattes, des grands pieds et des touffes d'oreilles apparentes. Son pelage d'hiver est gris pâle et légèrement moucheté de longs jarres; le duvet est brunâtre et les touffes d'oreille et la pointe de la queue sont noires. Le pelage d'été est beaucoup plus court que le pelage d'hiver et a un ton brun rougeâtre.

Ses grands pieds, qui sont couverts pendant l'hiver par une pousse dense de gros poils, aident le lynx à se déplacer sur la neige. Le lynx du Canada peut étendre ses orteils dans la neige molle, élargir ses « raquettes ». Le lynx a de grands yeux et de grandes oreilles et se sert de son acuité visuelle et auditive quand il chasse. Les griffes du lynx, comme celles de la plupart des autres chats, sont rétractables et elles sont utilisées principalement pour attraper des proies et pour se battre.

Le lynx fait une variété de sons, comme ceux fait par un chat domestique, mais plus fort.

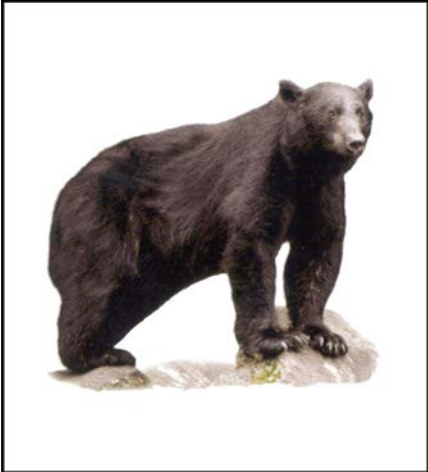
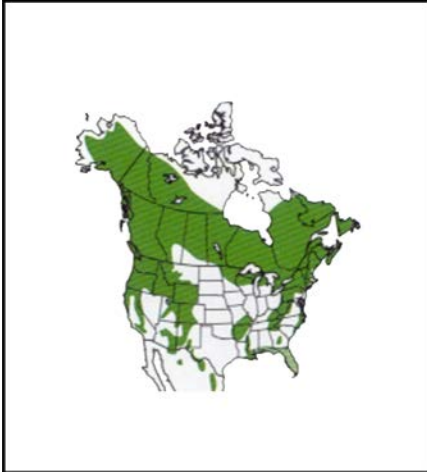
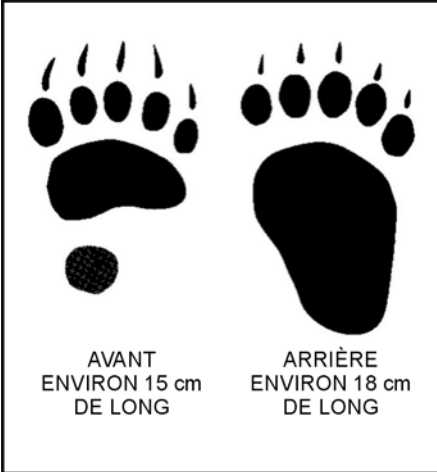
Le lynx du Canada vit généralement dans les régions forestières sauvages. Il préfère les forêts boréales vieilles avec des sous-bois denses et des chablis. Cependant, il occupe d'autres types d'habitat aussi longtemps qu'ils contiennent une certaine couverture forestière et un nombre adéquat de proies, tout particulièrement les lièvres d'Amérique.

Aussi longtemps qu'il n'est pas dérangé, le lynx est remarquablement tolérant d'installation humaine. Tout comme le cougour et le lynx roux, le lynx du Canada tend à se camoufler, à être actif la nuit et rarement vu.

Le lynx a comme proie presque exclusivement le lièvre d'Amérique. Puisque les populations de lièvres d'Amérique suivent un cycle de 10 ans, le nombre de lynx varie dramatiquement, atteignant un sommet quand les populations de lièvres augmentent, pour tomber par la suite. Sa nourriture supplémentaire comprend des gélinottes, des campagnols, des souris, des écureuils et des renards. Il peut aussi compléter sa nourriture avec de la charogne ou de la chair morte de gros gibier tel que le chevreuil.

Le lynx du Canada habituellement chasse seul et pendant la nuit. Un lynx peut sauter sur une distance de 6.5 mètres, ce qui équivaut à environ quatre bonds d'un lièvre.

Figure A-8 Le lynx du Canada

		
<p>L'OURS NOIR</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 143)</i></p>	<p>LES HABITATS DE L'OURS NOIR</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 142)</i></p>	<p>LES PISTES DE L'OURS NOIR</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 142)</i></p>

L'ours noir est un mammifère lourd, robuste et de carrure épaisse. Il est normalement d'une longueur d'environ 150 centimètres et sa hauteur varie de 100 à 120 centimètres. Un ours adulte a une tête de grandeur moyenne, un profil facial droit et un nez effilé avec de longues narines. L'ours noir a des lèvres flexibles, qui ne sont pas liées aux gencives et une longue langue, qui l'aide à ramasser de petits aliments tels que les bleuets et les fourmis. Ses oreilles sont rondes et ses yeux sont petits. La queue est courte et n'est pas facilement visible. Un mâle adulte moyen pèse environ 180 kilogrammes (400 livres), tandis qu'une femelle adulte moyenne pèse environ 100 kilogrammes (220 livres).

Malgré son nom, l'ours noir varie en couleur. Dans l'Est du Canada, l'ours noir est normalement tout noir avec un museau brun (la partie avant de la face). Dans l'Ouest du Canada, il peut paraître noir, brun, cannelle ou blond. Généralement, les oursons dans une litière sont de la même couleur que leur mère.

L'ours noir se retrouve dans une variété d'habitats, mais il préfère des régions très boisées et des régions forestières vierges peu peuplées et denses. Il est capable de se déplacer sur de longues distances et a été trouvé à 80 kilomètres ou plus de son habitat.

L'ours noir mange presque tout. La plupart de sa nourriture est composée de plantes, tout particulièrement tard en été et en automne quand les baies et les noix sont disponibles. Au printemps, certains ours peuvent se nourrir de petits nouveaux-nés orignaux, de faons, des petits de caribou ou de wapiti. L'ours boit fréquemment et plus souvent qu'autrement on le retrouve près de l'eau.

Le modèle d'activités de l'ours varie d'une région à une autre en fonction d'un certain nombre de facteurs, y compris l'interaction avec les humains. Il est généralement actif de l'aurore jusqu'à la noirceur. L'ours est reconnu pour avoir un contact humain.

Les biologistes croient que les arbres griffés de façon répétitive et marqués par l'ours sert comme une forme de communication. Un mâle adulte utilise ces arbres souvent, probablement pour annoncer sa présence aux partenaires potentiels ou rivaux. L'ours noir semble maladroit quand il se déplace, mais peut courir aussi vite que 50 kilomètres à l'heure si nécessaire. Il est un bon nageur et souvent il traverse des rivières et des petits lacs. Il grimpe très bien en une série de petits bonds, agrippant l'arbre avec ses pattes avant et en poussant avec ses jambes arrière. Il peut tomber d'un arbre d'une hauteur jusqu'à environ 4.5 mètres et semble peu perturbé.

L'ours noir a une mauvaise vision, mais son sens de l'ouïe et de l'odorat est très bien développé. Dans de bonnes conditions atmosphériques, l'ours peut détecter la charogne ou de la chair d'animaux morts, qu'il récupère.

Figure A-9 L'ours noir

<p>L'OURS GRIZZLY</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 145)</i></p>	<p>LES HABITATS DE L'OURS GRIZZLY</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 144)</i></p>	<p>LES PISTES DE L'OURS GRIZZLY</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 144)</i></p>

L'ours grizzly (aussi connu comme l'ours brun) est le deuxième plus gros carnivore terrestre Nord américain ou mangeur de viande. Il a une bosse dorsale saillante au-dessus des épaules, formée par les muscles de ses pattes avant massives. Le grizzly a une face courbée et des griffes avant extrêmement longues. Sa couleur varie de presque blanc ou ivoire à jaune ou noir. Généralement, le grizzly a une fourrure pâle ou grisâtre sur la tête et les épaules, un corps foncé et même des pieds et des pattes plus foncés. Un mâle adulte moyen pèse entre 270 à 360 kilogrammes (600 à 800 livres), tandis qu'une femelle adulte moyenne pèse environ 135 kilogrammes (300 livres).

Le grizzly est un animal solitaire. Son domaine vital varie en grandeur, mais est habituellement de 200 à 600 km² pour les femelles et de 900 à 1800 km² pour les mâles. Généralement, plus la nourriture est abondante, plus le domaine vital est petit. Des dispositifs scientifiques ont démontré que les mâles grizzly se déplacent parfois à plus de 250 kilomètres, en ligne directe, au cours d'une année. Ils ont aussi démontré que l'ours, qui a été relocalisé après être devenu dépendant des déchets, retourne sur des distances de plus de 100 kilomètres à un dépotoir où il a appris à se nourrir auparavant.

Bien qu'il soit considéré être un mangeur de viande, le grizzly est généralement omnivore – il mange une grande variété de nourriture. Les plantes comprennent jusqu'à 80 à 90 pour cent de sa nourriture. Le grizzly se nourrit de mammifères et de saumons migrateurs, où ils sont disponibles, mais en général il dépend des plantes pour sa nourriture.

Contrairement à l'ours noir, l'ours grizzly ne s'est pas bien adapté face à la civilisation. Son sens vif d'espace personnel et sa déprédation occasionnelle de récoltes et de bétail a mis ce fier animal en conflit avec les gens, inévitablement à la perte du grizzly. Aujourd'hui, son territoire total en Amérique du Nord est réduit de plus de la moitié, pendant que l'ours noir a gardé le sien.

Un grizzly recherche rarement le trouble. Sa taille lui permet d'éviter à se batailler avec d'autres animaux et, dans la mesure du possible, un grizzly évite le contact avec les personnes. Le grizzly n'est pas aussi tenace autour des dépotoirs à déchets que l'ours noir, mais parfois son goût des déchets peut créer des problèmes. S'il est surpris à distance rapprochée, un grizzly peut se défendre avec férocité pour ses jeunes et son territoire.

Le grizzly est un vrai animal de milieu sauvage et peut survivre seulement dans les régions relativement non perturbées. Les personnes sont la menace la plus grande pour le grizzly. Le plus grand impact dont souffre le grizzly n'est pas la chasse mais bien l'augmentation continue de la population humaine et la détérioration de son habitat naturel.

Figure A-10 L'ours grizzly

		 AVANT ENVIRON 12 cm DE LONG ARRIÈRE ENVIRON 20 cm DE LONG
<p>L'OURS POLAIRE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 147)</i></p>	<p>LES HABITATS DE L'OURS POLAIRE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 146)</i></p>	<p>LES PISTES DE L'OURS POLAIRE</p> <p><i>National Wildlife Federation, 2005, eNature - Polar Bear. Extrait le 22 mars 2007 du site http://www.enature.com/fieldguides/detail.asp?shapeID=1026&curGroupID=5&lgfromWhere=&curPageNum=4&viewType=tracks</i></p>

L'ours polaire est le plus grand carnivore terrestre ou mangeur de viande. Le manteau blanc de l'ours polaire apparaît souvent crème ou jaune contre la glace arctique. Le mâle adulte mesure de 240 à 260 centimètres de longueur au total et pèse habituellement de 400 à 600 kilogrammes (880 à 1320 livres); cependant, il peut peser autant que 800 kilogrammes (1760 livres) – environ le poids d'une petite automobile. La femelle adulte est environ la moitié de la taille du mâle. L'ours polaire a un long corps, cou et crâne. Il a de grandes dents canines et la table dentaire de ses dents jugales est dentelée, ce qui est une adaptation au régime d'alimentation de carnivore. Les griffes de l'ours polaire sont de couleur brunâtre, courtes, relativement droites, acérées pointues et non-rétractables.

L'ours polaire préfère les régions de glace, qu'il utilise comme plate-forme de chasse et couverture protectrice, combinée avec des amoncellements de neige, des fissures recongelées et des secteurs d'eau libre entourés de glace. Cette préférence d'habitat est étroitement liée à la présence de sa nourriture préférée, les phoques annelés. Il est superbement adapté à son environnement arctique. Son manteau d'hiver épais, avec ses jarres lustrés et son pelage dense et la couche épaisse de graisse sous la peau le protègent contre le froid. Les jarres perdent l'eau facilement, de sorte qu'après que l'ours a nagé, il peut se secouer comme un chien pour diminuer le refroidissement et accélérer le processus de séchage. La couleur blanche de l'ours polaire sert aussi comme camouflage.

Le rythme normal de l'ours est une marche lente et lourde d'environ 5 à 6 kilomètres à l'heure. Il peut galoper s'il est poursuivi, mais il ne peut pas courir pour de longues périodes. Lorsqu'il chasse, l'ours polaire compte principalement sur son sens de l'odorat. Il peut détecter les trous de respiration du phoque couverts par des couches de glace et de neige de 90 centimètres ou plus d'épaisseur et sur une distance de un kilomètre. L'ours polaire est un excellent nageur, en utilisant ses grandes pattes avant comme de puissants avirons, pendant que ses pattes arrière traînent en arrière et agissent comme des gouvernails. Il garde ses yeux ouverts sous l'eau. Un ours polaire peut demeurer sous la surface pendant plus d'une minute.

Normalement, l'ours polaire n'attaque pas les humains, excepté pour protéger ses oursons ou lorsqu'il est affamé.

Bien que l'ours polaire ne soit pas en danger immédiat d'extinction, il fait face aux menaces communes de tous les grands prédateurs : la violation de son habitat par les humains, la chasse illégale et la présence de contaminants chimiques dans ses proies. Une nouvelle menace semble être le réchauffement global ou le changement climatique, qui affecte l'habitat de l'ours polaire en réduisant la couverture totale de glace dans l'Arctique, l'amincissement du bloc de glace du bassin polaire central et le changement du temps de congélation et la séparation dans les régions plus au Sud, telle que la Baie Hudson.

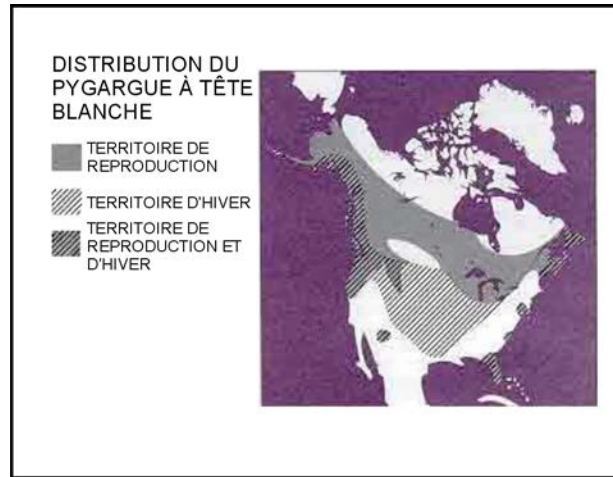
L'ours polaire a été désigné comme une espèce préoccupante au Canada en raison des caractéristiques qui la rendent particulièrement sensible aux activités humaines et aux événements naturels.

Figure A-11 L'ours polaire
M221.03A-11



LE PYGARGUE À TÊTE BLANCHE

Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who Hinterland Who's Who - Bird Fact Sheets. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=27&cid=0>



LES HABITATS DU PYGARGUE À TÊTE BLANCHE

Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who Hinterland Who's Who - Bird Fact Sheets. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=27&cid=0>

Le pygargue à tête blanche est le plus grand oiseau de proie du Canada. Une des 59 espèces d'aigles dans le monde, le pygargue à tête blanche est un de deux aigles en Amérique du Nord (l'autre est l'aigle royal). Il est le seul aigle que l'on retrouve exclusivement en Amérique du Nord.

Le pygargue à tête blanche est un oiseau énorme. Il a une envergure d'aile d'environ deux mètres. Quand il est perché, un pygargue à tête blanche à pleine maturité mesure environ 76 centimètres de hauteur. Ce n'est pas inhabituel pour un pygargue à tête blanche de peser plus de sept kilogrammes. En moyenne, la femelle est plus grande que le mâle et le juvénile est plus grand mais son poids est plus léger que l'adulte du même sexe.

Un adulte a un corps brun foncé (presque noir) qui fait beaucoup contraste avec les plumes blanches sur la tête et la queue et le bec jaune, les yeux et les pattes. Un jeune pygargue à tête blanche prend quatre ou cinq ans pour atteindre cette coloration distincte.




Le pygargue à tête blanche peut voir trois ou quatre fois plus loin que la plupart des gens, ce qui est un immense avantage pour un oiseau qui chasse. Il a un sens de l'ouïe suffisant mais ses sens du goût et de l'odorat sont faiblement développés.

Le pygargue à tête blanche s'alimente principalement de poissons, d'oiseaux aquatiques et de mammifères, qu'il peut prendre vivants ou trouver morts. La majorité de la nourriture vivante consommée consiste en animaux malades ou de ceux qui ont été blessés par les chasseurs. Pour tuer et manipuler leur proie, le pygargue à tête blanche a un bec massif, de grandes serres et des pieds surdimensionnés avec de petites protubérances épineuses nommées spicules. Il prend la nourriture de toutes les façons qu'il peut, en volant des autres oiseaux, en récupérant la chair morte et en chassant en vol, d'un perchoir, au sol ou dans l'eau peu profonde. Parfois, il s'alimente en groupes, mais rarement coopère lorsqu'il chasse. En général, il est plus probable que l'adulte chasse et tue, tandis que l'oiseau plus jeune dépend de la récupération et du vol.

Les populations canadiennes de pygargues à tête blanche sont pour l'instant relativement stables, bien que la situation varie selon la région. En ce moment, les populations côtières de la Colombie-Britannique, la forêt boréale et les provinces de l'Atlantique vont bien. Les populations locales dans le Sud de l'Ontario et le Nouveau-Brunswick, ainsi que dans les 48 états plus bas des États-Unis, sont menacées.

Si le taux de mortalité continue à augmenter, la croissance de la population ralentira. Cependant, si des habitats convenables demeurent disponibles et qu'on garde la perturbation humaine au minimum, on profitera de ce magnifique oiseau planeur pendant de nombreuses années.

Figure A-12 La pygargue à tête blanche

		 <p>ENVIRON 9 cm DE LONG</p>
LE COUGUAR	LES HABITATS DU COUGUAR	LA PISTE DU COUGUAR
<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 137)</i>	<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 136)</i>	<i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 136)</i>

Au Canada, le couguar, le lion de montagne, le puma et la panthère sont tous de la même espèce. Comme tous les chats, le couguar a un corps musculaire, à poitrine profonde, avec une tête ronde et courte. Ses moustaches sont très développées et ses yeux sont grands. La caractéristique la plus distincte du couguar est sa longue queue, qui est utile pour l'équilibre.

Le couguar varie considérablement en grandeur et en poids dans l'ensemble de son territoire. Un couguar adulte pèse environ 1.4 fois plus que la femelle. Un couguar mâle moyen pèse environ 70 kilogrammes (155 livres); et environ 40 kilogrammes (88 livres) pour une femelle. Les couleurs varient d'un orange rougeâtre ou orange gris au brun chocolat foncé. Le couguar a du noir sur les pointes de ses oreilles et des marques noires sur sa face. Un chaton couguar est taché à la naissance, mais les tâches disparaissent avant sa première année. Le couguar a un cou très long et des mâchoires musclées avec de longues dents canines.

Le couguar vit dans une grande variété de végétation. La couverture, sous la forme de végétation et d'un paysage irrégulier, est important pour le couguar. Même si son domaine vital chevauche celui des autres, les couguars s'évitent l'un de l'autre. L'adulte, des deux sexes, se déplace seul, à l'exception de la période d'accouplement ou lorsque la femelle est accompagnée par ses chatons. Du fait que le couguar se situe au haut de la chaîne alimentaire, les populations de couguars en santé sont de bons indicateurs d'écosystèmes sains et équilibrés.

Comme tous les chats, le couguar chasse plus par la vue et l'ouïe que par l'odorat. Il traque sa proie à une distance de deux ou trois grands bonds et ensuite s'élanche à la vitesse de l'éclair dans une charge qui se termine quand le couguar frappe la proie avec l'impact complet de la charge l'amenant au sol. Le couguar chasse le chevreuil, le wapiti et les petits des orignaux. Il chasse aussi les petits mammifères tels que les porcs-épics, les castors, les coyotes, les lièvres d'Amérique, les musaraignes et les oiseaux. D'ordinaire, le couguar tue sa propre nourriture. Il est rare qu'il récupère ou mange des animaux morts.

Aux endroits où il est permis de chasser le couguar, c'est la cause la plus commune de décès. Étant donné que le couguar tue fréquemment une proie plus grosse que lui, il est constamment exposé au danger de blessures sérieuses, qui tôt ou tard est coûteux. Le couguar a virtuellement disparu dans l'Est. Heureusement, un milieu sauvage suffisant est disponible dans l'Ouest et a permis au couguar de survivre.

Figure A-13 Le couguar




		 <table border="0"><tr><td data-bbox="1016 562 1198 659">AVANT ENVIRON 7 cm DE LONG 7.6 cm DE LARGE</td><td data-bbox="1230 562 1409 659">ARRIÈRE ENVIRON 17 cm DE LONG 13 cm DE LARGE</td></tr></table>	AVANT ENVIRON 7 cm DE LONG 7.6 cm DE LARGE	ARRIÈRE ENVIRON 17 cm DE LONG 13 cm DE LARGE
AVANT ENVIRON 7 cm DE LONG 7.6 cm DE LARGE	ARRIÈRE ENVIRON 17 cm DE LONG 13 cm DE LARGE			
<p>LE CASTOR</p> <p><i>Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who. Hinterland Who's Who - Mammal Fact Sheets. Extrait le 25 avril 2007 du site http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=102&cid=0</i></p>	<p>LES HABITATS DU CASTOR</p> <p><i>Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who. Hinterland Who's Who - Mammal Fact Sheets. Extrait le 25 avril 2007 du site http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=102&cid=0</i></p>	<p>LES PISTES DU CASTOR</p> <p><i>Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who. Hinterland Who's Who - Mammal Fact Sheets. Extrait le 25 avril 2007 du site http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=102&cid=0</i></p>		
<p>Le castor est le plus grand rongeur en Amérique du Nord. Un castor adulte a une queue qui est d'une longueur d'environ 30 centimètres, il pèse de 16 à 32 kilogrammes (35 à 70 livres) et peut mesurer jusqu'à 1.3 mètre de longueur. Le castor est normalement brun et très rond et compact. Il est très lent sur terre mais un excellent nageur. Il peut nager environ 7 kilomètres à l'heure s'il est affolé. Le castor a de très grands pieds arrière, qui l'aident à nager. Il peut utiliser ses pattes pour transporter des bâtons, des pierres et de la boue. Ses pattes lui aident beaucoup pour la construction.</p> <p>Le castor se retrouve communément dans les régions forestières où il y a de l'eau. Il passe la majorité de sa vie à couper du bois. Un castor peut couper une moyenne de 216 arbres par année. Il peut couper un arbre d'un diamètre de 40 centimètres! Un seul castor coupe habituellement un arbre, mais parfois deux travaillent à couper un gros arbre. En hiver, le castor se nourrit principalement de bâtons. Il transfère d'un régime d'alimentation de bois à herbivore au printemps et de nouvelles pousses apparaissent. En été, le castor mange de l'herbe, des herbes, des feuilles de plantes de bois, des fruits et des plantes aquatiques.</p> <p>Le castor est un excellent constructeur. Sa structure la plus connue, le barrage, est seulement bâtie par le castor qui a besoin d'élargir son habitat sous l'eau qui lui sera ouvert l'hiver. Le barrage crée un étang profond qui ne gèle pas au fond, qui fournit l'entreposage pour la nourriture pendant l'hiver et l'accès sous l'eau sécuritaire des prédateurs à longueur d'année.</p> <p>La queue du castor a une utilisation importante dans l'eau et sur la terre. Elle peut mesurer 30 centimètres de longueur, jusqu'à 18 centimètres de largeur et 4 centimètres d'épaisseur. Elle est couverte avec des écailles d'apparence de cuir et de gros poils et elle est très musculaire. Le castor utilise sa queue comme un gouvernail dans l'eau. Elle sert aussi de contrepoids et de soutien quand il marche sur ses jambes arrière quand il transporte des matériaux pour bâtir comme de la boue, des pierres ou des branches avec ses pattes avant.</p> <p>Le castor est chassé par le loup, le coyote, l'ours, le lynx et le carcajou quand il cherche de la nourriture sur la rive ou qu'il se déplace sur la terre.</p> <p>Le castor a eu une grande influence dans l'histoire du Canada. Les Canadiens célèbrent maintenant le castor comme un symbole national sur les timbres, la monnaie et les emblèmes. Il existe aussi des centaines de lacs, de villes, de rivières et de montagnes canadiennes qui portent le nom de ce grand rongeur.</p>				

Figure A-14 Le castor

		 <p>ENVIRON 7 cm DE LONG</p>
<p>LE COYOTE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 129)</i></p>	<p>LES HABITATS DU COYOTE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 128)</i></p>	<p>LA PISTE DU COYOTE</p> <p><i>Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 128)</i></p>

Le coyote est plus mince et plus petit que le loup. Le mâle habituellement pèse de 20 à 50 livres (de 9 à 23 kilogrammes), a une longueur globale de 120 à 150 centimètres (avec une queue de 30 à 40 centimètres), et est haut de 58 à 66 centimètres aux épaules. Habituellement la femelle est légèrement plus petite. Le coyote peut varier en couleur, du gris à un brun rougeâtre et ses oreilles sont larges, pointues et dressées. Il a un museau en pointe et un nez noir. Contrairement à la plupart des chiens, le dessus du museau du coyote forme une ligne presque continue avec le front. Le coyote a des yeux jaunes, légèrement en angle avec des pupilles rondes noires.

Le coyote vit dans une variété d'habitats. On le retrouvait originalement dans les prairies, toutefois, son territoire s'est étendu depuis jusqu'au nord de la forêt boréale, à l'ouest des montagnes et à l'est des provinces de l'Atlantique. Récemment, le coyote a été trouvé à l'ouest de Terre-Neuve, selon toute apparence, il aurait traversé sur la glace de la Nouvelle-Écosse. Le coyote varie dans son comportement social. Il peut vivre à deux ou en meutes. Le coyote s'adapte très bien et est également à l'aise pour vivre dans les banlieues des villes comme dans des aires naturelles.

Le coyote est principalement un mangeur de chair mais mange presque tout ce qui est disponible. Un coyote mange des chevreuils, des moutons, des lapins, des lièvres, des rongeurs, des insectes, des bleuets et d'autres fruits sauvages. Où le coyote et le loup co-existe, le coyote récupère les proies du loup. Habituellement, un coyote seul chasse les petites proies, mais une grande proie est chassée normalement en groupe.

Tout comme le loup, le trait mieux connu du coyote est son glapissement et son hurlement, qui est une séquence de hurlements aigus qui percent les oreilles. Ses hurlements sont une forme de communication. Le coyote peut aussi aboyer, grogner, faire des cris plaintifs et des crissements. Le coyote est souvent silencieux durant la journée et on peut l'entendre en tout temps du coucher du soleil jusqu'au lever du soleil. Le hurlement d'un coyote déclenche habituellement le hurlement des autres. Deux hurlements à l'unisson peuvent créer l'illusion d'une douzaine ou plus.

Le coyote a un fantastique sens de l'odorat et de l'ouïe. Un bruit soudain ou une odeur peut le faire changer de parcours à mi-pas.

Le coyote est connu pour avoir des croisements avec les loups et les chiens domestiques. On voit parfois ces hybrides « coyo-chiens », particulièrement près des villes.

Figure A-15 Le coyote



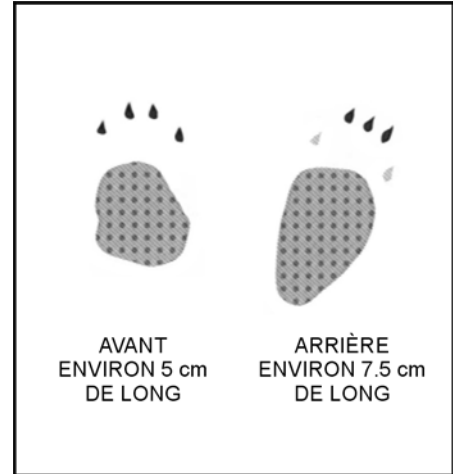
LE PORC-ÉPIC

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 108)



LES HABITATS DU PORC-ÉPIC

Canadian Wildlife Service & Canadian Wildlife Federation. 2003. Hinterland Who's Who. Hinterland Who's Who - Mammal Fact Sheets. Extrait le 25 avril 2007 du site <http://www.hww.ca/hww2p.asp?id=102&cid=0>



LES PISTES DU PORC-ÉPIC

Bowers, N., Bowers, R., et Kaufman, K., Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (p. 108)

Le porc-épic a une face avec un nez plat et court, et de petits yeux. Ses oreilles sont petites et rondes, presque camouflées par ses poils. Le porc-épic a une bosse dorsale et de courtes jambes. Il est le deuxième plus grand rongeur du Canada, après le castor. Le mâle adulte atteint un poids moyen de 12 livres (5.5 kilogrammes) à l'âge de six ans, tandis que la femelle atteint environ 10 livres (4.5 kilogrammes). Sa longueur totale mesure en moyenne de 68 à 100 centimètres et sa hauteur aux épaules est environ 30 centimètres. Le porc-épic a un pelage composé d'un sous-poil brun, doux et laineux et de jarres grossiers longs. À la base, chaque jarre est brun et devient plus foncé près de la pointe. La pointe peut être de couleur différente dans différents endroits – blanc dans les régions de l'Est et jaune dans les régions de l'Ouest.

On retrouve le porc-épic dans la plupart des régions et il passe la majorité de l'hiver dans une tanière. Le porc-épic se nourrit en grande partie de l'intérieur des arbres en hiver ainsi que d'une variété de plantes. Une des habitudes alimentaires la plus connue et la moins aimée est celle de mâcher du bois et du cuir dans et autour des campements. Quand les objets faits par les humains ne sont pas disponibles, le porc-épic mâche des os et des bois tombés.

Les piquants sur la face du porc-épic sont d'une longueur d'environ 1.2 centimètre; sur le dos, ils peuvent être d'une longueur de 12.5 centimètres. Il n'y a pas de piquants sur le museau, les jambes ou les parties dessous le corps. Ces piquants sont creux et sont encastrés dans la peau. Quand il est effrayé, un petit muscle qui est attaché à chaque piquant le fait monter tout droit dans la fourrure. À environ 0.6 centimètre de la pointe, le piquant rétrécit en une fine pointe qui est couverte par plusieurs douzaines de petites arêtes noires. Les arêtes semblent rugueuses au toucher, mais quand elles sont humides (comme elles deviennent quand elles sont encastrées dans la chair), elles enflent et font entrer les piquants plus profondément. On estime que le porc-épic a plus de 30 000 piquants. Quand le porc-épic perd ses piquants, ils sont remplacés par de nouveaux piquants, qui sont blancs et aiguisés et restent fermement ancrés dans la peau jusqu'à ce qu'ils soient à pleine maturité. Quand il sent le danger, le porc-épic essaye d'abord de s'enfuir. Quand la fuite n'est pas une option le porc-épic courbe son dos et se rentre la tête entre les épaules. Quand tous les piquants sont dressés, il pivote sur ses pattes avant, en gardant son dos à l'ennemi. Comme les pattes arrière piétinent autour, la queue se balance de gauche à droite. L'impulsion de la queue détache les piquants lâches, qui s'envolent dans l'air donnant l'impression qu'ils sont lancés.

Les piquants du porc-épic ont été trouvés encastrés dans plusieurs prédateurs y compris le coyote, le couguar, le lynx roux, le renard roux, le lynx, l'ours et le loup. Quelques prédateurs plus expérimentés ont appris à éviter les piquants et tuent le porc-épic en mordant sa tête ou en le renversant et en exposant son ventre non protégé. Myope et lent à se déplacer, le porc-épic est souvent victime des feux de forêts et d'accidents sur les autoroutes.

Figure A-16 Le porc-épic

PROVINCES ET TERRITOIRES

FEUILLE DE TRAVAIL SUR LA FAUNE

NOM DE L'ANIMAL SAUVAGE :

DESCRIPTION GÉNÉRALE :

HABITAT:

RÉGIME ALIMENTAIRE :

CARACTÉRISTIQUES UNIQUES :

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM M221.04 – DONNER LES PREMIERS SOINS DE BASE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE1 à PE2 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et démontrer les compétences que le cadet doit acquérir.

La méthode d'instruction par exécution a été choisie pour le PE3 parce qu'elle donne aux cadets l'occasion de pratiquer les premiers soins de base sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit donner les premiers soins de base pour des plaies mineures et des brûlures du premier degré.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables de traiter les plaies mineures et les brûlures du premier degré en campagne. L'instruction sur les premiers soins de base fournit aux cadets les connaissances et les compétences de base qui, si elles sont appliquées correctement, peuvent prévenir d'autres blessures et de l'inconfort au blessé.



Savoir quoi faire est important pendant une situation de premiers soins. Cependant, les cadets doivent avoir recours à un secouriste qualifié lorsqu'une blessure survient.

Point d'enseignement 1

Identifier et traiter les plaies mineures

Durée : 5 min

Méthode : Démonstration

PLAIES MINEURES

Les plaies mineures sont celles qui n'ont pas de saignement grave. Les plaies saignantes peuvent être internes (à l'intérieur du corps) ou externes (à l'extérieur du corps). Certaines plaies saignantes communes sont :

- les éraflures et les écorchures; et
- les coupures.

La plupart des plaies saignantes externes peuvent être graves. Il y a toujours un risque d'infection quand la couche superficielle de la peau est brisée. Savoir comment identifier et traiter les plaies mineures est essentiel pour réduire le risque d'infection ou d'aggravation.

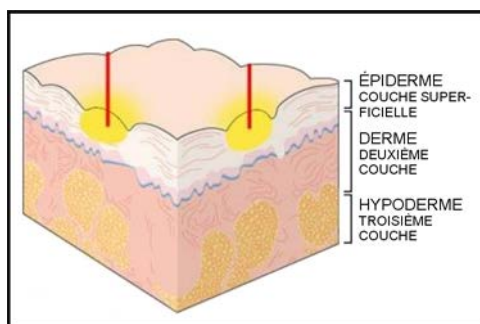


Figure 1 Couches de la peau

Irishhealth.com. Extrait le 17 mars 2007 du site <http://irishhealth.com/indez.html?level=4&con=467>

Éraflures et écorchures

Les éraflures sont localisées sur la couche superficielle de la peau. Elles surviennent quand la peau est éraflée ou enlevée en raison de la friction, elles sont souvent douloureuses. La peau peut saigner de petite quantité de sang.

Coupures

Les coupures sont des brisures sur la première ou la deuxième couche de la peau. Il y a souvent un peu de saignement qui survient.



Figure 2 Écorchure de la jambe

TheFatManWalking.com. Extrait le 6 mars 2007 du site <http://www.thefatmanwalking.com/page/65492/?jsessionid=mni5xlvd9>

TRAITEMENT DES PLAIES MINEURES

Les soins d'urgence pour traiter les plaies mineures ont trois objectifs de base :

- contrôler le saignement;
- prévenir d'autre blessure; et
- réduire le risque d'infection.



Un cadet devrait aider avec la démonstration des principes de nettoyage et de traitement d'une plaie.

Suivre les principes énumérés ci-dessous lors du nettoyage et du traitement d'une plaie mineure pour prévenir l'infection.

1. Se laver les mains avec du savon et de l'eau et mettre des gants, si disponibles.
2. Ne pas tousser ou respirer directement sur la plaie.
3. Exposer entièrement la plaie, sans y toucher.
4. Laver doucement les impuretés de la surface de la plaie. Laver et sécher la peau autour de la blessure avec un pansement propre, nettoyer la plaie avec un gaze propre en essuyant du centre jusqu'au bord de la plaie. (Une crème antibiotique peut être utilisée sur des plaies et des éraflures superficielles).
5. Couvrir la plaie rapidement avec un pansement stérilisé.
6. Fixer au moyen de ruban adhésif le pansement en place.
7. Enlever et jeter les gants et se laver les mains et toute autre partie de la peau qui peut avoir été en contact avec le sang de la victime.



Figure 3 Laver une plaie

Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm



Figure 4 Panser et enrubanner la plaie

Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quelle couche de la peau peut être affectée par une plaie mineure?
- Q2. Quelle est la première chose à faire avant le traitement d'une plaie mineure?
- Q3. Quel mouvement doit-on utiliser, quand on lave la plaie?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'épiderme ou la couche superficielle peut être affectée par une plaie mineure.
- R2. Se laver les mains avec du savon et mettre des gants.
- R3. Essuyer à partir du centre de plaie jusqu'au bord de la plaie.

Point d'enseignement 2**Identifier les types de brûlures et traiter les brûlures du premier degré**

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration

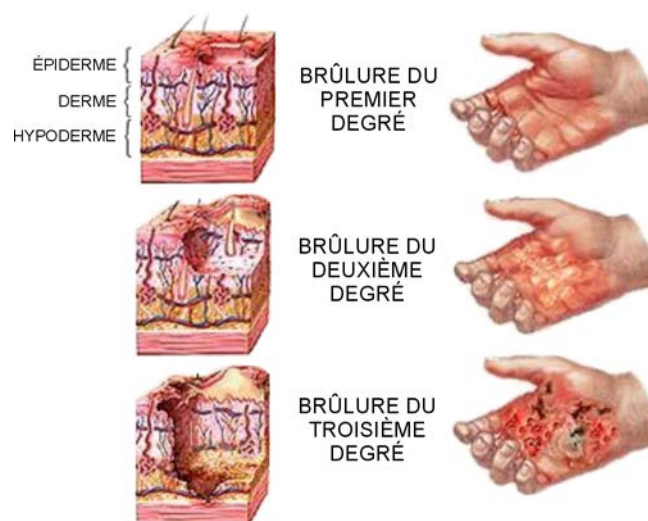
TYPES DE BRÛLURES

Figure 5 Types de brûlures

Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm



Demander aux cadets de d'énumérer des signes et des symptômes des différents types de brûlures.

Brûlures du premier degré

Ces brûlures sont aussi appelées des brûlures superficielles et affectent seulement la couche supérieure de la peau. Les liquides chauds et le soleil en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du premier degré comprennent :

- une peau rosâtre-rougeâtre;
- une légère enflure;
- une douleur faible à modérée de la zone; et
- une peau sèche et endolorie.



Figure 6 Brûlure du premier degré

Trip Report-World Championship in Japan. Extrait le 17 mars 2007 du site http://homepages.paradise.net.nz/mischief/cp_japan_trip_report.html



Les cadets qui ont eu un coup de soleil ont eu une brûlure du premier degré.

Brûlures du deuxième degré

Ces brûlures affectent la deuxième couche de la peau. Les liquides chauds, le soleil, les produits chimiques et le feu en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du deuxième degré comprennent :

- une peau humide et à vif;
- une peau colorée qui peut varier de blanche à rouge cerise;
- des ampoules contenant du liquide clair; et
- une douleur extrême dans cette zone.



Figure 7 Brûlure du deuxième degré

Sickkids.ca. Extrait le 6 mars 2007 du site <http://www.sickkids.ca/plasticsurgery/section.asp?s=Burns&slD=4489&ss>About+Burns&ssID=4496>

Brûlures du troisième degré

Ces brûlures affectent la troisième couche de la peau et peuvent s'étendre jusqu'au muscle. Le contact avec des sources de chaleur extrême (p. ex. des liquides et solides chauds, une flamme directe, des produits chimiques) et l'électricité en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du troisième degré comprennent :

- une peau sèche et comme du cuir;
- une peau de couleur blanche nacré; tannée, grise ou noire carbonisée;
- les vaisseaux sanguins ou les os peuvent être visibles;
- un peu ou aucune douleur (les nerfs sont détruits);
- des problèmes de respiration; et
- un état de choc.



Figure 8 Brûlure du troisième degré

Sickkids.ca. Extrait le 6 mars 2007 du site <http://www.sickkids.ca/plasticsurgery/section.asp?s=Burns&slD=4489&ss>About+Burns&ssID=4496>

TRAITEMENT DES BRÛLURES DU PREMIER DEGRÉ



Il faut amener toutes les victimes de brûlures immédiatement à un secouriste qualifié.

Un cadet devrait aider avec la démonstration des principes de nettoyage et de traitement d'une brûlure.

Brûlures de chaleur

Ces brûlures sont les types de brûlures les plus communs et sont causés par des sources de chaleur telles que les flammes des réchauds, des fanaux et des feux. Une échaudure est une brûlure de chaleur causée par du liquide chaud ou de la vapeur.

Pour traiter une brûlure de chaleur :

1. Immerger la brûlure dans l'eau fraîche (si ce n'est pas possible, rincer la brûlure à l'eau fraîche et couvrir avec un linge propre et humide).
2. Laisser refroidir la brûlure jusqu'à ce que la douleur soit réduite.
3. Éviter la zone affectée.

4. Quand la douleur a été réduite, couvrir la brûlure avec un pansement propre et exempt de peluche.
5. Obtenir de l'aide médicale, au besoin.



Figure 9 Refroidir la brûlure

Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100213_1.htm



Figure 10 Panser la brûlure

Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100213_1.htm

Coups de soleil. Ces brûlures sont aussi appelées brûlures par irradiation. Les coups de soleil sont causés par une surexposition à la lumière du soleil et peuvent être prévenus en portant un écran solaire avec un facteur élevé de protection solaire (FPS), des manches longues et des chapeaux à large rebord. Les coups de soleil varient de légers à grave.



FPS indique la période qu'une personne peut être exposée à la lumière du soleil en utilisant un écran solaire avant d'avoir un coup de soleil. Par exemple, une personne qui devrait normalement brûler après 12 minutes au soleil devrait s'attendre à brûler après 120 minutes si elle est protégée par un écran solaire avec un FPS 10.

Plus le FPS est élevé, plus de protection un écran solaire offre contre les rayons ultraviolets (UV).

Pour traiter un léger coup de soleil :

- chercher l'ombre;
- éponger doucement la zone avec de l'eau fraîche;
- couvrir la zone d'une serviette humide froide;

- répéter au besoin pour réduire la douleur;
- assécher en tapotant la peau;
- appliquer une lotion médicamenteuse pour coup de soleil (onguent); et
- obtenir de l'aide médicale, au besoin.



Il ne faut pas percer les ampoules causées par les coups de soleil.

La fièvre et le vomissement indiquent un coup de soleil grave et il faut obtenir de l'aide médicale immédiatement.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quel est la brûlure du premier degré la plus commune qu'un cadet peut souffrir?
- Q2. Nommez deux signes ou symptômes d'une brûlure du troisième degré.
- Q3. Quel est la première chose à faire dans le cas d'une brûlure de chaleur?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le coup de soleil.
- R2. Une peau sèche, comme du cuir, blanche nacrée, beige, grise ou noire carbonisée; des vaisseaux sanguins ou des os peuvent être visibles; un peu ou aucune douleur (les nerfs sont détruits); des problèmes de respiration et un choc.
- R3. Immerger la brûlure dans l'eau fraîche, rincer la brûlure avec de l'eau fraîche et appliquer un chiffon humide. La brûlure devrait être rafraîchie jusqu'à ce que la douleur soit réduite.

Point d'enseignement 3

Donner les premiers soins de base

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration

ACTIVITÉ

OBJETIVE

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de donner les premiers soins de base sur des plaies et brûlures mineures simulées.

RESSOURCES

- Gaze.
- Gants.
- Ciseaux.
- Pansement stérile.
- Ruban.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en paires.
2. Demander à un cadet de donner les premiers soins dans le cas d'une plaie mineure (bras ou main) et ensuite, demander aux autres cadets de donner les premiers soins dans le cas d'une brûlure (bras ou main).
3. Passer parmi les paires et apporter des corrections au besoin.
4. Une fois l'activité terminée, réviser les procédures pour le traitement d'une plaie mineure et une brûlure du premier degré.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité en classe du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Dans les expéditions, les blessures peuvent survenir rapidement et sans avertissement. La capacité de réagir rapidement en donnant de l'aide sur les lieux aide à réduire le niveau d'inconfort de la personne blessée jusqu'à ce que l'aide médicale soit disponible.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-102 (ISBN 1-894070-56-9) L'Ambulance St-Jean. (2006). *Instruction sur les premiers soins : First on the Scene Student Reference Guide*, Ottawa, ON, St. John Ambulance.

C0-123 L'Ambulance St-Jean Canada. (2004). *Seasonal Safety Tips: September 2004 Be Casual, Not a Casualty*. Extrait le 27 février 2007, du site http://www.sja.ca/English/safety_tips/September.asp.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 5

OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Faire des copies des instructions sur la façon de faire des nœuds qui se trouvent à l'annexe A.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour le PE1 parce qu'il s'agit d'une façon interactive pour donner aux cadets de l'expérience à faire des nœuds. Cette activité contribue au perfectionnement des habiletés et des connaissances à faire des nœuds dans un environnement amusant et stimulant.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE2 et PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et démontrer la façon de faire des nœuds, tout en laissant aux cadets l'occasion de pratiquer comment faire des nœuds sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de lover une corde et de faire les nœuds suivants :

- nœud de chaise;
- nœud de pêcheur;
- nœud de pêcheur double; et
- demi-nœud coulant double.

IMPORTANTANCE

Il est important que les cadets connaissent comment faire des nœuds et comment travailler avec des cordes. 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.

Point d'enseignement 1

Réviser les nœuds d'étoile verte

Durée : 20 min

Méthode : Activité pratique



Consulter l'OCOM M121.03 (A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 3) pour les instructions sur la façon de faire des nœuds.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de réviser la façon de faire des nœuds qui ont été enseignés dans l'étoile verte. Les cadets doivent avoir une bonne connaissance de ces nœuds avant de continuer à d'autres nœuds.

RESSOURCES

- Six bouts de corde pour faire des nœuds (par groupe).
- Six rampes ou manches à balai pour faire des nœuds.
- Feuilles de tableau de papier, tableau au mur ou tableau blanc.
- Un marqueur ou craie.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Il faut choisir un endroit assez grand pour recevoir tout le groupe.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Écrire le nom des nœuds suivants sur une feuille de tableau de papier, tableau au mur ou tableau blanc :
 - un demi-nœud (nœud simple);
 - un nœud plat (nœud droit);
 - nœud en huit;
 - nœud en huit double;
 - un nœud demi-clef à capeler; et
 - un nœud demi-clé.
2. Répartir les cadets en groupes égaux de dix personnes ou moins.

3. À l'intérieur de chaque groupe, jumeler les cadets. S'il y a un nombre impair, il faut jumeler une personne deux fois, de sorte que tout le monde ait un partenaire. Les paires doivent avoir la même main dominante (deux cadets droitiers ou deux cadets gauchers).
4. Tous les cadets doivent se tenir en ligne dans leurs groupes, en faisant face à leur partenaire.
5. Une fois qu'elle reçoit l'instruction de commencer, chaque paire commence à faire les nœuds énumérés (dans l'ordre qu'ils sont inscrits). Chaque cadet ne pourra utiliser que sa main dominante pour faire les nœuds. La paire doit travailler ensemble, chacun utilise seulement une main.
6. La première paire commence à faire les nœuds. Une fois qu'elle a fait le nœud, elle doit le défaire et passer la corde à la prochaine paire dans leur groupe. Dès qu'elle reçoit la corde, la prochaine paire peut commencer à faire le premier nœud. La première paire fait le prochain nœud sur la liste, puis le défait, et passe le bout de la corde et ainsi de suite. Les paires peuvent commencer à faire les nœuds aussitôt qu'elles reçoivent la corde.
7. Une fois que tous les nœuds ont été faits, la paire peut s'asseoir et commencer à encourager le reste de son groupe.



S'il y a un nombre impair de cadets, les cadets qui font partie de deux groupes doivent se placer en avant de la ligne et les autres cadets doivent se placer à l'arrière. Lorsque les premières paires ont terminé, les cadets peuvent se déplacer à l'arrière pour faire l'activité une autre fois.

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.

Point d'enseignement 2

Expliquer les utilisations des nœuds, démontrer comment faire les nœuds et accorder du temps pour les pratiquer

Durée : 50 min

Méthode : Démonstration et exécution



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 A).

Une révision des parties d'une corde, de l'OCOM M121.03 (A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 3) peut être nécessaire avant le début du PE2.

LE 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.

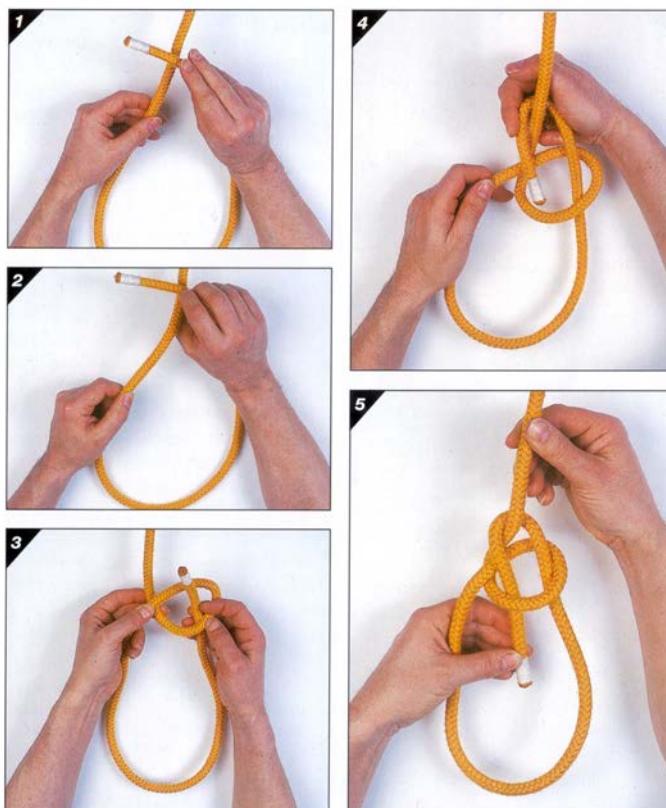


Figure 1 Le nœud de chaise

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 164)

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.

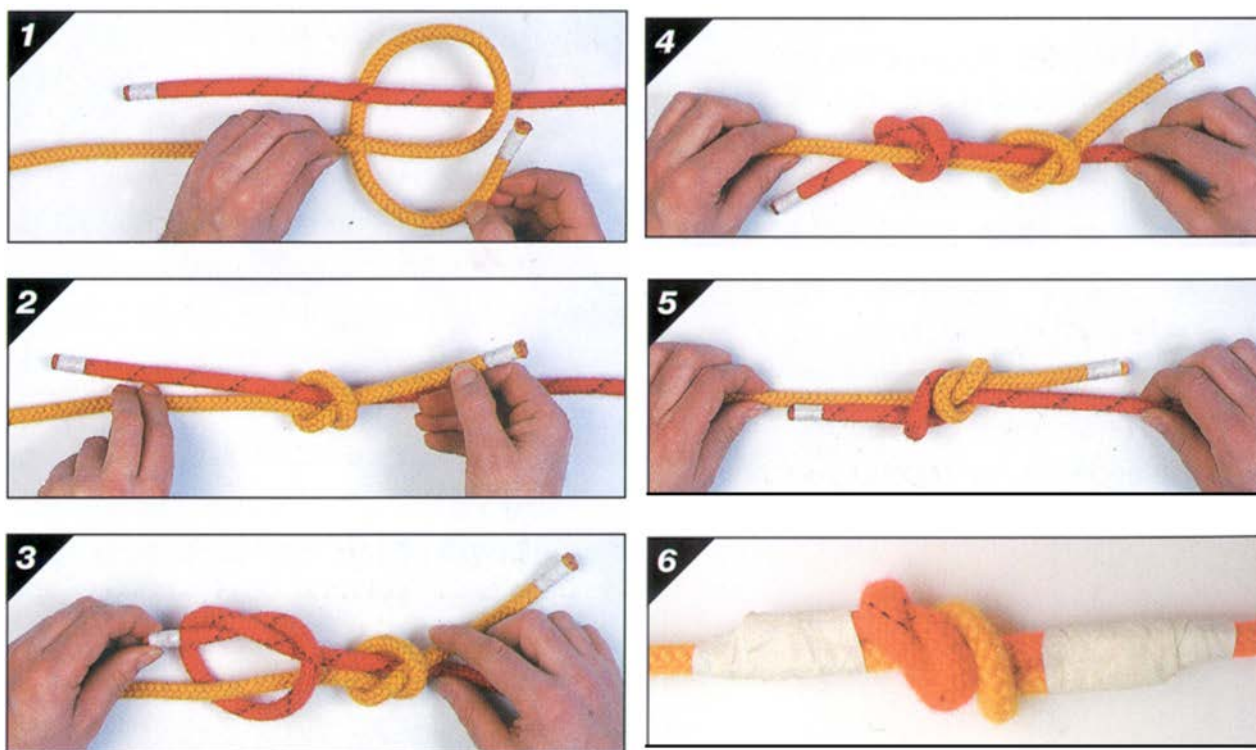


Figure 2 Nœud de pêcheur simple

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 116)

LE NŒUD DE PÊCHEUR DOUBLE

Utilisations. Pour joindre deux bouts de corde ensemble. Il est couramment utilisé par les pêcheurs à la ligne et les grimpeurs. Il est idéal pour les lignes ou des cordes lisses.

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. Avec la première corde, faire un demi-nœud double autour de la deuxième corde.
2. Faire un demi-nœud double autour de la première corde.
3. Tirer fort et glisser ensemble. Les nœuds doivent faire des « X » sur le même côté.

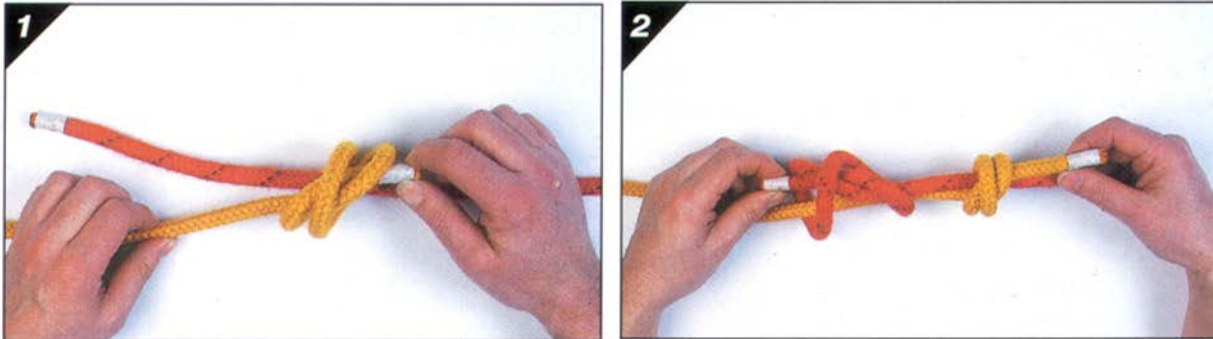


Figure 3 Étapes 1 et 2 – Nœud de pêcheur double

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 117)



Figure 4 Nœud de pêcheur double

40th Fife Scout Troop. Knotting the Thumb Knot. Extrait le 3 mai 2007 du site <http://www.users.zetnet.co.uk/whitelaw/knots/dfish.jpg>

DEMI-NŒUD COULANT DOUBLE

Utilisations. Cette boucle glissante se serre fermement autour d'un objet. Elle est idéale pour fixer rapidement un cordon autour des supports de lunettes ou de lunettes de soleil pour pouvoir les suspendre autour de son cou si on ne les utilise pas.

Procédure

1. Faire une boucle avec un bout libre assez long sur le dessus.
2. Avec les doigts parallèles au dormant, entourer le dormant trois fois.
3. Placer le bout libre vers le bas dans le « tunnel » où sont les doigts.
4. Serrer les tours en tirant sur le bout libre, et ajuster les tours parfaitement ensemble.

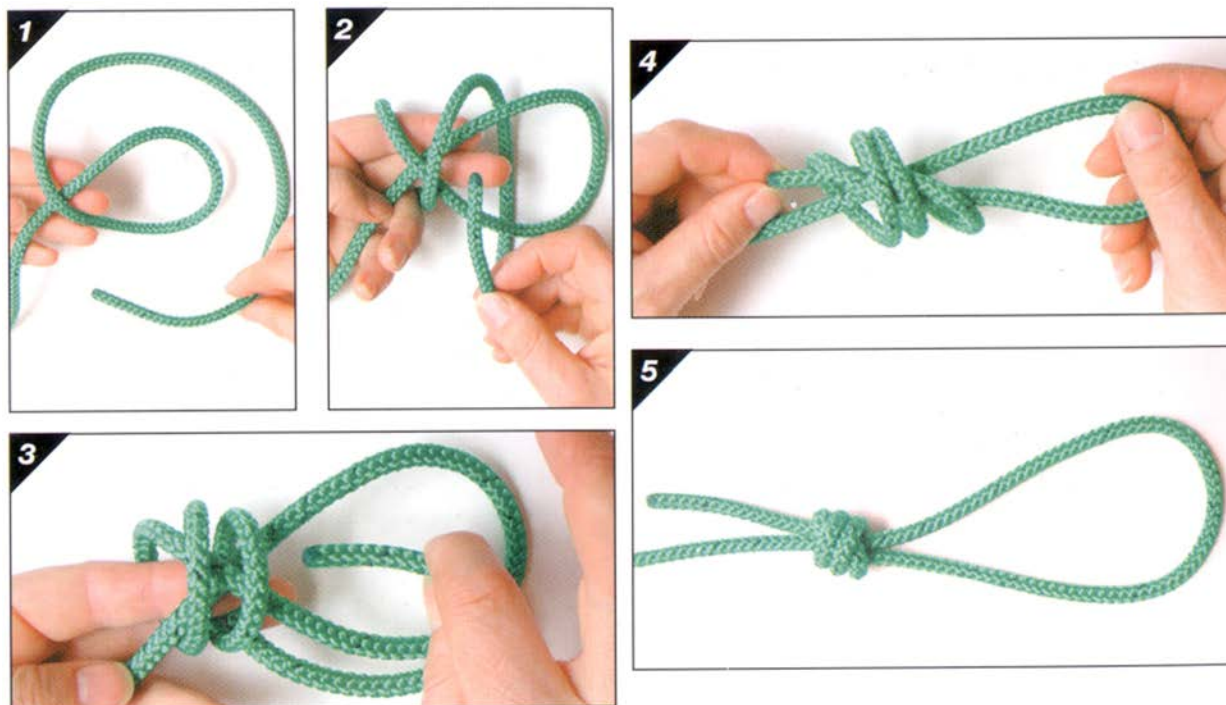


Figure 5 Demi-nœud coulant double

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices. Edison, NJ, Chartwell Books, Inc. (p. 177)



Le même nœud doit être fait à l'autre bout de la corde pour fixer les supports de lunettes ou de lunettes de soleil. Lorsque les deux nœuds sont faits, les nœuds peuvent être facilement ajustés en tirant sur chaque bout jusqu'à la longueur désirée.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

Faire les nœuds suivants :

- nœud de chaise;
- nœud de pêcheur;
- nœud de pêcheur double; et
- demi-nœud coulant double.

Point d'enseignement 3

Expliquer les utilisations de l'enroulement d'une corde, démontrer l'enroulement et accorder du temps pour le pratiquer

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution

ENROULER UNE CORDE

Les cordes doivent toujours être enroulées pour que l'entreposage des cordes soit propre et compact. Autrement, ils deviennent un amas de nœuds et d'emmêlements. Toute corde qui est enroulée doit être propre et prête à être rangée.

Procédure

1. L'enroulement se fera dans le sens horaire; toutefois, cela peut différer pour les gauchers. Passer la main d'enroulement (main dominante) le long de la corde jusqu'à ce que vous ayez une longueur de corde égale au bras.
2. Amener votre main dominante vers la main qui retient la corde et utiliser le pouce et l'index pour enrouler la corde dans la direction de la boucle. De façon générale, un tour de 180 degrés ou 360 degrés est suffisant. Ceci pour éviter que la corde se tordre ou s'enroule dans la boucle.
3. Placer la corde dans la main qui retient. Il ne devrait pas y avoir de tortillements dans la boucle.
4. Répéter les étapes 1. à 3. jusqu'à ce qu'il y ait environ un mètre qui reste.
5. Prendre la dernière longueur de corde et l'enrouler trois ou quatre fois autour des boucles qui avaient été faites.
6. Faire une boucle avec la corde qui reste et la passer à travers la partie supérieure entre les enroulements et les torsades (pas jusqu'au bout).
7. Ouvrir la boucle sur le dessus de l'enroulement.
8. Serrer la boucle en tirant sur le bout. La corde est maintenant enroulée.



Figure 6 Enrouler une corde

Bigon, M. et Regazzoni, G. The Morrow Guide to Knots. NY, Quill/William Morrow (p. 23)

La main dominante agira pour enrouler la corde et la main non dominante tiendra la corde. Avant de commencer, prendre un bout de la corde dans la main non dominante. Laisser le bout tomber d'environ six pouces de la main, vers soi.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à enrouler une corde servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets sur la façon de faire des nœuds et d'enrouler une corde servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

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 faire 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/REMARQUES 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.

INSTRUCTION SUR LA FAÇON DE FAIRE DES NŒUDS

LE 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).

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.

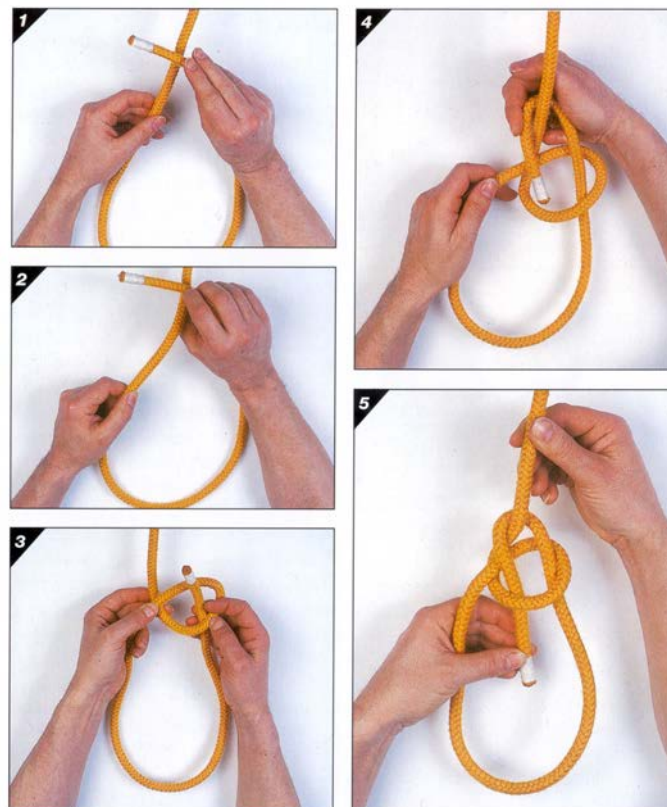


Figure A-1 Le nœud de chaise

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 164)

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.

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.

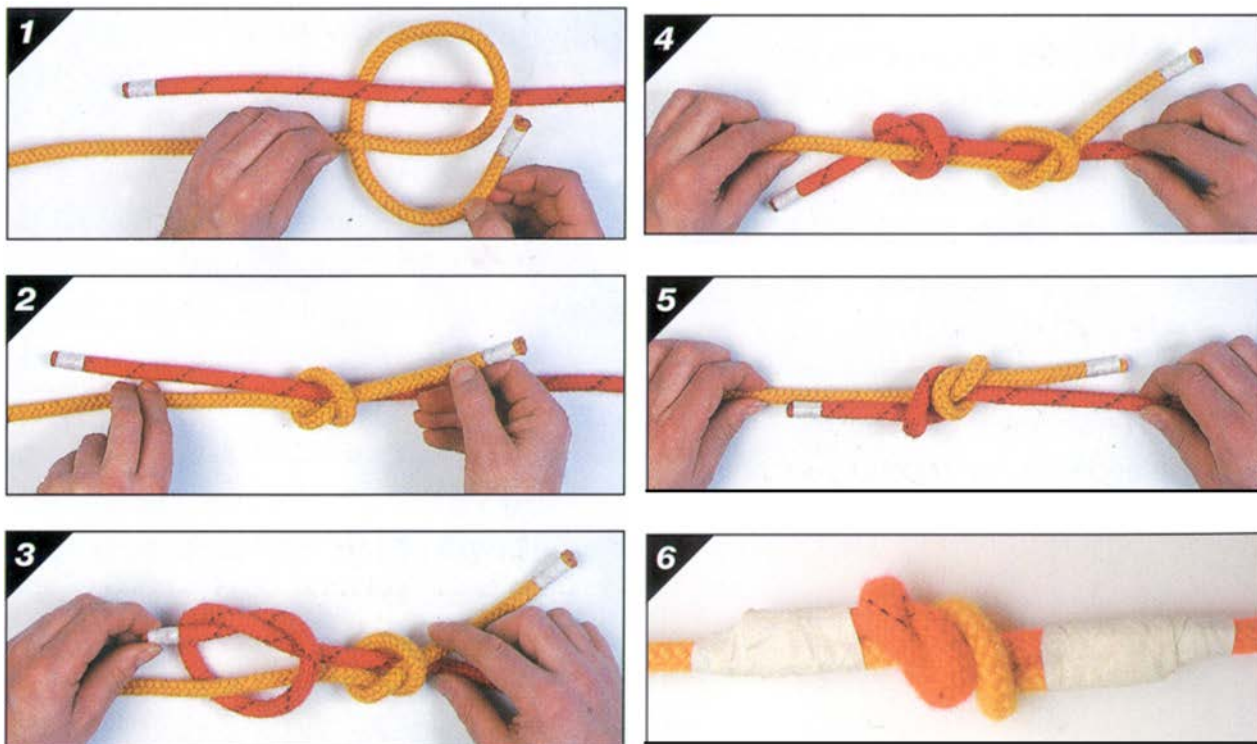


Figure A-2 Nœud de pêcheur

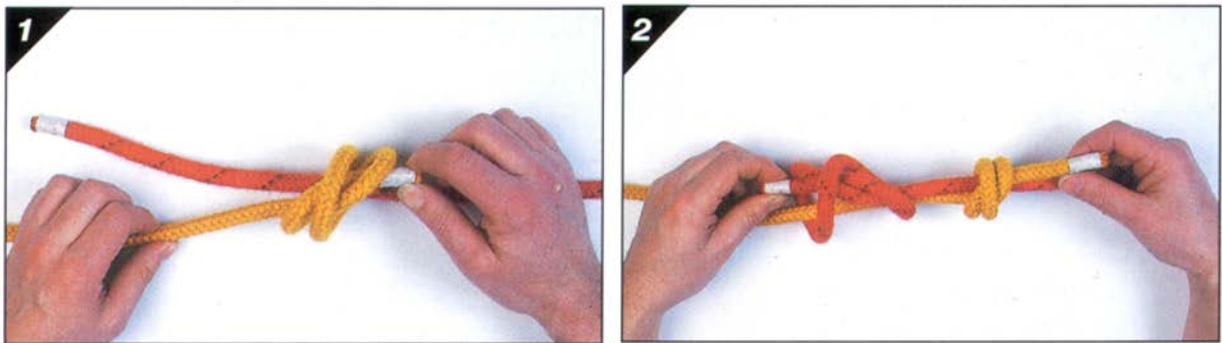
Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 116)

LE NŒUD DE PÊCHEUR DOUBLE

Utilisations. Pour joindre deux bouts de corde ensemble. Il est couramment utilisé par les pêcheurs à la ligne et les grimpeurs. Il est idéal pour les lignes ou des cordes lisses.

Procédure

1. Avec la première corde, faire un demi-nœud double autour de la deuxième corde.
2. Faire un demi-nœud double autour de la première corde.
3. Tirer fort et glisser ensemble. Les nœuds doivent faire des « X » sur un côté.



Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 117)



40th Fife Scout Troop. 2007. Knotting the Thumb Knot. Extrait le 3 mai 2007 du site <http://www.users.zetnet.co.uk/whitelaw/knots/dfish.jpg>

Figure A-3 Nœud de pêcheur double

DEMI-NŒUD COULANT DOUBLE

Utilisations. Cette boucle glissante se serre fermement autour d'un objet. Elle est idéale pour fixer rapidement un cordon autour des supports de lunettes ou de lunettes de soleil pour pouvoir les suspendre autour de son cou si on ne les utilise pas.

Procédure

1. Faire une boucle avec un bout libre assez long sur le dessus.
2. Avec les doigts parallèles au dormant, entourer le dormant trois fois.
3. Placer le bout libre vers le bas dans le « tunnel » où sont les doigts.
4. Serrer les tours en tirant sur le bout libre, et ajuster les tours parfaitement ensemble.



Le même nœud doit être fait à l'autre bout de la corde pour fixer les supports de lunettes ou de lunettes de soleil. Lorsque les deux nœuds sont faits, les nœuds peuvent être facilement ajustés en tirant sur chaque bout jusqu'à la longueur désirée.

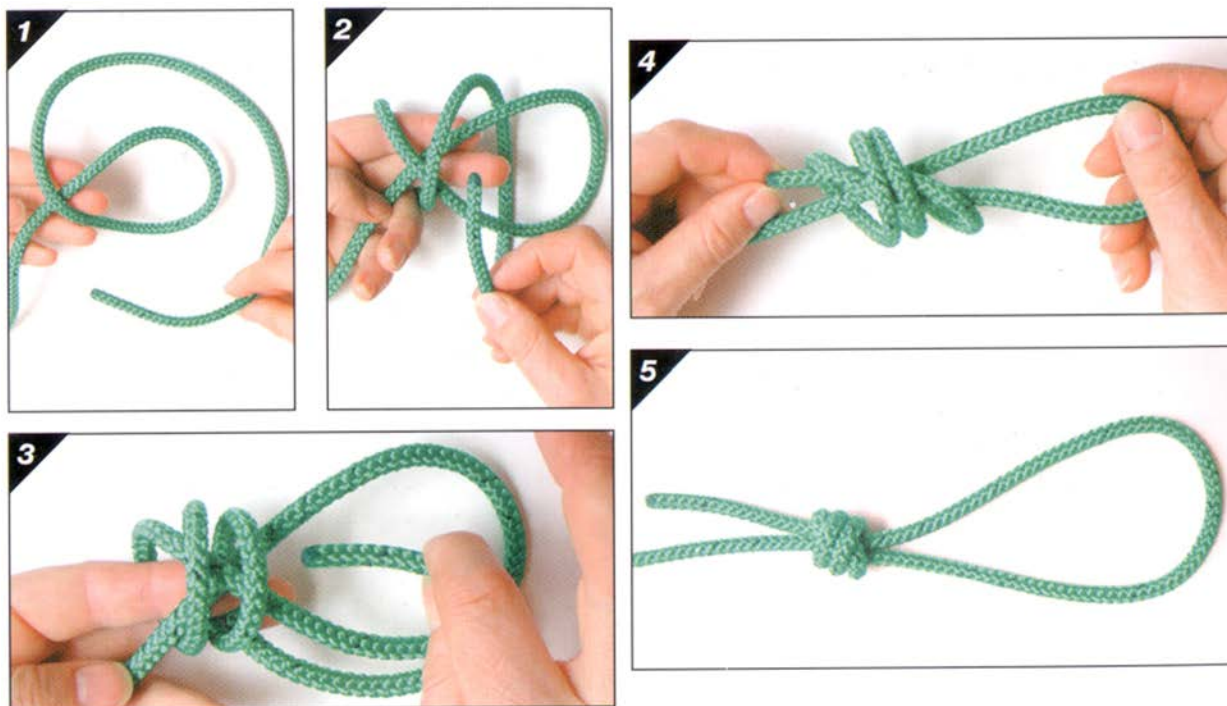


Figure A-4 Demi-nœud coulant double

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 177)



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 6

OCOM M221.06 – CONSTRUIRE UN ABRI DE TYPE « HOUCHIE »

Durée totale :

90 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Avant la leçon, choisir l'emplacement qui doit démontrer les facteurs à prendre en considération au moment de choisir un emplacement pour un abri de type « houchie ». Un abri de type « houchie » peut être construit avant le début de cette leçon, à des fins d'illustration.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter la matière de base ou des renseignements généraux sur la façon de construire un abri de type « houchie ».

La méthode par l'instruction par démonstration a été choisie pour les PE2 et PE3 pour permettre à l'instructeur d'expliquer et démontrer la construction d'un abri de type « houchie ».

La méthode par exécution a été choisie pour le PE4 parce qu'elle donne aux cadets l'occasion de pratiquer la construction d'un abri de type « houchie » sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être en mesure de construire et de démonter un abri de type « houchie ».

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de savoir comment construire et démonter un abri de type « houchie » comme une méthode pour construire un élémentaire pendant les expéditions. Dans certains cas, pendant

les expéditions, les cadets peuvent préférer utiliser une bâche légère ou un abri de type « houchie » comme protection contre les intempéries, les insectes et les animaux plutôt qu'une tente qui serait beaucoup plus lourde.

Point d'enseignement 1

Expliquer les facteurs à tenir compte lors du choix d'un emplacement pour un abri de type « houchie »

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Avoir un emplacement choisi à l'avance pour construire un abri de type « houchie ». L'emplacement choisi doit exemplifier les facteurs à tenir compte lors du choix d'un emplacement pour un abri de type « houchie ».

Lors du choix d'un emplacement pour un abri de type « houchie », on doit tenir compte des facteurs suivants :

- Deux arbres distancés d'environ deux mètres (six pieds), fournissent un espace adéquat pour un abri.
- Une couverture procure une protection contre les intempéries.
- Un emplacement surélevé permet l'écoulement de l'eau.
- Un sol plat procure un espace de lit confortable.
- Un endroit protégé offre une protection contre le vent et les rayons directs du soleil.
- Vérifier pour voir s'il y a des arbres morts et des branches d'arbre dans l'emplacement immédiat réduira les dangers et les risques potentiels.



Bien que les arbres donnent une certaine protection, ils peuvent être dangereux. Éviter les arbres qui ont des branches mortes ou qui se trouvent dans des champs exposés au vent, plus particulièrement les arbres qui penchent à des angles prononcés. Vérifier au-dessus et autour de l'emplacement de tente, car des arbres et des branches peuvent tomber, et causer des blessures ou même la mort.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Lors du choix d'un emplacement pour un abri de type « houchie », à quelle distance les arbres doivent-ils être espacés?
- Q2. Pourquoi l'emplacement doit-il être sur un site surélevé?
- Q3. Lors du choix d'un emplacement, que doit-on vérifier pour réduire les dangers et les risques potentiels?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les deux arbres doivent être espacés d'environ six pieds.
- R2. Un emplacement surélevé permet l'écoulement de l'eau.
- R3. Vérifier pour voir s'il y a des arbres morts et des branches d'arbre dans l'emplacement immédiat afin de réduire les dangers et les risques potentiels.

Point d'enseignement 2**Expliquer et démontrer la méthode pour construire et démonter un abri de type « houchie »**

Durée : 20 min

Méthode : Démonstration



Ce PE doit être enseigné à mesure que l'abri de type « houchie » se construit. Démonter et expliquer chaque étape.

Un abri construit antérieurement peut être utilisé à des fins d'illustration.

CONSTRUIRE UN ABRI DE TYPE « HOUCHIE »**Vérifier les tapis de sol**

Avant de commencer à construire l'abri, il faut vérifier tout le matériel pour déceler de la fatigue et de l'usure, surtout dans le cas des deux tapis de sol, y compris :

- Les tapis de sol ne doivent pas comporter des trous qui permettraient à la pluie ou à d'autres objets de pénétrer dans l'abri monté.
- Le revêtement intérieur caoutchouté des tapis de sol doit être vérifié pour la détérioration et l'écaillage, qui surviennent quand les tapis sont entreposés encore humides.
- S'assurer que les deux fermetures à glissières correspondent et forment un lien fort. Divers fabricants de tapis de sol peuvent utiliser des fermetures à glissières différentes, qui peuvent ne pas s'ajuster les unes aux autres correctement.
- Les œillets sur chaque tapis de sol doivent être en bon état pour pouvoir retenir les piquets et la ficelle correctement.



Figure 1 Œillet

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Attacher les tapis de sol ensemble

Les deux tapis de sol sont attachés ensemble pour former un lien assez solide. S'assurer que les deux fermetures ont la même longueur et qu'elles ne sont pas usées, ce qui pourrait donner un lien moins solide.



Figure 2 Attacher les tapis de sol

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 3 Assembler les tapis de sol

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Attacher l'abri aux arbres

Attacher chaque extrémité des tapis de sol attachés ensemble avec la fermeture à glissière aux deux arbres en passant la ficelle par les œillets qui se trouvent à chaque extrémité de la fermeture à glissières. On doit utiliser une demi-clef à capeler ou un demi-nœud qui est fiable et qui donne de la stabilité. Il faut attacher l'abri aussi haut que la taille de l'occupant le plus grand. S'il est attaché aux bons œillets, le rabat, situé par-dessus la fermeture à glissières, s'étendra naturellement pour couvrir la fermeture à glissières.



Figure 4 Les tapis de sol joints

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 5 Attacher l'abri à un arbre

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Fixer les tapis de sol entre les arbres

L'abri, construit à la hauteur de la ceinture, donne assez de dégagement à la tête pour qu'une personne puisse s'asseoir bien droit, une fois qu'il est terminé. Les deux tapis de sol doivent être tendus le plus possible entre les deux arbres. Cette tension empêche la pluie de s'accumuler et l'abri de se détendre après une utilisation prolongée. Lorsqu'on attache l'abri, il faut s'assurer que le rabat au haut de l'abri recouvre la fermeture à glissières. S'assurer qu'il y a suffisamment d'espace à une des extrémités pour servir d'entrée et de sortie.



Figure 6 Fixer les tapis de sol

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 7 Fixer les œillets avec des piquets

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Fixer les œillets avec des piquets

Deux œillets se situent au centre de chaque tapis de sol. La ficelle peut être utilisée pour attacher ces œillets aux arbres à proximité. Pour créer plus d'espace dans l'abri, attacher les œillets à une branche qui traverse la partie supérieure de l'abri de type « houchie » ou utiliser de la ficelle et des bâtons pour les fixer au sol.

Tirer sur les tapis de sol pour les tendre (raidir)

On peut utiliser tout objet comme piquet qui permet de fixer chaque coin des tapis de sol à 5 cm au-dessus du sol. Une fois que les coins sont fixés avec des piquets, il faut attacher les autres œillets des deux côtés. Une fois que les deux côtés sont fixés avec des piquets, la surface de la bâche doit être uniforme et tendue, sans plis. Cette surface tendue permettra un bon écoulement de la pluie.



Figure 8 Tapis de sol bien tendus

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

DÉMONTÉER UN ABRI DE TYPE « HOUCHE »



Le démontage d'un abri de type « houchie » aura lieu pendant le démontage du site de campement. Les cadets, sous supervision, doivent démontéer leur abri de type « houchie » avec leur partenaire.

Démontéer un abri de type « houchie » prend beaucoup moins de temps que d'en construire un.

Pour démontéer un abri de type « houchie » :

1. Sortir tout l'équipement personnel de l'abri de type « houchie ».
2. Couper la ficelle qui fixe l'abri de type « houchie » aux arbres.
3. Sortir les piquets du sol.
4. Détacher ou couper toute ficelle utilisée pour attacher les œillets aux piquets. S'assurer de ne pas laisser des bâtons dans les trous des œillets.
5. Détacher les tapis de sol. Secouer toute saleté et débris qui aurait tombé sur la surface.

6. Plier les tapis de sol.
7. Remettre le sol dans son état original et ramasser les déchets.



Les tapis de sol **doivent être secs** avant de les plier et de les entreposer. Il faut peut-être les étendre pour les faire sécher.

Selon le quartier-maître, les tapis de sol peuvent être pliés ou enroulés. Ils doivent tous être pliés et enroulés de la même façon et attachés pour ne pas se défaire.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi faut-il vérifier les tapis de sol avant de les installer en un abri de type « houchie » ?
- Q2. À quelle hauteur l'abri doit-il être attaché ?
- Q3. À quelle hauteur du sol un abri de type « houchie » doit-il être fixé avec des piquets ?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Il faut vérifier les tapis de sol pour déceler de la fatigue et de l'usure.
- R2. Les abris doivent être érigés à la hauteur de la ceinture du plus grand occupant.
- R3. Un abri de type « houchie » doit être fixé avec des piquets à 5 cm du sol.

Point d'enseignement 3

Expliquer et démontrer l'organisation de l'espace personnel

Durée : 5 min

Méthode : Démonstration

ORGANISATION DE L'ESPACE PERSONNEL

Matelas gonflable. Le matelas gonflable est placé sur les côtés de l'abri de type « houchie ».

Sac de couchage. Le sac de couchage est roulé et placé à la tête et sur le matelas gonflable. Il peut être déroulé au moment du coucher.

Sac à dos. Le sac à dos est placé à la tête du matelas gonflable.

Bottes. Les bottes sont placées à l'extrémité du bas du matelas gonflable, près de l'entrée.

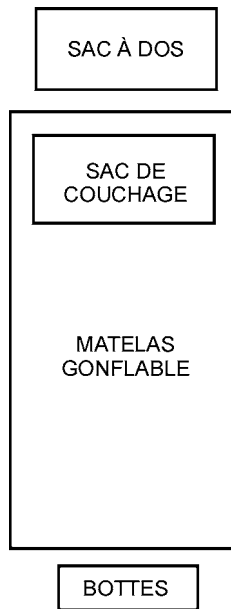


Figure 9 Espace de coucher personnel

D Cad 3, 2006, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Le sac de couchage est-il roulé ou déroulé sur le matelas gonflable?
- Q2. Où est placé le sac à dos?
- Q3. Où les bottes sont-elles placées?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le sac de couchage est roulé sur le matelas gonflable, jusqu'au moment du coucher.
- R2. Le sac à dos est placé à la tête du matelas gonflable.
- R3. Les bottes sont placées à l'extrémité du bas du matelas gonflable, près de l'entrée.

Point d'enseignement 4

Construire un abri de type « houchie »

Durée : 45 min

Méthode : Exécution

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de construire un abri de type « houchie ».

RESSOURCES

- Tapis de sol (un par cadet).
- Sac de couchage (un par cadet).
- Sac de couchage (un par cadet).
- Ficelle ou sangles élastiques.
- Couteau (un pour deux cadets).
- Bâtons pour utiliser comme piquets.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Choisir un emplacement dans lequel chaque paire de cadets peut installer un abri de type « houchie » entre deux arbres qui sont espacés à environ deux mètres (six pieds).

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 des bâtons pour utiliser comme piquets.
4. Demander aux cadets de construire un abri de type « houchie ».
5. Demander aux cadets d'organiser leur espace personnel.
6. Les cadets vérifieront leur abri de type « houchie » pour s'assurer que :
 - a. il y a assez d'espace pour deux personnes à se coucher et s'asseoir droit;
 - b. les cordes sont sécuritaires; et
 - c. il est imperméable.

MESURES DE SÉCURITÉ

- Les cadets respectent les limites pour cette activité.
- Les cadets s'assurent que les outils sont sécuritaires en tout temps.



Inspecter les abris de type « houchie » des cadets pour s'assurer qu'ils sont bien construits et sécuritaires pour dormir.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets dans la construction d'un abri de type « houchie » et l'organisation d'un espace personnel servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La construction d'un abri de type « houchie » est une compétence importante pour les cadets de l'Armée. Un abri permet au cadet d'être à l'aise et protégé pendant qu'il participe aux expéditions et EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Le démontage d'un abri de type « houchie » sera confirmé pendant le démontage du site de campement.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

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 0-00-265314-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*, Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 7

OCOM M221.07 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Répartir les cadets en groupes selon les ressources.

Les réchauds et les fanaux Coleman sont remplis avant cette leçon.

Obtenir des bûches à fendre et à scier pour les cadets.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE3 pour présenter la façon sécuritaire de manier l'équipement de section en participant à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE2, PE4 et PE5, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et démontrer l'utilisation de l'équipement de section, tout en laissant aux cadets l'occasion d'utiliser cet équipement sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'utiliser l'équipement de section y compris l'allumage et l'extinction d'un réchaud à deux brûleurs et un fanal à deux manchons. Les cadets doivent aussi être en mesure d'utiliser les outils de façon sécuritaire.

IMPORTANTANCE

Il est important que les cadets connaissent comment utiliser l'équipement de section pour prévenir les accidents et blessures et augmenter la durée vie de l'équipement.

Point d'enseignement 1

Identifier les caractéristiques d'un réchaud à deux brûleurs

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Le réchaud à deux brûleurs Coleman, modèle M425F710C, a été utilisé lors de la préparation de cette leçon. Par contre, les instructeurs peuvent substituer un autre réchaud lors de l'enseignement de cette leçon.

CARACTÉRISTIQUES

Les caractéristiques d'un réchaud à deux brûleurs sont les suivantes :

- Il peut produire une flamme propre, sans fumée.
- On peut l'éteindre rapidement.
- On peut facilement l'allumer par temps froid.
- Ne vibre pas bruyamment lorsqu'il est emballé.
- On peut facilement le remplir de combustible.
- Il ne dégage pas d'odeur nocive.
- Le combustible dans le réservoir ne se déverse pas, peu importe la position dans laquelle on le transporte.
- Il se refroidit rapidement.
- On peut le nettoyer et le réparer facilement.

Température de fonctionnement

Le réchaud à deux brûleurs Coleman, lorsque à l'abri du vent, peut s'utiliser à des températures aussi basses que -52 °C.

Type de combustible

Le réchaud utilise du naphte.

Parties et accessoires



La figure fournie a pour but d'identifier les parties et non de servir au démontage.

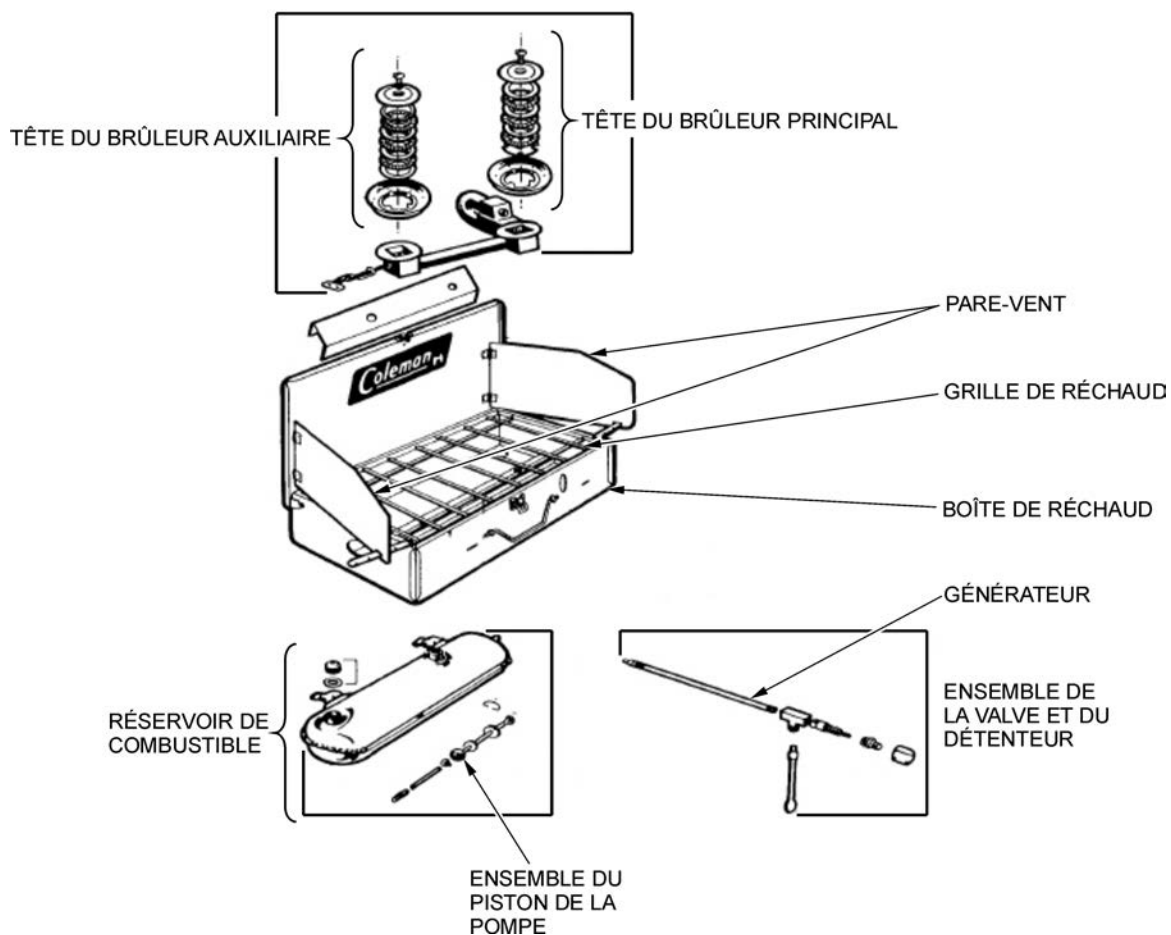


Figure 1 Parties du réchaud à deux brûleurs Coleman

B-GG-302-002/FP-001, Entraînement fondamental aux opérations par temps froid (volume 2) (p. 2-75)

Boîte à réchaud. Ceci est le récipient dans lequel les brûleurs sont rangés ainsi que le réservoir de combustible et le générateur.

Ensemble de la valve et du détendeur. L'ensemble consiste en la roue, l'écrou et le corps de la valve et du détendeur. Sa fonction est de régulariser le débit du combustible sous pression à partir du réservoir de combustible par le générateur jusqu'à la tête du brûleur.

Tête du brûleur principal. La tête du brûleur principal est située sur le côté droit du réchaud et consiste en un capuchon de brûleur et une petite vis avec une série d'anneaux de brûleur. L'ensemble complet se loge dans la cuvette du brûleur. Le bouton de commande du brûleur principal est situé sur l'ensemble soupape et générateur.

Tête du brûleur auxiliaire. La tête du brûleur auxiliaire est située sur le côté gauche du réchaud et consiste en un capuchon de brûleur et une petite vis avec une série d'anneaux de brûleur. L'ensemble complet se loge dans la cuvette du brûleur auxiliaire. La commande du brûleur auxiliaire est située sur le côté gauche de la boîte du réchaud.

Ensemble du piston de la pompe. L'ensemble du piston de la pompe est fixé dans le réservoir et est tenu en place par une attache du bouchon du piston de la pompe.

Réservoir de combustible. Le réservoir de combustible est de couleur rouge. Il faut remplir le réservoir seulement jusqu'au trois quarts, afin de laisser entrer l'air lors de la mise sous pression. Lorsqu'il est utilisé, le réservoir est fixé en avant de la boîte du réchaud, et il est ensuite rangé à l'intérieur de la boîte du réchaud.

Pare-vent. Les pare-vent protègent les brûleurs contre le vent.

Grille du réchaud. La grille du réchaud soutient les ensembles de casseroles.

Générateur. Le générateur alimente les brûleurs de combustible. Le combustible passe par le générateur, puis il est chauffé par le brûleur principal.

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 enlever le réservoir de combustible ou desserrer le bouchon de remplissage sur le 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.
- Toujours s'assurer que les pare-vent et les supports du couvercle sont fixés solidement avant d'allumer le réchaud.
- S'assurer que le réchaud est froid, avant de le transporter ou de le ranger. Desserrer la bouche de remplissage pour relâcher la pression d'air et la resserrer. Fermer le bouton de commande.
- Si le réchaud s'enflamme, couper l'alimentation de combustible, fermer les pare-vent et le couvercle du réchaud.
- Lors de l'utilisation d'un réchaud, s'assurer qu'un extincteur est disponible.



Il est important de souligner aux cadets que les réchauds et fanaux ne doivent pas être utilisés dans des endroits renfermés tels que des édifices et des 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 déränge 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'il ne soit forcé à sortir par un courant direct, fort et persistant d'air froid à la hauteur de la concentration de gaz. La prévention du problème nécessite d'abord un courant d'air actif semblable – au niveau du réchaud ou du fanal ou dessous, pas au haut de la tente ou de la caverne comme on le croyait auparavant. Selon une étude de recherche récente, l'asphyxie dans des situations de tentes tue trois fois plus de personnes par année que chez les alpinistes. D'autres recherches ont même lié des cas d'exposition modérée au monoxyde de carbone à des effets importants à longs termes, y compris l'humeur déprimée, l'apathie, la désorientation, l'irritabilité et l'amnésie – plusieurs de ces dernières se sont produites dans 100 pour cent des individus exposés et que l'on peut mesurer après des années de l'exposition initiale. Les risques augmentent aussi à des altitudes plus élevées.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quel est la plus basse température de fonctionnement du réchaud Coleman?
- Q2. Quel type de combustible utilise-t-on dans le réchaud Coleman?
- Q3. Quelles sont trois précautions à prendre lors de l'utilisation d'un réchaud Coleman?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Lorsqu'il est à l'abri du vent, on peut l'utiliser à des températures aussi basses que -52° C.
- R2. Le réchaud Coleman utilise le naphte.
- R3. Trois précautions à prendre lors de l'utilisation d'un réchaud Coleman sont :
- Ne pas utiliser le réchaud comme un appareil de chauffage.
 - Ne jamais enlever ou desserrer le bouchon de remplissage sur le réservoir de combustible quand le réchaud fonctionne.
 - Ne jamais laisser le réchaud sans surveillance.
 - Toujours remplir et allumer le réchaud à l'extérieur, à l'écart d'une flamme nue, de la chaleur et des combustibles.
 - Ne jamais enlever le réservoir de combustible pendant que le réchaud fonctionne.
 - Utiliser du combustible de naphte seulement.
 - Ranger à l'écart d'une flamme nue ou d'une chaleur excessive.
 - Toujours s'assurer que les pare-vent et les supports du couvercle sont fixés solidement avant d'allumer le réchaud.

- Ne pas utiliser dans les tentes de salle à manger.
- S'assurer que le réchaud est froid, avant de le transporter ou de le ranger. Desserrer la bouche de remplissage pour relâcher la pression d'air et la resserrer. Fermer le bouton de commande.

Point d'enseignement 2

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de faire fonctionner un réchaud à deux brûleurs

Durée : 15 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.

Remarque : Des instructeurs adjoints peuvent être employés pour surveiller la performance des cadets.

MONTAGE

Le montage du réchaud Coleman comprend :

1. Déverrouiller et ouvrir le réchaud (figure 2).
2. Ouvrir et fixer les pare-vent (figure 3).
3. Soulever la grille et enlever le réservoir de combustible (figure 4).
4. Installer le réservoir de combustible. S'assurer que le générateur passe dans le gros trou à l'avant du réchaud et est inséré dans l'ouverture au-dessus du brûleur. Insérer les ferrures de suspension du réservoir dans les fentes situées en avant du boîtier du réchaud (figure 4).
5. Fixer la chaîne de sécurité (figure 5).
6. Installer la grille (figure 6).
7. S'assurer que la commande du brûleur auxiliaire est dans la position fermée (figure 7).



Figure 2 Réchaud fermé

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 3 Pare-vent

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 4 Installer le réservoir de combustible

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 5 Fixer la chaîne de sécurité

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 6 Grille fermée

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Figure 7 Commande du brûleur auxiliaire

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

ALLUMER ET ÉTEINDRE LE RÉCHAUD COLEMAN



Le réservoir de combustible du réchaud Coleman doit être rempli avant cette leçon, toutefois, on doit pomper le réservoir de combustible pour le mettre sous pression.

Pompage du réservoir de combustible

1. S'assurer que le bouton de commande est réglé à la position « OFF ».
2. Tourner le piston de la pompe deux tours complets dans le sens antihoraire.
3. Placer le pouce sur la bouche d'aération du bouchon du piston de la pompe.
4. Pomper trente à quarante coups complets pour mettre sous pression le réservoir de combustible.
5. Tourner le piston de la pompe dans le sens horaire jusqu'à ce qu'elle soit bien fermée.

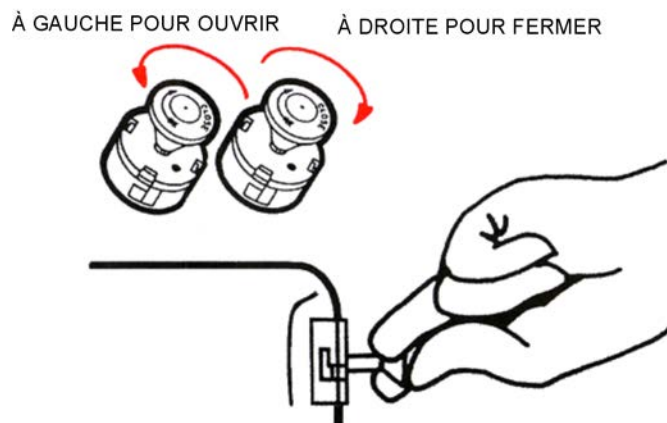


Figure 8 Pomper le réservoir de combustible

Coleman Camp Stove Model M425F710C Instructions for Use, Canadian Coleman Co., Mississauga, ON

Allumer le brûleur principal



Par temps froids, il peut être nécessaire de réchauffer le générateur avant de l'allumer. On peut le faire en mettant une petite quantité de combustible directement sur le brûleur principal et l'allumer avec une allumette. Le combustible enflammé réchauffe le générateur, puis chauffe le combustible à l'intérieur et ensuite facilite l'allumage du brûleur. Quand le générateur n'est pas assez réchauffé, il est possible que le combustible liquide se concentre dans le réchaud, une situation qui est très dangereuse.

1. S'assurer que la commande du brûleur auxiliaire est en position fermée et que le réservoir est pressurisé.
2. Ne pas se pencher au-dessus du réchaud en l'allumant.
3. Tenir une allumette allumée près du brûleur principal.
4. Tourner le levier d'allumage instantané vers le haut pour l'allumage.
5. Tourner le bouton de commande à la position ou au réglage « LIGHT ».
6. Surveiller la flamme.
7. 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 ».

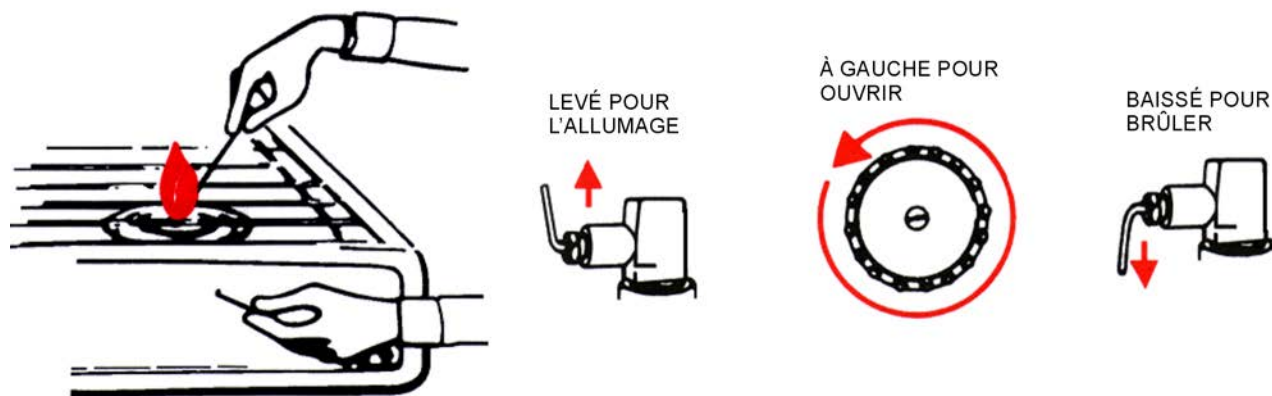


Figure 9 Allumage du brûleur principal

Coleman Camp Stove Model M425F710C Instructions for Use, Canadian Coleman Co., Mississauga, ON



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 rallumer le réchaud.

Allumage du brûleur auxiliaire

1. Lorsque le brûleur principal est allumé, on peut allumer le brûleur auxiliaire.
2. Tenir une allumette au brûleur auxiliaire. Ouvrir la soupape auxiliaire située sur le côté de la boîte du réchaud, à côté du brûleur (le brûleur principal peut nécessiter un ajustement après que le brûleur auxiliaire a été allumé).

Éteindre le brûleur

1. Fermer la commande du brûleur auxiliaire.
2. Enlever les casseroles du réchaud et tourner le levier d'allumage instantané vers le haut à la position « LIGHT » et laisser brûler pendant une minute. De cette façon, les particules plus lourdes de combustible sont évacuées du générateur.
3. Tourner le bouton de commande dans le sens horaire à la position « OFF » et fermer fermement.



Une petite flamme sur le brûleur principal continuera de brûler pendant quelques minutes, jusqu'à ce que le générateur ne contienne plus de combustible.

RANGEMENT DU RÉCHAUD COLEMAN APRÈS SON UTILISATION

Le rangement du réchaud Coleman se fait de la façon suivante :

1. Permettre au réchaud de refroidir avant de l'emballer.
2. S'assurer que le réchaud est propre et que la boîte du réchaud est exempte de saleté, d'allumettes, etc.
3. S'assurer que la commande du brûleur auxiliaire est à la position fermée.
4. Ouvrir la grille.

5. Enlever la chaîne de sécurité.
6. Désinstaller le réservoir de combustible et l'enlever du générateur.
7. Placer le réservoir de combustible à l'intérieur de la boîte du réchaud.
8. Fermer la grille.
9. Fermer et plier les pare-vent.
10. Fermer le couvercle et verrouiller la boîte.
11. Ranger le réchaud dans un endroit frais et sec.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Comment assemble-t-on le réchaud Coleman?
- Q2. Combien faut-il de coups de pompe pour pressuriser un réservoir de combustible?
- Q3. Quelle première étape faut-il faire pour éteindre un réchaud Coleman?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Pour assembler le réchaud Coleman, il faut effectuer les étapes suivantes :
 1. Déverrouiller et ouvrir le réchaud
 2. Ouvrir et fixer les pare-vent.
 3. Soulever la grille et sortir le réservoir de combustible.
 4. Installer le réservoir de combustible. S'assurer que le générateur passe dans le gros trou à l'avant du réchaud et est inséré dans l'ouverture au-dessus du brûleur. Insérer les ferrures de suspension du réservoir dans les fentes situées en avant du boîtier du réchaud.
 5. Fixer la chaîne de sécurité.
 6. Installer la grille.
 7. S'assurer que la commande du brûleur auxiliaire est à la position fermée.
- R2. Pomper trente à quarante coups complets pour mettre sous pression un réservoir de combustible.
- R3. La première étape pour éteindre le réchaud Coleman est de fermer la commande du brûleur auxiliaire.

Point d'enseignement 3

Identifier les caractéristiques du fanal à deux manchons

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

CARACTÉRISTIQUES

Les fanaux Coleman sont conçus pour brûler du naphte – un combustible liquide très inflammable. Ce combustible est sous pression dans un réservoir fixé à l'unité, puis chauffé dans un générateur et ensuite brûlé en un gaz. Pour de meilleurs résultats, garder le fanal propre et en bon état.

Les caractéristiques du fanal à deux manchons Coleman incluent :

- un poids de 2.25 kg (5 lb); et
- un réservoir de combustible d'une capacité de un (1) litre, qui permet un temps de combustion de sept (7) heures à intensité « HIGH » et de quatorze (14) heures à intensité « LOW ».

Parties et accessoires

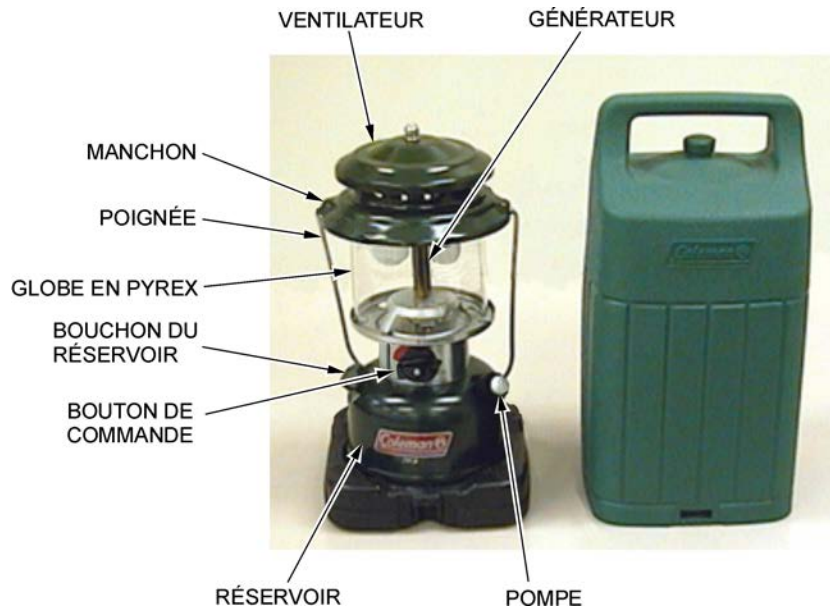


Figure 10 Fanal à deux manchons Coleman

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Ventilateur. Laisse la chaleur et les émanations s'évacuer du fanal.

Générateur. Fournit du combustible sous pression au manchon.

Manchon. Émet une lumière brillante par l'inflammation du naphte.

Poignée. Permet à l'utilisateur de transporter ou de suspendre le fanal.

Globe en pyrex. Protège le manchon des débris étrangers. Le globe en pyrex réduit aussi la quantité d'oxygène qui entre dans le fanal.

Bouchon du réservoir. Scelle le réservoir pour combustible.

Bouton de commande. Contrôle la quantité de combustible qui entre dans le générateur, par conséquent, contrôle la brillance du fanal.

Réservoir. Il sert de réservoir de stockage pour combustible.

Pompe. Pompe l'air dans le réservoir de combustible, met sous pression le réservoir.

Précautions

Les dangers sont réduits si on prend des précautions. En plus de prendre des précautions avec les réchauds, on doit prendre des précautions pour s'assurer de remplacer les manchons de fanal troués avant de l'utiliser.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Quelle est la capacité en combustible du réservoir du fanal à deux manchons?
- Q2. Où devrait-on utiliser le fanal?
- Q3. Quel est le but de la poignée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le réservoir du fanal à deux manchons contient 1 L de combustible.
- R2. Le fanal devrait être utilisé dans des endroits ventilés ou ouverts.
- R3. La poignée permet à l'utilisateur de transporter ou de suspendre le fanal.

Point d'enseignement 4

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à faire fonctionner le fanal à deux manchons

Durée : 10 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 : Des instructeurs adjoints peuvent être employés pour surveiller la performance des cadets.

MONTAGE

Le fanal n'a pas besoin d'être monté ni démonté, sauf pour remplacer les manchons. Avant d'utiliser le fanal, le cadet doit vérifier si la poignée est bien en place et si la vis sur le dessus du ventilateur est serrée.

ALLUMER ET ÉTEINDRE LE FANAL À DEUX MANCHONS COLEMAN



Le fanal aurait dû être rempli avant cette leçon, toutefois, on doit pomper le fanal pour le mettre sous pression. Quand on remplace un manchon, il faut le brûler avant de l'utiliser. Le brûlage du manchon le fait rétrécir de taille pour assurer que la combustion du combustible a lieu dans le manchon. Si on ne brûle pas le manchon avant de l'utiliser, le combustible peut s'écouler du manchon avant la combustion.

Pompage du réservoir de combustible

1. S'assurer que le bouton de commande est réglé à la position « OFF ».
2. Tourner la poignée de la pompe deux tours complets en sens antihoraire.

3. Placer le pouce sur la bouche d'aération de la poignée du trou de la poignée de la pompe.
4. Pomper trente à quarante coups complets pour mettre sous pression le réservoir de combustible.
5. Tourner la poignée de la pompe en sens horaire jusqu'à ce qu'elle soit bien fermée.

Allumage du fanal



Ne pas se placer les mains ou la tête au-dessus du fanal lorsqu'on l'allume. Les manchons sont très fragiles et on doit les éviter quand on utilise une allumette pour allumer le fanal.

1. Insérer une allumette allumée par le trou au fond du cadre du brûleur.
2. Tourner le bouton de commande à la position « LIGHT ».
3. Une fois que le manchon brûle d'un blanc lumineux, tourner le bouton de commande à la position « ON ».
4. Augmenter la pression d'air dans le réservoir. On peut augmenter la pression d'air pendant que le fanal est allumé. Une bonne pression d'air est importante pour obtenir une intensité de lumière maximale.

Éteindre le fanal

1. Tourner le bouton de commande à la position « OFF ».
2. Laisser brûler le combustible qui reste.

RANGEMENT DU FANAL APRÈS SON UTILISATION

Ranger le fanal Coleman de la façon suivante :

1. S'assurer que le fanal est refroidi.
2. Essuyer et éliminer toute saleté.
3. Égoutter le combustible dans un récipient de stockage pour combustible.
4. Remiser dans un endroit frais et sec.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

QUESTIONS

- Q1. Combien faut-il de coups de pompe pour mettre sous pression le réservoir de combustible d'un fanal?
- Q2. Où faut-il insérer l'allumette pour allumer le fanal?
- Q3. Comment faut-il éteindre le fanal?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Pomper trente à quarante coups complets pour mettre sous pression le réservoir de combustible d'un fanal.
- R2. Insérer une allumette allumée par le trou au fond du cadre du brûleur.
- R3. Pour éteindre, tourner le bouton de commande à la position « OFF » et laisser le fanal brûler le combustible qui reste.

Point d'enseignement 5**Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le maniement des outils de campagne de façon sécuritaire**

Durée : 15 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 : Des instructeurs adjoints peuvent être employés pour surveiller la performance des cadets.



Lors de l'utilisation d'outils, on doit suivre les consignes suivantes :

- Ranger les outils dans un endroit sécuritaire. Ne jamais les 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 bords et les lames bien affûtées et les manches serrés.
- Nettoyer et enduire d'une légère couche d'huile les parties en acier avant de les ranger.

HACHE

Avant d'utiliser une hache, vérifier que le manche est solidement serré dans la tête de la hache. S'il est desserré, on doit enfoncer le coin davantage ou fabriquer un nouveau coin avec du bois dur. Le manche ne doit pas être craqué ou fendu.

Vérification du tranchant

La lame de la hache doit être affûtée. Si elle ne l'est pas, la hache peut être dangereuse parce qu'elle ne mordra pas bien et elle aura tendance à rebondir sur le bois à couper. Une plus grande force, au détriment du contrôle, sera nécessaire pour l'utiliser. Une lime est idéale pour éliminer les craquelures de la lame de la hache et une pierre à aiguiser est idéale pour affûter le tranchant.

Maniement

La hache doit être transportée en la tenant par le manche juste sous la tête, le tranchant vers l'avant et pointant légèrement vers l'extérieur.

Avant de ranger la hache, elle doit être soigneusement nettoyée et remise dans son étui. Si la hache demeure à l'extérieur, on peut l'enfoncer dans une souche d'arbre mort lorsqu'on ne l'utilise pas.

Angle pour couper du bois

Pour maximiser la coupe de bois, les coups doivent être faits à un angle de 45 degrés. À des angles moins que 45 degrés, la hache peut dévier de l'arbre. Cette manœuvre peut être très dangereuse. À des angles plus grand que 45 degrés, la hache est inefficace car la lame ne coupe pas de copeaux de bois et ne fait que s'enfoncer dans l'arbre.

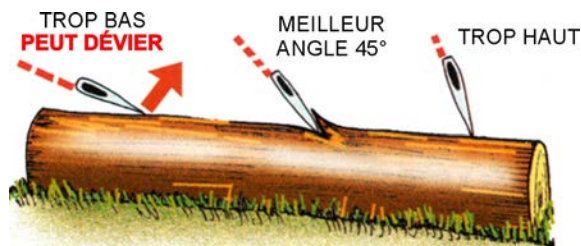


Figure 11 Angle pour couper du bois

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 409)

Direction de la chute

Lors de l'utilisation d'une hache pour couper un arbre :

1. Prévoir un chemin pour s'échapper si l'arbre tombe de votre côté. Faire attention aux nids de frelons ou de guêpes.
2. S'assurer que la hache est aiguisée et que la tête de la hache est bien fixée sur la poignée.
3. Prévoir une distance sécuritaire des gens à proximité.
4. Enlever les branches et les arbustes avoisinants qui peuvent faire dévier la hache.
5. Se placer les pieds solidement au sol.
6. Prendre de courts élans, sans secousses. Cette méthode aide à se concentrer sur la cible.
7. Les coups de coupe sont plus efficaces à un angle de 45 degrés et ils facilitent l'éjection des copeaux de bois.
8. Vérifier la direction de l'inclinaison.
9. Couper avec précaution jusqu'à ce que l'arbre soit prêt à tomber. Quand l'arbre tombe et que d'autres personnes sont présentes, il faut crier « ATTENTION »!

La première coupe devrait être faite du côté de l'arbre orienté dans le sens souhaité de la chute. Ceci est souvent décidé en fonction du penchant de l'arbre. La coupe ne doit pas être plus profonde que la moitié du diamètre de l'arbre. La coupe arrière se situe légèrement au-dessus et à l'opposé de la première coupe. Les deux coupes doivent avoir un angle de 45 degrés.

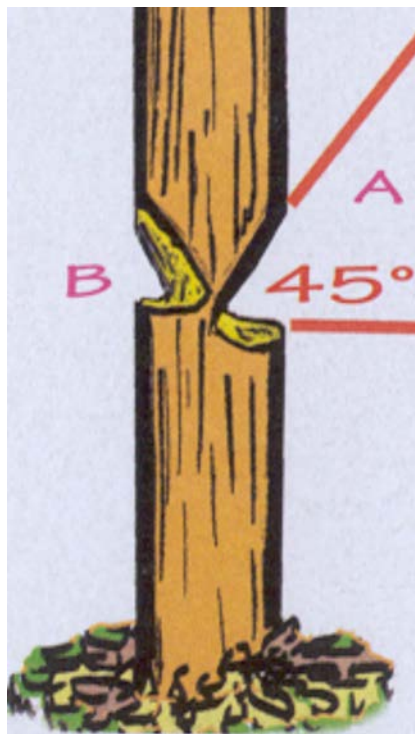


Figure 12 Direction de la chute

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 496)

SCIE À ARCHET

Tenir et couper un billot

Lors de l'utilisation d'une scie à archet pour couper du bois :

1. Utiliser un va-et-vient régulier sans exercer de pression excessive sur la lame.
2. S'assurer que le bois est bien fixé en utilisant un appui pour le billot. Cela évite que la scie reste coincée dans le billot, car le poids de l'extrémité coupée fait ouvrir la fente de la coupe (voir la figure 12).

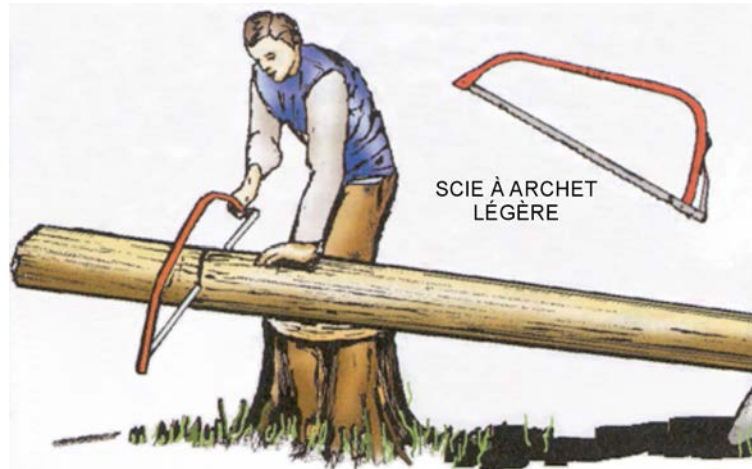


Figure 13 Couper un billot

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 500)

Direction de la chute

Lors de l'utilisation d'une scie à archet pour couper un arbre :

1. Couper une entaille avec une hache dans la direction que l'arbre doit tomber. C'est ce qu'on appelle un pont.
2. Scier sur le côté opposé de l'entaille sur l'arbre, un ou deux pouces au-dessus de la surface inférieure de l'entaille (voir la figure 14). Ceci est très important, parce que si l'arbre est scié en dessous de l'entaille, l'arbre peut rebondir, pincer la lame et peut devenir hors de contrôle.
3. Retirer la scie lorsque l'arbre commence à tomber. L'arbre tombera avec l'aide du pont.

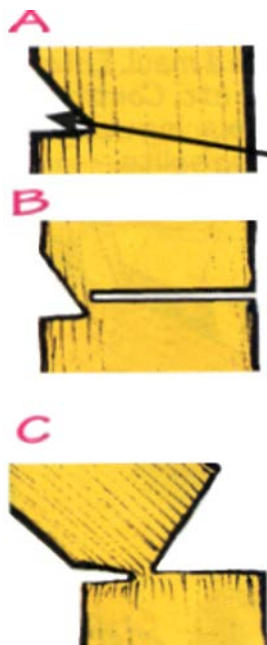


Figure 14 Couper un arbre avec une scie

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 500)

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de pratiquer la façon de couper et scier un billot.

RESSOURCES

- Des bûches à couper et scier pour les cadets.
- Une (1) hache par groupe.
- Une (1) scie à archet par groupe.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus cinq personnes.
2. Les cadets doivent couper et scier un billot de bois en utilisant une hache et une scie à archet.
3. Chaque cadet aura l'occasion de couper et scier.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets utilisant des outils doivent les manier de façon sécuritaire et être directement supervisés par un instructeur.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

QUESTIONS

- Q1. Que doit-on vérifier sur une hache avant son utilisation?
- Q2. À quel angle une hache maximise-t-elle sa coupe?
- Q3. Quel type de va-et-vient doit-on utiliser pour scier?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Avant d'utiliser une hache, vérifier que le manche est solidement serré dans la tête de la hache. Le manche ne doit pas être craqué ou fendu et la lame de la hache doit être bien affûtée.
- R2. Un angle de 45 degrés maximise la coupe d'une hache.
- R3. Utiliser un va-et-vient régulier sans exercer de pression excessive sur la lame.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Que doit-on huiler sur la hache après son utilisation?
- Q2. Quelle est la plus basse température de fonctionnement du réchaud Coleman?
- Q3. Pourquoi les cadets n'utilisent pas les réchauds ou les fanaux Coleman dans un endroit renfermé?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La tête d'acier d'une hache doit être huilée après l'utilisation.
- R2. Lorsqu'à l'abri du vent, la plus basse température de fonctionnement d'un réchaud Coleman est de -52 °C.
- R3. Les réchauds et les fanaux produisent du monoxyde de carbone qui se lie à l'hémoglobine entraînant des effets tels que l'humeur déprimée, l'apathie, la désorientation, l'irritabilité et l'amnésie, et même la mort.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine, tous les participants utilisent des outils pour construire des portions du site de campement. Il est important de savoir comment utiliser les outils et l'équipement fournis, parce que cela aide à assurer la sécurité de tous et aide à garder les outils en bon état.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les extincteurs doivent être situés en dedans d'une distance de 15 m des réchauds et des fanaux allumés.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-010 B-GG-302-002/FP-001 FMC. (1982). *Entraînement fondamental aux opérations par temps froid : Opérations particulières, volume 2, Opérations dans l'arctique et la zone subarctique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

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.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 8

OCOM M221.08 – PRÉPARER UNE RATION INDIVIDUELLE DE CAMPAGNE (RIC)

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Immédiatement avant cette leçon faire bouillir de l'eau et la laisser mijoter. Cette eau servira à la préparation de ration individuelle de campagne (RIC). Également, faire bouillir de l'eau potable qui sera prête pour tout article de nourriture supplémentaire dans la préparation de RIC qui nécessite de l'eau chaude.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode de l'exposé interactif a été choisie pour les PE1 et PE2 pour présenter aux cadets la façon de préparer les repas en campagne et de stimuler l'intérêt.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment préparer une RIC, 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 être en mesure de préparer une RIC.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent comment préparer les différents éléments d'une RIC. La RIC fournit de l'énergie pour faire fonctionner le corps et permettre au cadet de continuer les tâches et les activités en campagne. La RIC est le plus souvent consommée pendant les expéditions en l'absence d'installations de cuisine.

Point d'enseignement 1**Discuter des repas en campagne**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Suite à leur participation au niveau de l'étoile verte ou au cours de l'instruction générale, les cadets peuvent avoir une certaine connaissance des différents types de rations disponibles.

Fournir aux cadets le plus grand nombre possible d'exemples visuels. Cette leçon est donnée en campagne, donc, des repas frais et RIC doivent être disponibles. Si des repas chauds de groupe sont disponibles, s'assurer de les utiliser comme exemple.

TYPES DE REPAS EN CAMPAGNE

Il est très important de manger régulièrement en campagne afin de maintenir la force et l'énergie. Même si un cadet peut être préoccupé, il est important de manger autant d'aliments sains qu'il est possible lors d'activités physiques à l'extérieur. Le temps froid, l'exercice ardue et l'activité constante demandent beaucoup d'énergie. Seul un bon repas sain peut la remplacer.

Rations fraîches

Les rations fraîches sont préparées d'aliment cru en campagne. Les rations fraîches nécessitent de la préparation et de la cuisson. Habituellement, ce type de ration ne s'entrepasse pas ou ne se garde pas bien et doit être cuit en dedans d'un jour une fois lorsqu'on est en campagne (p. ex. hot dogs, hamburgers, steak, oeufs, etc.).

Repas chauds de groupe

Les repas chauds de groupe comprennent des rations fraîches qui ont été préparées dans une installation de cuisine. Les aliments sont mis dans des récipients isothermes (repas chauds de groupe) qui continuent à la garder au chaud sans combustible (les récipients internes de métal chauds restent au chaud grâce aux aliments qu'ils contiennent). Un repas chaud de groupe est très semblable à un thermos – gardant les aliments froids au froid ou les aliments chauds au chaud.

Boîtes à lunch

Ces repas sont faits pour remplacer les repas qui seraient habituellement consommés à la cuisine. Ils peuvent être utilisés lors des déplacements planifiés où, en raison de l'horaire ou de l'itinéraire emprunté, les installations de cuisine ne sont pas accessibles pour les repas. Les boîtes à lunch contiennent habituellement des sandwiches, des fruits, des légumes, du jus, etc.

RIC

Chaque RIC comprend un plat principal (de viande ou végétarien), des légumes et des fruits dans des sachets d'aluminium scellés, et des aliments séchés dans des sachets de papier ou de papier d'aluminium. Tous les aliments sont bons à manger froid et sec – par contre, ils peuvent ne pas goûter aussi bon que les aliments chauds. Des articles très sucrés comme du chocolat, des bonbons durs, des mélanges de boisson ainsi que du café et du thé sont aussi inclus.

Les RIC ont été développées pour satisfaire à l'exigence typique de trois repas par jour. Ces repas sont identifiés comme déjeuner, dîner et souper. Ils contiennent entre 1400 et 1800 calories – suffisamment de calories pour un adulte qui exécute des tâches ardues pendant de longues périodes. Si une personne mange des RIC pendant des périodes inactives ou de travail à des niveaux d'effort moindre, elle pourrait prendre du poids.

BESOINS EN EAU

Apporter de l'eau en campagne. L'eau potable n'est pas nécessaire pour chauffer ou réchauffer les RIC. L'eau des étangs, lacs ou l'eau de source qui n'a pas été filtrée ou traitée est acceptable.

L'eau utilisée pour faire cuire les RIC n'est pas potable. L'eau utilisée pour faire cuire les RIC peut se contaminer avec l'oxyde d'aluminium provenant de l'extérieur des sachets de RIC. L'eau n'est donc pas bonne à boire et doit être traitée comme de l'eau grise (de lavage) et éliminée de façon appropriée.

Faire bouillir ou traiter l'eau provenant de sources inconnues. L'eau puisée d'une source qui n'est pas certifiée comme étant sécuritaire doit être bouillie pendant 5 minutes avant d'être consommée.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Nommez les quatre types de rations disponibles?
- Q2. Les RIC sont identifiées par quel type de repas?
- Q3. Est-ce que l'eau bouillie pour les RIC peut être consommée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Fraîches, boîtes à lunch, repas chauds de groupe et les RIC.
- R2. Déjeuner, dîner et souper.
- R3. Non. L'eau devient contaminée avec l'oxyde d'aluminium provenant de l'extérieur des sachets des RIC.

Point d'enseignement 2

Discuter des caractéristiques et contenus d'une RIC

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Pendant ce PE, avoir deux RIC (si disponible). Un repas du déjeuner et un repas du dîner ou du souper est préférable.

Décrire la présentation physique de la RIC et discuter de chaque article contenu à l'intérieur. Donner des exemples de comment utiliser chaque article.

Démontrer la différence dans les articles du déjeuner et des autres repas, noter les céréales et les articles de chocolats chauds.

CARACTÉRISTIQUES D'UNE RIC

La RIC est un petit repas emballé qui :

- n'est pas plus gros qu'un gros dictionnaire;
- pèse 850 grammes (14 onces, une livre est égale à 16 onces);
- contient environ 1400 à 1800 calories;
- est disponible en trois types de repas différents – déjeuner, dîner et souper. Chaque type de repas contient six plats différents; et
- comprend quelques contenus semblables.

CONTENUS D'UNE RIC

	DÉJEUNER	DÎNER	SOUPER
COMMUN	1. Sachet de repas principal 2. Sachet de dessert 3. Allumettes 4. Essuie-tout 5. Cuillère 6. Poudre pour boisson		
PROPRE AU REPAS	1. Café et chocolat chaud avec condiments 2. Céréales	1. Café et thé avec condiments 2. Barre de chocolat 3. Pain ou craquelins et confiture	1. Café et thé avec condiments 2. Barre de chocolat ou biscuits 3. Soupe 4. Plat d'accompagnement
Nota : Le contenu des RIC change annuellement. Cette liste vise à identifier les éléments clés d'une RIC.			

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2**QUESTIONS**

- Q1. Quel est le poids d'une RIC?
- Q2. Quelle est la grandeur approximative d'une RIC?
- Q3. Nommez cinq éléments qui sont communs à chaque RIC.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Environ 850 grammes ou 14 onces.
- R2. N'est pas plus gros qu'un gros dictionnaire.
- R3. Sachet de repas principal, sachet de dessert, cuillère, essuie-tout et allumettes.

Point d'enseignement 3

Expliquer, démontrer et accorder du temps aux cadets, en groupe, pour préparer et cuire des RIC

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution



Remettre à chaque cadet une RIC pour leur prochain repas. Démontrer comment préparer une RIC pour la cuisson et demander aux cadets de le faire en même temps.

Expliquer comment utiliser chaque élément de la RIC.

LA CUISSON DES RIC

Même si les RIC peuvent être consommées froides, elles doivent être chauffées si possible. La cuisson des RIC est simplement une question de :

1. mettre le sachet d'aluminium, qui contient le repas scellé à l'intérieur, dans un contenant d'eau bouillante;
2. faire chauffer pendant 5 minutes et ensuite retirer le sachet de l'eau bouillante;
3. mettre le sachet dans l'emballage de carton dans lequel il était (déchirer une lanière au haut de l'emballage pour faciliter l'accès aux aliments); et
4. déchirer le sachet d'aluminium et manger.



Les RIC nécessitent seulement une petite quantité d'eau à chauffer. La chaleur produite de l'eau bouillie et de la vapeur sont très efficaces pour réchauffer le sachet d'aluminium.

D'autres aliments auront des instructions précises, comme ajouter de l'eau, pour leur préparation.

Chaque RIC contient des déchets de papier, de carton et d'aluminium. Une façon de réduire la quantité excessive de déchets qui devront être transportés est de « défaire » les rations avant de faire l'emballage. Il est donc nécessaire de choisir les aliments qui seront consommés et de laisser les emballages superflus derrière. Apporter toujours plus d'aliments, car une personne a souvent plus faim lorsqu'elle effectue des activités physiques que lorsqu'elle se prépare.

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de préparer une RIC pour un repas.

RESSOURCES

- Des RIC (une par cadet).
- Deux (2) casseroles (assez grandes pour contenir les RIC et bouillir l'eau potable).
- Un réchaud à deux brûleurs au naphte.
- Un ensemble de casseroles.
- De l'eau potable.
- Des allumettes.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Une aire de cuisson désignée dans un environnement de campagne.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Remettre à chaque cadet une RIC au repas approprié de la période de la journée.
2. Demander aux cadets de suivre en même temps, pour préparer leur RIC pour la consommation.

3. Expliquer et démontrer comment utiliser, chauffer et consommer tous les éléments de la RIC.
4. Les cadets consommeront la RIC qu'ils ont préparée en suivant les conseils qu'ils ont appris.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer d'être prudent lorsqu'on utilise les réchauds et manipule les RIC une fois qu'elles sont retirées de l'eau chaude. Attention, l'eau bouillante produit une vapeur très chaude qui peut brûler la peau et provoquer une brûlure grave.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Une RIC fournit des nutriments et de l'énergie pour le cadet d'Armée actif, tout particulièrement pendant l'entraînement vigoureux lié à l'expédition. Apprendre à préparer les contenus de RIC est une compétence qui est nécessaire en prenant part à l'instruction liée à l'expédition.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Il est préférable d'enseigner cette leçon avant l'heure d'un repas.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-042 A-85-269-001/FP-003 Forces canadiennes. (1986). *Manuel d'Alimentation en campagne*. (vol. 1). Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.



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 (EEC)

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Cette leçon doit être donnée à la suite d'un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine. L'équipement utilisé dans l'EEC sera utilisé comme matériel d'instruction, y compris :

- un réchaud à deux brûleurs Coleman;
- un fanal à deux manchons;
- un ensemble de chaudrons;
- une hache;
- une scie à archet;
- un tapis de sol;
- un seau ou une cuvette; et
- des chiffons.

Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes. Donner une cuvette d'eau, un chiffon ou un linge à chaque groupe. Pendant chaque PE, on doit donner à chaque groupe une pièce d'équipement qui fait objet de la discussion. 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 devra être en mesure d'entretenir l'équipement de section.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent comment entretenir l'équipement de section. 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.

Point d'enseignement 1

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un réchaud à deux brûleurs

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



Fournir un réchaud à deux brûleurs Coleman à chaque groupe. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et de nettoyer l'équipement au fur et à mesure qu'on l'aborde.

SOLUTION DE NETTOYAGE

Le nettoyage du réchaud à deux brûleurs Coleman requiert seulement un mélange léger de savon à vaisselle et d'eau, en plus d'un vieux chiffon ou un linge. Pour mélanger la solution, mettre quelques gouttes de savon à vaisselle dans un seau de lavage rempli d'eau tiède.

NETTOYAGE

Après son utilisation, le réchaud à deux brûleurs Coleman peut se trouver couvert de dépôts de suie (d'émission de combustible) et des restes de nourriture. Le nettoyage après l'utilisation prolonge la vie du réchaud et retarde la corrosion des surfaces de métal. Les parties du réchaud à deux brûleurs Coleman doivent être essuyées à l'aide d'une solution de nettoyage et d'un chiffon ou d'un linge.

Les pare-vent intérieurs et extérieurs. Les pare-vent intérieurs deviennent habituellement sales et sont souvent plus sales que les pare-vent extérieurs à la suite de combustion de combustible et d'éclaboussures de nourriture provenant des chaudrons et des casseroles. Essuyer soigneusement les deux côtés des pare-vent.



Figure 1 Pare-vent

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Le réservoir de combustible. Le réservoir de combustible doit être nettoyé avec un chiffon. Le réservoir de combustible comporte plusieurs rebords et crevasses qui nécessitent un nettoyage minutieux.



Figure 2 Réservoir de combustible

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

La grille. La grille se salit par le contact direct avec les ustensiles de cuisson. La nourriture éclabousse continuellement et brûle sur la grille. Nettoyer la grille de tous restes de nourriture. La grille est peut être tachée par la chaleur de la flamme et ne peut pas être nettoyée.



Figure 3 Grille

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Le coffret du réchaud. Le coffret du réchaud protège le brûleur contre la saleté et les débris; toutefois, lors de l'utilisation, le coffret ramasse de la saleté et des débris. L'intérieur du coffret est exposé au débordement de nourriture, à la saleté et la poussière. L'intérieur et l'extérieur du coffret du réchaud doivent être nettoyés soigneusement parce que les dépôts de débris et de saleté accéléreront la corrosion.



Figure 4 Coffret du réchaud

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

INSPECTION POUR DÉTECTER LES DOMMAGES

Une fois que le réchaud a été nettoyé, il doit être inspecté pour détecter les dommages. Vérifier les parties suivantes et signaler tout dommage :

- coffret à réchaud;
- ensemble de valve et du détenteur;
- tête du brûleur principal;
- tête du brûleur auxiliaire;
- ensemble du piston de la pompe;
- pare-vent;
- grille du réchaud; et
- réservoir de combustible.



Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée. Si l'équipement n'est pas utilisable, le retirer de l'équipement utilisable et aviser le quartier-maître désigné pour faire remplacer ou réparer l'élément.

S'ASSURER QUE LE RÉSERVOIR DE COMBUSTIBLE EST VIDE AVANT L'ENTREPOSAGE

S'assurer que le réservoir n'est plus sous pression avant de l'entreposer. Pour relâcher la pression, desserrer le bouchon du réservoir jusqu'à ce que la pression ait chuté, ensuite resserrer le bouchon.

Le réservoir de combustible doit être vidé avant l'entreposage. Tout combustible restant doit être égoutté dans un récipient de combustible. Pour égoutter le combustible du récipient, utiliser un entonnoir et verser le restant du contenu du réservoir de combustible dans un récipient de combustible. Ensuite, pour permettre au combustible restant de s'évaporer, mettre le réservoir de combustible ouvert à l'extérieur dans un endroit bien aéré.



Vider le réservoir de combustible à l'extérieur et utiliser un bac collecteur au cas où un déversement survient.

ENTREPOSAGE

Entreposer le réchaud Coleman dans un endroit frais et sec protégé de l'humidité.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1



La participation des cadets au nettoyage du réchaud à deux brûleurs Coleman 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 comme solution de nettoyage?
- Q2. Quelles zones des pare-vent deviennent habituellement sales?
- Q3. Comment les dommages peuvent-ils être inscrits?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Une solution douce de savon à vaisselle et d'eau.
- R2. Les pare-vent intérieurs deviennent habituellement sales à la suite de la combustion du combustible et d'éclaboussures de nourriture provenant des chaudrons et des casseroles.
- R3. Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée.

Point d'enseignement 2

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un fanal à deux manchons

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



Fournir un fanal à deux manchons à chaque groupe. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et de nettoyer l'équipement au fur et à mesure qu'on l'aborde.

SOLUTION DE NETTOYAGE

Le nettoyage du fanal à deux manchons Coleman requiert seulement un léger mélange de savon à vaisselle et d'eau, et un vieux chiffon ou un linge. Pour mélanger la solution, mettre quelques gouttes de savon à vaisselle dans un seau de lavage rempli d'eau.

NETTOYAGE

Après son utilisation, le fanal à deux manchons Coleman se trouve couvert de dépôts de suie (d'émission de combustible) et probablement de saleté ou de boue, s'il a été déposé au sol. Le nettoyage après l'utilisation prolonge la vie du fanal et retarde la corrosion des surfaces de métal. Certaines parties du fanal à deux manchons Coleman doivent être essuyées à l'aide d'une solution de nettoyage et d'un chiffon ou d'un linge.

L'ensemble ventilateur et anse. Le ventilateur permet à la chaleur et aux émissions de s'échapper du fanal. Les émissions s'accumulent en résidu sur l'ensemble ventilateur et anse (la poignée) et ses parties métalliques. Ce résidu au fil du temps devient très gras et sale en apparence. Enlever l'ensemble ventilateur et anse en dévissant la vis du ventilateur ou décrocher la poignée et lever l'ensemble ventilateur et anse. Essuyer l'ensemble ventilateur et anse au complet en utilisant une solution de nettoyage et un chiffon ou un linge.

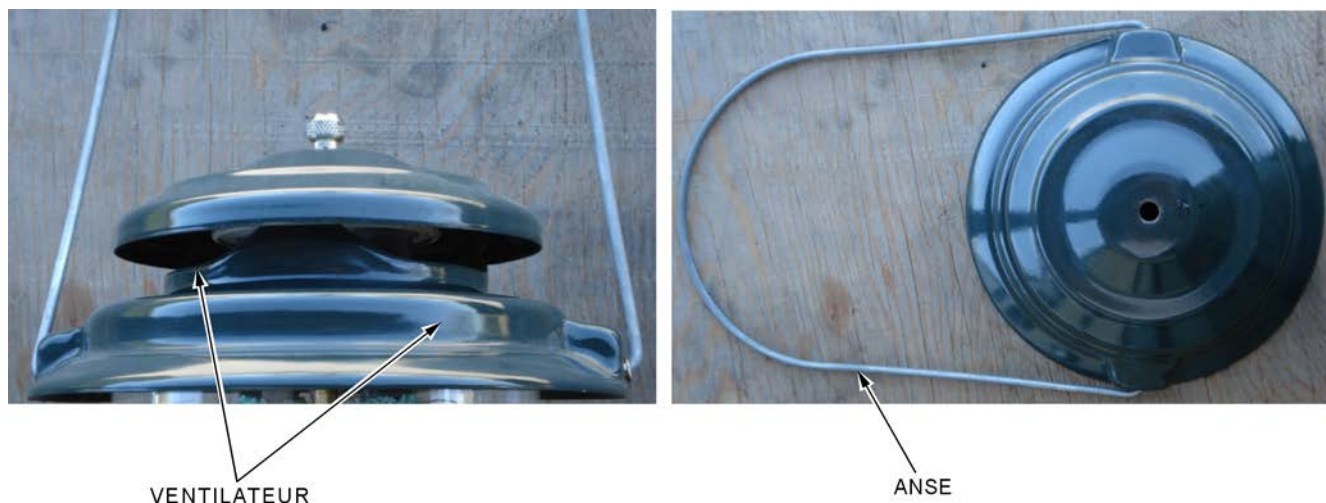


Figure 5 Ensemble ventilateur et anse

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Le globe en pyrex. Le globe, qui protège les manchons, est fait de verre. Ce verre devient sale pendant l'utilisation. Il se salit aussi avec les insectes, la saleté et la poussière qui vient constamment en contact avec le verre. Le verre devient taché et réduit la quantité de lumière qui est émise du fanal. Enlever le globe du fanal, le lever soigneusement par-dessus les manchons. Nettoyer le globe en utilisant la solution de nettoyage et un chiffon ou un linge.

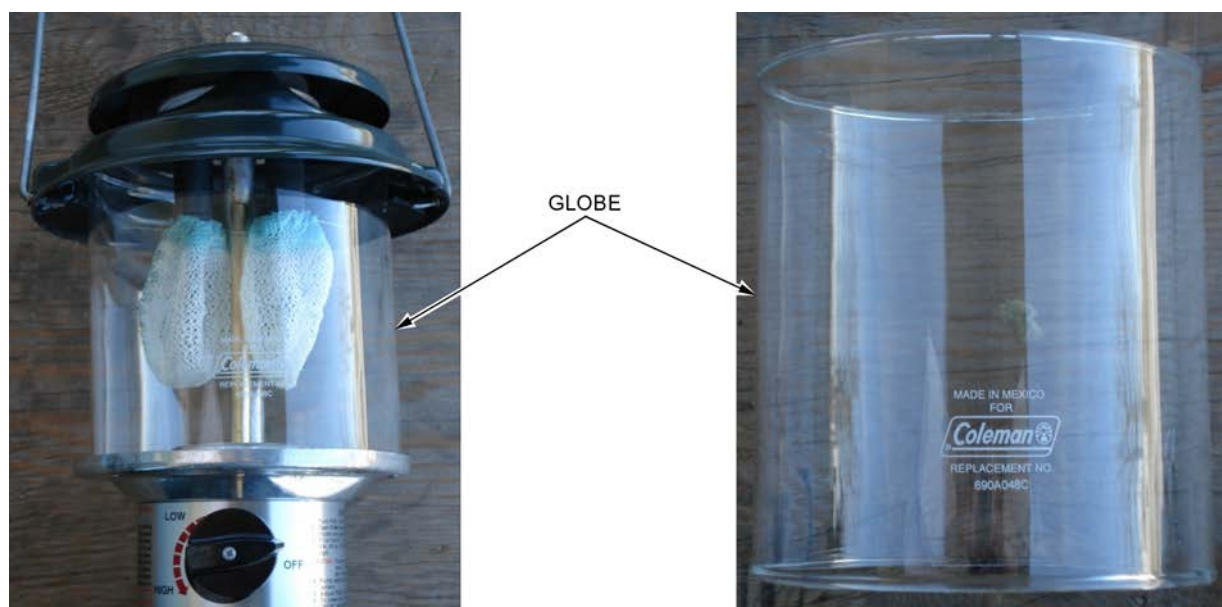


Figure 6 Globe

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Le réservoir de combustible. Le réservoir de combustible est le réservoir qui stocke le combustible, autrement connu comme les fonts. Le réservoir de combustible est utilisé pour déposer le fanal sur des surfaces plates, que ce soit au sol ou sur une table. Cette partie ramasse peu de résidu provenant des émissions du fanal; cependant, elle est exposée à l'humidité et la saleté. Il est important de nettoyer l'extérieur du réservoir de combustible avec la solution de nettoyage pour ralentir la corrosion du métal.




Figure 7 Réservoir de combustible

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

INSPECTION POUR DÉTECTER LES DOMMAGES

Une fois que le fanal est nettoyé, il doit être inspecté pour détecter les dommages. Vérifier les parties suivantes et signaler tout dommage :

- ventilateur;
- manchon;
- anse;
- globe;
- bouchon du réservoir;
- bouton de commande;
- réservoir de combustible; et
- pompe.



Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée. Si l'équipement n'est pas utilisable, le retirer de l'équipement utilisable et aviser le quartier-maître désigné pour faire remplacer ou réparer l'élément.

S'ASSURER QUE LE RÉSERVOIR DE COMBUSTIBLE EST VIDE AVANT L'ENTREPOSAGE

S'assurer que le réservoir n'est plus sous pression avant de l'entreposer. Pour relâcher la pression, desserrer le bouchon du réservoir jusqu'à ce que la pression soit relâchée, ensuite resserrer le bouchon.

Le réservoir de combustible doit être vidé avant l'entreposage. Tout combustible restant doit être égoutté dans un récipient de combustible. Pour égoutter le combustible du récipient, utiliser un entonnoir et verser le restant du contenu du réservoir de combustible dans un récipient de combustible.



Vider le réservoir de combustible à l'extérieur et utiliser un bac collecteur au cas où un déversement surviendrait.

ENTREPOSAGE

Entreposer le réchaud dans un endroit frais et sec, protégé de l'humidité.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2



La participation des cadets au nettoyage du fanal servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE. Des questions sont fournies si une confirmation d'apprentissage supplémentaire est nécessaire.

QUESTIONS

- Q1. Comment le globe devient-il sale?
- Q2. Comment le ventilateur devient-il sale?
- Q3. Quelles parties faut-il vérifier pour détecter les dommages?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le globe se salit avec les insectes, la saleté et la poussière qui vient constamment en contact avec le verre.
- R2. Les émissions salissent le ventilateur. Les émissions s'accumulent en résidu sur l'ensemble ventilateur et anse (la poignée) et ses parties métalliques. Ce résidu au fil du temps devient très gras et sale en apparence.
- R3. Il faut vérifier les parties suivantes pour détecter les dommages :
 - ventilateur;
 - manchon;
 - anse;
 - globe;
 - bouchon du réservoir;
 - bouton de commande;
 - réservoir de combustible; et
 - pompe.

Point d'enseignement 3**Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un ensemble de chaudrons**

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



Donner à chaque groupe un ensemble de chaudrons. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et de nettoyer l'équipement au fur et à mesure qu'on l'aborde.

SOLUTION DE NETTOYAGE

Le nettoyage d'un chaudron requiert seulement un mélange léger de savon à vaisselle, de l'eau et un vieux chiffon ou linge. Pour mélanger la solution, mettre quelques gouttes de savon à vaisselle dans un seau de lavage rempli d'eau.

NETTOYAGE

Après son utilisation, le chaudron peut se trouver couvert de dépôts de nourriture, de suie des flammes du feu et possiblement de la saleté ou de la boue, s'il a été déposé au sol. Le nettoyage des parois intérieures et extérieures après l'utilisation prolonge la vie de l'ensemble de chaudrons et le garde hygiénique.

SÉCHAGE

Une fois que toutes les parties sont lavées, il est important de sécher l'ensemble. Pour sécher l'ensemble, sécher à l'air ou utiliser un linge sec pour absorber l'humidité qui reste. Entreposer un chaudron humide peut être dangereux et insalubre. Un ensemble de chaudrons qui est entreposé humide peut devenir moisi plus tard. Cela peut rendre quelqu'un malade.



Figure 8 Ensemble de chaudrons

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

INSPECTION POUR DÉTECTER LES DOMMAGES

Une fois que l'ensemble de chaudrons a été nettoyé et séché, il doit être inspecté pour détecter les dommages. Vérifier les parties suivantes et signaler tout dommage :

- parois de chaudron;
- poignée;
- articulation de poignée;
- couvercle; et
- petits chaudrons supplémentaires, si inclus.



Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée. Si l'équipement n'est pas utilisable, le retirer de l'équipement utilisable et aviser le quartier-maître désigné pour faire remplacer ou de réparer l'élément.

ENTREPOSAGE

Entreposer l'ensemble de chaudrons dans un endroit frais et sec, protégé de l'humidité.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3



La participation des cadets au nettoyage de l'ensemble de chaudrons servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE. Des questions sont fournies si une confirmation d'apprentissage supplémentaire est nécessaire.

QUESTIONS

- Q1. Quelles parties du chaudron faut-il nettoyer?
- Q2. Pourquoi doit-on sécher un ensemble de chaudrons?
- Q3. Quelles parties d'un ensemble de chaudrons faut-il vérifier pour détecter les dommages?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Il faut nettoyer les parois intérieures et extérieures, et le couvercle.
- R2. Un ensemble de chaudrons qui n'est pas séché et qui est entreposé humide peut comporter de la moisissure et devenir insalubre pour la cuisson.
- R3. Il faut vérifier les parties suivantes pour détecter les dommages :
 - parois de chaudron;
 - poignée;
 - articulation de poignée;

- couvercle; et
- petits chaudrons supplémentaires, si inclus.

Point d'enseignement 4

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage des outils de campagne suivants

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



Donner des outils de campagne à chaque groupe. Demander aux cadets de suivre l'instruction, et de nettoyer l'équipement au fur et à mesure qu'on l'aborde.

HACHE

Lavage et séchage

Il est nécessaire de nettoyer une hache avec une solution de nettoyage seulement quand il est évident que la hache est couverte de saleté ou d'argile. Si la hache doit être lavée, s'assurer de sécher soigneusement les surfaces puisque l'humidité qui reste encore peut rouiller la tête de la hache et dégrader la poignée en bois.

Appliquer de l'huile d'entreposage

Frotter la tête de la hache avec quelques gouttes d'huile, pour la protéger contre la rouille. Cela réduit les risques de corrosion à la lame de la hache. Le type d'huile n'est pas important.

La poignée de la hache doit être frottée avec de l'huile de lin. L'huile de lin aide le bois à retenir son contenu d'humidité naturel, ce qui retarde le craquage, l'écaillage et le rétrécissement. L'huile de lin résiste aussi à l'eau.



Pour garder la poignée bien huilée, percer un trou d'un quart de pouce de diamètre, trois pouces dans la crosse de la poignée. Remplir avec de l'huile de lin et bloquer le trou avec un bouchon en bois.

Inspecter pour détecter les dommages

Une fois que la hache est nettoyée et huilée, elle doit être inspectée pour détecter les dommages.

Poignée. La poignée doit être inspectée pour l'écaillage, les fissures ou les fractionnements qui peuvent affaiblir le bois de la poignée. Regarder autour de l'espace où la tête de la hache et la poignée entrent en contact. Il est commun de trouver des fissures et des fractionnements à cet endroit.

Tête de la hache. La tête de la hache doit être vérifiée pour s'assurer qu'elle est serrée, et n'oscille pas ou ne bouge pas. Vérifier la lame pour toute encoche ou tout effritement et sentir au toucher le tranchant de la lame en frottant légèrement le pouce le long de la lame.



Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée. Si l'équipement n'est pas utilisable, le retirer de l'équipement utilisable et aviser le quartier-maître désigné pour faire remplacer ou de réparer l'élément.

Entreposage

Entreposer la hache dans un endroit frais et sec, protégé de l'humidité.



Figure 9 Hache à simple tranchant

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

SCIE À ARCHET

Lavage et séchage

Il est nécessaire de nettoyer une scie avec une solution de nettoyage seulement quand il est évident que la scie est couverte de saleté ou d'argile. Si la scie doit être lavée, s'assurer de sécher soigneusement les surfaces puisque l'humidité qui reste encore peut rouiller la poignée et la lame de la scie.

Appliquer de l'huile d'entreposage

Mettre quelques gouttes d'huile sur la lame, pour la protéger contre la rouille. Cela réduit les risques de corrosion à la lame de la scie. Le type d'huile n'est pas important. S'il y a une accumulation de sève sur la lame, utiliser du kérosène pour enlever les dépôts.

Inspecter pour détecter les dommages

Une fois que la scie est nettoyée et huilée, elle doit être inspectée pour détecter les dommages.

Lame. Inspecter la lame pour vérifier si les dents sont émoussées ou manquantes, et si elle est déformée. Si un de ces dommages existe, la lame doit être remplacée.

Poignées ou « joues ». Inspecter les poignées pour s'assurer qu'elles sont encore en bon état. S'assurer que le métal ne s'est pas détérioré (faible par endroit) ou qu'aucun enfoncement important n'est apparent qui peut affaiblir la scie.

Cadre. Tout comme les poignées, inspecter le cadre pour détecter toute détérioration du métal ou des enfoncements qui peuvent affaiblir la scie.



Les dommages doivent être inscrits sur une feuille de papier coloré, de préférence rouge et attachée à la pièce endommagée. Si l'équipement n'est pas utilisable, le retirer de l'équipement utilisable et faire remplacer ou réparer l'élément.

Entreposage

Entreposer la scie à archet dans un endroit frais et sec, protégé de l'humidité.



Figure 10 Scie à archet

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4



La participation des cadets au nettoyage des outils de campement servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE. Des questions sont fournies si une confirmation d'apprentissage supplémentaire est nécessaire.

QUESTIONS

- Q1. Que faut-il utiliser pour enlever l'accumulation de sève sur la lame?
- Q2. Que doit rechercher une personne, lors de l'inspection de la lame pour détecter des dommages?
- Q3. Que faut-il mettre sur la lame pour la protéger contre la rouille ou la corrosion?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le kérosène doit être utilisé pour enlever la sève de la lame.
- R2. Une personne doit inspecter la lame pour détecter les dents émoussées ou manquantes, et si elle est déformée.
- R3. Une mince couche de n'importe quel type d'huile protège la lame de métal contre la rouille ou la corrosion.

Point d'enseignement 5**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, étape 1).
3. Plier les extrémités vers l'intérieur pour faire un rectangle (figure 11, étape 2).
4. Plier en deux en ramenant le côté droit vers le côté gauche (figure 11, étape 3).
5. Plier les extrémités vers le centre – l'extrémité droite vers le centre, l'extrémité gauche vers le centre (figure 11, étape 4).
6. Plier en deux en ramenant le côté droit vers le côté gauche (figure 11, 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 (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 (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 récipients en plastique sont idéals pour organiser et entreposer les tapis de sol.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5



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'inspection de l'équipement 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'entretenir l'équipement de section après l'utilisation en campagne prolonge sa vie. 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.

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.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 10

OCOM C221.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR LES EFFORTS DE CONSERVATION EN MILIEU SAUVAGE AU CANADA

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE1, PE2 et PE4 pour présenter aux cadets la conservation en milieu sauvage et stimuler leur intérêt.

Une activité en classe a été choisie pour le PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir acquis une appréciation des efforts de conservation en milieu sauvage au Canada.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprécient l'environnement en milieu sauvage autant que de comprendre l'impact qu'ils ont sur l'environnement. L'environnement est très fragile et chaque cadet doit respecter la terre qu'on partage avec tous. Comme cadets de l'Armée, il y a un besoin de contribuer aux efforts qui aident à garder l'intégrité naturelle de l'environnement.

Point d'enseignement 1**Définir et expliquer les termes environnementaux**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Expliquer les termes suivants.

TERMES ENVIRONNEMENTAUX

La conservation. La conservation est définie comme l'utilisation des ressources naturelles (p. ex. le sol, l'eau, les minéraux, la faune et le soleil) d'une façon qui assure la disponibilité continue pour les prochaines générations. Elle comprend la préservation, l'entretien, l'utilisation, la restauration et l'amélioration de l'environnement.

L'éthique de la terre. L'éthique de la terre consiste à respecter, à valoriser et à se préoccuper du monde naturel.

L'écosystème. Un écosystème est l'interaction des organismes vivants et leur environnement. L'écosystème comprend :

- **Éléments abiotiques.** Les éléments physiques tels que l'eau et les roches.
- **Biodiversité.** Une composition de communautés qui ont des espèces différentes. Par exemple, les espèces trouvées dans une forêt humide seront différentes des espèces trouvées dans la toundra.
- **Processus de l'écosystème.** Les mécanismes qui font fonctionner les écosystèmes, tels que les feux, les inondations et la prédation (animaux prédateurs d'autres animaux).

Intégrité écologique. Les écosystèmes possèdent de l'intégrité quand tous les éléments (abiotiques, la biodiversité et les processus de l'écosystème) fonctionnent ensemble. Les gens devraient profiter des parcs sans endommager ces éléments.

Ressources naturelles Canada. L'Agence des Ressources naturelles Canada (RNCan) est responsable d'assurer un développement adéquat des ressources naturelles du Canada, y compris l'énergie, les forêts, les minéraux et les métaux. Ils maintiennent une base de connaissances à jour des masses terrestres et des ressources du Canada.

L'agence des RNCan est responsable d'élaborer les politiques et les programmes pour améliorer la contribution du secteur des ressources naturelles à l'économie et pour améliorer la qualité de vie de tous les Canadiens.

Parcs provinciaux et nationaux. Tous les Canadiens sont propriétaires des parcs provinciaux et nationaux. Ils sont protégés de la plupart du développement et de la pollution par les humains. Le but de ces parcs est de favoriser le plaisir des visiteurs tout en conservant et en améliorant la beauté naturelle, la faune et l'héritage culturelle qu'ils contiennent. Ces parcs sont protégés par les lois du gouvernement.

Le mandat des parcs nationaux est de protéger les terres et les eaux qui représentent la diversité naturelle transcontinentale du Canada, de façon qui restaure ou maintient l'intégrité écologique et de façon qui permet les activités et l'appréciation des visiteurs.

Terres publiques. Toutes les terres qui appartiennent au gouvernement fédéral ou provincial sont des terres publiques. Le contrôle et l'autorité sont placés sur la Couronne. La quantité de terres publiques varie d'une

province à l'autre. Les parcs nationaux, les parcs provinciaux, les réserves autochtones, les bases militaires fédérales et les forêts provinciales sont tous diverses formes de terres publiques.

Territoires protégés. Pour assurer que les entités topographiques naturelles sont sécuritaires, certains territoires sont déclarés « protégé ». Une fois ces territoires déclarés « protégés », ils sont assujettis à plusieurs lois qui aident à protéger leurs intérêts. Il y a plusieurs territoires protégés à travers le Canada, tels que la Réserve du parc national Nahanni du Canada, situé dans les Territoires du Nord-Ouest.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce que la conservation?
- Q2. Quelles sont les trois éléments d'un écosystème?
- Q3. Qu'est-ce qu'un territoire protégé?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La conservation est définie comme l'utilisation des ressources naturelles (p. ex. le sol, l'eau, les minéraux, la faune et le soleil) de façon qui assure la disponibilité continue pour les prochaines générations. Elle comprend la préservation, l'entretien, l'utilisation, la restauration et l'amélioration de l'environnement.
- R2. Les trois éléments d'un écosystème sont les éléments abiotiques, la biodiversité et les processus de l'écosystème.
- R3. Une aire protégée est un territoire qui a été déclaré « protégé ».

Point d'enseignement 2

Discuter de l'impact humain sur l'environnement des parcs

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Il y a plusieurs façons où les cadets peuvent contribuer pour minimiser le niveau d'impact humain sur l'environnement des parcs. Même si ces points sont adaptés à Parcs Canada et aux parcs nationaux, ils doivent être considérés pour tout site de campement de campagne utilisé par les cadets.

LA GESTION DE L'ÉCOSYSTÈME

En travaillant étroitement avec les autres agences de gestion des terres, Parcs Canada démontre du leadership dans son objectif d'élaborer une meilleure compréhension de la relation entre les pratiques existantes de l'utilisation des terres et leurs effets sur l'environnement naturel.

Il s'agit d'une compréhension et d'un partenariat entre tous ceux dont les activités influencent l'intégrité écologique du parc. Par exemple, un corps de cadets qui participe à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine peut mettre des contraintes sur l'environnement par des activités quotidiennes telles que l'installation d'abris, la construction et l'allumage de feux et l'élimination des déchets. Les autres agences et gens ont aussi un impact sur l'écologie de ce parc.

Le concept de partenariat est aussi important puisque les universités, les organisations de conservation et le secteur privé ont beaucoup à contribuer pour la recherche et les initiatives de surveillance environnementales dans les parcs nationaux.

LE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Le développement durable exige de satisfaire les besoins du présent, sans compromettre les besoins des prochaines générations. Il s'agit d'une façon de penser et d'agir. Il s'agit aussi d'une façon d'assurer que les considérations sociales, économiques et environnementales sont intégrées dans nos décisions et nos actions. Les choix qui sont faits maintenant affectent les choix que les gens peuvent faire pour les années à venir.

Le gouvernement du Canada soumet une stratégie de développement durable (SDD) au Parlement à tous les trois ans. Une fois que cette stratégie est approuvée, Parcs Canada développe sa SDD qui explique comment il intégrera les principes dans ses politiques, ses programmes, sa législation et ses opérations.



Les stratégies de développement durable sont élaborées aux trois ans et on peut les consulter à l'adresse électronique suivante « stratégie de développement durable » du site Web de Parcs Canada ou Environnement Canada.

LES AIRES PROTÉGÉES D'ENVIRONNEMENT CANADA

Le but des aires protégées d'Environnement Canada est de préserver de riches et diverses populations. Le Service canadien de la faune (SCF) fait partie d'Environnement Canada. Le SCF est responsable pour la protection et la gestion des oiseaux migrateurs, et des habitats nationaux importants et des espèces en voie de disparition. Ils travaillent aussi sur d'autres questions de la faune d'importance nationale et internationale lorsqu'elles surviennent.

Le SCF travaille avec plusieurs groupes pour assurer que les aires sont protégées. Il existe environ 11.8 millions d'hectares d'habitats d'animaux sauvages protégés – un territoire plus de deux fois la grandeur de la Nouvelle-Écosse.

Les éléments du réseau comprennent :

- Réserve nationale de faune;
- Sanctuaires d'oiseaux migrateurs; et
- Réserve marine de faune.

La plupart des aires protégées permettent l'accès au public et certaines offrent des installations, des activités et des services pour les visiteurs. Il peut y avoir des expositions, des sentiers, des brochures et des kiosques de visionnement pour aider les visiteurs à comprendre leur milieu environnant. Le Service canadien de la faune a interdit les visites de certaines aires protégées pendant les périodes critiques telles que la nidification et la mue (la perte de plumes ou de poils).



Pour en apprendre plus au sujet des aires protégées d'Environnement Canada, consulter les sites Web suivants :

- <http://www.cws-scf.ec.gc.ca>; ou
- <http://www.hww.ca/hww2.asp?cid=4&id=231>.

LES PRÉOCCUPATIONS LOCALES, RÉGIONALES ET GLOBALES

Le mouvement des espèces exotiques

Les espèces exotiques sont aussi communément appelées des espèces envahissantes et se rapportent aux plantes, aux animaux, aux champignons ou autres organismes qui ont été intégrées accidentellement ou volontairement dans un endroit en dehors de leur origine.

Les intégrations peuvent être accidentelles ou intentionnelles. Les résultats de ces intégrations peuvent varier à partir d'endommager l'habitat à ne pas avoir d'effet. Une espèce peut être intégrée parce qu'elle semble être bénéfique pour l'environnement ou par la plantation de graines impures. Certaines espèces peuvent apparaître après des désastres tels que des feux de forêt. Les humains peuvent transporter certaines de ces espèces lorsqu'ils se déplacent. Des espèces ont été trouvées sur les véhicules et les vêtements. Cela est habituellement accidentel.

Bien que la majorité des espèces de plantes introduites ne causent pas de problèmes écologiques ou économiques, certaines sont devenues très dangereuses dans leur nouvel habitat. Pour qu'une espèce introduite devienne un envahisseur, elle doit arriver, survivre et se développer.



Des espèces envahissantes : la moule zébrée

La moule zébrée, qui est originaire de l'Europe de l'Est, est un mollusque d'eau douce qui a été accidentellement introduit dans les grands lacs. Elle a été déchargée dans l'eau de ballast de navires en 1986 et n'a cessé de s'épanouir depuis. Après avoir été dans un environnement favorable pour environ cinq ans, elles peuvent atteindre des densités de centaines de milliers par mètre carré.

La moule zébrée est une espèce nuisible qui cause beaucoup d'inquiétude. Elle bloque les conduits (les prises d'eau, les canalisations, les tunnels), corrode la coque des navires, couvre les épaves, cause la perte d'habitat et change le rendement de l'écosystème. Plusieurs solutions ont été essayées, qui n'ont pas été très efficaces. Le prix de l'invasion peut coûter des millions de dollars chaque année, principalement pour le nettoyage et les mesures de contrôle.

La pollution de l'air et de l'eau

La pollution de l'air est une énorme préoccupation environnementale. La qualité de l'air est un facteur important dans la qualité de vie. Elle découle de plusieurs sources, telles que la combustion de combustibles fossiles des industries, la transportation et le chauffage.

Les sources d'eau, telles que les lacs, les rivières, les courants d'eau et les ruissellements de l'eau deviennent pollués quand les excréments entrent en contact avec l'eau. En règle générale, une personne devrait être située à un endroit 60 mètres ou plus de l'eau avant de faire des excréments. Les excréments d'animaux polluent aussi les sources d'eau.

Les émissions du gaz à effet de serre

(Adapté par « *The Climate is Changing our National Parks* », Parcs Canada, gouvernement du Canada).

Le climat de la Terre change par le processus naturel, mais aussi en raison des émissions de gaz à effet de serre (GES).

Il y a eu une augmentation de la température globale au cours des 100 dernières années. Les effets du changement de climat sont évidents sur une échelle locale à globale. Les niveaux de la mer s'élèvent, la glace polaire fond et la température devient moins prévisible.

Parcs Canada essaie de réduire les impacts des GES de ses opérations et activités en :

- réduisant la taille, l'utilisation de carburant et les émissions GES de ses automobiles et véhicules légers;
- améliorant l'efficacité énergétique de ses édifices et installations; et
- augmentant l'utilisation des technologies des énergies renouvelables.

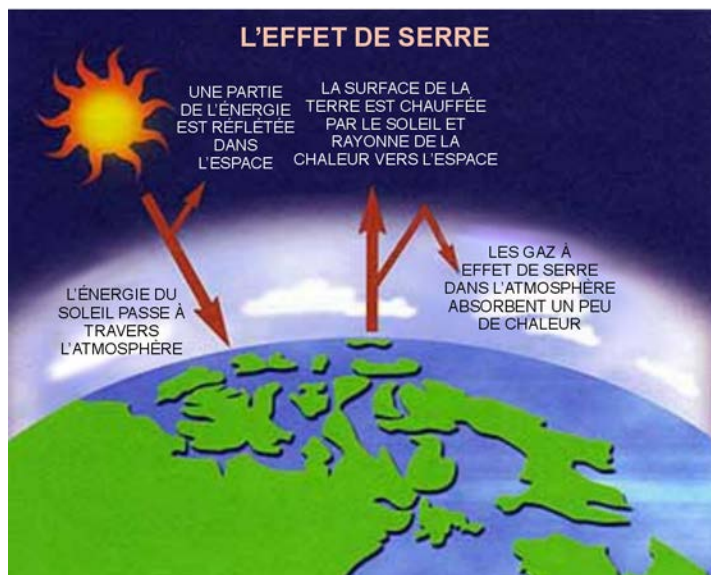


Figure 1 L'effet de serre

Parcs Canada, The Climate is Changing our National Parks, Extrait le 21 mars 2007 du site http://www.pc.gc.ca/docs/v-g/ie-ei/cc/climate_e.asp

La gestion des déchets solides

Tout ce qui peut être transporté à un site doit être rapporté. Les communautés des parcs ne font pas exception. Collectivement, les résidences de parcs et les établissements commerciaux tels que les restaurants et les hôtels génèrent des volumes énormes de déchets et de résidus de cuisine.

Les ours sont une grande préoccupation directement reliée à la gestion de déchets. La gestion de déchets à l'épreuve des ours est essentielle pour la sécurité des gens et la protection des ours et des autres animaux sauvages.

Les efforts pour réduire, réutiliser et recycler aident beaucoup à diminuer la quantité de déchets générés. Cela aide à réduire la consommation de ressources de grandes valeurs et le besoin de terres de grande valeur à transformer en sites d'enfouissement.

La gestion de l'eau usée

Il y aura toujours de l'eau qui reste, provenant de la cuisson ou de la baignoire. Ne jamais jeter de l'eau usée près d'un cours d'eau. S'il faut le faire, apporter l'eau à un endroit situé 60 mètres ou plus d'un cours d'eau ou d'un lac. L'eau de vaisselle doit être filtrée et dispersée.

La conservation de l'eau

Boire de l'eau contaminée peut être très grave. En camping, il faut conserver le peu d'eau qu'on a et chercher une source fiable aussitôt que possible.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. À quelle fréquence une stratégie de développement durable est-elle planifiée et mise en œuvre?
- Q2. Environ combien d'aires ont-elles été désignées comme des habitats d'animaux sauvages protégés?
- Q3. Quels sont les préoccupations locales, régionales et globales?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Une stratégie de développement durable est planifiée et mise en œuvre pour trois ans.
- R2. Environ 11.8 millions d'hectares de terre sont déclarés comme des habitats d'animaux sauvages protégés.
- R3. Les préoccupations locales, régionales et globales sont les mouvements d'espèces exotiques, la pollution de l'eau et de l'air, les émissions de gaz à effet de serre, la gestion de déchets solides, la gestion d'eau usée et la conservation de l'eau.

Point d'enseignement 3

Conduire une activité de conservation

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de faire un remue-méninges des efforts environnementaux dans lesquels les cadets peuvent participer pour aider à conserver l'environnement.

RESSOURCES

- Une feuille pour tableau de papier par groupe.
- Du ruban.
- Un marqueur.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de six cadets ou moins.
2. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils effectuent un remue-méninges et inscrivent leurs réponses sur le tableau de papier. Demander aux cadets d'énumérer les efforts qu'ils font pour aider à conserver l'environnement :
 - à la maison,
 - à l'école; et
 - en campagne.



Suivre les principes du camping « écologique » est une étape clé dans la conservation environnementale.

3. Fixer avec du ruban adhésif chaque feuille du tableau de papier de chaque groupe sur le mur ou à un endroit visible par tous les cadets.
4. Discuter des points du remue-méninges des cadets.



Certains points peuvent ne pas être faciles à mettre en œuvre; cependant, il y a toujours de petites démarches que les cadets peuvent faire pour s'assurer que les gens profitent de l'environnement pour des années à venir.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

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

Point d'enseignement 4

Discuter des tâches des agents de conservation des parcs

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

TÂCHES DES AGENTS DE CONSERVATION DES PARCS

Examiner, surveiller et gérer les écosystèmes

Idéalement, les agents de conservation des parcs ont reçu une éducation dans les sciences naturelles ou la gestion des ressources naturelles. Leur connaissance est utilisée pour collecter l'information scientifique, évaluer l'état des ressources du patrimoine et surveiller l'intégrité écologique. Ils contribuent à la préparation de la gestion des plans et jouent un rôle direct dans la mise en œuvre des plans de gestion d'écosystème. Cela implique la recherche, la surveillance de la faune, la capture des animaux et leur déplacement dans les cas rares où ils pourraient poser un risque à la sécurité du public.

Servir en tant que porte-parole du public

Les agents de conservation des parcs sont habituellement bien formés et instruits. Ils sont d'excellents porte-parole pour le public. Il est de leur devoir de garder le public informé sur les questions à propos des parcs et de donner des programmes de sécurité publique. Par l'éducation et la sensibilisation du public, les visiteurs comprennent leur rôle en matière de conservation des parcs et de prévention des accidents.

Conduire des recherches et des opérations de sauvetage

Les agents de conservation des parcs sont formés en premiers soins et en procédures de sauvetage. Ils réagissent quand les gens sont perdus, blessés ou menacés. Les agents de conservation des parcs sont responsables pour conduire des missions et des évacuations de recherche et de sauvetage dans toutes sortes de terrain et de conditions environnementales. Ils mettent en œuvre le contrôle des avalanches, la prévention d'incendies, les mesures de sécurité pour les humains et la faune et les inspections de sécurité. La coopération avec les forces policières, les agents de conservation provinciale et les autres agences de gestion des ressources et organismes d'exécution est d'importance vitale.

Maintenir la sécurité du public

Les agents de conservation des parcs évaluent les risques possibles des activités des visiteurs. Cela comprend la surveillance des risques environnementaux et la réduction des incidents par l'éducation et la sensibilisation du public.

Faire respecter les lois et les réglementations particulières des parcs

Chaque parc possède un ensemble de règles que le public doit respecter. Les agents de conservation des parcs s'assurent que ces règles sont respectées et imposent des pénalités à ceux qui y dérogent.



Pour obtenir plus de renseignements au sujet des tâches des agents des parcs, visiter le site Web de Parcs Canada à http://www.pc.gc.ca/agen/empl/itm3-/emp3a2_e.asp.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

QUESTIONS

- Q1. Idéalement, quel genre d'éducation les agents des parcs ont-ils?
- Q2. Comment les agents des parcs servent-ils le public?
- Q3. Quels sont les genres de procédures de recherche et de sauvetage les agents des parcs mettent-ils en œuvre?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Idéalement, les agents des parcs sont éduqués en sciences naturelles ou en gestion des ressources.
- R2. Les agents des parcs servent le public par l'éducation et la sensibilisation du public, les visiteurs comprennent le rôle des agents des parcs en matière de conservation des parcs et de prévention des accidents.
- R3. Les agents des parcs mettent en œuvre le contrôle des avalanches, la prévention d'incendies, les mesures de sécurité pour les humains et la faune et les inspections de sécurité.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les parcs provinciaux et nationaux?
- Q2. Qu'est-ce que Parcs Canada fait pour essayer de réduire les impacts GES des émissions à effet de serre de ses opérations et activités?
- Q3. Quelles sont les tâches des agents sur la conservation des parcs?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Tous les Canadiens sont propriétaires des parcs provinciaux et nationaux. Ils sont protégés de la plupart du développement et de la pollution par les humains. Le but de ces parcs est de favoriser le plaisir des visiteurs tout en conservant et en améliorant la beauté naturelle, la faune et l'héritage culturelle qu'ils contiennent. Ces parcs sont protégés par les lois du gouvernement.

- R2. Parcs Canada essaie de réduire les impacts des GES de ses opérations et activités en :
- réduisant la taille, l'utilisation de carburant et les émissions GES de ses automobiles et véhicules légers;
 - améliorant l'efficacité énergétique de ses édifices et installations; et
 - augmentant l'utilisation des technologies des énergies renouvelables.
- R3. Les agents de conservation des parcs sont responsables d'étudier, surveiller et gérer les écosystèmes, servir en tant que porte-parole du public, effectuer des recherches et des opérations de sauvetage, maintenir la sécurité du public et faire respecter les lois et les réglementations particulières des parcs.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Il y a des petites démarches que chacun peut faire pour aider à conserver l'environnement. Protéger l'environnement est la responsabilité de tous et chacun. Quand les cadets sont en campagne, la conservation devrait être un facteur clé lors des prises de décision qui peuvent affecter l'environnement.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Un conférencier peut donner cette leçon. Le conférencier devrait présenter les tâches particulières relatives aux parcs pour lesquelles il est responsable, tout en insistant sur l'importance de la conservation de l'environnement.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-052 Parcs Canada. (2007). *Parcs Canada*. Extrait le 22 février 2007, du site http://www.pc.gc.ca/agen/index_E.asp.

C2-053 Service canadien de la faune et Fédération canadienne de la faune. (2007). *Faune et flore du pays – Réseau d'aires protégées d'Environnement Canada*. Extrait le 22 février 2007, du site <http://www.hww.ca/hww2.asp?cid=4&id=231>

C2-054 Bureau du vérificateur général du Canada. (2007). *Bureau du vérificateur général du Canada*. Extrait le 22 février 2007, du site <http://www.oag-bvg.gc.ca/domino/oag-bvg.nsf/html/menue.html>.

C2-066 Environnement Canada. (2007). *Loi canadienne sur la qualité de l'air*. Extrait le 21 mars 2007, du site <http://www.ec.gc.ca/cleanair-airpur/default.asp?lang=En&n=6EBBF05D-1>.

C2-067 Ressources naturelles Canada. (2007). *About us*. Extrait le 21 mars 2007, du site http://www.nrcan-nrcan.gc.ca/inter/aboutus_e.html.

C2-070 Environnement Canada. (2004). *Service canadien de la faune : Pleins feux sur le Service canadien de la faune*. Extrait le 23 mars 2007, du site http://www.cws-scf.ec.gc.ca/focus_e.cfm#targ1.

C2-071 Environnement Canada. (2002). *Présence de la moule zébrée dans le St-Laurent : À suivre...* Extrait le 23 mars 2007, du site http://www.qc.ec.gc.ca/csl/pub/pub004_e.html.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 11

OCOM C221.02 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE

Durée totale :

180 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Faire des photocopies des documents de cours qui se trouvent aux annexes A et B pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Chaque cadet doit recueillir trois bâtons ou perches d'environ un pouce de diamètre avant cette leçon.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les compétences sur la façon de faire des brêlages, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer à faire des brêlages sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE2 parce qu'il s'agit d'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 perfectionnement des compétences et des connaissances en matière de brêlages dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

Une révision des parties d'une corde, de l'OCOM M121.03 (A-CR-CCP-701/PF-002, chapitre 10, section 3) peut être nécessaire avant le début de cette leçon.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devra construire des commodités de campagne en utilisant des nœuds et des brêlages.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent comment faire des nœuds et des brêlages. Construire des commodités de campagne est une façon amusante d'incorporer la façon de faire des nœuds pour améliorer un site d'entraînement en campagne.

Point d'enseignement 1**Expliquer, démontrer et accorder du temps aux cadets pour pratiquer la façon de faire des brêlages**

Durée : 40 min

Méthode : Démonstration et exécution



Distribuer les documents de cours sur la façon de faire des brêlages.

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.

Remarque : On peut demander à des instructeurs adjoints de surveiller la performance des cadets.

BRÊLAGE DE BIGUE

Également appelé un brêlage en rond, il 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 de bigue pour unir des perches pour faire un espar plus long (perche horizontale).

Procédure

1. Faire un nœud demi-clef à capeler autour des deux perches.
2. Enrouler le bout fixe autour des deux perches, en insérant le bout libre du nœud demi-clef à capeler en dessous.
3. Faire huit à dix enroulements de plus autour des perches.
4. Faire passer la corde vers le haut entre les espars et faire deux tours serrés, parallèles aux perches.
5. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de l'une des perches.
6. S'assurer que le brêlage est serré et bien fixé.
7. Ouvrir le brêlage de bigue pour former une bigue ou une structure en A.

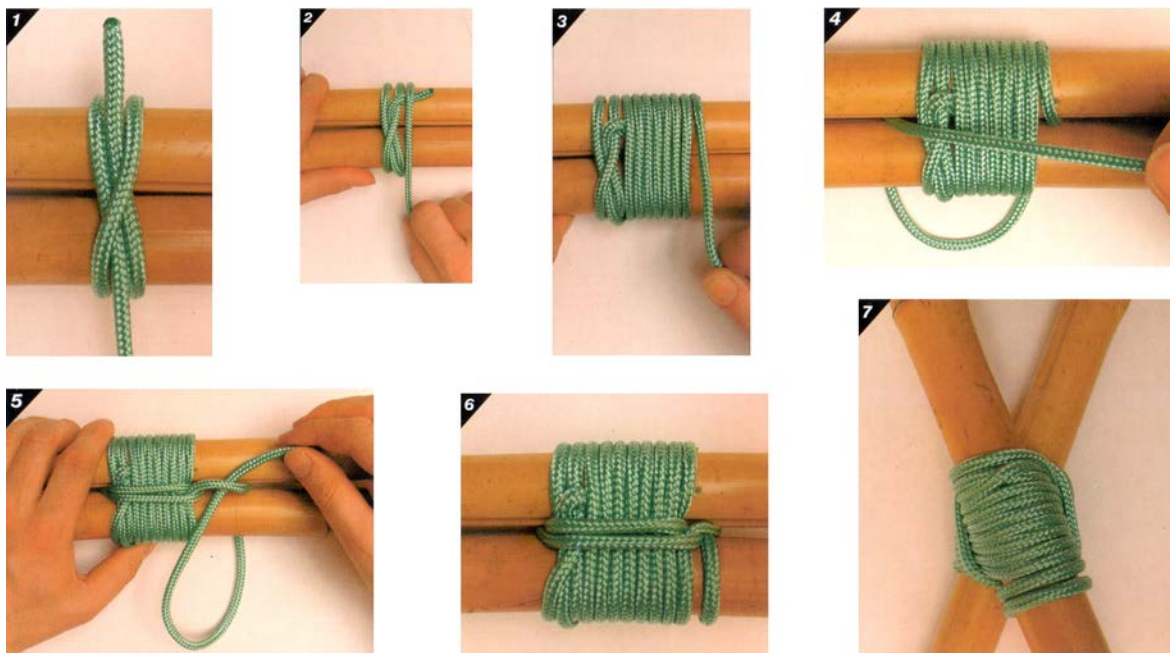


Figure 1 Brêlage de bigue

Pawson, D., Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 184-185)

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.

Procédure

1. Placer la perche verticale par-dessus la perche horizontale, faire un nœud demi-clef à capeler. La perche verticale s'étale de haut en bas et la perche horizontale de gauche à droite.
2. Ramener toute la corde autour et derrière la perche horizontale.
3. Faire passer la corde sur la perche verticale en serrant et puis derrière la perche horizontale pour la ramener au nœud demi-clef à capeler.
4. Continuer en faisant trois tours complets autour des perches, tirer et serrer la corde après chaque tour.
5. Après avoir dépassé le nœud demi-clef 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 perches. Ces enroulements sont appelés des bridures.
6. Faire deux ensembles complets de bridures.
7. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de la perche horizontale.
8. S'assurer que le brêlage est serré et bien fixé.

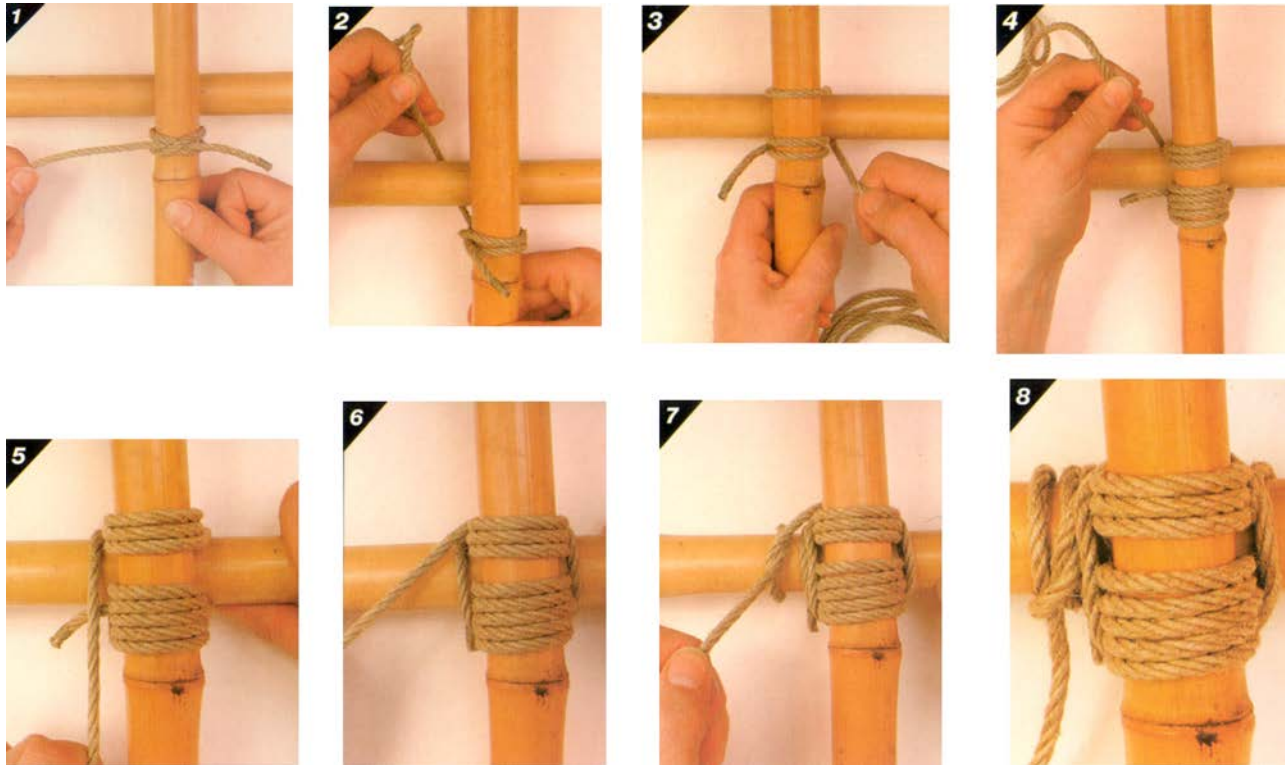


Figure 2 Brêlage carré

Pawson, D., Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 180-181)

NŒUD D'ANGUILLE



Le nœud d'anguille est inclus parce qu'il est nécessaire pour le brêlage diagonal. Il ne devrait pas prendre trop de temps à faire.

Procédure

1. Prendre le bout fixe et l'enrouler autour de l'objet, ensuite autour du dormant de la corde.
2. Torsader le courant sur lui-même en l'enroulant autour du bout libre.
3. Continuer à faire des torsions jusqu'à ce la corde torsadée soit assez longue pour faire le tour de l'objet. Tirer sur le dormant pour serrer le nœud.



Figure 3 Nœud d'anguille

Pawson, D., Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 139)

BRÊLAGE DIAGONAL

Un brêlage diagonal est utilisé à un point de croisement pour empêcher que les perches se séparent.

Procédure

1. Faire un nœud d'anguille autour des deux perches croisées.
2. Faire un tour autour des deux perches croisées, en serrant le nœud d'anguille.
3. Faire trois tours complets de plus dans la même direction, en les serrant.
4. Changer de direction en passant autour de l'une des perches.
5. Faire quatre tours complets autour des deux perches à angle droit des tours originaux, en les serrant.
6. Prendre le bout libre de la corde autour de l'une des perches, en faisant une bridure.
7. Faire deux bridures complètes.
8. Faire un nœud demi-clef à capeler.
9. S'assurer que le brêlage est serré et bien fixé.

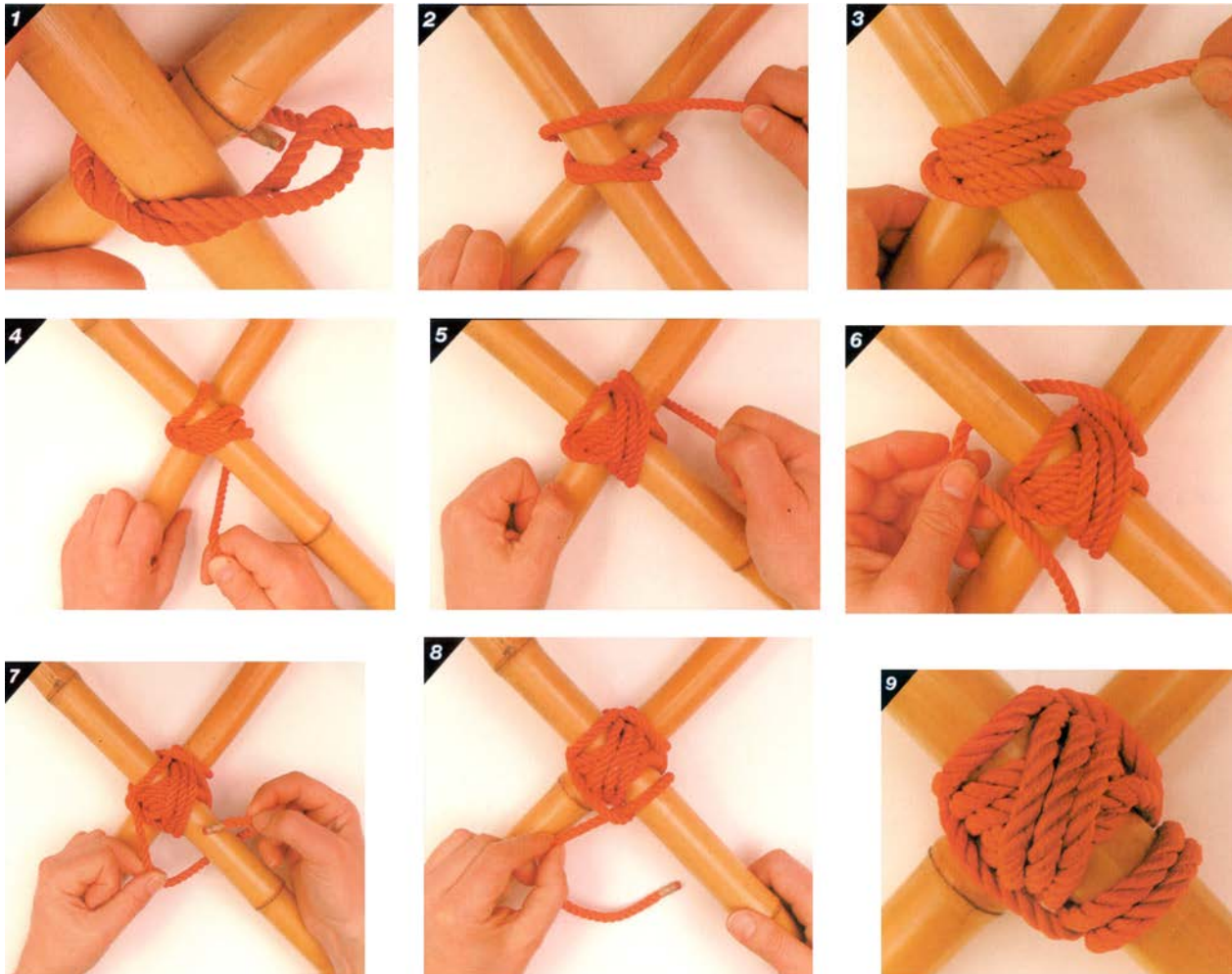


Figure 4 Brélage diagonal

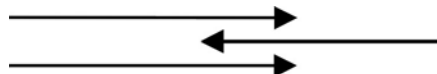
Pawson, D., Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 182-183)

BRÉLAGE EN HUIT

Le brélage en huit sert à attacher ensemble trois perches pour faire un trépied.



Lorsqu'on fait un brélage en huit, les perches doivent être décalées (voir le schéma ci-dessous).



Procédure

1. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de l'une des perches extérieures. Ramener la corde en dessous et par-dessus les autres perches.
2. Passer autour de la perche la plus loin du point de départ et entrelacer la corde de nouveau par-dessus et en dessous.
3. Continuer d'entrelacer la corde en dessous et par-dessus huit fois. Ramener la corde vers le haut entre l'une des deux perches.
4. Tirer la corde parallèle aux perches et faire deux bridures.
5. Faire trois bridures entre les perches restantes.
6. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de la perche qui a déjà un nœud demi-clef à capeler (du départ) à l'extrémité opposée.
7. Ouvrir les perches.

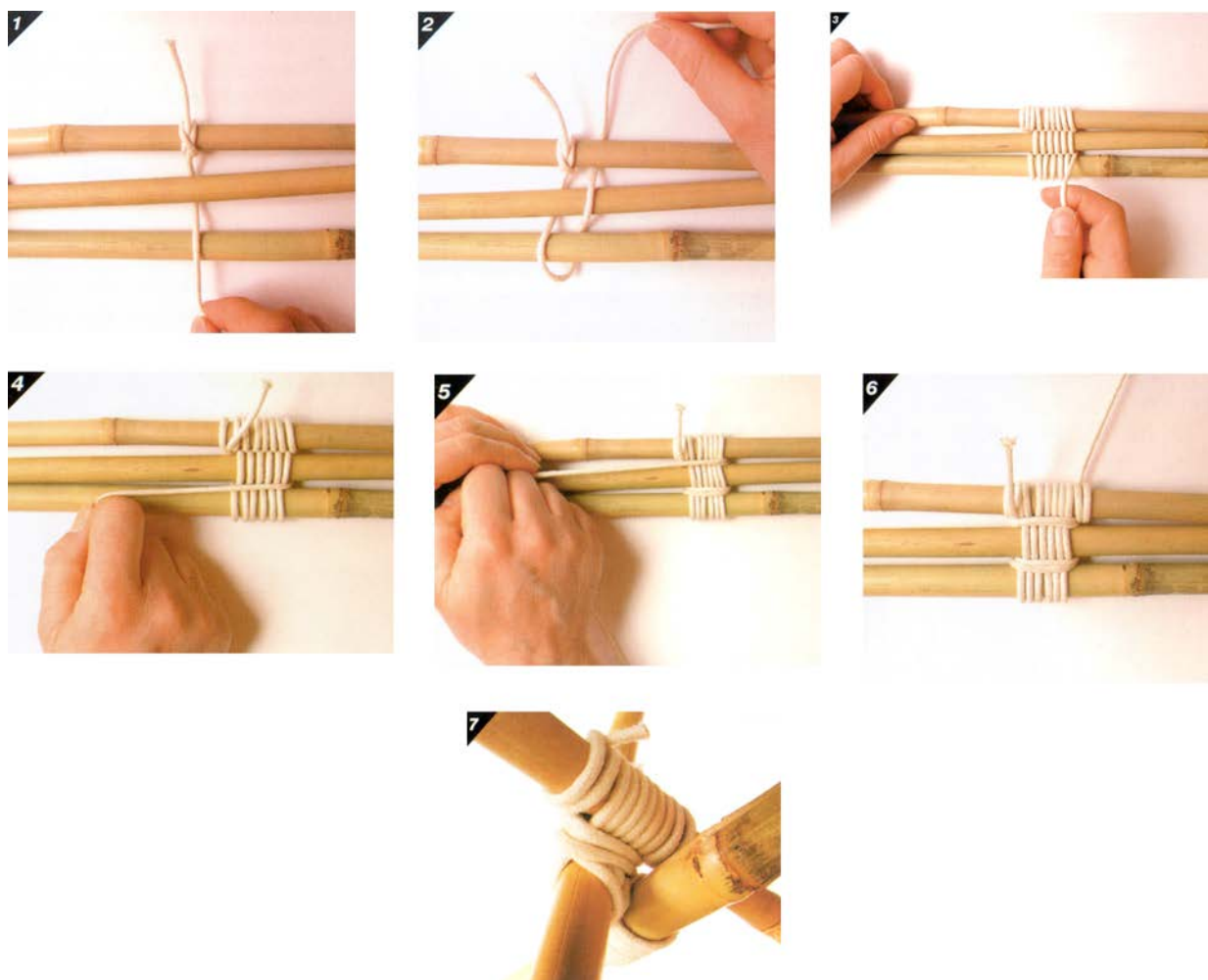


Figure 5 Brêlage en huit

Pawson, D., Pocket Guide to Knots and Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 187-188)

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

Construire des commodités de campagne

Durée : 130 min

Méthode : Activité pratique

COMMODITÉS DE CAMPAGNE

Les commodités de campagne sont choisies des éléments suivants :

- un banc avec appui-dos;
- une table de campement;
- un babillard; et
- un lutrin.



Les illustrations et les instructions sur les commodités de campagne se trouvent à l'annexe B.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de construire des commodités de campagne pour un site de campement, en se servant des nœuds et des brêlages appris.

RESSOURCES

- Corde.
- Ressources naturelles, trouvées sur le terrain.
- Hache de 4 lb (manche de 36 pouces).
- Scie à archet de 24 pouces.
- Figures des commodités de campagne (se trouvent à l'annexe B).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en des groupes de quatre à huit personnes.
2. Selon le besoin et la disponibilité des ressources, permettre aux cadets de choisir les commodités de campagne qu'ils construiront.

3. Distribuer les instructions qui se trouvent à l'annexe B. Les cadets doivent choisir et utiliser les nœuds et brêlages les plus efficaces pour faire leur commodité de campagne.
4. Lorsque les commodités sont terminées, accorder du temps pour que les groupes puissent voir toutes les commodités construites.
5. Selon les règlements locaux, tout le matériel utilisé pour la construction doit être redistribué dans le secteur une fois que l'activité est terminée.

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 substantiel.
- Il faut respecter les limites établies en tout temps.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à cette 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 PE2 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 sur le terrain, tel que du bois 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.

Si les commodités de campagne sont évaluées, elles doivent être jugées selon la stabilité, la qualité des brêlages et l'apparence générale.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-007 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, D. (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*, Edison, NJ, Chartwell Books, Inc.

C2-008 (ISBN 0-00-265314-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*, Hammersmith, Londres, Harper Collins Publishers.

C2-046 PioneeringProjects.org (2004). *PioneeringProjects.org*. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>.

ATTACHE DES BRÊLAGES

BRÊLAGE DE BIGUE

Procédure

1. Faire un nœud demi-clef à capeler autour des deux perches.
2. Enrouler le bout fixe autour des deux perches, en insérant le bout libre du nœud demi-clef à capeler en dessous.
3. Faire huit à dix enroulements de plus autour des perches.
4. Faire passer la corde vers le haut entre les espars et faire deux tours serrés, parallèles aux perches.
5. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de l'une des perches.
6. S'assurer que le brêlage est serré et bien fixé.
7. Ouvrir le brêlage de bigue pour former une bigue ou une structure en A.

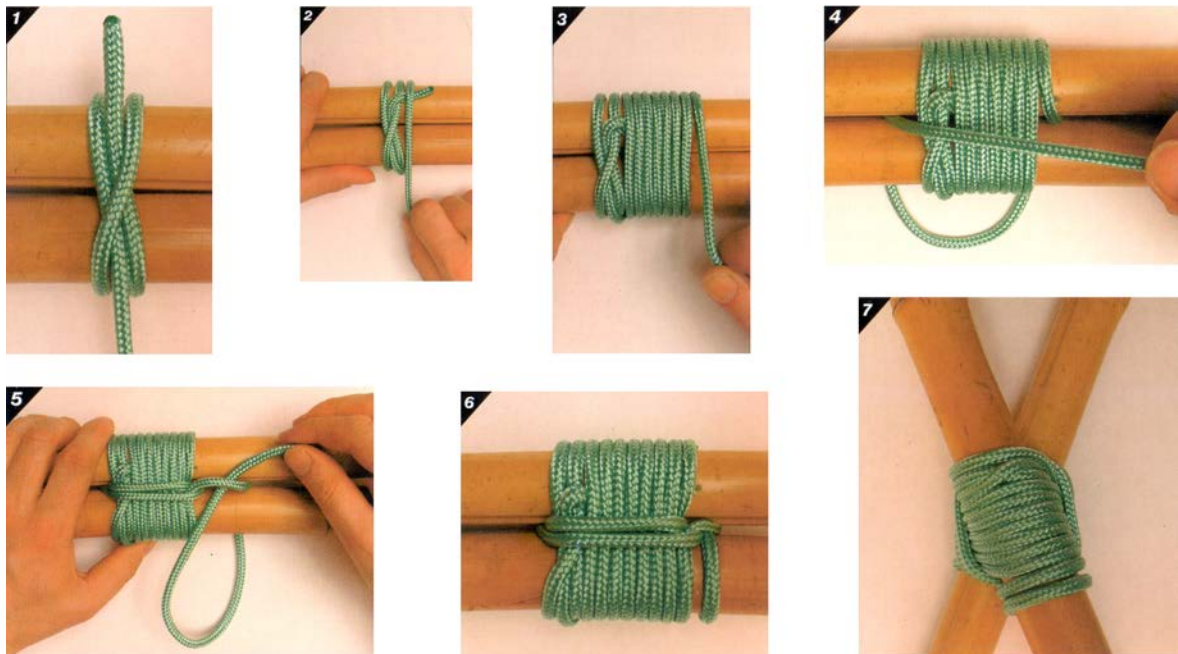


Figure A-1 Brêlage de bigue

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 184-185)

BRÉLAGE CARRÉ

Procédure

1. Placer la perche verticale par-dessus la perche horizontale, faire un nœud demi-clef à capeler. La perche verticale s'étale de haut en bas et la perche horizontale de gauche à droite.
2. Ramener toute la corde autour et derrière la perche horizontale.
3. Faire passer la corde sur la perche verticale en serrant et puis derrière la perche horizontale pour la ramener au nœud demi-clef à capeler.
4. Continuer en faisant trois tours complets autour des perches, tirer et serrer la corde après chaque tour.
5. Après avoir dépassé le nœud demi-clef 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 perches. Ces enroulements sont appelés des bridures.
6. Faire deux ensembles complets de bridures.
7. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de la perche horizontale.
8. S'assurer que le brélage est serré et bien fixé.

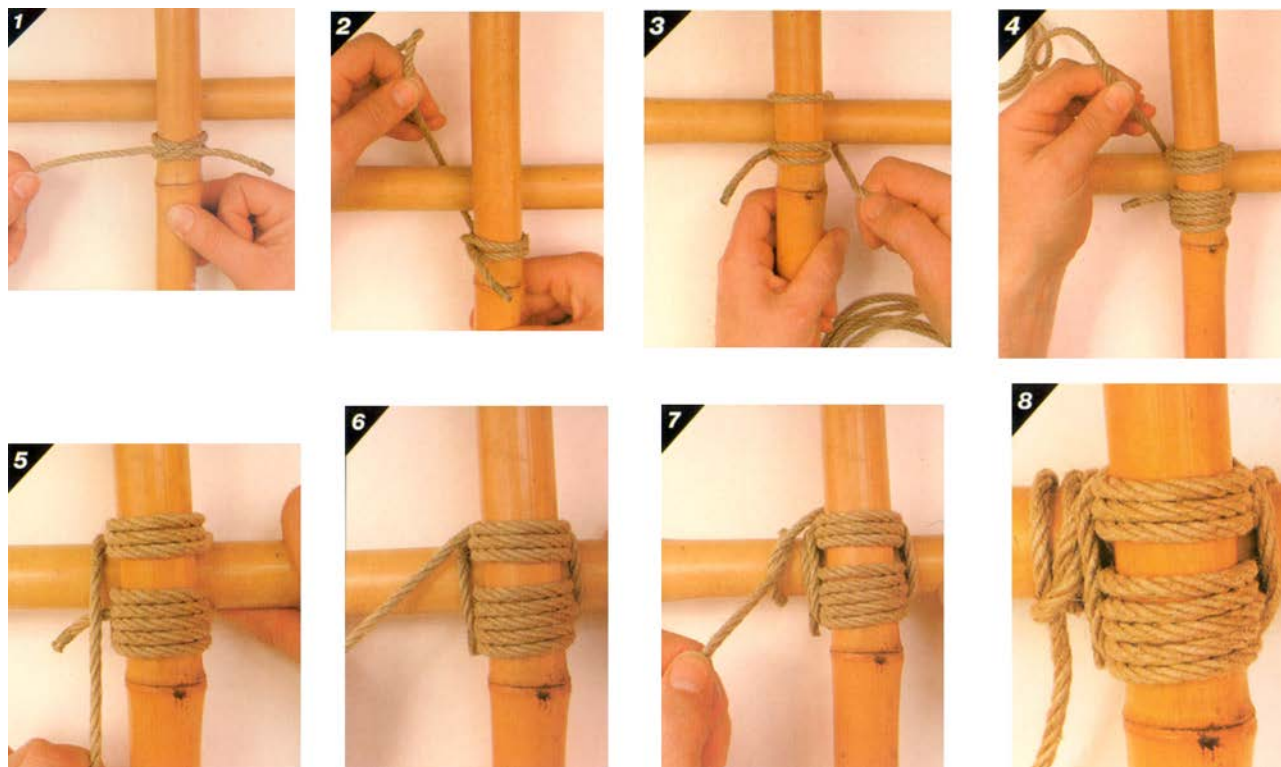


Figure A-2 Brélage carré

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 180-181)

BRÊLAGE DIAGONAL

Procédure

1. Faire un nœud d'anguille autour des deux perches croisées.
2. Faire un tour autour des deux perches croisées, en serrant le nœud d'anguille.
3. Faire trois tours complets de plus dans la même direction, en les serrant.
4. Changer de direction en passant autour de l'une des perches.
5. Faire quatre tours complets autour des deux perches à angle droit des tours originaux, en les serrant.
6. Prendre le bout libre de la corde autour de l'une des perches, en faisant une bridure.
7. Faire deux bridures complètes.
8. Faire un nœud demi-clef à capeler.
9. S'assurer que le brêlage est serré et bien fixé.

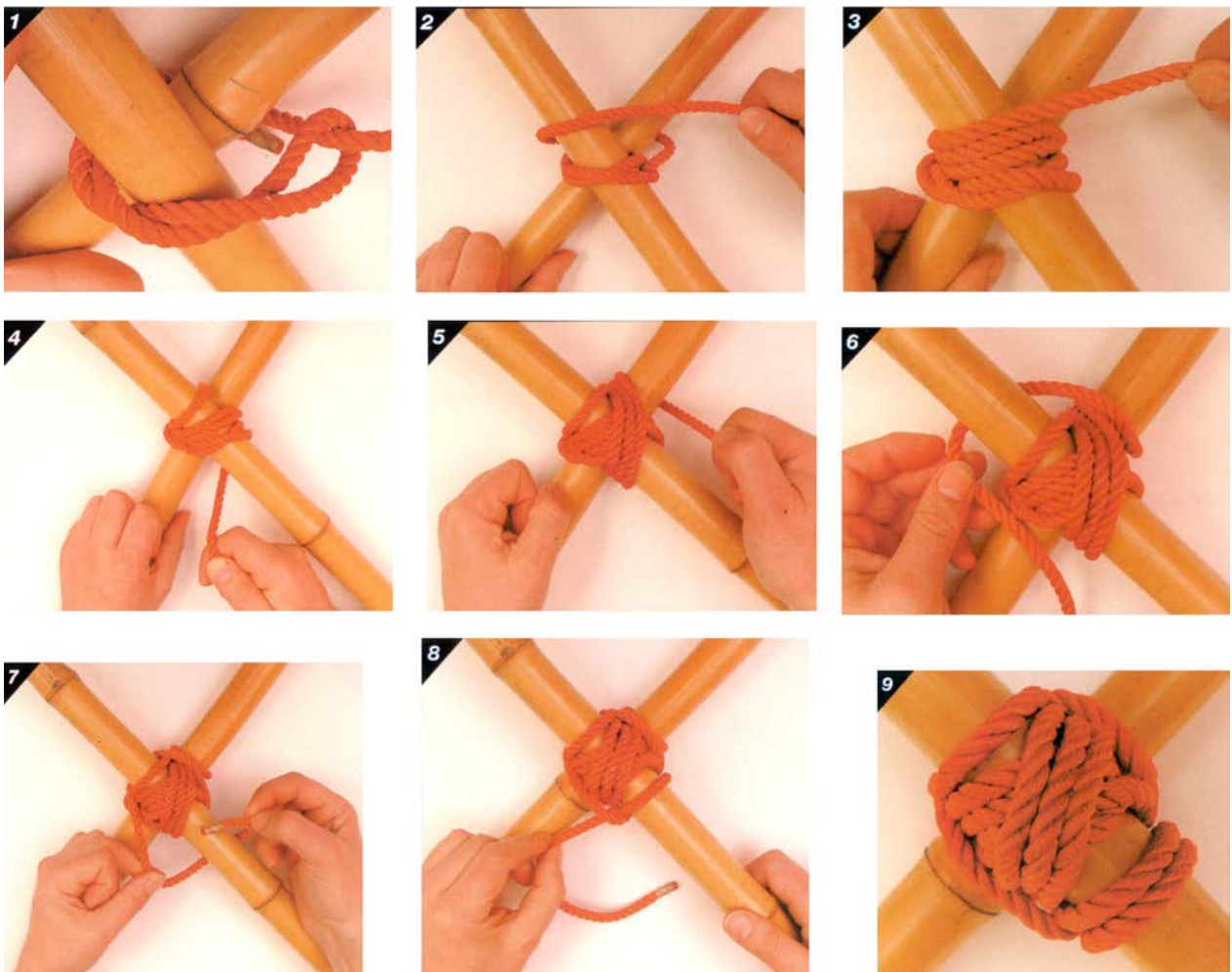


Figure A-3 Brêlage diagonal

Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 182-183)

BRÊLAGE EN HUIT

Procédure

1. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de l'une des perches extérieures. Ramener la corde en dessous et par-dessus les autres perches.
2. Passer autour de la perche la plus loin du point de départ et entrelacer la corde de nouveau par-dessus et en dessous.
3. Continuer d'entrelacer la corde en dessous et par-dessus huit fois. Ramener la corde vers le haut entre l'une des deux perches.
4. Tirer la corde parallèle aux perches et faire deux bridures.
5. Faire trois bridures entre les perches restantes.
6. Faire un nœud demi-clef à capeler autour de la perche qui a déjà un nœud demi-clef à capeler (du départ) à l'extrémité opposée.
7. Ouvrir les perches.

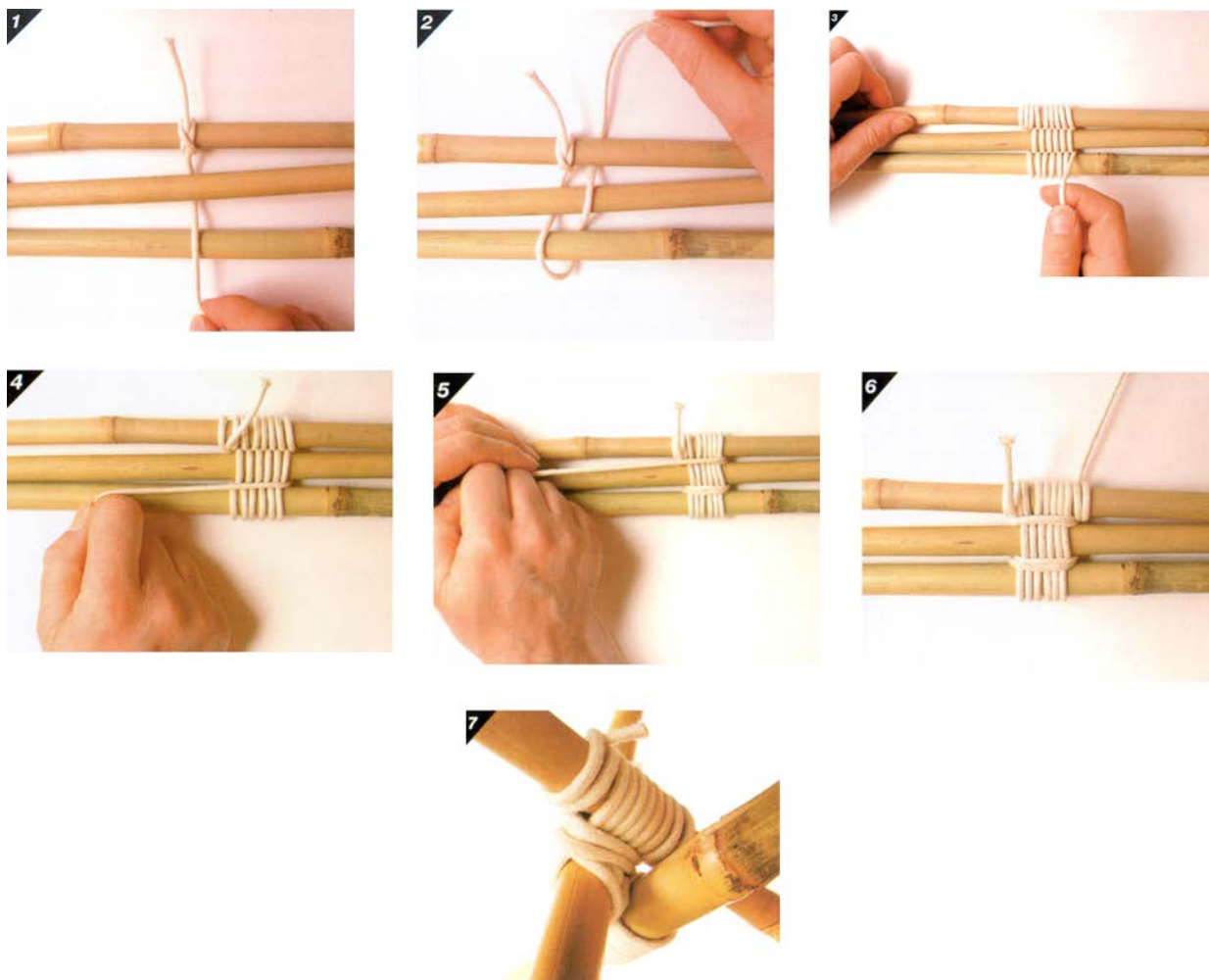


Figure A-4 Brêlage en huit

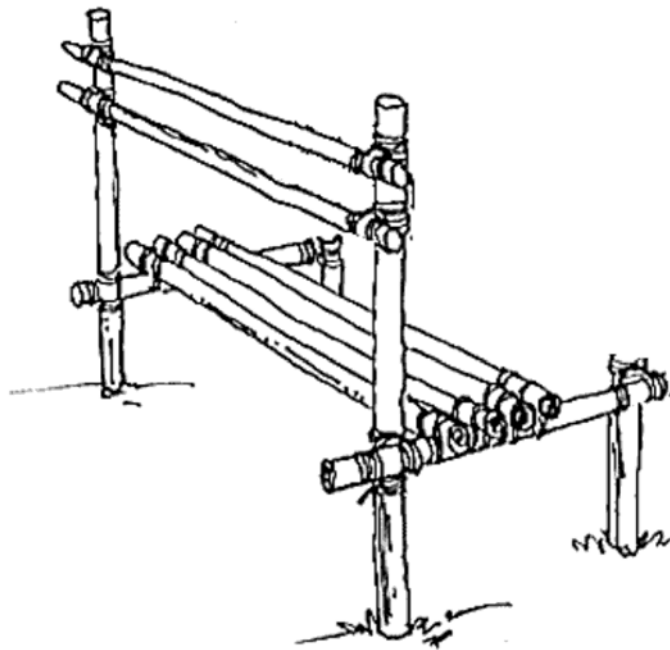
Pawson, D., Pocket Guide to Knots & Splices, Chartwell Books, Inc. (p. 187-188)

COMMODITÉS EN CAMPAGNE

BANC AVEC APPUI-DOS

Instructions

1. Trouver un grand secteur.
2. Obtenir les ressources suivantes :
 - une grande quantité de corde;
 - huit morceaux de bois ronds ou des billots d'environ deux mètres chacun;
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ un mètre chacun; et
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ un demi-mètre chacun;
3. Commencer à construire la partie siège du banc en attachant les quatre morceaux de bois longs aux morceaux d'un mètre, en faisant des brêlages carrés.
4. Enfoncer dans le sol les deux morceaux longs et les deux morceaux courts qu'on utilisera comme pattes du banc.
5. En faisant des brêlages carrés, attacher la partie siège sur les pattes.
6. Construire l'appui-dos en faisant des brêlages carrés et l'attacher aux longues pattes dans le sol.



BANC AVEC APPUI-DOS

Figure B-1 Banc avec appui-dos

PioneeringProjects.org, par A. Miller. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>

TABLE DE CAMPEMENT

Instructions

1. Trouver un grand secteur.
2. Obtenir les ressources suivantes :
 - une grande quantité de corde,
 - huit morceaux de bois ronds ou des billots d'environ deux mètres chacun;
 - huit morceaux de bois ronds ou des billots d'environ deux mètres chacun;
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ un mètre chacun; et
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ un demi-mètre chacun;
3. Faire un brêlage en huit autour des quatre morceaux de bois longs pour construire une structure en A.
4. Construire le dessus de table, en faisant des brêlages carrés.
5. Attacher la partie dessus de table aux perches longues, en utilisant des brêlages carrés.
6. Construire la partie siège en faisant des brêlages carrés et l'attacher aux longues perches en faisant des brêlages carrés.



Le meilleur brêlage à utiliser pour le haut de la table de campement est le brêlage en huit. Il doit être attaché en suivant les étapes indiquées; cependant, il faut utiliser quatre perches au lieu de trois.

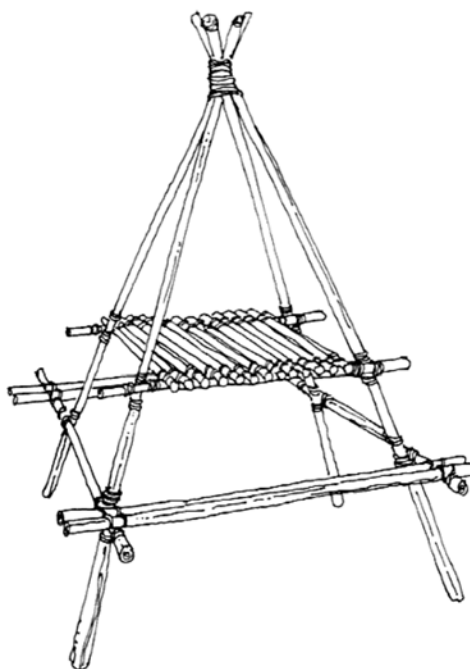


TABLE DE CAMPMENT

Figure B-2 Table de campement

PioneeringProjects.org, par A. Miller. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>

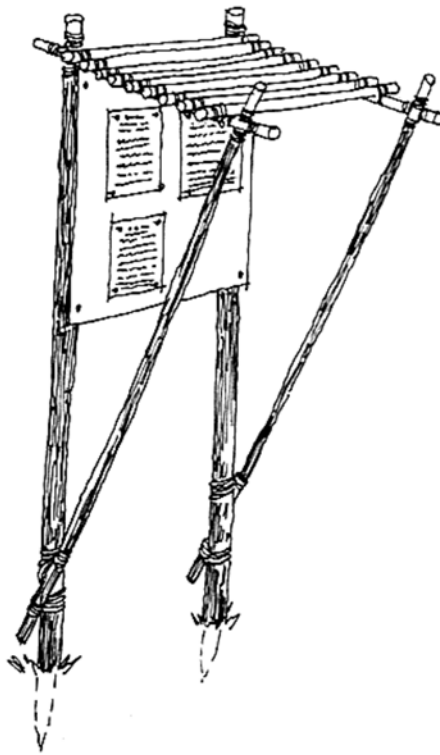
BABILLARD

Instructions

1. Trouver un grand secteur.
2. Obtenir les ressources suivantes :
 - une grande quantité de corde;
 - deux morceaux de bois ronds épais ou des billots d'environ deux mètres chacun;
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ deux mètres chacun; et
 - deux morceaux de bois ronds ou des billots d'environ deux mètres chacun;
3. Construire la partie auvent du babillard en faisant des brêlages carrés.
4. Attacher les extrémités du bois mince de deux mètres au bois épais de deux mètres avec un brêlage de bigue.
5. Attacher les extrémités du bois mince de deux mètres au bois épais de deux mètres avec un brêlage de bigue.
6. Faire des brêlages carrés pour attacher l'extrémité de l'auvent au bois épais.
7. Faire des brêlages carrés pour attacher l'extrémité de l'auvent au bois épais.



Faire des brêlages carrés pour attacher l'extrémité de l'auvent au bois épais.



BABILLARD

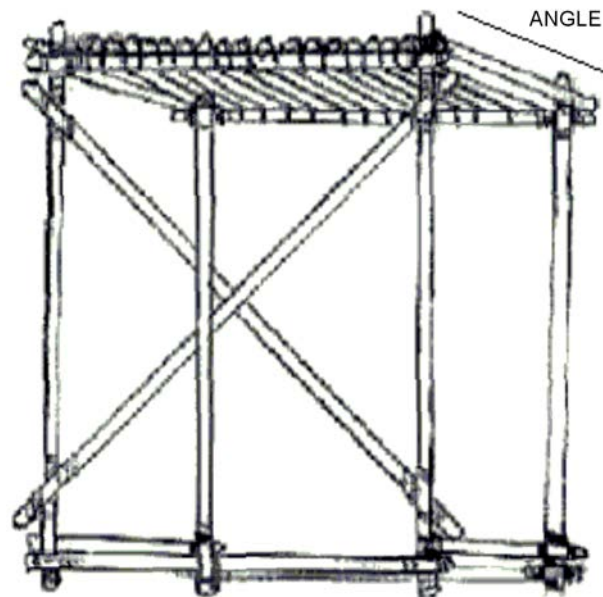
Figure B-3 Babillard

PioneeringProjects.org, par A. Miller. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>

LUTRIN

Instructions

1. Trouver un grand secteur.
2. Obtenir les ressources suivantes :
 - une grande quantité de corde;
 - douze à quinze morceaux de bois ronds ou des billots d'environ un demi-mètre chacun; et
 - huit morceaux de bois ronds ou de billots d'environ d'un mètre et demi chacun;
3. Construire la partie table du lutrin en faisant des brêlages carrés.
4. Construire la base du lutrin en faisant des brêlages carrés. La partie X donne le support nécessaire et nécessite des brêlages diagonaux.
5. Faire des brêlages carrés pour attacher la partie table du lutrin à la base.



LUTRIN

Figure B-4 Lutrin

PioneeringProjects.org, par A. Miller. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 12

OCOM C221.03 – IDENTIFIER LES ESPÈCES D'ARBRES

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Avant de commencer l'enseignement de cette leçon, il est recommandé que les instructeurs consultent les ressources locales pour identifier les plus communes espèces d'arbres à l'intérieur du secteur.

Avant de commencer l'enseignement de cette leçon, trouver un endroit qui contient le plus de types d'arbres que possible. Avec un ruban de couleur vive, marquer quatre arbres que les cadets peuvent identifier. Préparer les instructions d'activité selon l'endroit.

Photocopier l'annexe A pour chaque cadet de l'activité du PE3.

Pour une activité à l'intérieur, photocopier l'annexe B pour afficher dans la salle de classe. S'assurer que toutes les références ont été enlevées.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode de l'exposé interactif a été choisie pour les PE1 et PE2 pour présenter aux cadets les espèces d'arbres et de stimuler l'intérêt.

Une activité pratique a été choisie pour le PE3 parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'identifier les espèces d'arbres et de confirmer leur compréhension de la matière.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devra être en mesure d'identifier les espèces d'arbres.

IMPORTANTANCE

Il est important que les cadets connaissent les espèces d'arbres de façon à pouvoir mieux comprendre l'écosystème et d'acquérir une connaissance du plein air.

Point d'enseignement 1

Identifier les caractéristiques des arbres feuillus

Durée : 20 min

Méthode : Exposé interactif



Il existe environ 170 espèces d'arbres au Canada.

Les arbres feuillus se dépouillent annuellement à l'automne. Ils changent de couleur et perdent leurs feuilles avant l'hiver. Les arbres feuillus peuvent produire des fleurs et fruits selon la saison.

Les arbres feuillus les plus communs au Canada sont :

- sureau;
- hêtre;
- bouleau;
- châtaignier;
- orme;
- noyer;
- érable; et
- chêne.



Les arbres feuillus représentent la majorité des espèces d'arbres au Canada.

L'ENVIRONNEMENT

Les arbres feuillus se trouvent principalement dans la forêt boréale. Un climat plus doux est mieux pour les arbres feuillus.



Figure 1 Carte des régions forestières du Canada

« Ressources naturelles Canada ». 2004. Extrait le 29 mars 2007 du site http://atlas.nrca.gc.ca/site/English/learningresources/theme_modules/borealforest/forest_regions.jpg/image_view

LES GRAINES

Les arbres feuillus contiennent des graines sans un fruit ou une fleur.

LA FIXATION DE LA FEUILLE

Les arbres feuillus sont généralement identifiés par leurs feuilles. Il y a trois types de fixation de la feuille : des feuilles alternes, opposées et verticillées.

Les feuilles alternes. Elles sont attachées à des nœuds alternant le long de la branche. Il y a une seule feuille à chaque nœud. Les arbres suivants ont tous des feuilles alternes : le sureau, l'hêtre, le bouleau, le cerisier, l'orme et le chêne.

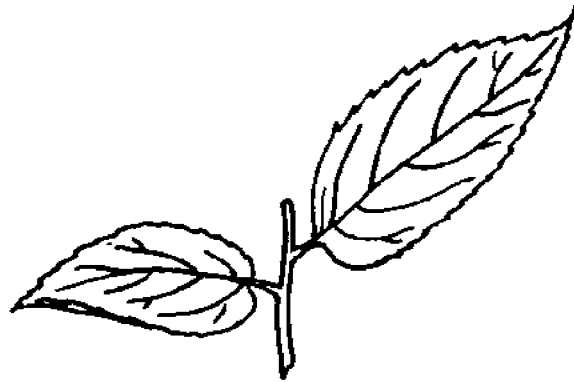


Figure 2 Disposition de feuilles alternes

University of Kentucky, College of Agriculture - Online Publications - Introducing Yourself to Trees. Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.ca.uky.edu/agc/pubs/for/for65/1b.gif>

Les feuilles opposées. Elles sont attachées à la branche directement opposée l'une à l'autre. Il y a deux feuilles à chaque nœud. Les arbres suivants ont tous des feuilles opposées : le châtaignier, le noyer et l'érable.

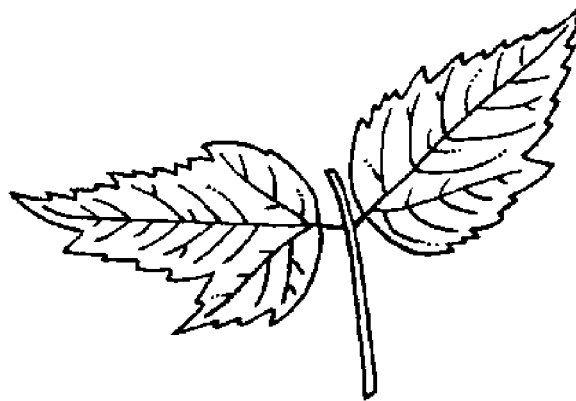


Figure 3 Disposition de feuilles opposées

University of Kentucky, College of Agriculture - Online Publications - Introducing Yourself to Trees. Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.ca.uky.edu/agc/pubs/for/for65/1a.gif>

Les feuilles verticillées. Elles sont attachées à la pointe d'une brindille dans un cercle. Il y a plus de deux feuilles à chaque nœud. Les arbres à fruits comme la pomme et la prune ont habituellement des feuilles verticillées.

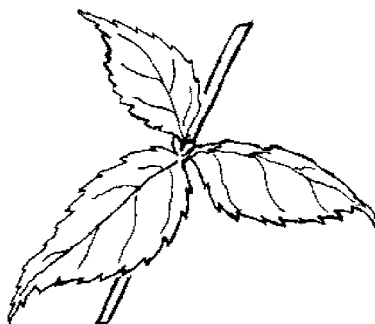


Figure 4 Disposition de feuilles verticillées

University of Kentucky, College of Agriculture - Online Publications - Introducing Yourself to Trees. Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.ca.uky.edu/agc/pubs/for/for65/1a.gif>



Les plantes et les arbres qui ont des feuilles verticillées ont souvent des paires de feuilles opposées également.

LE TYPE DE FEUILLE

Les arbres feuillus peuvent avoir deux types de feuilles – des feuilles simples et composées.

Les feuilles simples. Les feuilles simples sont composées d'une feuille. Tous les types d'arbres suivants sont dans la catégorie de feuille simple : le sureau, l'hêtre, le bouleau, le châtaignier, l'orme, l'érable et le chêne.



Figure 5 La feuille simple

« Ressources naturelles Canada ». 2002. Round Leaves. Extrait le 22 mars 2007 du site http://www.cfl.scf.mcan.gc.ca/imfec-idecf/hosttrees/deciduous/leaves_round.html

Les feuilles composées. Les feuilles composées consistent en plusieurs folioles et elles forment une feuille entière. Tous les types d'arbre noyer relèvent de cette catégorie.



Figure 6 La feuille composée

« Ressources naturelles Canada ». 2002. Round Leaves. Extrait le 22 mars 2007 du site from http://www.cfl.scf.rncan.gc.ca/imfec-idecf/hosttrees/deciduous/leaves_compound.html

L'ÉCORCE

L'écorce protège les arbres du monde extérieur, contre les éléments météorologiques, les maladies et les insectes. Elle garde l'humidité à l'intérieur pendant les périodes sèches.

Les arbres feuillus ont différents types d'écorce selon l'arbre et son environnement.

L'écorce de l'aune d'Orégon. L'écorce est mince, verdâtre sur les arbres jeunes, changeant de la couleur grise à blanchâtre avec l'âge. La couleur peut aussi être gris-cendre. Elle est souvent recouverte de mousse.



Figure 7 L'écorce de l'aune d'Orégon

Lichens of North America. 2007. Lichens and Ecosystems. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.lichen.com/bigpix/aldersbare.html>

L'écorce de l'hêtre. L'écorce se forme de crêtes lisses. La couleur peut varier de gris à bleu-gris.



Figure 8 L'écorce de l'hêtre américain

*Ibiblio, the Public's Library and Digital Archive. 2006. Index of/botnet/angiospermbark.
Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.ibiblio.org/botnet/angiospermbark/beechn.jpg>*

L'écorce de bouleau. L'écorce est mince, du blanc au roux, avec des fentes horizontales foncées. Elle s'enlève en bandes papyracées, exposant l'écorce intérieure orange rougeâtre, qui graduellement change au noir avec l'âge.



Figure 9 L'écorce de bouleau

Richard's Notes. 2004. White Birch Bark. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.richardsnotes.org/archives/2004/03/page/2>



L'écorce de toutes les espèces de bouleau est excellente pour servir de petit bois, de bois d'allumage et de flambeaux. Elle est remplie d'huile résineuse qui attise et brûle dans le vent.

L'écorce du châtaignier. La couleur de l'écorce varie du brun foncé au brun pâle avec des touches de gris. Elle se compose de larges crêtes écailleuses, aplaties et brisées.



Figure 10 L'écorce de châtaignier

Bioimages. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.cas.vanderbilt.edu/bioimages/species/aehi.htm>

L'écorce de l'orme. L'écorce se forme en crêtes tronquées de couleur gris foncé.



Figure 11 L'écorce de l'orme

Bioimages. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.cas.vanderbilt.edu/image/u/ulse--brlarge16180.htm>

L'écorce de noyer. L'écorce se forme en morceaux rectangulaires chevelus et longs.



Figure 12 L'écorce de noyer

Firewood. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.donnan.com/firewood.htm>

L'écorce d'érable. L'écorce est écailleuse et plissée.



Figure 13 L'écorce d'érable

Firewood. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.donnan.com/firewood.htm>

L'écorce de chêne. L'écorce se forme d'épaisses rainures et écailles habituellement de couleur noir grisâtre. Elle est composée de blocs verticaux de plaques écailleuses.



Figure 14 L'écorce de chêne

Firewood. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.donnan.com/firewood.htm>

L'UTILISATION

Les arbres feuillus sont aussi nommés bois dur. Trente-deux espèces d'arbres feuillus sont utilisées sur le marché. Les éléments suivants énumèrent certains des différents produits fabriqués de bois dur :

- des meubles (tables de salle à dîner, tables de salon, lits, bibliothèques, etc.);
- des instruments de musique (guitares, banjos, violons, tambours, baguettes, etc.);
- des crayons;
- des manches d'outils;
- des échelles;
- des tables de pique-nique; et
- des poteaux de téléphone.

BOIS DE FEU

Le bois dur brûle lentement, produisant une bonne chaleur stable mais de faible luminosité.



Les arbres suivants sont classifiés sous les bois durs : le sureau, l'hêtre, le bouleau, le châtaignier, l'orme, le noyer, l'érable et le chêne.

Le bois d'érable s'allume facilement et produit une flamme stable.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi les arbres feuillus sont-ils nommés feuillus?
- Q2. Nommez les trois types de fixation de la feuille.
- Q3. Nommez quatre des arbres feuillus les plus communs au Canada.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les arbres feuillus sont souvent nommés feuillus parce qu'ils se dépouillent annuellement à l'automne.
- R2. Les feuilles alternes, opposées et verticillées.
- R3. Le sureau, l'hêtre, le bouleau, le châtaignier, l'orme, le noyer, l'érable et le chêne.

Point d'enseignement 2

Identifier les caractéristiques des conifères

Durée : 20 min

Méthode : Exposé interactif

Les conifères sont collectivement appelés des conifères ou des arbres à feuilles persistantes. Ils ont tous des feuilles qui ressemblent à des aiguilles (les pins ou les épinettes) ou des écailles (les cèdres). Les conifères ont généralement un feuillage tenace (la frondaison) qui se compose d'aiguilles ou d'écailles.



Le feuillage tenace est une caractéristique des arbres à feuilles persistantes. Ce qui signifie qu'ils ne perdent pas leurs feuilles à l'automne.

Les conifères se distinguent habituellement l'un de l'autre par leur écorce, le nombre d'aiguilles dans chaque paquet, la façon dont les aiguilles sont disposées sur des brindilles, et la dimension, la forme et la couleur des cônes.

Les conifères les plus communs au Canada sont :

- le cèdre;
- le sapin;
- le ciguë;
- le mélèze;
- le pin;
- l'épinette; et
- le mélèze laricin.

L'ENVIRONNEMENT

Les conifères se trouvent principalement dans l'hémisphère nord, dans les climats frais. Ils occupent la forêt boréale et les montagnes.

LES GRAINES

Les graines des conifères ne sont pas contenues dans un fruit. Les graines sont conçues sur des écailles qui sont regroupées pour former un cône. Le cône est la structure reproductive du conifère. Elles consistent en un axe central couvert d'écailles qui sont comprimées serrées ensemble. Au stade de maturité, les cônes contiennent des graines. Les cônes sont comme des fleurs.



Figure 15 Les cônes

L'encyclopédie canadienne. 2007. Les conifères. Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.thecanadianencyclopedia.com/index.cfm?PgNm=TCE&Params=A1SEC818695>

LA DISPOSITION DES AIGUILLES

Il existe trois types de disposition d'aiguilles – seule, en faisceaux et à écailles superposées.

Aiguille seule. Les aiguilles ne sont pas réunies en faisceaux. Il y a seulement une aiguille. Tous les arbres suivants sont dans cette catégorie : le sapin, le ciguë et l'épinette.



Figure 16 Le sapin à aiguille seule

Blue Ridge Community College. 2007. Arboretum-Interactive Key. Extrait le 27 mars 2007 du site http://www1.brcc.edu/murray/interactive_key/key/needles/nl.htm

Aiguilles en faisceaux. Les aiguilles en faisceaux sont enroulées à la base. Les arbres suivants sont dans cette catégorie : le mélèze, le pin et le mélèze laricin.



Figure 17 Les aiguilles en faisceaux

Wildflowers of Prince Edwards County. 2003. White Pine. Extrait le 23 mars 2007 du site <http://www.pec.on.ca/wildflowers/flowers.php?id=514>

Écailles superposées. Seulement les arbres dans la famille des cèdres ont ce type d'aiguilles.



Figure 18 Le cèdre rouge à écailles superposées

Wikipedia. 2006. Thuja Plicata. Extrait le 30 mars 2007 du site http://en.wikipedia.org/wiki/thuja_plicata



Les gens d'origine autochtone du Canada bouillaient des branches de cèdres de 10 cm dans un gros chaudron de 4 litres d'eau pour faire du thé de cèdre.

L'ÉCORCE

L'écorce protège l'arbre du monde extérieur, contre les éléments météorologiques, les maladies et les insectes. Elle garde l'humidité à l'intérieur pendant les périodes sèches.

Les conifères ont différents types d'écorce selon l'arbre et son environnement.

L'écorce de cèdre. L'écorce de cèdre est grise, filamenteuse et se détache en longues bandes sur les arbres plus vieux. Elle est fibreuse et plissée irrégulièrement.



Figure 19 L'écorce de cèdre

« Ressources naturelles Canada ». 2002. Conifères. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.cfl.scf.mcan.gc.ca/imfec-idecf/hosttrees/conifers/cedar.html>

L'écorce de sapin. L'écorce de sapin est généralement couverte de vésicules de résine. L'écorce ressemble généralement à des plaques écailleuses.



Figure 20 L'écorce du sapin

Bioimages. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.cas.vanderbilt.edu/bioimages/image/a/abfr--br11426.htm>

L'écorce de ciguë. Elle est de couleur brun foncé à roux, devenant épaisse et fortement rainurée avec l'âge.



Figure 21 L'écorce de ciguë

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. Tree Book Western Hemlock. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/westernhemlock.htm>

L'écorce de mélèze. Les arbres plus vieux forment une écorce épaisse, comme des plaques rainurées avec des écailles de couleur cannelle.



Figure 22 L'écorce de mélèze occidentale

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. Tree Book Western Larch. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/westernlarch.htm>

L'écorce de pin. L'écorce de pin est habituellement mince, douce et de couleur blanc-crayeux sur les tiges jeunes; à mesure que l'arbre vieillit, l'écorce devient plus épaisse et forme des plaques étroites, brunes et écailleuses.



Figure 23 L'écorce de pin

Bioimages. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.cas.vanderbilt.edu/bioimages/image/p/pivi2-brmedium13509.htm>

L'écorce d'épinette. L'écorce d'épinette est généralement détachée, écailleuse et de couleur brun-grisâtre. Elle peut avoir des vésicules de résine.



Figure 24 L'écorce d'épinette

St. Mary's School. 2003. Mrs. Zvonar's Tree Page. Extrait le 27 mars 2007 du site http://www.stmarysschool.net/whitesprucetree_cb.html

L'écorce de mélèze laricin. L'écorce de mélèze laricin est habituellement brun-rouge, mince et écailleuse.



Figure 25 L'écorce de mélèze laricin

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. Tree Book Tamarack. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/tamarack.htm>

L'UTILISATION

Vingt-trois espèces de conifères sont utilisées sur le marché. Les conifères sont principalement utilisés pour la production de papier et de bois d'œuvre. Ils peuvent aussi être utilisés pour :

- des planchers;
- des moulures; et
- des bibliothèques.

BOIS DE FEU

Le bois mou produit un feu rapide et chaud; malheureusement, il ne dure pas longtemps.



L'épinette est un mauvais combustible mais il fait une bonne flamme pour allumer un feu.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi les conifères sont-ils appelés arbres à feuilles persistantes?
- Q2. Nommez les deux types d'aiguilles sur les conifères.
- Q3. Nommez deux des conifères les plus communs au Canada.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Ils ne perdent pas leurs feuilles en hiver.
- R2. Les aiguilles seules et en faisceaux.
- R3. Le cèdre, le sapin, le ciguë, le mélèze, le pin, l'épinette et le mélèze laricin.

Point d'enseignement 3

Diriger une activité d'identification

Durée : 10 min

Méthode : Activité pratique



Si un endroit à l'extérieur avec des arbres n'est pas disponible, diriger la deuxième activité dans ce PE.

ACTIVITÉ (EN PLEIN AIR)

OBJECTIF

L'objectif de cette activité vise à demander aux cadets d'identifier au moins un arbre feuillu et un conifère.

RESSOURCES

- Un ruban de couleur vive.
- Une feuille de réponses qui se trouve à l'annexe A.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Avant de commencer la leçon, localiser un endroit qui contient le plus de types d'arbres possibles. Les quatre arbres à identifier doivent être marqués avec un ruban de couleur vive.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de sortir à l'extérieur de l'édifice et de se rassembler à l'endroit prédéterminé.
2. Réviser les mesures de sécurité.
3. Distribuer la feuille de réponses qui se trouve à l'annexe A.
4. Les cadets doivent circuler dans le secteur et identifier les arbres marqués, puis les inscrire sur leur feuille de réponses.
5. Après cinq minutes, demander aux cadets de se rassembler et réviser leurs réponses.

MESURES DE SÉCURITÉ

Informez les cadets de toutes les règles de sécurité ou limites relatives à l'activité en plein air.

ACTIVITÉS (À L'INTÉRIEUR)

OBJECTIF

L'objectif de cette activité vise à demander aux cadets d'identifier au moins un arbre feuillu et un conifère.

RESSOURCES


- Ruban.
- Une feuille de réponses qui se trouve à l'annexe A.
- Les images des arbres qui se trouvent à l'annexe B.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les images des cinq différents arbres (qui se trouvent à l'annexe B) doivent être affichées autour de la salle de classe.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Distribuer la feuille de réponses qui se trouve à l'annexe A.
2. Demander aux cadets de circuler dans la salle et d'identifier les arbres sur les images.
3. Après cinq minutes, demander aux cadets de se rassembler et réviser leurs réponses.



les cinq différents arbres à l'annexe B sont :

- Espèce A – bouleau;
- Espèce B – ciquè;
- Espèce C – chêne;
- Espèce D – cèdre;
- Espèce E – mélèze; et
- Espèce F – épinette.

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. Nommez quatre des arbres à feuilles caduques les plus communs au Canada.
- Q2. Quels sont les types de conifères qui ont des écailles superposées?
- Q3. Nommez quatre des conifères les plus communs au Canada.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le sureau, l'hêtre, le bouleau, le châtaignier, l'orme, le noyer, l'érable et le chêne.
- R2. Le cèdre.
- R3. Le cèdre, le sapin, le ciguë, le mélèze, le pin, l'épinette et le mélèze laricin.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La familiarisation avec le milieu environnant est essentielle aux expéditions et aux EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine. Cette connaissance procure une meilleure compréhension des espèces d'arbres qui sont nécessaires pour les compétences telles que l'allumage de feu ou la construction des commodités de campagne.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-117 (ISBN 1-58238-092-9) Brockman F. C. (2001). *Trees of North America: A Guide to Field Identification*, New York, USA, St. Martin's Press.

C0-137 Ressources naturelles Canada. (2002). *Les arbres provinciaux*. Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.cfl.scf.rncan.gc.ca/imfec-idecf/hosttrees/provincialtrees.html>.

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book*, Green Valley, ON, Paul Tawrell.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-068 (ISBN 0-425-10572-5) Brown, T., Jr. et Morgan B. (1983). *Tom Brown's Field Guide : Wilderness Survival*, New York, NY, The Berkley Publishing Group.

FEUILLE DE RÉPONSES

IDENTIFICATION D'ARBRE

1.
2.
3.
4.
5.

Remarques

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

IMAGES D'ARBRES

ESPÈCES A



Figure B-1 Bosquet d'arbre

Degree Confluence Project. 2006. Russia: Smolenskaya. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://www.confluence.org/photo.php?visitid=8546&pic=ALL>



Figure B-2 Écorce d'arbre

Richard's Notes. 2004. White Birch Bark. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.richardsnotes.org/archives/2004/03/page/2>

ESPÈCES B



Figure B-3 Arbre

Wikipedia. 2006. Hickory. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://en.wikipedia.org/wiki/hickory>



Figure B-4 Écorce d'arbre

Firewood. 2007. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.donnan.com/firewood.htm>

ESPÈCES C



Figure B-5 Arbre

Islandnet.com. 2004. Beacon Hill Park History 1842 à 2004. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://www.islandnet.com/beaconhillpark/contents/chapter1.htm>



Figure B-6 Écorce d'arbre

Firewood. 2007. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.donnan.com/firewood.htm>

ESPÈCES D



Figure B-7 Arbre

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. *Tree Book-Yellow Cedar*.
Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/yellowcedar.htm>



Figure B-8 Aiguille d'arbre

Wikipedia. 2006. *Thuja Plicata*. Extrait le 30 mars 2007 du site http://en.wikipedia.org/wiki/thuja_plicata

ESPÈCES E



Figure B-9 Arbre

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. Tree Book Western Larch.
Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/westernlarch.htm>



Figure B-10 Écorce d'arbre

Ministry of Forest and Range – Government of British Columbia. 2001. Tree Book Western Larch.
Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.for.gov.bc.ca/hfd/librarydocuments/treebook/westernlarch.htm>

ESPÈCES F



Figure B-11 Arbre

Ashcroft Farm. 2006. Type of Christmas Trees. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://www.ashcroftfarm.com/types.html>



Figure B-12 Écorce d'arbre

St. Mary's School. 2003. Mrs. Zvonar's Tree Page. Extrait le 27 mars 2007 du site http://www.stmarysschool.net/whitesprucetree_cb.html



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M222.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE VERTE

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

En utilisant une carte topographique d'une zone locale, on doit se servir des coordonnées de quadrillage pour identifier les objets, les détails cartographiques pendant l'activité.

Monter des stations pour cette activité dans le PE2.

Copier la feuille d'activité de la démonstration de pliage de carte qui se trouve à l'annexe A pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter des renseignements généraux.

Une activité pratique a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'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 cette leçon, le cadet doit avoir révisé les compétences de la navigation de l'étoile verte, y compris :

- entretenir et plier une carte;
- identifier les données en marge;
- identifier les signes conventionnels;

- identifier les types de pentes;
- déterminer les coordonnées de quadrillage à quatre chiffres et à six chiffres; et
- orienter une carte par inspection.

IMPORTANTANCE

Il est important pour les cadets de participer dans une révision de l'instruction de navigation de l'étoile verte parce qu'elle fournit les modules pour la navigation avancée. Les cadets doivent maîtriser cette instruction avant qu'ils ne reçoivent de l'enseignement sur les nouvelles compétences de la navigation de l'étoile rouge.

Point d'enseignement 1

Diriger une révision de la navigation de l'étoile verte

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Ne pas passer trop de temps sur tout point en particulier. Réviser brièvement la navigation de l'étoile verte. L'activité sera utilisée pour confirmer cette leçon.

ENTRETENIR ET PLIER UNE CARTE

Bien qu'il existe des cartes hydrofuges de quelques zones, la plupart des cartes sont imprimées sur du papier ordinaire. Les cartes en papier sont coûteuses et facilement endommagées. Par conséquent, il faut prendre les précautions nécessaires pour les protéger de l'eau, de la saleté et du vent.

Imperméabilisation d'une carte. Lorsque les cartes sont exposées à l'eau, les cartes deviennent trempées ce qui les amène à se détériorer et se déchirer. Préparer une carte contre les intempéries est une étape vitale pour prolonger la vie de la carte. La façon la plus facile et la moins coûteuse pour protéger une carte est de la placer dans un sac de plastique scellable.

Sécher une carte. Si une carte devient humide, la laisser sécher complètement sur une surface plate propre.

Ouvrir une carte. Quand on ouvre complètement une carte dans un vent fort, non seulement est-il impossible de la lire, mais elle peut se déchirer, devenir sale ou même s'envoler. La carte doit être ouverte seulement au secteur à utiliser et repliée sur les lignes de pliage originales.

Écrire sur une carte. On doit écrire sur une carte seulement au besoin. Toujours utiliser un crayon à mine pour marquer vos cartes et après l'utilisation, effacer toutes les marques doucement. Les cartes qui sont protégées par un plastique peuvent être marquées avec des crayons gras ou des marqueurs effaçables.

Entreposer une carte. Les cartes doivent être roulées, pliées ou étendues à plat et être entreposées dans un endroit sec.



Disposer les cadets de façon à ce qu'ils puissent voir la démonstration et entendre l'explication de pliage d'une carte telles qu'énumérées ci-dessous, avant de les laisser pratiquer cette procédure.

Plier une carte. Pour plier une carte :

1. étendre la carte face vers le haut;
2. plier la carte en deux en rabattant le haut (nord) de la carte sur le bas (sud);
3. renforcer le pli à l'endroit où la carte est pliée, soit au centre de la carte;
4. rabattre la moitié supérieure de la feuille de carte;
5. tourner la feuille de carte de bord et plier la partie inférieure comme la partie supérieure;
6. plier les extrémités de la carte en deux, de gauche à droite; et
7. plier encore les extrémités en deux pour que le nom de la carte et l'index apparaissent à l'extérieur (la carte devrait avoir la forme de la lettre M).

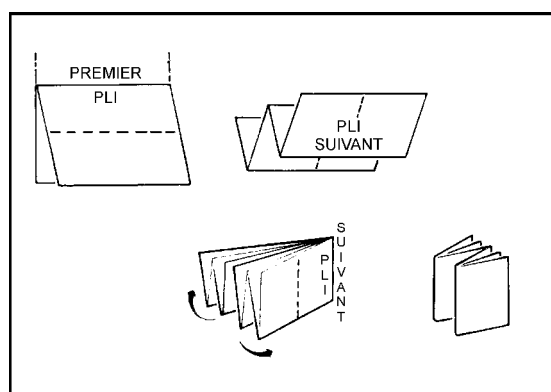


Figure 1 Plier une carte

A-CR-CCP-121/PT-001 (page 5-5)

IDENTIFIER LES DONNÉES EN MARGE



Ne pas passer trop de temps sur tout point en particulier. Réviser brièvement la navigation de l'étoile verte. L'activité sera utilisée pour confirmer cette leçon.

Une carte, comme toute pièce d'équipement, contient des instructions que l'utilisateur doit lire. Il est important de savoir comment lire ces instructions. Les données en marge sont utilisées pour expliquer et décrire les détails trouvés dans les marges de la carte. On trouve, en marge d'une carte, les données suivantes :

- nom de la carte;
- numéro de référence et l'index des cartes attenantes;
- date des données de la carte;
- échelle cartographique;
- échelles graphiques ou les échelles linéaires graphiques;
- équidistance des courbes;

- numéro de référence militaire (normalement situé au coin supérieur droit de la carte, qui est utilisé pour commander d'autres cartes);
- diagramme de déclinaison;
- quadrillage universel transverse de Mercator (système MTU); et
- légende des signes conventionnels.

IDENTIFIER LES SIGNES CONVENTIONNELS

Un signe conventionnel est un symbole utilisé pour indiquer un objet ou un élément de détail, comme un édifice ou une route. La signification de la plupart des symboles est évidente. Il existe des tables de signes conventionnels qui se trouvent dans les marges et au dos de la plupart des cartes. L'utilisation de différentes couleurs est l'une des principales façons de présenter et de distinguer les détails de tous les types de signes conventionnels.

INTERPRÉTER LES COURBES DE NIVEAU

Une courbe de niveau est une ligne brune sur la carte qui joint des points de même altitude. Elles sont illustrées à des intervalles verticaux réguliers. La différence de hauteur entre les courbes de niveau est appelée l'équidistance des courbes. L'équidistance des courbes est toujours indiquée dans la marge de la carte.

L'interprétation des courbes de niveau et l'équidistance des courbes fournit une visualisation de la forme du sol. L'interprétation exacte de la forme du sol des courbes de niveau sur la carte indique le type de détail cartographique au sol. Certains types différents de détail cartographique sont :

Pente raide. Cette pente est identifiée quand les courbes de niveau sont rapprochées.

Pente douce. Cette pente est identifiée quand les courbes de niveau sont plus distancées.

Pente uniforme. Cette pente est identifiée quand les courbes de niveau sont situées à distance égale. La pente demeure constante dans son inclinaison, qu'elle soit raide ou douce.

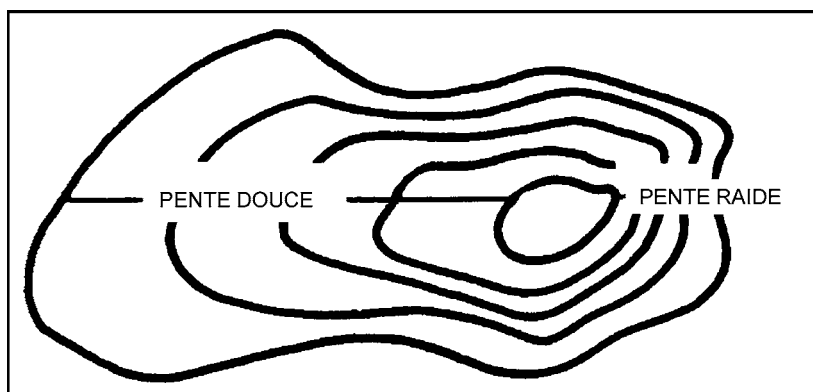


Figure 2 Pentes

D Cad, Royal Canadian Army Cadets Basic Map Using, Ministère de la Défense nationale (page 1 à 44)

Pente concave. Cette pente est identifiée lorsque l'espacement entre les courbes devient plus distant au bas. Le milieu de la pente semble s'enfoncer vers l'intérieur – apparaissant concave.

Pente convexe. Cette pente est identifiée lorsque l'espacement entre les courbes dans le sens de la pente se rapproche au bas. Le milieu de la pente semble être gonflé vers l'extérieur – apparaissant convexe.

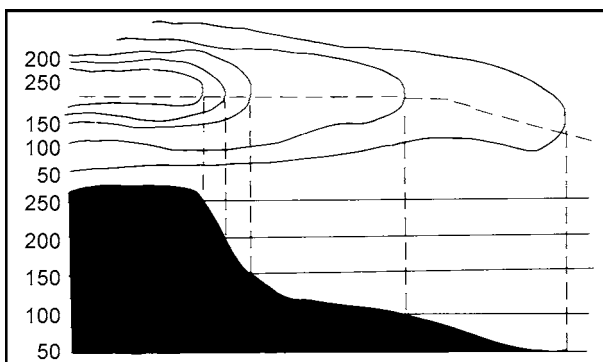


Figure 3 Pente concave

B-GL-382-005/PT-001, Cartes, dessins topographiques et boussoles et le système global de positionnement (p. 32)

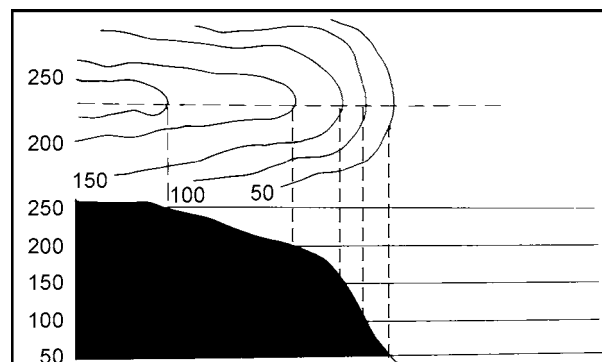


Figure 4 Pente convexe

B-GL-382-005/PT-001 (p. 32)

Saillants. Un saillant est un point de la courbe qui ressort d'une pente.

Rentrants. Un rentrant est un point de la courbe qui recoupe la pente.

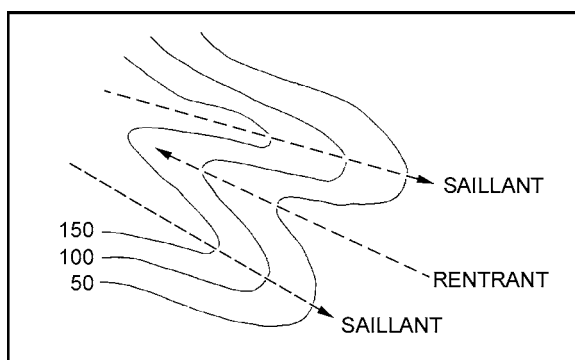


Figure 5 Saillant/Rentrant

B-GL-382-005/PT-001 (p. 32)

DÉTERMINER LES COORDONNÉES DE QUADRILLAGE

En utilisant le système de quadrillage, les coordonnées de quadrillage identifient un emplacement sur la carte. Pour déterminer les coordonnées de quadrillage à un carré, la référence est toujours par rapport au coin (inférieur gauche) sud-ouest du carré. Les coordonnées de quadrillage sont toujours données avec la valeur abscisse en premier, suivie de la valeur ordonnée. Un système de coordonnées de quadrillage à quatre chiffres est utilisé pour identifier un carré de quadrillage précis de 1000 mètres sur 1000 mètres. Les coordonnées de quadrillage à six chiffres sont utilisées pour déterminer un emplacement avec plus de précision à l'intérieur d'un carré de quadrillage précis de 100 mètres sur 100 mètres.

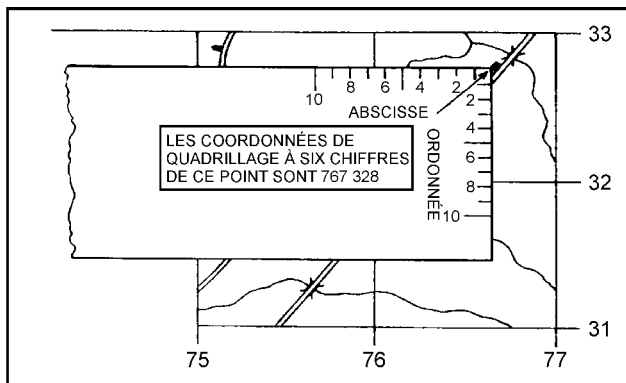


Figure 6 Déterminer les coordonnées de quadrillage

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-20)

ORIENTER UNE CARTE PAR INSPECTION

Orienter une carte par inspection signifie de localiser visuellement un emplacement au sol afin que les directions cardinales sur la carte correspondent aux directions au sol. Orienter une carte par inspection facilite le lien entre l'information sur la carte et les entités topographiques au sol. Pour indiquer plus précisément une position, il faut suivre les étapes suivantes :

1. Identifier une position quelconque approximative sur la carte.
2. Identifier deux ou trois points de repère importants dans des directions différentes au sol et les trouver sur la carte.
3. Tourner la carte jusqu'à ce que tous les objets identifiés sur la carte s'alignent dans la direction dans laquelle ils sont situés sur le terrain. Si vous êtes près d'une route droite, orienter la carte avec la route. Aligner la route sur la carte parallèlement avec la route sur le terrain.
4. Tourner la carte jusqu'à ce que tous les objets identifiés sur la carte s'alignent dans la direction dans laquelle ils sont situés sur le terrain. Si vous êtes près d'une route droite, orienter la carte avec la route. Aligner la route sur la carte parallèlement avec la route sur le terrain.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets dans l'activité en circuit de navigation servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 2

Diriger une activité de navigation

Durée : 40 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité vise à confirmer l'instruction de navigation enseignée pendant l'étoile verte.

RESSOURCES

- Table de 6 pieds (une par station).
- Équerre (une par station).
- Carte topographique (une par station).
- Feuille d'activité de la démonstration de pliage de carte qui se trouve à l'annexe A.
- Feuille de détail cartographique qui se trouve à l'annexe B.
- Instructeur adjoint (un par groupe).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Cette activité en circuit aura quatre stations espacées l'une de l'autre.
- Installer une table de 6 pieds par station.
- Placer une carte et une équerre à chaque station.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Par équipe de cinq cadets au maximum, le groupe se déplace vers une série de stations pour confirmer le matériel de navigation de l'étoile verte. Ceci doit se dérouler comme un travail de groupe, non pas comme un travail individuel, ce qui signifie que le groupe entier doit être d'accord avec la réponse finale donnée. On donne aux groupes huit minutes pour compléter l'activité à chaque station et deux minutes pour la rétroaction.

- **Station 1 – Signes conventionnels et données en marge.** On demande aux cadets de choisir cinq signes conventionnels de la légende et de les identifier sur la feuille de carte. Ensuite, identifier cinq éléments des données en marge et de les trouver sur la carte, qui peuvent inclure :
 - nom de la carte;
 - numéro de référence et l'index des cartes;
 - échelles cartographiques et graphique;
 - équidistance des courbes; et
 - diagramme de déclinaison.
- **Station 2 – Courbes de niveau et détails.** Les cadets identifient deux détails cartographiques de la feuille qui se trouve à l'annexe B et trouvent des détails semblables sur la feuille de la carte.
- **Station 3 – Les coordonnées de quadrillage.**
 - Les cadets reçoivent des coordonnées de quadrillage à quatre chiffres et des coordonnées de quadrillage à six chiffres et identifient ce qui se trouve à chacune des coordonnées de quadrillage.
 - Les cadets reçoivent deux signes conventionnels distincts sur la feuille de la carte. Ils doivent trouver l'objet et donner les coordonnées de quadrillage à six chiffres de cet objet.
- **Station 4 – Orienter une carte par inspection et plier une carte.** Les cadets reçoivent des coordonnées de quadrillage de six chiffres de leur emplacement et doivent orienter la carte par inspection. Si cette activité se déroule à l'intérieur, dessiner les symboles pour certains objets importants, ensuite les placer sur les murs pour que les cadets puissent les utiliser comme référence. Ensuite, les cadets doivent compléter l'activité de pliage de carte de façon à voir l'index de la carte.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets dans l'activité en circuit de navigation servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Pourquoi est-il important d'entretenir et de plier une carte?
- Q2. Quel coin du carré de quadrillage est-il utilisé pour déterminer des coordonnées de quadrillage?
- Q3. Quel coin du carré de quadrillage est-il utilisé pour déterminer des coordonnées de quadrillage?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'entretien est important pour prolonger la vie de la feuille de la carte.
- R2. Les coordonnées de quadrillage sont toujours au coin sud-ouest (bas gauche) du carré.
- R3. Lors de l'orientation d'une carte par inspection, deux ou trois objets importants dans différentes directions doivent être utilisés.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La lecture de carte est une compétence, et une vraie compétence ne peut être maîtrisée que par la pratique à l'extérieur. Les compétences apprises pendant l'étoile verte constituent les composantes fondamentales nécessaires avant de passer à l'instruction de navigation plus complexe. Se rappeler que, c'est en forgeant qu'on devient forgeron!

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Une compréhension approfondie de l'instruction de navigation de l'étoile verte est requise avant que les cadets reçoivent l'enseignement des nouvelles compétences de navigation de l'étoile rouge. Cet OCOM donne l'occasion aux cadets de pratiquer les compétences qu'ils ont apprises dans le programme de corps de cadets.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

ACTIVITÉ DE PLIAGE DE CARTE

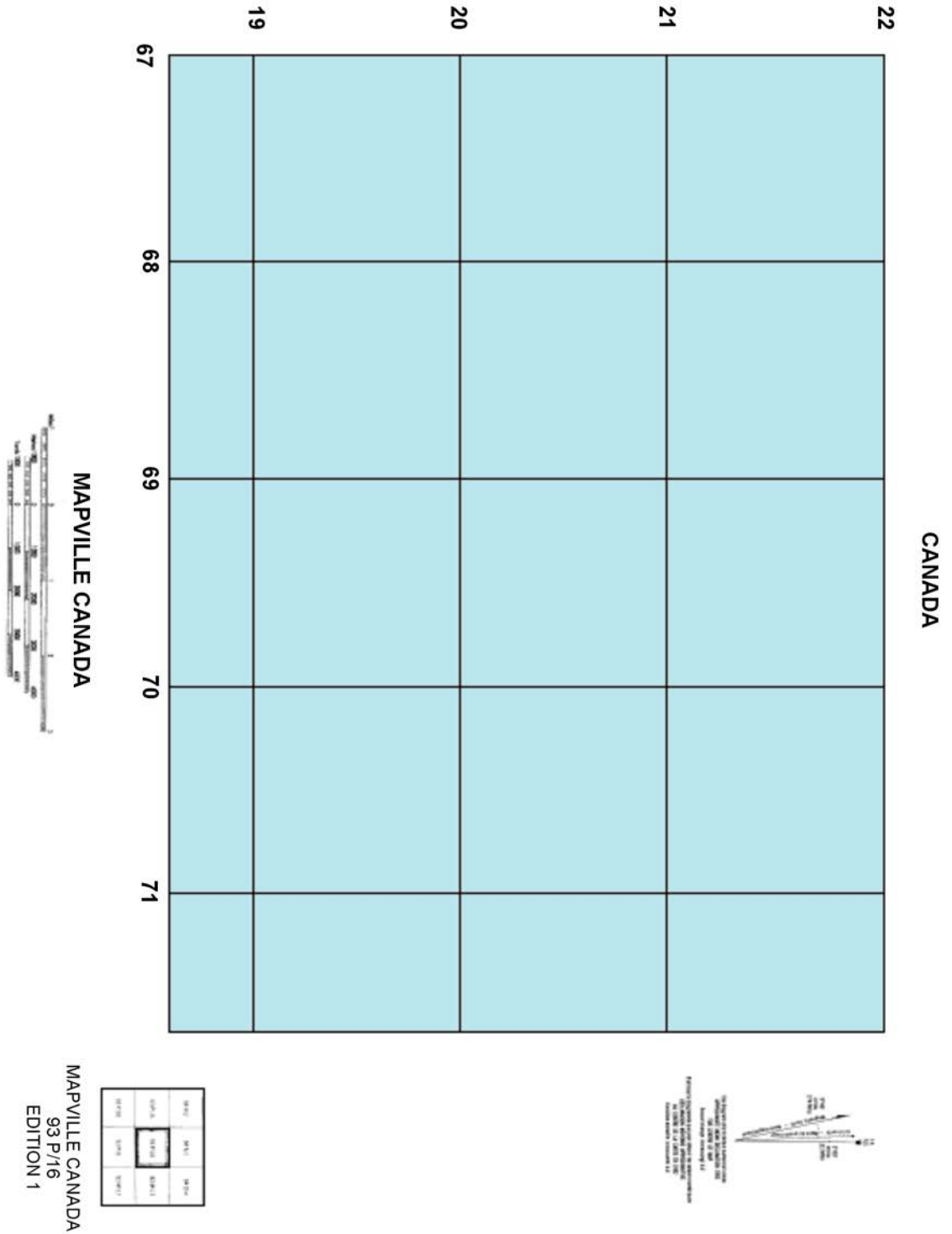


Figure A-1 Feuille d'activité de pliage de carte
 D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

DÉTAILS CARTOGRAPHIQUES



A



B



C



D



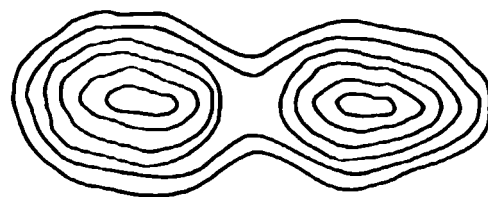
E



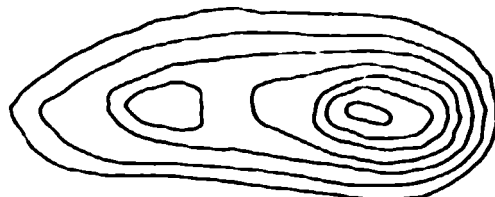
F

Figure B-1 Caractéristiques des courbes

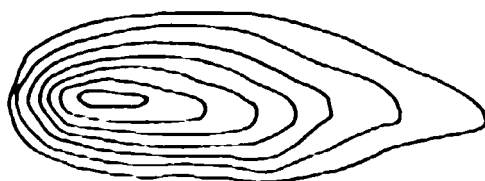
D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



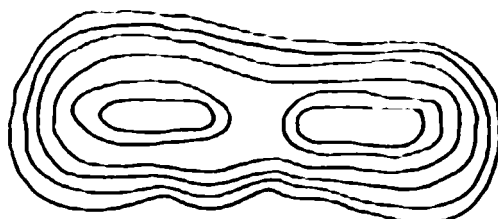
A



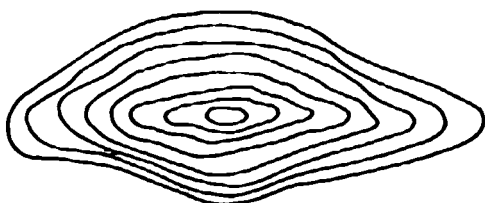
B



C



D



E



F

Figure B-2 Exemples de caractéristiques des courbes
D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Photocopier la feuille d'activité sur la rose des vents qui se trouve à l'annexe A pour chaque paire de cadets.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE4 afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets aux azimuts et de stimuler leur intérêt.

Une activité pratique a été choisie pour le PE5, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets aux azimuts. 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 devrait être en mesure :

- d'identifier les 16 points d'une boussole;
- de définir les millièmes et les degrés;
- d'identifier le nord géographique (nord vrai), le nord de quadrillage, et le nord magnétique; et
- de décrire les azimuts.

IMPORTANTCE

Il est important que les cadets puissent décrire des azimuts parce que cela leur aidera à trouver la direction de repères identifiables sur une carte. Les cadets se serviront de ces compétences tout au long de l'instruction sur les expéditions.

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.

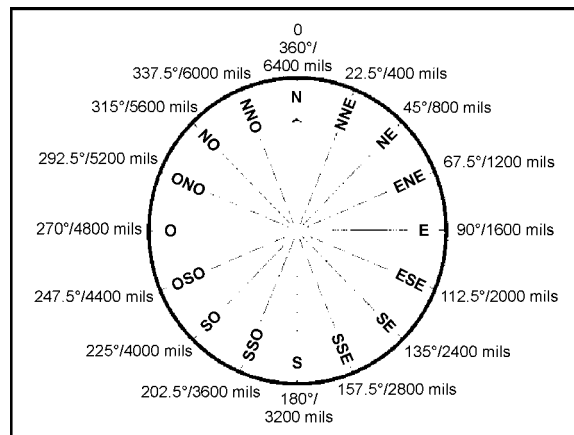


Figure 1 Rose des vents

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

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 :

1. nord-est (NE);
2. sud-est (SE);
3. sud-ouest (SO); et
4. 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 :

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); et
8. nord-nord-ouest (NNO).

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- 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. « Nécessité Est Synonyme d'Obligation ».
- R2. Nord-est (NE), sud-est (SE), sud-ouest (SO) et nord-ouest (NO).
- R3. Il y a huit points intermédiaires.

Point d'enseignement 2

Expliquer les échelles sur une boussole

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



En utilisant la rose des vents du PE1, ajouter les valeurs en degrés et en millièmes sur l'extérieur du cercle pour les points cardinaux (N, E, S et O).

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 – en degrés et en millièmes.

Degrés. La méthode la plus commune de diviser un cercle est par degrés. 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 métrique milliradian (millième) 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.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Combien y'a-t-il de degrés pour faire un cercle complet?
- Q2. Combien y'a-t-il de millièmes pour faire un cercle complet?
- Q3. Lesquels sont les plus précis, les degrés ou les millièmes?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. 360 degrés.
- R2. 6400 millièmes.
- R3. Millièmes.

Point d'enseignement 3

Identifier et expliquer les trois nords

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

En navigation, trois nords différents sont utilisés – le nord géographique (nord vrai), 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 étant utilisée.



Dessiner la figure 2 sur le tableau et dessiner le symbole pour chaque nord au fur et à mesure de l'expliquer aux cadets.

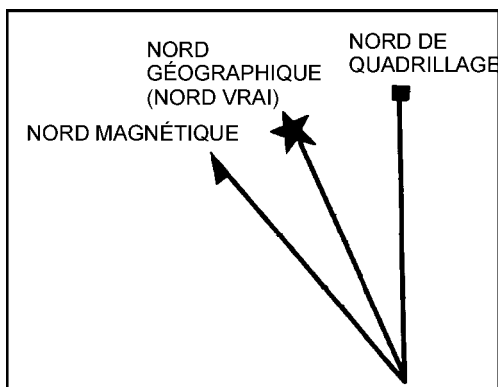


Figure 2 Trois nord

B-GL-382-005/PT-001 (p. 51)

Nord géographique (nord vrai). Le nord géographique (nord vrai) est situé sur le dessus de la terre, où se trouve le pôle Nord géographique et où toutes les lignes de longitude se rejoignent. Dans le diagramme sur la carte, le nord géographique (nord vrai) est représenté par une étoile (l'étoile Polaire).

Nord de quadrillage. Le nord de quadrillage est le nord indiqué par les lignes du 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 (nord vrai). Dans le diagramme sur la carte, le nord de quadrillage est représenté par un carré (la grille cartographique).

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 (nord vrai) (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 nord géographique (nord vrai)?
- 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, telle que l'étoile Polaire.
- R2. Un carré, tel qu'un carré de quadrillage.
- R3. Une aiguille, telle que dans une boussole.

Point d'enseignement 4**Expliquer les azimuts**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Inviter les cadets à définir un angle comme ils l'ont appris en classe. Pour représenter les points cardinaux; se placer en avant de la classe (N) et demander à un cadet de se placer à six pas en avant de vous (S), à un autre de se placer trois pas en avant et trois pas vers la gauche (E) et à un autre de se placer trois pas en avant et trois pas vers la droite (O). En utilisant le point central, demander aux cadets de déterminer les angles formés entre vous et chaque cadet.

DÉFINITION D'UN AZIMUT

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'AZIMUTS

Azimuts 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.

Azimuts magnétiques. 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, le relèvement 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 :

- Si l'azimut est moins de 3200 millièmes ou 180 degrés, ajouter 3200 millièmes ou 180 degrés.
- Si l'azimut est plus de 3200 millièmes ou 180 degrés, soustraire 3200 millièmes ou 180 degrés.



Dans les années 1920, il était devenu acceptable dans le monde entier d'indiquer la direction par un nombre représentant un angle, mesuré dans le sens horaire du nord géographique (nord vrai); nommé un « azimut ».

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4**QUESTIONS**

- Q1. Quel autre nom donne-t-on à un angle?
- Q2. Qu'est-ce qu'un azimut grille?
- Q3. Qu'est-ce qu'un azimut magnétique?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un azimut.
R2. Un azimut mesuré sur une carte.
R3. Un azimut mesuré avec une boussole.

Point d'enseignement 5**Faire une activité sur la rose des vents**

Durée : 15 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets d'identifier une rose des vents avec les points intercardinaux et les degrés et la valeur en millièmes de chacun.

RESSOURCES

La feuille d'activité sur la rose des vents qui se trouve à l'annexe A.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Remettre une copie de la feuille d'activité sur la rose des vents à chaque cadet.
3. Accorder cinq à sept minutes aux cadets pour compléter la feuille d'activité en équipe.
4. Réviser les réponses en commençant par le nord, y compris le nom du point de la boussole, exprimé en degrés et en millièmes.
5. Permettre aux cadets de garder les feuilles d'activité comme référence future.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

La participation des cadets à l'activité sur la rose des vents servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**QUESTIONS**

- Q1. Quel autre nom donne-t-on à un azimut?
Q2. Combien y-a-t-il de degrés et combien y-a-t-il de millièmes pour faire un cercle complet?
Q3. Quels symboles utilise-t-on pour représenter les trois nords?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un angle.
- R2. 360 degrés et 6400 millièmes.
- R3. Le nord géographique (nord vrai) est une étoile (l'étoile Polaire), le nord de quadrillage est un carré (la grille cartographique) et le nord magnétique est une aiguille (une boussole).

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Être capable de décrire les azimuts 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 global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

FEUILLE D'ACTIVITÉ SUR LA ROSE DES VENTS

Remplir les détails manquants pour chaque point de la rose des vents

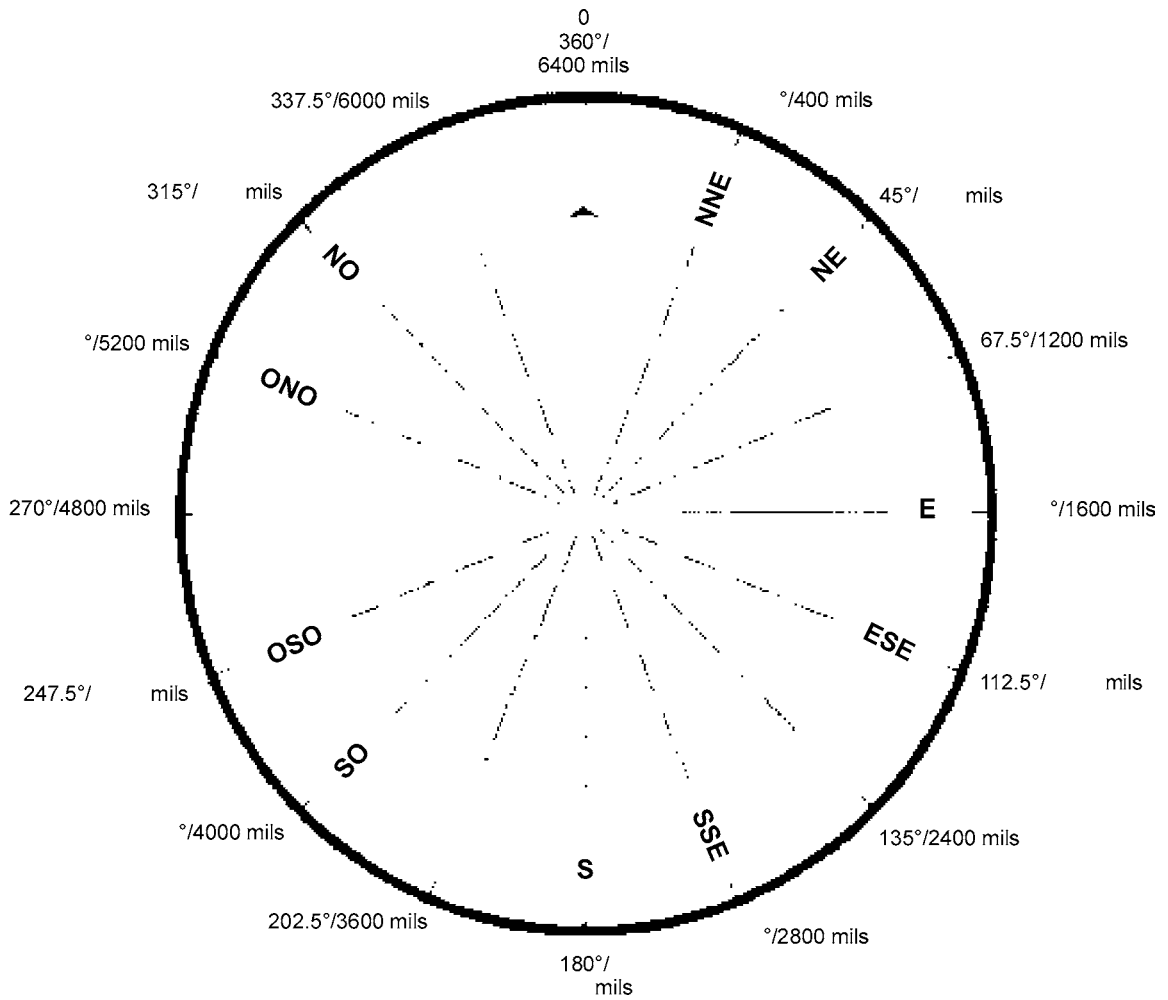


Figure A-1 Activité sur la rose des vents

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M222.03 – IDENTIFIER LES PARTIES DE LA BOUSSOLE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Calculer la déclinaison magnétique pour la carte utilisée.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter la matière de base, d'initier les cadets à la boussole et de stimuler leur intérêt.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les compétences de navigation que le cadet doit acquérir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer la navigation sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon provient de l'OCOM M222.02 (chapitre 11, section 2).

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont les quatre points intercardinaux d'une rose des vents?
- Q2. Combien y-a-t-il de degrés et combien y-a-t-il de millièmes pour faire un cercle complet?
- Q3. Quels symboles utilise-t-on pour représenter les trois nords?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Nord-est, sud-est, sud-ouest et nord-ouest.
- R2. 360 degrés et 6400 millièmes.
- R3. Le nord géographique (nord vrai) est une étoile (l'étoile Polaire), le nord de quadrillage est un carré (la grille cartographique) et le nord magnétique est une aiguille (une boussole).

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.

Point d'enseignement 1

Identifier et décrire les parties de la boussole

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

INTRODUCTION

La boussole est un outil important utilisé en navigation sauvage. Elle ne remplace pas les bonnes techniques cartographiques, mais elle est un outil fiable pour compléter et compléter les compétences en navigation. Un utilisateur de boussole doit s'assurer d'être précis dans ses mesures avec la boussole. Une petite erreur de calcul ou de mesure peut équivaloir à une erreur significative sur le terrain.

Une boussole magnétique est encore valable comme aide à la navigation, même avec l'arrivée des appareils du système global de positionnement, parce qu'elle ne nécessite aucune pile et demeure fiable d'année en année.



Dès le 4^e siècle avant J.-C., les Chinois découvrent l'effet d'orientation du magnétite ou l'aimant naturel. En 101 avant J.-C., les navires chinois atteignent la côte est de l'Inde pour la première fois, possiblement avec l'aide d'une boussole magnétique. À la fin du 10^e siècle, ils développent une boussole liquide pour utiliser en mer. Les Européens occidentaux en développent une en 1187, les Arabes en 1220 et les Scandinaves en 1300. En 1492, Christophe Colomb utilise une boussole magnétique lors de son premier voyage transatlantique (voir la figure 1).



BOUSSOLE LIQUIDE CHINOISE

Figure 1 Boussole liquide chinoise

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-33)

COMMENT UNE BOUSSOLE FONCTIONNE

Peu importe leur utilisation prévue ou la complexité de leur fabrication, la plupart des boussoles fonctionnent selon le même principe fondamental. Une petite aiguille, allongée, aimantée en permanence est placée sur un pivot pour qu'elle puisse pivoter librement sur le plan horizontal. Le champ magnétique de la Terre qui a presque la même forme que le champ autour d'une simple barre aimantée exerce une force sur l'aiguille de la boussole, qui fait pivoter l'aiguille jusqu'à ce qu'elle s'arrête dans la même direction horizontale que le champ magnétique. Sur l'ensemble de la Terre, cette direction représente le nord géographique (nord vrai), ce qui confirme l'importance de la boussole pour la navigation. La Terre a un pôle Nord et un pôle Sud magnétiques. Ces pôles magnétiques correspondent sensiblement avec les pôles géographiques réels. Le pôle Nord magnétique est situé approximativement à la latitude de 78.9° N et de 103.8° O, environ 1000 km du pôle Nord géographique.

La force horizontale du champ magnétique, responsable de la direction dans laquelle l'aiguille d'une boussole est orientée, diminue de force quand on approche le pôle Nord magnétique – la boussole commence à se comporter de façon irrégulière, et finalement, parce que la force horizontale diminue encore plus, la boussole devient inutilisable.

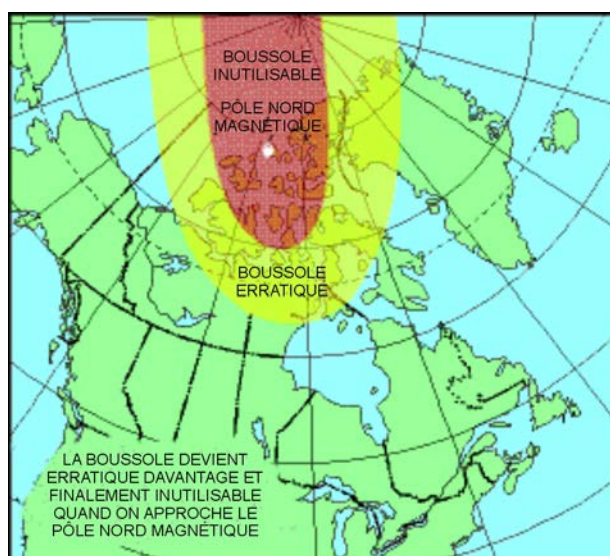


Figure 2 Champ magnétique de la Terre

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-33)

La nature du champ magnétique fait déplacer la position géographique du pôle Nord magnétique d'environ 5 à 10 cm par année. D'autres phénomènes naturels, comme les tremblements de terre, peuvent changer le champ magnétique localement.

Point d'enseignement 2

Identifier et décrire les parties de la boussole

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Répartir les cadets en groupes égaux selon le nombre de boussoles disponibles.
Commencer avec la boussole ouverte, utiliser le diagramme à la figure 3 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 du azimut.
- E – Point lumineux.** Le point lumineux 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.

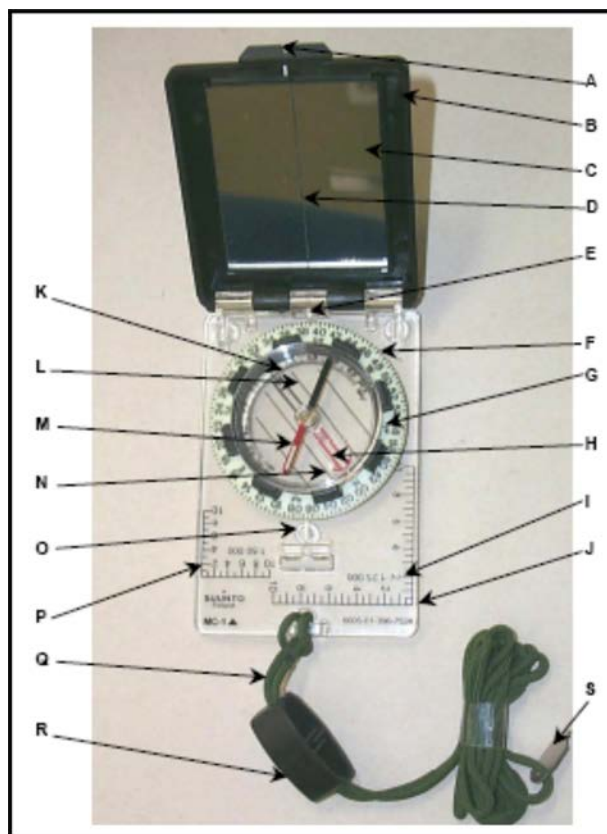


Figure 3 Boussole

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-33)



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 à report de 1:25 000. Cette équerre à report 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 clair 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 méridiennes de la boussole. Les lignes méridiennes 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 des deux côtés de la flèche d'orientation.

O – Point lumineux. Le point lumineux au bas du cadran de la boussole est l'endroit où un contre-azimut est lu.

P – Équerre à report de 1:50 000. Cette équerre à report sert à mesurer des coordonnées de quadrillage sur des cartes à l'échelle de 1:50 000.

Q – Cordon de sécurité ou cordon. 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 2

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. Nord magnétique.

Point d'enseignement 3**Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le réglage de la déclinaison**

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



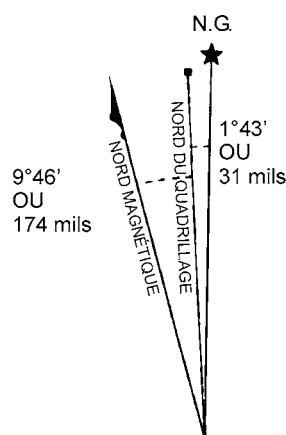
Expliquer et démontrer le réglage de la déclinaison tel qu'énuméré ci-dessous, avant que les cadets commencent à pratiquer cette procédure. Les cadets doivent apprendre comment régler la déclinaison de la boussole avec une valeur fournie par l'instructeur seulement. Le calcul de la déclinaison est enseigné pendant l'étoile d'argent.

Comme on l'a mentionné dans l'OCOM M222.02 (chapitre 11, section 2), il y a une différence d'angle entre le nord géographique (nord vrai) et le nord magnétique.

DÉCLINAISON

Également nommée déclinaison magnétique, il s'agit de la différence de l'angle, entre le nord géographique (nord vrai) (carte) et le nord magnétique (boussole), mesurée en degrés et en minutes. La déclinaison change selon la position géographique et elle change aussi annuellement en raison du déplacement du pôle magnétique.

La déclinaison est décrite davantage en indiquant si elle est vers l'est ou vers l'ouest du nord géographique (nord vrai). La déclinaison de la carte qu'on utilise se calcule à l'aide des données dans le diagramme de déclinaison qui se trouvent dans la marge de la carte.



N'UTILISER LE DIAGRAMME QUE POUR OBTENIR LES VALEURS NUMÉRIQUES
DÉCLINAISON MOYENNE APPROXIMATIVE
AU CENTRE DE LA CARTE EN 1982
VARIATION ANNUELLE (CROISSANTE) 4.4'

Figure 4 Diagramme de déclinaison

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-39)

RÉGLAGE DE LA DÉCLINAISON SUR LA BOUSSOLE

L'échelle de déclinaison de la boussole doit être réglée pour compenser la différence entre le nord géographique (nord vrai) et le nord magnétique. Pour ce faire, il faut d'abord avoir le total de la déclinaison en degrés vers l'est ou vers l'ouest. 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 pour dépasser la déclinaison de 90° sur l'échelle de déclinaison.



Figure 5 Vis de déclinaison

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale



Suivre un azimut de boussole sur une distance de 1 km sans régler la déclinaison, pour chaque degré de variation, on se situerait 178 mètres à gauche ou à droite de l'azimut tracé. Ce qui confirme l'importance de la déclinaison.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3



Répartir les cadets en groupes égaux selon le nombre de boussoles disponibles. Donner un différent réglage de déclinaison chaque fois et demander aux cadets de régler la déclinaison sur la boussole à tour de rôle. Vérifier chaque réglage avant de continuer au prochain réglage.

La participation des cadets dans le réglage de déclinaison servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

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.

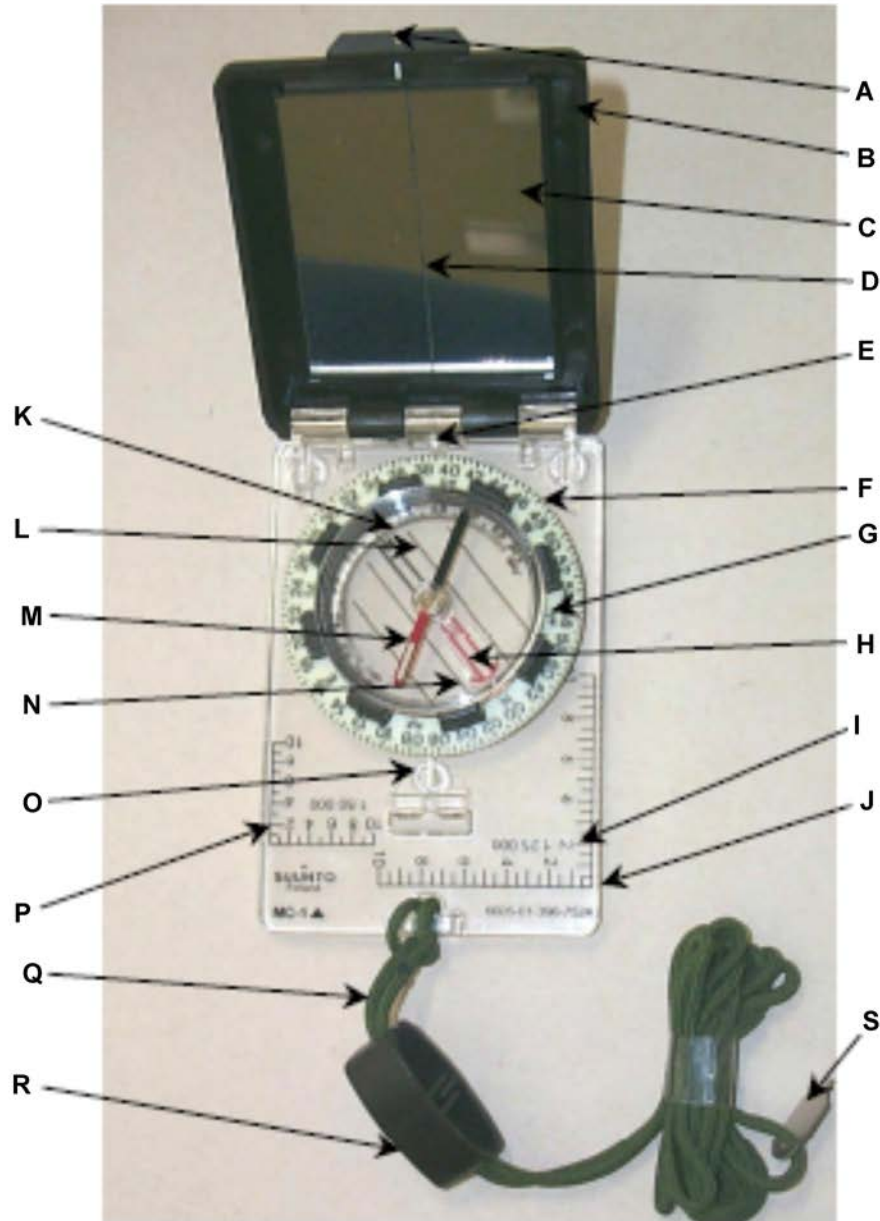
DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

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 global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

PARTIES DE LA BOUSSOLE



LÉGENDE

A - Viseur	B - Boîtier de la boussole	C - Miroir de visée	D - Ligne de visée
E - Point lumineux de direction	F - Cadran de la boussole	G - Graduation	H - Flèches d'orientation
I - Équerre à report de 1:25 000	J - Plateau de la boussole	K - Échelle de déclinaison	L - Lignes méridiennes de la boussole
M - Aiguille magnétique	N - Points lumineux d'orientation	O - Point lumineux	P - Équerre à report de 1:50 000
Q - Cordon de sécurité ou cordon	R - Dispositif de blocage réglable	S - Tournevis	T - Vis de réglage de la déclinaison (non montrée)

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM M222.04 – DÉTERMINER LA DISTANCE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE

Durée totale : 90 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

À l'aide d'une carte topographique de la région locale, identifier au moins trois ensembles de points différents (A à B) à mesurer pendant l'activité du PE1.

Mesurer et identifier une distance de 100 m à utiliser pour établir une vitesse de marche individuelle pendant le PE2.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE1 et PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment déterminer la distance le long d'un itinéraire, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

Un exposé interactif a été choisi pour le PE3 pour clarifier et souligner les limitations du comptage des pas individuel.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de déterminer la distance le long d'un itinéraire.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets puissent déterminer la distance le long d'un itinéraire et de compter les pas d'un itinéraire, car cela leur permet de calculer la distance entre deux points et d'estimer le temps requis pour atteindre un objectif ou une destination.

Point d'enseignement 1**Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à déterminer la distance sur une carte**

Durée : 25 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.

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). Ceci signifie qu'un centimètre sur la carte équivaut à 50 000 centimètres (500 mètres) au sol.

Il existe deux façons de déterminer la distance sur une carte topographique – entre deux points et le long d'un itinéraire.

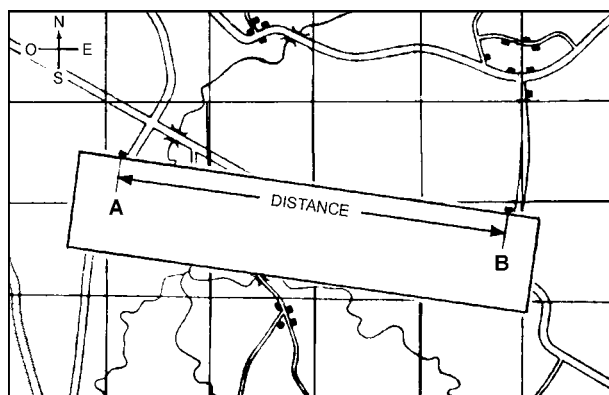
Mesurer entre deux points

Figure 1 Mesurer la distance entre deux points

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-24)

Pour mesurer une distance entre deux points :

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 (de départ) et B (d'arrivée);

3. étendre le papier juste sous 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; et
4. pour calculer la distance totale, ajouter le nombre de milliers où la marque B se trouve, plus le nombre de centaines sous-divisés là où la marque A se trouve à la gauche du zéro.

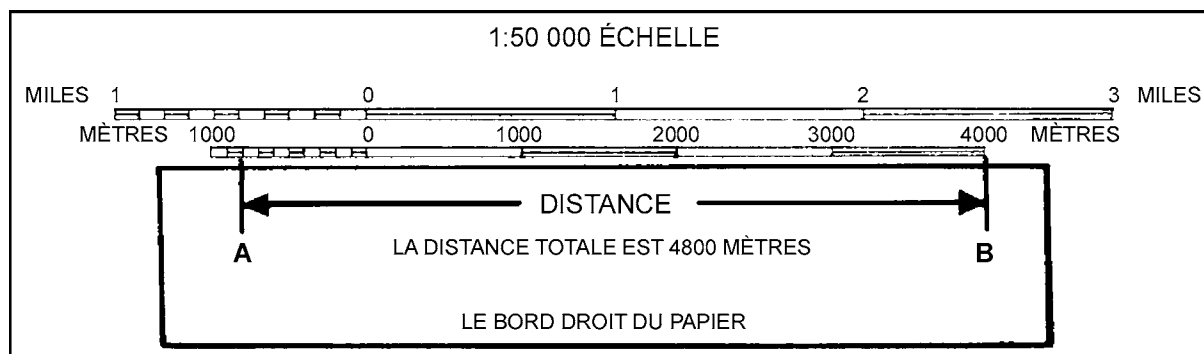


Figure 2 Calculer la distance

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-25)



Pour une distance qui est plus longue que 5000 mètres, mesurer les 5000 premiers 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-divisée. 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 autour des courbes dans la route ou le long d'un itinéraire planifié.

Pour mesurer la distance le long d'un itinéraire entre deux points :

1. étaler 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 que vous arriviez dans 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 votre papier et la carte au point B;
6. étendre le papier juste sous 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; et
7. ajouter le nombre de milliers où la marque B se situe, plus le nombre de milliers sous-divisés où se trouve la marque A à la gauche du zéro, ce nombre détermine la distance totale.

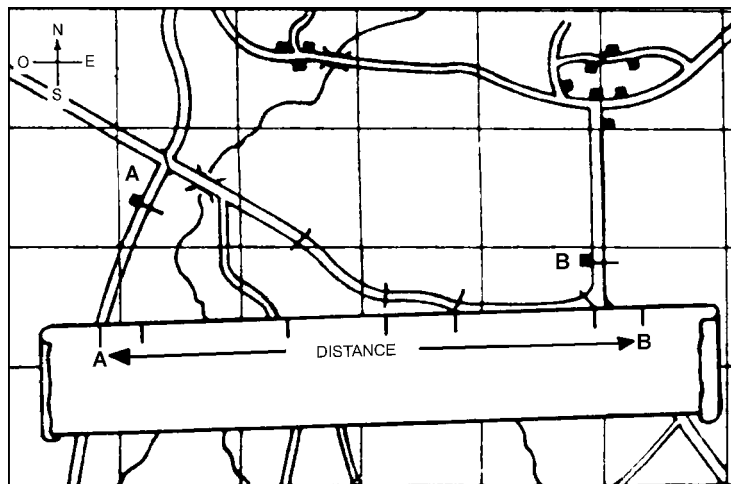


Figure 3 Mesurer la distance le long d'un itinéraire

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-25)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont les deux méthodes de mesure d'une distance sur une carte?
- Q2. Quelle est la distance au sol, pour chaque centimètre mesuré sur une carte à l'échelle de 1:50 000?
- Q3. Quelle échelle de distance faut-il utiliser lors du calcul de la distance mesurée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les deux méthodes sont entre deux points et le long d'un itinéraire.
- R2. Un centimètre sur la carte équivaut à 50 000 centimètres (ou 500 mètres) au sol.
- R3. L'échelle de distance en mètres est utilisée lors du calcul de la distance.

Point d'enseignement 2

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à déterminer la distance en utilisant un comptage des pas individuel

Durée : 40 min

Méthode : Démonstration et exécution



Sur un parcours pré-mesuré de 100 mètres, installer les cadets de façon à ce qu'ils puissent voir une démonstration et entendre l'explication du comptage des pas individuel.

MÉTHODE POUR COMPTER LES PAS À LA VITESSE DE MARCHÉ

La méthode pour compter les pas à la vitesse de marche (comptage des 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 des 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 des 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.

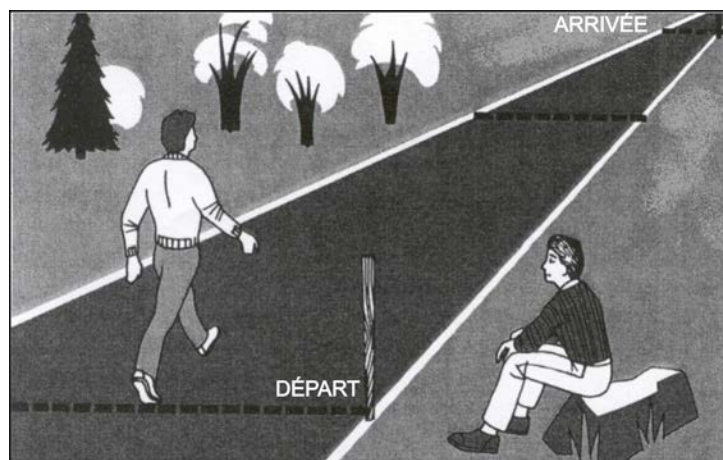


Figure 4 Déterminer la distance en utilisant le comptage des pas

Kjellstrom, B., Be Expert with Map and Compass, New York, Hungry Minds, Inc. (p. 53)



Se souvenir, le comptage des 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).

ACTIVITÉ

Durée : 30 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité vise à demander aux cadets de déterminer une vitesse de marche individuelle.

RESSOURCES

- Parcours pré-mesuré de 100 mètres.
- Stylo et papier.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Avoir des lignes de départ et d'arrivée définies et clairement marquées.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Demander aux cadets de commencer à une extrémité du parcours et de compter les pas à la vitesse de marche jusqu'à l'autre extrémité.
- Demander aux cadets d'inscrire leurs pas à la vitesse de marche après chaque longueur du parcours.
- Après trois à cinq longueurs (environ 25 minutes), demander aux cadets de calculer la moyenne de leurs pas à la vitesse de marche (le total des pas à la vitesse de marche divisé par le nombre de fois qu'ils ont compté les pas).

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Que mesure-t-on avec le comptage des pas?
- Q2. Combien de pas équivalent à un pas à la vitesse de marche?
- Q3. Quel pied doit-on utiliser pour compter les pas à la vitesse de marche?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. On l'utilise pour mesurer la distance.
- R2. Deux pas équivalent à un pas à la vitesse de marche.
- R3. On doit utiliser le pied dominant pour compter les pas à la vitesse de marche?

Point d'enseignement 3

Discuter des facteurs qui affectent le comptage des pas

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Demander aux cadets de se baser sur leur expérience personnelle pour identifier les facteurs qui affectent le comptage des pas.

FACTEURS AFFECTANT LE COMPTAGE DES PAS

Le comptage des pas peut être affecté par différents facteurs et les nombres peuvent varier. Quelques-uns des facteurs et des conséquences qui affectent le comptage des 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.** Gravier 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 des pas peut changer de naturel le matin, lorsque les cadets sont reposés, à plus court l'après-midi quand ils commencent à être fatigués.

- **Équipement.** L'équipement pourrait nuire au comptage des 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 des 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 des pas ne sont pas disponibles, on peut utiliser des pierres et les changer d'une poche à l'autre pour compter à tous les 100 mètres parcourus.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Quel est le plus commun facteur qui affecte le comptage des pas?
- Q2. Quel effet la descente d'une pente peut avoir sur le comptage des pas?
- Q3. Comment la fatigue peut-t-elle affecter le comptage des pas du matin à l'après-midi?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La topographie est le facteur le plus commun qui affecte le comptage des pas.
- R2. Descendre une pente rallonge les pas à la vitesse de marche.
- R3. Le comptage des pas est naturel le matin et plus court l'après-midi.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets dans l'activité de comptage des pas servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Pouvoir déterminer la distance le long d'un itinéraire est un aspect important de l'instruction de navigation parce qu'elle permet aux cadets d'avoir une bonne idée de la distance parcourue, la distance à parcourir et un sens général de leur emplacement en tout temps pendant la navigation.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001, Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques et le système global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-011 Canadian Orienteering Federation. (1985). *Orienteering Level Two Coaching Certification*, Ottawa, ON, Canadian Orienteering Federation.

C2-041 (ISBN 0-07-136110-3) Seidman, D. et Cleveland, P. (1995). *The Essential Wilderness Navigator*, Camden, ME, Ragged Mountain Press.

C2-045 (ISBN 1-4018-0961-8) Ford, H.L. (2003). *Landscape Surveying*, Florence, KY, Thomas Delmar Learning.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 5

OCOM M222.05 – ORIENTER UNE CARTE EN UTILISANT UNE BOUSSOLE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Calculer la déclinaison de la carte à utiliser 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 cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer l'orientation d'une carte en utilisant une boussole, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous la supervision d'un instructeur.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon provient de l'OCOM M222.04 (chapitre 11, section 4).

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont les deux méthodes de mesure d'une distance sur une carte?
- Q2. Combien de pas équivalent un pas à la vitesse de marche?
- Q3. Quel est le plus commun facteur qui affecte le comptage des pas?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Entre deux points et le long d'un itinéraire.
- R2. Deux pas équivalent un pas à la vitesse de marche.
- R3. La topographie.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'orienter une carte en utilisant une boussole.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent comment orienter une carte en utilisant une boussole, pour qu'ils puissent aligner avec précision les détails qui se trouvent sur la carte avec le nord géographique (nord vrai) lors de la navigation sur une longue distance.

Point d'enseignement 1

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer l'orientation d'une carte en utilisant une boussole

Durée : 25 min

Méthode : Démonstration et exécution



Disposer les cadets de façon à ce qu'ils puissent voir la démonstration et entendre l'explication sur l'orientation d'une carte en utilisant une boussole, tel que décrit ci-dessous.

Tel qu'enseigné préalablement pendant la navigation de l'étoile verte, orienter une carte par inspection signifie de tourner la carte de telle façon que, visuellement, les directions et les détails de la carte correspondent à ce qu'il y a au sol. Lorsque qu'on est incapable d'identifier les détails cartographiques avec ceux au sol (p. ex. on est dans une région montagneuse), ou qu'il faut orienter la carte avec plus de précision pour la navigation sur une longue distance, on doit utiliser une boussole.



Figure 1 Régler la déclinaison

*D Cad 3, 2007, Ottawa ON,
Ministère de la Défense nationale*



Figure 2 Régler la boussole à 00

*D Cad 3, 2007, Ottawa ON,
Ministère de la Défense nationale*



Figure 3 Rouge sur rouge

*D Cad 3, 2007, Ottawa ON,
Ministère de la Défense nationale*



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.

Pour orienter une carte en utilisant 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. pointer le miroir vers le nord (le haut de la carte);

5. aligner un côté du plateau de la boussole avec une abscisse; et
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 ».

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quand faut-il orienter une carte avec une boussole plutôt que par inspection?
- Q2. À quel chiffre le cadran de la boussole doit-il être réglé pour la lecture?
- Q3. Quelle mnémonique utilise-t-on pour se rappeler de mettre l'aiguille magnétique au-dessus de la flèche d'orientation?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Si on est incapable d'identifier les détails sur la carte ou si une orientation plus précise de la carte est nécessaire.
- R2. Le cadran de la boussole est réglé à 00 millième ou 0 degré.
- R3. Rouge sur rouge.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Quelle première étape doit-on faire pour orienter une carte à l'aide d'une boussole?
- Q2. Dans quelle direction le miroir de la boussole doit-il être pointé sur la carte?
- Q3. Comment la carte est-elle alignée avec la boussole?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Régler la déclinaison sur la boussole.
- R2. Il doit être pointé vers le haut de la carte ou le nord.
- R3. Aligner un côté du plateau de la boussole avec une abscisse.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Savoir comment orienter une carte à l'aide d'une boussole est important, car cela permet d'aligner la carte avec le nord géographique (nord vrai) de façon précise. Cela donne également aux cadets une idée générale de leur emplacement pendant l'instruction d'expédition.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Cette leçon se déroule avec l'OREN M223 (chapitre 12).

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 6

OCOM M222.06 – SUIVRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE DE POINT À POINT

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Avant cette leçon, en utilisant une carte topographique, préparer un itinéraire de navigation, qui comporte un minimum de six parcours espacés de 100 mètres ou moins.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE1 et PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment suivre un azimut magnétique de point à point, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer à suivre un azimut de point à point sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE3 parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets de suivre un azimut magnétique de point à point 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

La révision de cette leçon provient de l'OCOM M222.05 (chapitre 11, section 5).

QUESTIONS

- Q1. Quelle première étape doit-on faire pour orienter une carte à l'aide d'une boussole?
- Q2. Dans quelle direction le miroir de la boussole doit-il être pointé sur la carte?
- Q3. Comment aligne-t-on la carte et la boussole ensemble?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Régler la déclinaison sur la boussole.
- R2. Le haut de la carte ou le nord.
- R3. Aligner un côté du plateau de la boussole avec une abscisse.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de suivre un azimut magnétique de point à point.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de savoir comment déterminer l'azimut magnétique d'un objet important, prendre un azimut magnétique sur une carte et suivre un azimut magnétique pour qu'ils soient capables de naviguer sur un itinéraire pendant l'instruction sur la course d'orientation et les expéditions.

Point d'enseignement 1

Pratiquer à déterminer l'azimut magnétique d'un objet important

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution



Diviser les cadets en groupes égaux en fonction du nombre de boussoles disponibles. Disposer les cadets de façon à ce qu'ils puissent voir la démonstration et entendre l'explication sur comment déterminer l'azimut magnétique d'un objet important tel que décrit ci-dessous.

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 décrire la direction du déplacement.



C'est une bonne pratique de demander aux cadets d'estimer leurs azimuts avant de prendre un azimut avec la boussole pour augmenter les compétences en navigation.



Un objet important est quelque chose qui est grand et facilement visible (p. ex. une église ou un sommet de colline).



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.



Figure 1 Déterminer un azimut magnétique

A-CR-CCP-121/PT-001 (p. 5-42)

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. L'azimut magnétique de l'objet important se lit au point lumineux.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qu'un azimut magnétique?
- Q2. À quel endroit l'aiguille magnétique doit-elle être située lorsqu'on regarde dans le miroir et on tourne le cadran de la boussole?
- Q3. Où sur la boussole peut-on lire l'azimut magnétique de l'objet important?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un azimut magnétique est un azimut qui est mesuré entre deux points à l'aide d'une boussole.
- R2. L'aiguille magnétique doit être au-dessus de la flèche d'orientation (rouge sur rouge).
- R3. L'azimut magnétique se lit du point lumineux.

Point d'enseignement 2

Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à prendre un azimut magnétique sur une carte

Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

La capacité de mesurer un azimut d'une carte permet aux cadets de planifier des itinéraires ou des activités avant de se rendre en campagne et prévoit une méthode facile pour communiquer de l'information sur un déplacement ou un emplacement. Lorsqu'on règle une boussole pour compenser une déclinaison, cela donne l'équivalent d'un azimut magnétique. Les azimuts magnétiques peuvent être réglés sur la boussole sans effectuer d'autres conversions.



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.



Figure 2 Mesurer un azimuth magnétique sur une carte
D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

Pour mesurer un azimuth magnétique sur une carte :



Avant de mesurer un azimuth magnétique sur une carte, c'est une bonne idée d'abord d'estimer l'azimut en traçant rapidement une rose des vents et de voir 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.

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. 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.

L'azimut magnétique se lit du point lumineux.



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 2

QUESTIONS

- Q1. Quelle première étape doit-on faire pour mesurer un azimut magnétique sur une carte?
- Q2. Dans quelle direction le long du rayon de pointage doit-on étendre la boussole?
- Q3. Les lignes méridiennes de la boussole doivent s'aligner avec quelles lignes sur la carte?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole.
- R2. Dans la direction du déplacement – point A au point B.
- R3. Les lignes méridiennes de la boussole doivent s'aligner avec les abscisses de la carte.

Point d'enseignement 3

Suivre un azimut magnétique de point à point

Durée : 25 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de suivre un azimut magnétique de point à point.

RESSOURCES

- Une carte topographique (une par groupe).
- Une boussole (une par groupe).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un itinéraire de navigation qui comporte un minimum de six parcours, espacés sur une distance de 100 mètres ou moins.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de quatre à six.
2. Remettre une carte et une boussole à chaque groupe.
3. Demander à un différent cadet dans chaque groupe de prendre un azimut magnétique sur une carte pendant le jour.
4. Demander à chaque cadet à tour de rôle de diriger le groupe, tout en suivant un azimut magnétique de point à point.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

Suivre un azimut magnétique de point à point servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE aux cadets qui y participent.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**QUESTIONS**

- Q1. Quelle est la définition d'un objet important?
- Q2. Quelle est la définition d'un azimut magnétique?
- Q3. Quels sont les chiffres qui indiquent l'azimut magnétique?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un objet important est quelque chose qui est grand et facilement visible (p. ex. une église ou un sommet de colline).
- R2. Un azimut magnétique est un azimut qui est mesuré entre deux points à l'aide d'une boussole magnétique.
- R3. Les chiffres indiqués au point lumineux désignent l'azimut magnétique.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Être capable de déterminer l'azimut magnétique d'un objet important, prendre un azimut magnétique sur une carte et suivre un azimut magnétique aideront les cadets à naviguer sur un itinéraire pendant l'instruction sur la course d'orientation et les expéditions.

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 global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 7

OCOM C222.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À L'AIDE D'UNE CARTE ET D'UNE BOUSSOLE

Durée totale :

90 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Réviser les activités du PE2 pour confirmer les ressources locales requises et préparer l'itinéraire à utiliser y compris les coordonnées de quadrillage et les azimuts.

Si des instructeurs adjoints ne sont pas disponibles, déterminer un azimut de sécurité à un emplacement connu.

Préparer les morceaux de casse-tête de navigation et d'indices d'énigme (mot, photo ou phrase) pour chaque point de contrôle.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 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 PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive qui permet aux cadets de pratiquer la navigation dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue à la bonne forme et au perfectionnement des compétences et des connaissances en navigation dans un environnement amusant et stimulant.

La discussion de groupe a été choisie pour le PE3, 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 à l'aide d'une carte et une boussole.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets pratiquent la navigation à l'aide d'une carte et d'une boussole puisqu'il s'agit d'un ensemble de capacités qui doivent être pratiquées. 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

Donner une séance d'information de sécurité

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Disposer les cadets pour qu'ils puissent voir toute démonstration et entendre la séance d'information de sécurité avant la participation dans l'activité.



Cette séance d'information est donnée 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 l'on se perd, peuvent comprendre :
 - retourner au dernier point de contrôle;
 - utiliser une radio, si disponible; ou
 - suivre un azimuth 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; et
- un exposé des faits portant particulièrement 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, ils doivent retourner au dernier point de contrôle ou suivre un azimuth de sécurité 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

Participer à une activité de navigation

Durée : 55 min

Méthode : Activité pratique



Choisir de diriger une des activités suivantes dans le temps alloué. Si le temps le permet, essayer plus d'une activité. Se préparer à l'avance pour chaque activité en utilisant les ressources disponibles.

ÉNIGME DE NAVIGATION

À l'aide d'une carte et d'une boussole, les cadets doivent naviguer à un point prédéterminé sur la carte. Le parcours doit consister en un minimum de six circuits, d'environ 100 à 200 mètres de longueur. À chaque point, les cadets doivent recevoir des indices simples (un azimuth magnétique, des coordonnées de quadrillage ou une distance) pour les guider au point de contrôle suivant. L'équipe qui trouve le plus de points de contrôle et dans le temps le plus rapide est l'équipe gagnante.

TRAVAIL DE BOUSSOLE ET LE COMPTAGE DES PAS

À l'aide d'une carte et d'une boussole, les cadets doivent suivre un azimuth prédéterminé sur la carte. Le parcours consistera en un minimum de six circuits, d'environ 100 à 200 mètres de longueur. En suivant l'azimut fourni, chaque équipe doit déterminer le nombre de pas et la distance entre chaque point de contrôle. L'équipe avec les mesures de distance les plus précises entre chaque point de contrôle et le temps le plus rapide est l'équipe gagnante.

CASSE-TÊTE DE NAVIGATION

À l'aide d'une carte et d'une boussole, les cadets doivent naviguer à un point prédéterminé sur la carte. À chaque point de contrôle sur le parcours, les cadets doivent ramasser un morceau de casse-tête. Le casse-tête peut être une photo, un mot ou une phrase. La première équipe à ramasser tous les morceaux du casse-tête, à traverser la ligne d'arrivée et à résoudre le casse-tête est l'équipe gagnante.



Cet exemple de casse-tête quand il est démêlé s'écrit « CADET » :

- au 1^{er} point de contrôle, le groupe ramasse un « D »;
- au 2^e point de contrôle, le groupe ramasse un « T »;
- au 3^e point de contrôle, le groupe ramasse un « A »;
- au 4^e point de contrôle, le groupe ramasse un « C »; et
- au 5^e point de contrôle, le groupe ramasse un « E ».



Un exemple de casse-tête d'une photo se trouve à l'annexe A, à faire de la façon suivante :

1. photocopier une photo pour chaque équipe;
2. couper la photo en morceaux égaux au nombre de points de contrôle;
3. identifier chaque morceau du casse-tête avec le même numéro d'équipe;
4. à chaque point de contrôle, le groupe doit ramasser le morceau de casse-tête du même numéro; et
5. à la fin de la navigation, le groupe doit assembler le casse-tête.

ACTIVITÉ 1

OBJECTIF

L'objectif de l'activité de l'énigme de navigation est de demander aux cadets, comme membres d'une équipe, de participer à la navigation de point à point.

RESSOURCES

- Cartes topographiques (une par équipe).
- Boussoles (une par équipe).
- Un itinéraire de navigation prédéterminé.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Avoir des lignes de départ et d'arrivée définies et clairement marquées.
- Placer un indice à chaque point pour guider les groupes au prochain point.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de quatre à six.
2. Remettre une carte et une boussole à chaque groupe.
3. Remettre l'indice du premier point 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 chaque indice dans l'ordre qu'ils effectuent chaque point de contrôle.
6. Ramasser les feuilles et inscrire le temps d'arrivée de chaque groupe.



Selon la disponibilité, employer un instructeur adjoint à chaque point de contrôle pour remettre le prochain indice aux cadets, pour répondre aux questions et empêcher que les groupes se suivent ou qu'ils partagent les réponses.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

ACTIVITÉ 2**OBJECTIF**

L'objectif de l'activité du travail de boussole et du comptage des pas vise à demander aux cadets, comme membres d'une équipe, de participer au comptage des pas et de déterminer la distance pendant la navigation.

RESSOURCES

- Cartes topographiques (une par équipe).
- Boussoles (une par équipe).
- Un itinéraire prédéterminé de navigation et de comptage des pas.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Avoir des lignes de départ et d'arrivée définies et clairement marquées.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de quatre à six.
2. Remettre une carte et une boussole à chaque groupe.
3. Demander aux cadets de transférer le parcours à suivre sur les cartes.
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 le nombre de pas et la distance de chaque circuit qu'ils font.
6. Ramasser les feuilles et inscrire le temps d'arrivée de chaque groupe.



Selon la disponibilité, employer un instructeur adjoint à chaque point 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 3**OBJECTIF**

Selon la disponibilité, employer un instructeur adjoint à chaque point de contrôle pour répondre aux questions et empêcher que les groupes se suivent ou qu'ils partagent les réponses.

RESSOURCES

- Cartes topographiques (une par équipe).
- Boussoles (une par équipe).
- Morceaux de casse-tête (un par équipe, par point de contrôle).
- Un itinéraire de navigation prédéterminé.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Avoir des lignes de départ et d'arrivée définies et clairement marquées.
- Placer des morceaux de casse-tête identiques à chaque point de contrôle.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de quatre à six.
2. Remettre une carte et une boussole à chaque groupe.
3. Faire partir les groupes à des intervalles de deux minutes et inscrire les temps de départ.
4. Demander aux cadets de ramasser un morceau du casse-tête à chaque point de contrôle.
5. Après avoir traversé la ligne d'arrivée, les cadets doivent résoudre le casse-tête et donner la réponse à l'instructeur.



Selon la disponibilité, employer un instructeur adjoint à chaque point de contrôle pour remettre le morceau de casse-tête aux cadets, pour répondre aux questions et empêcher que les groupes se suivent ou qu'ils partagent les réponses.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

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

DISCUSSION DE GROUPE**CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION :**

- Établir les règles de base pertinentes à une discussion, p. ex. chacun doit écouter attentivement; ne pas interrompre; seulement une personne parle à la fois; personne ne doit se moquer des idées des autres; on peut être en désaccord avec les idées mais non avec la personne; tenter de comprendre les autres autant qu'on espère être compris soi-même; etc.
- Le groupe s'assoie en cercle, s'assurer que tous les cadets peuvent être vus par tous.
- Poser des questions qui font réfléchir; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en s'assurant que les cadets restent collés au sujet.
- Écouter et répondre de façon à indiquer que le cadet a été entendu et compris. Il est possible de le faire en reformulant leurs idées.
- Donner aux cadets le temps de répondre aux questions posées.
- S'assurer que chaque cadet a l'occasion de participer. Une option est de faire le tour du groupe et demander à chaque cadet de répondre à la question en donnant une courte réponse. Les cadets doivent avoir l'option de passer leur tour s'ils le souhaitent.
- Les questions supplémentaires doivent être préparées 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 seulement aux questions suggérées.



Renforcer les réponses et les commentaires énoncés pendant la discussion de groupe, s'assurer que le point d'enseignement a été expliqué.

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 ainsi que la discussion de groupe serviront de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La navigation à l'aide d'une carte et d'une boussole est une compétence qu'on peut aussi utiliser dans des situations en dehors du programme des cadets. 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 naviguer avec une carte et une boussole, de déterminer la distance et de suivre un azimuth de point à point.

Cette activité peut se faire à l'aide de n'importe quelle carte disponible (topographique, de course d'orientation ou produite sur place).

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-041 B-GL-382-005/PT-001 Forces canadiennes. (2006). *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système global de positionnement*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

CASSE-TÊTE DE NAVIGATION



Figure A-1 Casse-tête de navigation

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M223.01 – PRÉPARATION POUR UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Réviser l'OCOM M123.01 (A-CR-CCP-701/PF-001, chapitre 12, section 1) afin de se préparer pour l'activité du PE1.

Réviser l'activité du PE1 et préparer la salle de classe selon les instructions sur l'activité.

Photocopier les documents de cours qui se trouvent aux annexes A, B et D pour chaque cadet. Préparer les cartes à l'annexe A pour cette activité dans le PE1.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une activité en classe a été choisie pour les PE1 et PE2 parce qu'il s'agit d'une façon interactive de présenter une liste d'équipement personnel.

Un exposé interactif a été choisi pour les PE3 et PE4 pour présenter la préparation pour une randonnée en montagne.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

A la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de préparer une liste d'équipement personnel et de se préparer physiquement avant une randonnée en montagne.

IMPORTANTCE

Il est important que les cadets connaissent comment s'organiser et se préparer pour une randonnée en montagne – choisir l'équipement pour une randonnée en montagne, créer une liste d'articles importants et d'identifier les exigences physiques d'une randonnée en montagne. La randonnée en montagne est une composante des expéditions. En étant bien préparé pour une telle activité, les cadets seront mieux équipés pour rencontrer les défis mentaux et physiques d'une expédition.

Point d'enseignement 1

Diriger une activité sur l'équipement de randonnée en montagne

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIFS

L'objectif de cette activité est de réviser les caractéristiques de l'équipement de randonnée en montagne.

RESSOURCES



Pour cette activité, il est recommandé de demander à deux cadets d'aider à surveiller le jeu.

- Des cartes d'équipement de randonnée en montagne précoupées qui se trouvent à l'annexe A (un ensemble par équipe).
- Des feuilles pour tableau de papier (une feuille par équipe).
- Du ruban.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Installer deux feuilles pour tableau de papier côte à côte étiquetées Équipe A et Équipe B.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en deux équipes.
2. Demander à chaque équipe de s'aligner en avant de leur feuille pour tableau de papier.
3. Le premier cadet de chaque équipe prend une carte de l'équipement de randonnée en montagne.
4. Demander au cadet de lire les caractéristiques sur la carte à son équipe. L'équipe doit deviner quel article la carte décrit.
5. Quand l'équipe a deviné l'article correctement, le cadet va afficher la carte sur la feuille pour tableau de papier de son équipe.
6. Le reste de l'équipe (un après l'autre) prend une carte et répète les étapes 4. et 5.
7. La première équipe qui réussit à afficher toutes ses cartes, gagne et peut aller en randonnée en montagne.

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

Diriger une activité pour identifier les articles permanents et une liste d'équipement personnel

Durée : 15 min

Méthode : Activité en classe

Avant d'aller en randonnée en montagne, il est essentiel qu'aucun équipement supplémentaire ne soit transporté. Il faut éviter de trop emballer pour réduire le poids du sac à dos. Une liste de vérification est un bon moyen de faire un suivi de ce qui est nécessaire. Après chaque randonnée en montagne, la liste doit être modifiée pour refléter ce qui a été utilisé et en quelle quantité afin de se préparer pour la prochaine fois.

Avant d'aller en randonnée en montagne, tenir compte des points suivants aidera lorsqu'on fait une liste de vérification :

- la distance (les randonnées en montagne de longue distance déterminent l'équipement qu'il faut apporter);
- le type de terrain;
- les prévisions météorologiques; et
- les intérêts des cadets (photographie, escalade de rocher, etc.).



Des vêtements imperméables et une trousse de premiers soins doivent toujours faire partie de votre liste d'équipement.

LISTE D'ARTICLES PERMANENTS

Articles personnels. Une liste d'articles personnels ne change pas beaucoup d'une randonnée en montagne à une autre. Les articles suivants doivent faire partie de la liste :

- une trousse d'articles de toilette personnelle (brosse et pâte à dents, savon biodégradable, rasoir, peigne ou brosse, serviette, papier de toilette et des produits hygiéniques pour femmes);
- des médicaments personnels;
- de l'insectifuge;
- un baume pour les lèvres;
- des casseroles et des ustensiles;
- un stylo et du papier (bloc-notes); et
- de la monnaie.

Six articles essentiels. Les articles suivants peuvent être utilisés pour éviter les situations difficiles et pour se préparer à l'inattendu :

- un couteau de poche ou outil polyvalent;
- un contenant d'eau;
- des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.);
- des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et imperméables);
- de l'écran solaire et lunettes de soleil; et
- une trousse de survie, y compris :
 - un filtre à eau;
 - une lampe de poche;
 - des allumettes imperméables;
 - un dispositif de signalisation (p. ex. sifflet et miroir); et
 - une trousse de premiers soins.



C'est toujours une bonne idée d'étaler tout l'équipement avant de l'emballer. Ceci permet à une personne de voir ce qui est là et si quelque chose manque.

C'est aussi une bonne façon de voir quels articles doivent être mis dans des sacs de plastique pour les tenir au sec.

Liste de vérification de dernière minute. Une liste de vérification de choses à faire avant une randonnée en montagne doit toujours être tenue à jour. Il faut tenir compte des éléments suivants :

- Remplir les contenants d'eau.
- Vérifier l'équipement (dispositifs de cuisson, bottes, réviser les six articles essentiels).
- Vérifier la dernière mise à jour des prévisions météorologiques.
- Vérifier l'état des sentiers avec la gestion locale ou le bureau du parc.



C'est toujours une bonne idée de :

- faire des copies de l'itinéraire et de laisser une copie au bureau de gestion des terrains utilisés ou au bureau du parc; et
- informer un ami fiable sur l'itinéraire, quoi faire et qui contacter si on ne retourne pas tel que prévu.

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est d'identifier les articles à inclure dans une liste d'articles personnels basée sur les prévisions météorologiques.

RESSOURCES

- Un stylo.
- Une feuille de réponses et les mises en situation qui se trouvent à l'annexe B.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de quatre personnes.
2. Distribuer une mise en situation (qui se trouve à l'annexe B) à chaque groupe. Il est acceptable pour plus qu'un groupe d'avoir la même mise en situation.
3. Demander aux cadets de choisir l'équipement de la liste qu'ils apporteraient pour une randonnée en montagne selon les prévisions météorologiques, sur leur feuille.
4. Accorder cinq minutes aux cadets pour identifier leurs articles. Réviser les réponses en groupe. S'il y a une erreur, expliquer pourquoi ce n'est pas le meilleur choix. La clé de correction se trouve à l'annexe C.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quels sont certains des points qu'un cadet doit tenir compte pour lui aider à faire une liste de vérification?
- Q2. Nommez trois articles compris dans une liste permanente.
- Q3. Nommez trois articles compris dans la liste des six articles essentiels.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Certains des points dont il faut tenir compte sont la distance, le type de terrain, les prévisions météorologiques et l'intérêt du cadet.
- R2. Une trousse d'hygiène personnelle, des médicaments personnels, un insectifuge, du baume à lèvres, des casseroles et des ustensiles, un stylo, du papier ou un bloc-notes et de la monnaie sont des articles qui sont compris dans la liste permanente.
- R3. Un couteau de poche ou un outil polyvalent, un contenant d'eau, un filtre à eau, une lampe de poche, des aliments supplémentaires, des vêtements supplémentaires, des allumettes imperméables, un écran

solaire, des lunettes de soleil, des dispositifs de signalisation et une trousse de premiers soins sont des articles qui sont compris dans la liste des six articles essentiels.

Point d'enseignement 3

Discuter des exigences physiques d'une randonnée en montagne

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

Afin de faciliter la randonnée en montagne, il faut avoir la force physique pour en faire une réussite. Si on vise à améliorer l'endurance cardiovasculaire, la force et l'équilibre, on devrait avoir beaucoup moins de difficultés à compléter une randonnée en montagne d'un jour.

Endurance cardiovasculaire. Améliorer l'endurance cardiovasculaire signifie fortifier le cœur, les poumons et les muscles des jambes. Elle améliore la capacité du corps à diriger une plus grande quantité d'oxygène aux muscles travaillant. Ainsi, les muscles développent une plus grande capacité à utiliser l'oxygène et il est plus facile de récupérer du stress de l'exercice. Elle augmente aussi le niveau d'énergie et permet au cadet de faire de plus longue randonnée pédestre en terrain à géographie différente.

Force. Améliorer la force signifie développer le tonus musculaire. En agissant de la sorte, l'endurance augmente. Cela fait une différence en fonction de la distance de la randonnée et au moment de traverser des obstacles avec un sac à dos. Une plus grande force signifie que le randonneur fera de plus longue randonnée et, sans trop de difficulté, pourra le faire sur un terrain à géographie différente.

Équilibre. L'amélioration de l'équilibre signifie l'amélioration des compétences physiques et l'augmentation de la maîtrise et de la sensibilisation du corps. Cela améliore la stabilité et aide à éviter les blessures. Un bon équilibre améliore les techniques de marche en terrain à géographie différente et aide à traverser les obstacles.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Quelles sont les parties du corps qui sont renforcées par des activités cardiovasculaires?
- Q2. Que signifie améliorer la force?
- Q3. Que peut-on éviter si on améliore son équilibre?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les activités cardiovasculaires renforcent le cœur, les poumons et les muscles des jambes.
- R2. Améliorer la force signifie développer le tonus musculaire.
- R3. On peut éviter les blessures.

Point d'enseignement 4**Discuter de comment se préparer physiquement pour une randonnée en montagne**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif

EXERCICES DE MUSCULATION**Exercices d'aérobie**

On recommande d'améliorer l'endurance cardiovasculaire en pratiquant des activités qu'on aime. La consistance est la clé du succès. Les exercices doivent viser à augmenter la distance et la durée au fur et à mesure que la forme physique personnelle s'améliore. Les exercices doivent être réguliers et bien équilibrés.



Quand on augmente les activités cardiovasculaires et d'entraînement de la force, il est important de se souvenir que la douleur n'est pas un indicateur d'amélioration.

Pour améliorer l'endurance cardiovasculaire, pratiquer certaines des activités suivantes, deux fois par semaine pendant 20 minutes :

- le vélo (vélo de route ou de montagne);
- la marche (sur un sol plat, marche intense pendant un minimum de 40 minutes);
- aller au centre de conditionnement physique (vélo d'exercice, appareil de formation polyvalente, machine à ramer, etc.);
- la course (progresser de la marche intense au jogging-marche à la course);
- la participation à des cours (d'aérobie, aérobie avec escaliers, aérobie dans l'eau);
- la natation (natation en couloir);
- la pratique de tout sport de raquette;
- la pratique du soccer; et
- toute activité qui utilise les bras et les jambes pour augmenter le pouls à un minimum de 65 % du rythme cardiaque maximal.

Pour continuer à stimuler l'intérêt, une personne doit varier ses activités d'aérobie.



Se souvenir, qu'être actif est facile à atteindre, sans avoir à dépenser de l'argent ou prendre beaucoup de temps à organiser une activité.

Exercices d'entraînement de la force



Pour cette partie, l'instructeur ou un instructeur adjoint peut faire des démonstrations.

Distribuer aux cadets le document de cours, qui se trouve à l'annexe D.

Expliquer aux cadets, que si à un moment donné, ces exercices les blessent ou deviennent difficiles, ils doivent s'arrêter immédiatement.



Pour tous les exercices d'entraînement aux poids libres, les poids doivent convenir au niveau de la forme physique. On doit commencer avec un poids d'une livre et progresser selon le niveau de forme physique. Les cadets n'ont pas à acheter un ensemble de mini-haltères. Ils peuvent utiliser tout objet avec une poignée (pot à lait, bouteille de boisson gazeuse ou d'eau remplie d'eau ou de sable).

Tous les poids libres « faits maison » ont besoin d'être pesés pour s'assurer que la paire est de même poids.



Comme tout entraînement aux poids libres, les cadets doivent se souvenir des points suivants :

- Contrôler leurs mouvements pour éviter de balancer les poids.
- Éviter d'utiliser l'élan pour soulever les poids.
- Arrêter tout exercice qui blesse ou qui n'apporte pas de satisfaction.

JAMBES

Soulèvement du muscle abducteur. S'allonger au sol sur le côté gauche avec la jambe légèrement pliée. Utiliser la main gauche pour supporter la tête et placer la main droite en avant pour le soutien. Garder la jambe droite tendue et en ligne avec le corps, la soulever lentement, d'un mouvement contrôlé. Maintenir cette position pendant 30 secondes, baisser et puis répéter le mouvement. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.



Figure 1 Soulèvement du muscle abducteur

Yahoo Health. 2007. Basic Muscle-conditioning Exercises. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://health.yahoo.com/topic/weightloss/overview/article/healthwise/popup/zm2427>

Fente avant. Maintenir les mains aux côtés avec les pieds écartés de la largeur des épaules. Placer une jambe vers l'avant, en fléchissant les deux genoux jusqu'à ce que la cuisse soit parallèle au genou. Se repousser à

la position de départ. Alternier les jambes. Ne pas laisser le genou toucher au sol. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.



Figure 2 Fentes avant avec des poids libres

Department of Public Health County of Los Angeles California. 2006. LAPublicHealth.org/Strength Training. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.lapublichealth.org/physact/physactstrength.htm>

Rétropropulsion de la cuisse. Supporter le poids du corps sur les coudes et les genoux avec les mains ensemble en avant. Le dos doit être droit. Garder la jambe droite pliée, la lever en l'air. Presser vers le talon. Compter deux secondes en haut et deux secondes en bas. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.



Figure 3 Rétropropulsion de la cuisse

Bodybuilding.com. 2007. Exercise Guides-Glute Kickback. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://bodybuilding.com/fun/exercises.php?mainmuscle=glute>

BRAS

Extension des bras. Placer les mains directement sous les épaules, en gardant les doigts pointés vers l'avant et les jambes en ligne avec le corps. Baisser le corps vers le plancher sans y toucher et ensuite se repousser du plancher à la position de départ. En faire autant que possible.

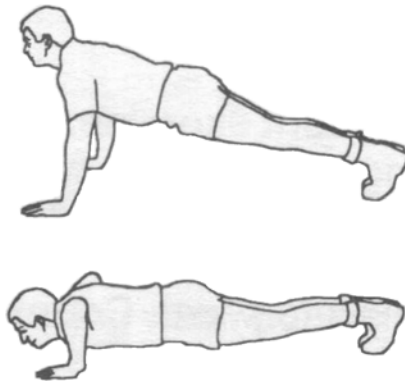


Figure 4 Extension des bras

*The Fitness Motivator.com. 2006. Add these Basic Exercises to your fitness plan.
Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.the-fitness-motivator.com/basicexercises.html>*

DOS ET ÉPAULES

Soulèvement latéral avec des poids libres. Tenir les poids aux côtés, la paume des mains vers l'intérieur. Lever lentement les bras à la hauteur de l'épaule et baisser. Garder les bras et les poignets droits. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.

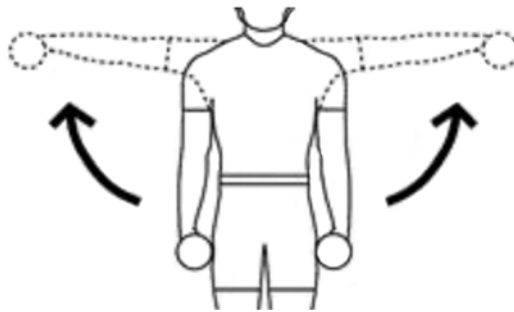


Figure 5 Soulèvement latéral avec des poids libres

*Weight Lifting Workout Routines. 2006. Shoulder Exercises. Extrait le 29 mars
2007 du site <http://www.weight-lifting-workout-routines.com/shoulder-exercises.html>*

ESTOMAC

Demi-redressement assis. S'allonger sur le dos en ramenant les jambes au-dessus des hanches et croiser les chevilles. Placer les bras soit sur les cuisses, croisés sur la poitrine ou de chaque côté de la tête (le plus difficile). Serrer les muscles de l'estomac et ensuite faire un demi-redressement lentement en utilisant les abdominaux pour soulever les épaules du sol en même temps. Ne pas balancer les jambes. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois pour le côté gauche et le côté droit. Le nombre de répétitions peut augmenter selon le niveau de confort.



Figure 6 Position du demi-redressement assis

*The Fitness Motivator.com. 2006. Add these Basic Exercises to Your Fitness Plan.
Extrait le 3 avril 2007 du site <http://www.the-fitness-motivator.com/basicexercises.html>*

EXERCICES D'ÉTIREMENT AVANT ET PENDANT LA RANDONNÉE EN MONTAGNE

Les exercices suivants doivent être effectués avant et après une randonnée en montagne. Ils réduisent la raideur des muscles et préviennent tout stress ou blessures possibles.



C'est toujours une bonne idée, pendant la randonnée en montagne, d'utiliser quelques minutes pendant les pauses de repos pour s'étirer.

Des échauffements avant une randonnée en montagne permettent aux muscles de se décontracter. Les étirements doivent être effectués lentement et doucement. Les exercices de sauts sur place ou les étirements forcés ne sont pas recommandés.

Cou. Rouler lentement la tête sur la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne pas rouler la tête vers l'arrière. Cet exercice doit être répété 10 fois.

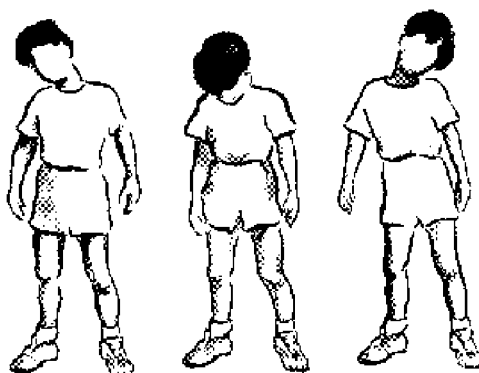


Figure 7 Étirement du cou

B. Hanson. 1999. Bureau de santé publique de Toronto. Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, Toronto, ON. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Épaules. Se tenir debout et lever le dessus des épaules vers les oreilles jusqu'à ressentir une légère tension dans le cou et les épaules. Maintenir la position pendant 5 secondes. Ensuite, détendre les épaules vers le bas. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois.

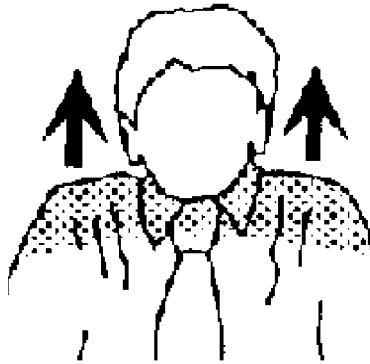


Figure 8 Étirements des épaules

University of Michigan Occupational Safety & Environmental Health. 2007. Basic Office Stretches. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.oseh.unmich.edu/ergonomics_intro.html

Triceps et le dessus des épaules. Se tenir debout, passer le bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec la main gauche, tirer légèrement le bras vers le bas. Maintenir cette position pendant au moins 10 secondes. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.



Figure 9 Étirement des triceps

Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Épaules, bras et poitrine. Entrelacer les doigts derrière le dos. Si ceci semble relativement facile, alors lever les bras derrière le dos jusqu'à ressentir un étirement dans les bras, les épaules ou la poitrine. Maintenir la position pendant 10 à 15 secondes. Garder la poitrine et le menton sorti.



Figure 10 Étirement des épaules, bras et de la poitrine

University of Michigan Occupational Safety & Environmental Health. 2007. Basic Office Stretches. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.oseh.unmich.edu/ergonomics_intro.html

Muscles ischio-jambiers, l'arrière des genoux et des jambes. Se tenir avec les pieds écartés de la largeur des épaules et pointés directement vers l'avant. Se plier lentement vers l'avant à partir des hanches. Garder les genoux légèrement pliés. Se rendre au point où un petit étirement se fait sentir à l'arrière des jambes. Maintenir la position pendant 10 à 15 secondes.



Figure 11 Étirement des muscles ischio-jambiers, de l'arrière des genoux et des jambes

PC Coach. 2005. Stretching for Runners. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.pccoach.com/newsletters/may05/stretching.htm>

Partie avant de la hanche et partie inférieure du dos. Commencer en plaçant une jambe en avant de l'autre, avec la cheville de la jambe avant directement sous le genou avant. L'autre genou reste au sol. Placer les mains, l'une sur l'autre, sur la cuisse juste au-dessus du genou. Maintenir cette position pendant 10 à 15 secondes et répéter pour l'autre côté.



Figure 12 Partie avant de la hanche et partie inférieure du dos

ARC Committed to Curing Arthritis. 2007. Back Pain. Extrait le 27 mars 2007 du site http://www.arc.org.uk/about_arth/booklets/6002/6002

Quadriceps et genoux. Tenir le dessus du pied droit avec la main gauche et tirer doucement le talon vers les fesses. Le genou fléchit à un angle naturel quand le pied est tenu avec la main opposée. Maintenir cette position pendant 10 à 15 secondes et répéter pour l'autre jambe.



Figure 13 Étirement des quadriceps et des genoux

Women's Heart Foundation. 2005. Stretching Exercises for Women. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.womensheart.org/content/exercises/stretching_exercises.asp

Accroupissement. S'accroupir avec les pieds à plat et les orteils pointés à 15 degrés. Les talons doivent être écartés selon la flexibilité de chacun. Garder les genoux à l'extérieur des épaules, directement au-dessus des gros orteils. Maintenir la position pendant 15 à 30 secondes. On peut utiliser une barrière ou un poteau pour l'équilibre.



Figure 14 Position d'accroupissement

The Back Rack. 1999. Cycling Stretches After Riding. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://thebikerack.com/page.cfm?pageId=247>

Chevilles. Lever le pied gauche du sol et faire la rotation du pied et de la cheville 10 à 15 fois en sens horaire et ensuite en sens antihoraire. Répéter pour le pied et la cheville droite.



Figure 15 Rotation des chevilles

Women's Heart Foundation. 2005. Stretching Exercises for Women. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.womensheart.org/content/exercises/stretching_exercises.asp

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

QUESTIONS

- Q1. Nommez deux activités d'aérobic qui améliorent la force.
- Q2. Pourquoi est-il important de s'étirer avant, pendant et après une randonnée en montagne?
- Q3. Si on éprouve de la douleur pendant un étirement, que doit-on faire?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le vélo, la marche, la course, les cours d'aérobic, la natation, le squash, le soccer et toute autre activité qui fait utiliser les bras et les jambes sont toutes des activités d'aérobic.
- R2. L'étirement permet aux muscles de s'échauffer et de se décontracter, et réduit la raideur des muscles du randonneur. Il prévient tout stress ou blessures possibles.
- R3. Arrêter l'étirement et demander de l'aide.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Que peut-on faire pour améliorer l'endurance cardiovasculaire?
- Q2. Nommez l'exercice qui peut améliorer la force du dos et des épaules.
- Q3. Pourquoi doit-on s'étirer avant, pendant et après une randonnée en montagne?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Pratiquer des activités préférées tels que le vélo, la marche, le centre de conditionnement physique, la course, les cours de natation, de squash, de soccer ou toute autre activité qui fait utiliser les bras et les jambes.
- R2. C'est un soulèvement latéral avec des poids libres.
- R3. L'étirement permet aux muscles de s'échauffer et de se décontracter tout en réduisant la raideur dans les muscles pour le randonneur et en prévenant tout stress ou les blessures possibles.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

L'étirement permet aux muscles de s'échauffer et de se décontracter tout en réduisant la raideur dans les muscles pour le randonneur et en prévenant tout stress ou les blessures possibles.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Pour l'activité du PE1, on peut emprunter l'équipement de randonnée en montagne. Certains répondants peuvent pouvoir fournir un dépôt pour que certains des magasins de plein air prêtent de l'équipement de plein air. Cette activité peut aussi s'effectuer dans un magasin de plein air.

Un document de cours sur les exercices et les étirements se trouve à l'annexe D.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching 20th anniversary (éd. rév.)*, Bolinas, CA, Shelter Publications Inc.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-017 (ISBN 0-7627-0476-4) Roberts, H. (1999). *Basic Essentials, Backpacking*, Guilford, CT, The Globe Pequot Press.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (éd.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*, Cincinnati, OH, David & Charles.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

CARTES D'ÉQUIPEMENT DE RANDONNÉE EN MONTAGNE

Sac banane



Figure A-1 Sac banane

ABC-of-Hiking. 2007. Shop Backpacks. Extrait le 19 avril 2007 du site <http://www.abc-of-hiking/shopitems/backpacks/prowler5-backpacks.asp>

Caractéristiques

- Petit et discret;
- Léger;
- Ceinture mince avec une pochette cousue dessus; et
- D'une capacité maximale de 10 livres.

Sac de promenade



Figure A-2 Sac de promenade

ABC-of-Hiking. 2007. Shop Backpacks. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-hiking/shopitems/backpacks/team-backpacks.asp>

Caractéristiques

- Disponible dans plusieurs modèles et grandeurs;
- Peut avoir des caractéristiques supplémentaires (anneaux, poches, système de sac gourde);
- On peut trouver du rembourrage ferme sur les bretelles, à la ceinture autour de la taille et du rembourrage au dos; et
- D'une capacité de 15 à 35 litres.

Bottes



Figure A-3 Bottes de randonnée

Internet Outdoors Unlimited. 2003. Alpina Trekking Boots. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.shopoutdoors.com/Alpinahikingboots.html>

Caractéristiques

- Solides;
- Légères;
- Offrent de la protection et du soutien;
- Confortables; et
- Bonne pointure.

Contenants d'eau



Figure A-4 Contenants d'eau

ABC-of-Hiking. 2007. Shop Water Bottles. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-hiking/shopitems/water-bottles/unbottles7002-water-bottles.asp>

Caractéristiques

- Disponible dans plusieurs modèles et capacités;
- Léger et durable;
- Plusieurs formes, couleurs et tissus; et
- Aide à rester hydraté.

Chaussettes



Figure A-5 Chaussettes

ABC-of-Hiking. 2007. Shop Hiking Socks. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://abc-of-hiking.com/shopitems/socks/trailsock-socks.asp>

Caractéristiques

- Fabriquées de divers tissus;
- Absorbe l'humidité;
- Fournit l'isolation; et
- Plus efficaces en paires.

Des vêtements contre la pluie



Figure A-6 Imperméable

ABC-of-Biking. 2007. Shop Outdoor Jackets. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-mountainbiking.com/shopitems/jackets/stanza-jackets.asp>

Caractéristiques

- Disponible dans plusieurs modèles, couleurs, grandeurs et formes;
- De tissu respirant;
- Léger;
- Se plie;
- Doit avoir un capuchon; et
- Hydrofuge.

Chapeaux



Figure A-7 Chapeaux

ABC-of-Fishing. 2007. Shop Fishing Hats. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-fishing.net/shopitems/hats/voodoo-hats.asp>

Caractéristiques

- Absorbe la transpiration;
- Disponible dans plusieurs modèles, couleurs, grandeurs et formes;
- Protège la tête et le cou du soleil et de la pluie; et
- Doit avoir une bordure large.

Isolation supplémentaire



Figure A-8 Veste de laine polaire

ABC-of-Hiking. 2007. Shop Men's Sweatshirts. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-hiking.com/shopitems/sweatshirts/covercardigan-mens-sweatshirts.asp>

Caractéristiques

- Disponible dans plusieurs modèles, couleurs, grandeurs et formes;
- Léger;
- Séchage rapide; et
- Peut se porter sous une veste.

Écran solaire et insectifuge



Figure A-9 Écran solaire et insectifuge

Forest Home Outfitters. 2007. Oops I Forgot. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://foresthometoutfitters.org/index.php?cPath=37>

Caractéristiques

- Protège contre l'exposition au soleil; et
- Éloigne les insectes.

Appareil photo et pellicule



Figure A-10 Caméra numérique

WP ClipArt. 2007. Camera Section. Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.wpclipart.com/camera/index.html>

Caractéristiques

- Diverses grosseurs, modèles et couleurs;
- Enregistre des moments mémorables; et
- Utilise des piles.

Maillot de bain et serviette



Figure A-11 Maillot de bain d'une pièce

Simply Swim. 2007. Arrow One Piece. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://cylinder-bag.hotshopping.co.uk/swimsuits.html>



Figure A-12 Maillot de bain

Morth Marine Austria. 2007. Cliff Swim Trunk. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.marine-moerth.com/Hellyhansenl.htm>

Caractéristiques

- Confortable;
- Pour s'ajuster à la personne; et
- Permet à une personne d'aller nager ou se laver.

Jumelles



Figure A-13 Jumelles

ABC-of-Hiking, Shop Binoculars, Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.abc-of-hiking.com/shopitems/binoculars/echocompact-binoculars.asp>

Caractéristiques

- Diverses grosseurs et modèles; et
- Regarder des objets, des routes et la faune à distance.

MISES EN SITUATION SELON LES PRÉVISIONS MÉTÉOROLOGIQUES

Mise en situation A : Journée ensoleillée

La dernière fin de semaine en juin, votre corps de cadets prévoit une randonnée en montagne. Les prévisions météorologiques de la région prévoient du temps ensoleillé pour toute la fin de semaine. Que faut-il apporter?

Vêtements	Articles personnels
<ul style="list-style-type: none"> • un passe-montagne, • une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes, • une cagoule; • des gants; • des pantalons isolés; • une veste; • des mitaines; • un cache-cou; • des pantalons; • un parka; • le capuchon d'un parka; • une veste de laine polaire; • des vêtements imperméables (une veste et des pantalons); • un foulard; • une chemise; • shorts; • un chandail; • un chapeau Tilley; • une tuque et une casquette; • un col roulé; • une camisole; • une veste; et • un coupe-vent. 	<ul style="list-style-type: none"> • des casseroles et des ustensiles; • des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.); • des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et imperméables); • une trousse de premiers soins; • une lampe de poche; • de l'insectifuge; • un baume pour les lèvres; • de l'argent; • un stylo et du papier (bloc-notes); • la trousse d'hygiène personnelle; • des médicaments personnels; • un couteau de poche ou un outil polyvalent; • de l'écran solaire et des lunettes de soleil; • un dispositif de signalisation; • un contenant d'eau; • un filtre à eau; et • des allumettes imperméables.

Mise en situation B : Journée pluvieuse

<p>Pendant l'EEC de navigation d'automne et de randonnée en montagne, les cadets de l'étoile rouge partent pour une randonnée en montagne. Les prévisions météorologiques indiquent que ce sera peut être venteux et pluvieux durant la fin de semaine. Que faut-il apporter?</p>	
Vêtements	Articles personnels
<ul style="list-style-type: none">• un passe-montagne;• une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes;• une cagoule;• des gants;• des pantalons isolés;• une veste;• des mitaines;• un cache-cou;• des pantalons;• un parka;• le capuchon d'un parka;• une veste de laine polaire;• des vêtements imperméables (une veste et des pantalons);• un foulard;• une chemise;• shorts;• un chandail;• un chapeau Tilley;• une tuque et une casquette;• un col roulé;• une camisole;• une veste; et• un coupe-vent.	<ul style="list-style-type: none">• des casseroles et des ustensiles;• des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.);• des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et imperméables);• une trousse de premiers soins;• une lampe de poche;• de l'insectifuge;• un baume pour les lèvres;• de l'argent;• un stylo et du papier (bloc-notes);• la trousse d'hygiène personnelle;• des médicaments personnels;• un couteau de poche ou un outil polyvalent;• de l'écran solaire et des lunettes de soleil;• un dispositif de signalisation;• un contenant d'eau;• un filtre à eau; et• des allumettes imperméables.

Mise en situation C : Journée froide et enneigée

Pendant l'EEC d'activités de formation par l'aventure d'hiver, les cadets de l'étoile rouge partent pour une randonnée en montagne. Le bureau météorologique prévoit de la neige et une température de -25 degrés durant la fin de semaine. Que faut-il apporter?

Vêtements	Articles personnels
<ul style="list-style-type: none"> • un passe-montagne; • une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes; • une cagoule; • des gants; • des pantalons isolés; • une veste; • des mitaines; • un cache-cou; • des pantalons; • un parka; • le capuchon d'un parka; • une veste de laine polaire; • des vêtements imperméables (une veste et des pantalons); • un foulard; • une chemise; • shorts; • un chandail; • un chapeau Tilley; • une tuque et une casquette; • un col roulé; • une camisole; • une veste; et • un coupe-vent. 	<ul style="list-style-type: none"> • des casseroles et des ustensiles; • des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.); • des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et imperméables); • une trousse de premiers soins; • une lampe de poche; • de l'insectifuge; • un baume pour les lèvres; • de l'argent; • un stylo et du papier (bloc-notes); • la trousse d'hygiène personnelle; • des médicaments personnels; • un couteau de poche ou un outil polyvalent; • de l'écran solaire et des lunettes de soleil; • un dispositif de signalisation; • un contenant d'eau; • un filtre à eau; et • des allumettes imperméables.

MISES EN SITUATION SELON LES PRÉVISIONS MÉTÉOROLOGIQUES – CLÉ DE CORRECTION

Mise en situation d'une journée ensoleillée	Mise en situation d'une journée pluvieuse
<ul style="list-style-type: none"> • une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes; • une veste; • des pantalons; • une veste de laine polaire; • des vêtements imperméables (une veste et des pantalons); • une chemise; • shorts; • un chandail; • un chapeau Tilley; et • un coupe-vent. 	<ul style="list-style-type: none"> • une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes; • <u>des gants</u>; • une veste; • des pantalons; • une veste de laine polaire; • des vêtements imperméables (une veste et des pantalons); • <u>un foulard</u>; • une chemise; • un chandail; • un chapeau Tilley; • <u>une tuque et une casquette</u>; • <u>un col roulé</u>; • une camisole; • <u>une veste</u>; et • un coupe-vent.
<ul style="list-style-type: none"> • des casseroles et des ustensiles; • des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.); • des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et comprenant des vêtements imperméables); • une trousse de premiers soins; • une lampe de poche; • de l'insectifuge; • un baume pour les lèvres; • de l'argent; • un stylo et du papier (bloc-notes); • la trousse d'hygiène personnelle; • des médicaments personnels; • un couteau de poche ou un outil polyvalent; • de l'écran solaire et des lunettes de soleil; • un dispositif de signalisation; • un contenant d'eau; • un filtre à eau; et • des allumettes imperméables. 	<ul style="list-style-type: none"> • des casseroles et des ustensiles; • des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.); • des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et comprenant des vêtements imperméables); • une trousse de premiers soins; • une lampe de poche; • de l'insectifuge; • un baume pour les lèvres; • de l'argent; • un stylo et du papier (bloc-notes); • la trousse d'hygiène personnelle; • des médicaments personnels; • un couteau de poche ou un outil polyvalent; • de l'écran solaire et des lunettes de soleil; • un dispositif de signalisation; • un contenant d'eau; • un filtre à eau; et • des allumettes imperméables.
<p>* Les articles soulignés ne sont pas obligatoires mais sont acceptables.</p>	

Mise en situation d'une journée froide et enneigée.

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• un passe-montagne;• une paire supplémentaire de pantalons, une chemise et des chaussettes;• <u>une cagoule</u>;• des gants et des mitaines;• des pantalons isolés;• une veste;• un cache-cou ou un foulard;• des pantalons;• un parka;• le capuchon d'un parka;• une veste de laine polaire;• une chemise;• un chandail;• une tuque et une casquette;• un col roulé;• une camisole;• une veste; et• <u>un coupe-vent</u>. | <ul style="list-style-type: none">• des casseroles et des ustensiles;• des aliments supplémentaires (barres énergétiques, fruits séchés ou noix, bonbons durs, etc.);• des vêtements supplémentaires (vêtements chauds et comprenant des vêtements imperméables);• une trousse de premiers soins;• une lampe de poche;• de l'insectifuge;• un baume pour les lèvres;• de l'argent;• un stylo et du papier (bloc-notes);• la trousse d'hygiène personnelle;• des médicaments personnels;• un couteau de poche ou un outil polyvalent;• de l'écran solaire et des lunettes de soleil;• un dispositif de signalisation;• un contenant d'eau;• un filtre à eau; et• des allumettes imperméables. |
|--|--|

* Les articles soulignés ne sont pas obligatoires mais sont acceptables pour cette mise en situation.

EXERCICES ET ÉTIREMENTS

EXERCICES DE MUSCULATION

Jambes

Soulèvement du muscle abducteur. S'allonger au sol sur le côté gauche avec la jambe légèrement pliée. Placer la main droite en avant pour le soutien. Garder la jambe droite tendue et en ligne avec le corps, la soulever lentement, d'un mouvement contrôlé. Maintenir la position pendant 30 secondes, baisser et puis répéter le mouvement. Répéter les exercices au moins 10 fois de chaque côté.



Figure D-1 Soulèvement du muscle abducteur

Yahoo Health. 2007. Basic Muscle-conditioning Exercises. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://health.yahoo.com/topic/weightloss/overview/article/healthwise/popup/zm2427>

Fente avant. Maintenir les mains aux côtés avec les pieds écartés de la largeur des épaules. Placer une jambe vers l'avant, en fléchissant les deux genoux jusqu'à ce que la cuisse soit parallèle au genou. Se repousser à la position de départ. Alternier les jambes. Ne pas laisser le genou toucher au sol. Répéter l'exercice au moins 10 fois de chaque côté.



Figure D-2 Fentes avant avec des poids libres

Department of Public Health County of Los Angeles California. 2006. LAPublicHealth.org/Strength Training. Extrait le 27 mars 2007 du site <http://www.lapublichealth.org/physact/physactstrength.htm>

Rétropropulsion de la cuisse. Les mains en avant écartées de la largeur des épaules. Le dos doit être droit. Garder la jambe droite pliée, la lever en l'air. Presser vers le talon. Compter deux secondes en haut et deux secondes en bas. Répéter au moins 10 fois de chaque côté.



Figure D-3 Rétropropulsion de la cuisse

Bodybuilding.com. 2007. Exercise Guides-Glute Kickback. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://bodybuilding.com/fun/exercises.php?mainmuscle=glute>

Bras

Extension des bras. Placer les mains directement sous les épaules, en gardant les doigts pointés vers l'avant et les jambes en ligne avec le corps. Baisser le corps vers le plancher sans y toucher et ensuite se repousser du plancher à la position de départ. En faire autant que possible.

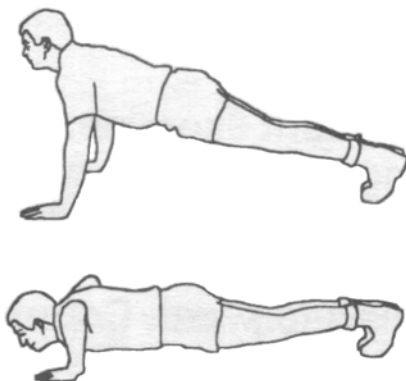


Figure D-4 Extension des bras

The Fitness Motivator.com. 2006. Add these Basic Exercises to your fitness plan. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.the-fitness-motivator.com/basicexercises.html>

Dos et épaules

Soulèvement latéral avec des poids libres. Tenir les poids aux côtés, la paume des mains vers l'intérieur. Lever lentement les bras à la hauteur de l'épaule et baisser. Garder les bras et les poignets droits. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.

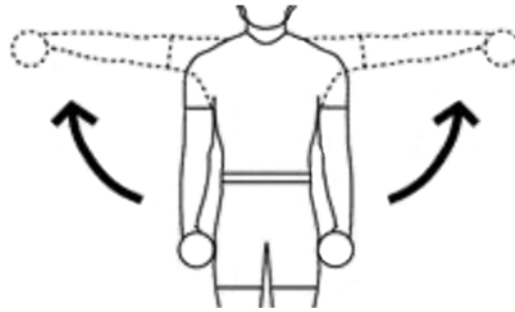


Figure D-5 Soulèvement latéral avec des poids libres

Weight Lifting Workout Routines. 2006. Shoulder Exercises. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.weight-lifting-workout-routines.com/shoulder-exercises.html>

Estomac

Demi-redressement assis. S'allonger sur le dos en ramenant les jambes au-dessus des hanches et croiser les chevilles. Placer les bras soit sur les cuisses, croisés sur la poitrine ou de chaque côté de la tête (le plus difficile). Se redresser lentement en utilisant les abdominaux pour soulever les épaules du sol en même temps. Ne pas balancer les jambes. Répéter au moins 10 fois de chaque côté. Le nombre de répétitions peut augmenter avec le niveau de confort.



Figure D-6 Position du demi-redressement assis

The Fitness Motivator.com. 2006. Add these Basic Exercises to Your Fitness Plan. Extrait le 3 avril 2007 du site <http://www.the-fitness-motivator.com/basicexercises.html>

EXERCICES D'ÉTIREMENT AVANT ET PENDANT LA RANDONNÉE EN MONTAGNE

Cou. Rouler lentement la tête sur la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne pas rouler la tête vers l'arrière.

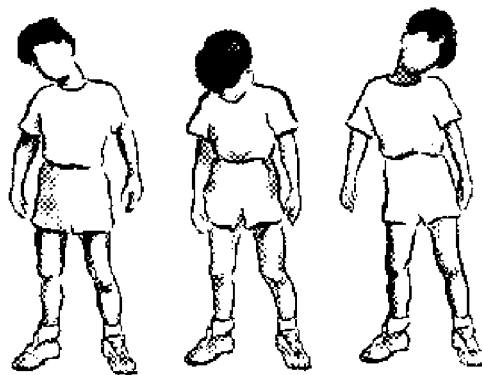


Figure D-7 Étirement du cou

B. Hanson. 1999. Bureau de santé publique de Toronto. Moving on the Spot: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions, Toronto, ON. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>

Épaules. Se tenir debout et lever le dessus des épaules vers les oreilles jusqu'à ressentir une légère tension dans le cou et les épaules. Maintenir la position pendant 5 secondes. Ensuite, détendre les épaules vers le bas. Cet exercice peut être répété plusieurs fois.

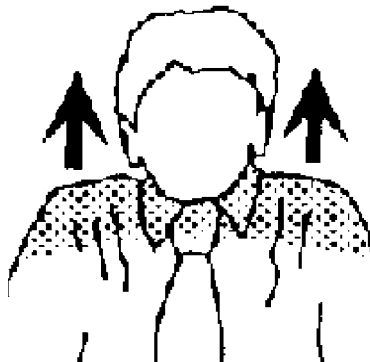


Figure D-8 Étirements des épaules

University of Michigan Occupational Safety & Environmental Health. 2007. Basic Office Stretches. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.oseh.unmich.edu/ergonomics_intro.html

Triceps et le dessus des épaules. Se tenir debout, passer le bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec la main gauche, tirer légèrement le bras vers le bas. Maintenir cette position pendant au moins 10 secondes. Cet exercice doit être répété au moins 10 fois de chaque côté.



Figure D-9 Étirement des triceps

Smart Start: A Flexible Way to Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility>

Épaules, bras et poitrine. Entrelacer les doigts derrière le dos. Si ceci semble relativement facile, alors lever les bras derrière le dos jusqu'à ressentir un étirement dans les bras, les épaules ou la poitrine. Maintenir la position pendant 10 à 15 secondes. Garder la poitrine et le menton sorti.



Figure D-10 Étirement des épaules, bras et de la poitrine

University of Michigan Occupational Safety & Environmental Health. 2007. Basic Office Stretches. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.oseh.unmich.edu/ergonomics_intro.html

Muscles ischio-jambiers, l'arrière des genoux et des jambes. Se tenir avec les pieds écartés de la largeur des épaules et pointés directement vers l'avant. Se plier lentement vers l'avant à partir des hanches. Garder les genoux légèrement pliés. Se rendre au point où un petit étirement se fait sentir à l'arrière des jambes. Maintenir la position pendant 10 à 15 secondes.



Figure D-11 Étirement des muscles ischio-jambiers, de l'arrière des genoux et des jambes

*PC Coach. 2005. Stretching for Runners. Extrait le 29 mars 2007
du site <http://www.pccoach.com/newsletters/may05/stretching.htm>*

Partie avant de la hanche et partie inférieure du dos. Commencer en plaçant une jambe en avant de l'autre, avec la cheville de la jambe avant directement sous le genou avant. L'autre genou reste au sol. Placer les mains, l'une sur l'autre, sur la cuisse juste au-dessus du genou. Maintenir cette position pendant 10 à 15 secondes et répéter pour l'autre côté.

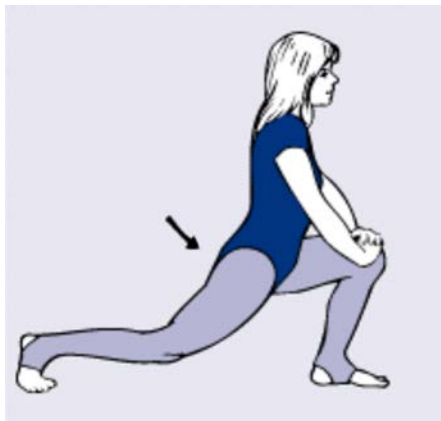


Figure D-12 Partie avant de la hanche et partie inférieure du dos

*ARC Committed to Curing Arthritis. 2007. Back Pain. Extrait le 27 mars
2007 du site http://www.arc.org.uk/about_arth/booklets/6002/6002*

Quadriceps et genoux. Tenir le dessus du pied droit avec la main gauche et tirer doucement le talon vers les fesses. Maintenir cette position pendant 10 à 15 secondes et répéter pour l'autre jambe.



Figure D-13 Étirement des quadriceps et des genoux

Women's Heart Foundation. 2005. Stretching Exercises for Women. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.womensheart.org/content/exercises/stretching_exercises.asp

Accroupissement. S'accroupir avec les pieds à plat et les orteils pointés à 15 degrés. Les talons doivent être écartés selon la flexibilité de chacun. Garder les genoux à l'extérieur des épaules, directement au-dessus des gros orteils. Maintenir la position pendant 15 à 30 secondes. On peut utiliser une barrière ou un poteau pour l'équilibre.



Figure D-14 Position d'accroupissement

The Back Rack. 1999. Cycling Stretches After Riding. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://thebikerack.com/page.cfm?pagelD=247>

Chevilles. Lever le pied gauche du sol et faire la rotation du pied et de la cheville 10 à 15 fois en sens horaire et ensuite en sens antihoraire. Répéter pour le pied et la cheville droite.

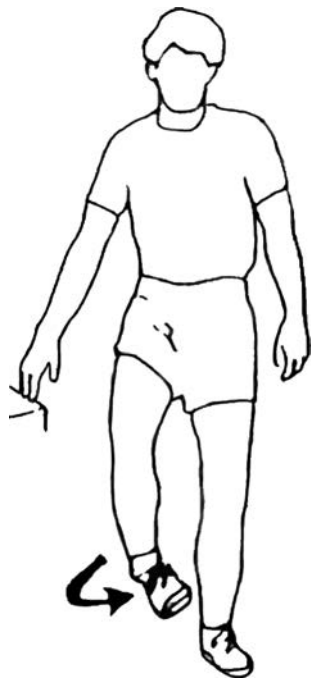


Figure D-15 Rotation des chevilles

Women's Heart Foundation. 2005. Stretching Exercises for Women. Extrait le 28 mars 2007 du site http://www.womensheart.org/content/exercises/stretching_exercises.asp



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M223.02 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS DE RANDONNÉE PÉDESTRE ET DE MONTAGNE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Pour faciliter la présentation du PE1, rechercher les associations de randonnée pédestre et de montagne dans la communauté et les utiliser dans les associations provinciales de la partie du PE.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisie pour cette leçon pour donner un aperçu des organismes civils de randonnée pédestre et de montagne, leur mandat et les ressources gouvernementales disponibles.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir participé à une discussion portant sur les associations de randonnée pédestre et de montagne.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient au courant des ressources civiles disponibles dans le monde de la randonnée pédestre et de montagne parce qu'elles peuvent les aider à créer un intérêt dans ces activités.

Point d'enseignement 1**Identifier les organismes civils de randonnée pédestre et de montagne et leur mandat**

Durée : 20 min

Méthode : Exposé interactif

ASSOCIATIONS NATIONALES**Le Club Alpin du Canada**

Le Club Alpin du Canada est un organisme national en alpinisme. Il a été créé en 1906 avec l'appui du Chemin de fer du Pacifique. Il est basé maintenant à Canmore en Alberta. Le Club Alpin du Canada contient 19 clubs régionaux : L'île de Vancouver, Vancouver, Whistler, Okanagan, Prince George, les Montagnes Rocheuses, Jasper, Calgary, l'Alberta du centre, Edmonton, Saskatchewan, Manitoba, St. Boniface, Thunder Bay, Toronto, Outaouais, Ottawa, Montréal, et Montréal (Français).

Le Club Alpin du Canada offre à ses membres les choix suivants :

- des occasions d'aventure en montagne (escalade de rocher, des cours d'alpinisme, des voyages ou des activités);
- des possibilités de location pour des refuges et des cabines;
- des compétitions en escalade;
- des événements sociaux; et
- des publications liées à la culture de la montagne.

Le Club Alpin du Canada est aussi impliqué dans la communauté. Il offre des subventions à des projets en alpinisme et a un programme sur la protection et la conservation environnementale.



Pour contacter le Club Alpin du Canada, visiter le site Web: <http://www.alpineclubofcanada.ca>.

Sentiers Canada

Lancé en juin 2000, « Vert l'action » a été créé pour appuyer et promouvoir les sentiers canadiens et le système des sentiers canadiens. L'Organisme fournit aussi des ressources sur le système de sentiers disponibles sur Internet. « Vert l'action » était un partenariat entre Sentiers Canada, COMPAQ Canada et la subvention des partenariats du millénaire du gouvernement du Canada. Quatre ans plus tard, le nom du site Web a changé pour Sentiers Canada. La mission de Sentiers Canada est de créer un réseau de sentiers consacré à aider les gens à trouver des sentiers dans toutes les provinces ou territoires.

Sentiers Canada fournit les éléments suivants :

- des outils en ligne et des services de soutien pour les utilisateurs de sentiers et les groupes de sentiers communautaires;
- des inventaires des sentiers canadiens par région;
- des renseignements descriptifs sur le terrain des sentiers, le paysage, les notes sur la nature et l'accessibilité, etc.;
- la construction de sentiers et des outils de représentation pour les communautés;

- un registre de sentiers en ligne permettant aux groupes de sentiers communautaires de promouvoir leurs sentiers dans le monde entier;
- des nouvelles et renseignements par le biais d'un bulletin en ligne (The Pathfinder); et
- un calendrier des événements permettant aux groupes communautaires de promouvoir des activités de sentiers à l'échelle planétaire.

L'inventaire de sentiers comprend maintenant plus de 3900 sentiers, avec des entrées dans chaque province et territoire du Canada.



Pour contacter Sentiers Canada, visiter le site Web : <http://www.trailscanada.com/index.htm>.

Le Sentier transcanadien

Le Sentier transcanadien est un projet ancré dans la communauté. Il est opéré et entretenu par des organisations locales, les autorités municipales et provinciales et les agences nationales à travers le Canada auxquelles il appartient. Le Sentier transcanadien est un sentier récréatif qui traverse le pays.

Ce corridor récréatif de 18 000 kilomètres sillonne son chemin à travers chaque province et territoire, reliant plus de 800 communautés le long de sa route. Une fois terminé, ce sera le sentier le plus long de ce genre au monde, connectant les régions et les trois océans.

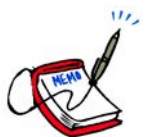
Le Sentier transcanadien fournit les éléments suivants :

- des cartes de la majorité de la section du sentier;
- des guides; et
- un site Web de localisation de sentier.



Pour contacter Sentier transcanadien, visiter le site Web : <http://www.tctrail.ca/home.php>.

ASSOCIATIONS PROVINCIALES



Se concentrer sur les associations de sa province seulement. Si le temps le permet, on peut présenter les associations des provinces voisines.

Kootenay Mountaineering Club (CB)

Le Kootenay Mountaineering Club (KMC) a été fondé en avril 1964 comme une section du Club Alpin du Canada. En 1968, la section a été dissoute et en 1969, le même groupe a été ressuscité en Kootenay Mountaineering Club. Le KMC est une société à but non lucratif basée dans la région de Kootenay au sud-est de la Colombie-Britannique. Le KMC stimule un intérêt et le développement des compétences en alpinisme, de camaraderie et de la conservation des valeurs naturelles des montagnes.

Le KMC organise des activités à l'extérieur toute l'année, y compris : la randonnée pédestre, l'escalade, le ski et les excursions en vélo de montagne; des campements de randonnée pédestre et d'escalade et des cours d'instruction pour enseigner les compétences de base de l'alpinisme. Le KMC organise aussi un nombre de rassemblements sociaux pendant l'année. Il est impliqué dans la construction et l'entretien des refuges et des sentiers partout dans la région de Kootenay.

Le KMC publie un bulletin mensuel, qui comprend une liste des activités à venir, des descriptions de récents voyages, des commentaires sur les questions dans lesquelles le Club est impliqué et d'autres articles d'intérêt général. Le KMC publie aussi un journal annuel et maintient une bibliothèque de livres et de revues sur l'alpinisme.

Le KMC joue aussi un rôle actif pour conserver et défendre les valeurs naturelles des montagnes.



Pour contacter le Kootenay Mountaineering Club, visiter le site Web : <http://www.kootenaymountaineering.bc.ca>.

Le sentier de la côte Ouest (CB)

Le sentier de la côte Ouest est situé sur la côte sud-ouest de l'île de Vancouver et s'étend sur une distance de 75 kilomètres de Port Renfrew à l'extrémité sud jusqu'à Bamfield à l'extrémité nord.

Le sentier de la côte Ouest est un de trois éléments de la réserve de parc national Pacific Rim du Canada.

Le sentier a vu le jour suite à un naufrage qui a eu lieu le 22 janvier 1906. Le navire SS Valencia de 77 m s'est échoué tout juste au nord de rivière Klanawa sur la côte Ouest de l'île de Vancouver. Le littoral sauvage et accidenté, en bordure d'une forêt pluviale tempérée, n'offrait aucun secours de quelque nature que ce soit et les 126 passagers ont tous périés. Ce tragique événement a motivé le gouvernement du temps à construire un sentier entre Port Renfrew et Bamfield en cas de futurs naufrages (car cette section du Pacifique avait été le site de plus de 60 naufrages depuis 1854). Le sentier de la côte Ouest actuel suit généralement l'itinéraire du sentier de sauvetage historique.

Par l'entremise de la réserve de parc national Pacific Rim du Canada, Parcs Canada gère les réservations de toute activité sur le sentier.

Edmonton Outdoor Club (AB)

Le Edmonton Outdoor Club (EOC), fondé le 1^{er} mars 2006 est un organisme pour adultes dirigé par des bénévoles, qui se caractérise par des sports d'aventure (principalement non-compétitifs), des événements sociaux et des excursions de voyage dans et autour de la région d'Edmonton. La mission du EOC est de procurer à ses membres des expériences plaisantes, l'occasion de former un réseau et la capacité d'apprendre au sujet et de participer dans les sports d'aventure locaux.

Le EOC est l'hôte d'une grande variété d'événements chaque année, y compris :

- les sports d'aventure – la randonnée pédestre, le camping, la grande randonnée pédestre, le vélo de montagne, l'aviron, le ski, le patinage, la raquette, etc.;
- les événements sociaux – les événements sportifs avec spectateurs, sociaux etc.; et
- les voyages – les voyages d'aventure et les expéditions à diverses parties du Canada et des É.-U. et possiblement au-delà.

L'adhésion des membres est libre à tout adulte intéressé, peu importe de leur niveau d'expérience. Les membres paient seulement pour les événements auxquels ils participent et l'adhésion des membres est

gratuite. Par contre, l'appui des membres est convoité sous la forme de don de temps et d'argent, pour garder le club en opération. Le personnel est bénévole.



Pour contacter le club Edmonton Outdoor, visiter le site Web : <http://www.edmontonoutdoorclub.com>.

Manitoba Recreational Trails Association Inc. (MB)

Le Manitoba Recreational Trails Association (MRTA) est l'organisme officiel qui supervise la coordination de la construction du Sentier transcanadien au Manitoba. Il se compose de bénévoles et se situe à Winnipeg. Le MRTA aide à :

- fournir le financement aux associations de sentiers reconnues pour le développement de sentiers;
- fournir des ressources pour la construction de sentiers aux associations de sentiers;
- promouvoir le Sentier transcanadien au Manitoba; et
- promouvoir d'autres sentiers et l'utilisation des sentiers au Manitoba.



Pour contacter la Manitoba Recreational Trails Association Inc., visiter le site Web : <http://www.mrta.mb.ca>.

Hike Ontario (ON)

L'organisme à but non lucratif Hike Ontario fondé en 1974 est voué à répondre aux besoins de tous les randonneurs pédestres et marcheurs dans la province de l'Ontario. Hike Ontario ne construit ou n'entretient pas les sentiers, n'offre pas non plus d'événements de randonnée pédestre ou de marche organisés, sauf par l'entremise de ses associations membres.

La mission de Hike Ontario est d'encourager la marche, la randonnée pédestre et le développement des sentiers en Ontario. Elle procure aussi une liste de clubs que l'on peut joindre et une liste de cours divers sur la randonnée pédestre, la randonnée en montagne ou l'alpinisme que l'on peut suivre.



Pour contacter Hike Ontario, visiter le site Web : <http://www.hikeontario.com>.

Le conseil des sentiers de l'Ontario (ON)

Le conseil des sentiers de l'Ontario (ON) a été établi en 1988. Le conseil a commencé comme une coalition de groupes d'utilisateurs de sentier, tels que des randonneurs pédestres, des cyclistes, des motoneigistes, des groupes équestres, etc., avec un intérêt partagé dans les sentiers et la conservation des lignes de chemin de fer abandonnées pour s'en servir comme sentiers. Il s'agit d'un organisme de bienfaisance, dirigé par des bénévoles, qui promeut la création, la préservation, la gestion et l'utilisation des sentiers récréatifs en Ontario.

L'adhésion des membres s'est élargie pour inclure d'autres organismes de sentier semblables et d'autres groupes avec les mêmes intérêts et valeurs.

Les éléments suivants sont les objectifs de l'ON :

- Encourager l'établissement du Trillium Trail Network.
- Augmenter le nombre, la longueur, la variété et l'accès aux sentiers à travers la province.
- Fournir aux agences gouvernementales et aux autres organismes publics une voix informée et crédible pour appuyer les groupes d'intérêt de sentiers.
- Promouvoir l'utilisation sécuritaire et responsable des sentiers.
- Agir comme un centre de ressource provincial pour l'information sur les sentiers.



Pour contacter le conseil des sentiers de l'Ontario, visiter le site Web : <http://www.ontariotrails.on.ca>.

Toronto Outdoor Club (ON)

Le Toronto Outdoor Club (TOC), fondé le 1^e mai 2005 est une organisation pour adultes dirigée par les bénévoles, qui se caractérise par les sports d'aventure (principalement non-compétitifs), les événements sociaux et les excursions de voyage dans et autour de la région de Toronto. La mission du TOC est de procurer à ses membres des expériences plaisantes, l'occasion de former un réseau et la capacité d'apprendre au sujet des sports d'aventure locaux et d'y participer.

Le TOC est l'hôte d'une grande variété d'événements chaque année, y compris :

- les sports d'aventure – la randonnée pédestre, le camping, la grande randonnée pédestre, le vélo de montagne, l'aviron, le ski, le patinage, la raquette, etc.;
- les événements sociaux – événements sportifs avec spectateurs, sociaux etc.; et
- les voyages – les voyages d'aventure et les expéditions dans diverses parties du Canada et des É.-U. et possiblement au-delà.

L'adhésion des membres est libre à tout adulte intéressé, peu importe de leur niveau d'expérience. Les membres paient seulement pour les événements auxquels ils participent et l'adhésion des membres est gratuite. Par contre, l'appui des membres est convoité, sous la forme de don de temps et d'argent, pour garder le club en opération. Le personnel est bénévole.



Pour contacter le Toronto Outdoor Club, visiter le site Web : <http://www.torontooutdoorclub.com>.

La Bruce Trail Association

Le sentier Bruce Trail est le plus vieux et le plus long sentier de promenade continu au Canada. Il longe l'escarpement du Niagara de Niagara à Tobermory. Le sentier principal couvre une distance de plus de 850 kilomètres avec des sentiers latéraux qui s'étendent sur 250 kilomètres de distance. L'idée d'un sentier de promenade public couvrant l'escarpement du Niagara en entier a vu le jour en 1960. Des clubs régionaux ont été établis en 1963, et ils étaient responsables de l'organisation, des approbations de propriétaires fonciers, de la construction et de l'entretien.

La Bruce Trail Association est un organisme de bienfaisance engagé à établir un corridor de conservation contenant un sentier de promenade publique le long de l'escarpement du Niagara, afin de protéger ses écosystèmes naturels et de promouvoir l'accès au public respectueux de l'environnement à cette réserve mondiale de la biosphère de l'Unesco.



Pour contacter la Bruce Trail Association, visiter le site Web : <http://www.brucetrail.org>.

Fédération québécoise de la marche (QC)

La Fédération québécoise de la marche a été créée pour promouvoir tous les genres de marche. Quatre fois par année, la Fédération publie la revue intitulée « Marche Randonnée ». Elle contient des calendriers, de l'information sur les activités à venir, des suggestions sur la randonnée pédestre et les sentiers à utiliser, de l'information sur la santé, un mode de vie sain, des questions environnementales et de l'information et des conseils sur du nouvel équipement, etc. Tout est relié à la randonnée pédestre et en montagne.

La fédération est impliquée dans le projet du Sentier transcanadien et encourage la bonne étiquette sur les sentiers.

La fédération publie également un livre sur les sentiers et les endroits à voir dans la province de Québec.



Pour contacter la Fédération québécoise de la marche, visiter le site Web : <http://www.fqmarche.qc.ca>.

Le club de montagne Le Canadien (QC)

Le club de montagne Le Canadien a été fondé en 1949 et est un des plus vieux clubs francophones en Amérique du Nord. C'est un organisme formé de bénévoles qui se concentre sur les activités en plein air. Le club organise des activités annuelles telles que :

- les randonnées pédestres et en montagne;
- le camping; et
- le ski de fond et la raquette.

Pour toutes ses activités, le club offre la possibilité de covoiturage pour réduire l'impact sur l'environnement. Il organise aussi des groupes de bénévoles pour entretenir et nettoyer les sentiers dans les régions du Québec.

Le club publie un bulletin mensuel sur ses activités.



Pour contacter le club de montagne Le Canadien, visiter le site Web : <http://www.clubmontagnecanadien.qc.ca>.

Le Sentier International des Appalaches (QC)

Le Sentier International des Appalaches a commencé en 1996. L'implantation a été coordonnée par la corporation du Sentier International des Appalaches-Québec (SIA-QC). Plusieurs bénévoles et organismes dans chaque région où le sentier passe se sont impliqués dans le projet.

Le sentier d'une longueur de 644 kilomètres s'étend de Cap-Gaspé, situé dans le parc national Forillon (QC), jusqu'en Matapédia (QC).

Le Sentier International des Appalaches symbolise la volonté des gens du Québec, du Nouveau-Brunswick et du Maine à collaborer dans la protection et la promotion de l'environnement qui les joint. L'association a eu comme objectif de construire un sentier d'environ 1034 kilomètres de long, comprenant environ 600 kilomètres dans le Québec, 274 kilomètres dans le Nouveau-Brunswick et 160 kilomètres dans le Maine. Le Sentier des Appalaches, qui a été construit, il y a plus de 60 ans, et qui attire environ 37 millions de randonneurs annuellement sur son parcours de 3455 kilomètres, relie le sentier du Québec au Mount Katahdin dans le Maine.

En conséquence, le Sentier International des Appalaches est d'une longueur de 4489 kilomètres, qui en fait le sentier le plus long en Amérique du Nord. Aux fins de comparaison, la Grande Muraille de Chine couvre une distance de 3000 kilomètres seulement.

L'association peut fournir :

- un planificateur de voyage;
- des cartes;
- de l'information sur les terrains de camping et les abris; et
- de l'information sur la flore et la faune.



Pour contacter le Sentier International des Appalaches (QC), visiter le site Web : <http://www.sia-iat.com>.

Un permis est nécessaire pour faire de la randonnée sur le Sentier International des Appalaches.



Le Sentier International des Appalaches a un chapitre à Terre-Neuve et Labrador. Pour contacter le chapitre de Terre-Neuve et Labrador, visiter le site Web : <http://www.internationalat.org/pages/index>.

Conseil sentier Nouveau-Brunswick Inc. (NB)

Le Conseil sentier Nouveau-Brunswick Inc. (CSNBI) est un organisme de membres et de bénévoles à but non lucratif voué à l'avancement du mouvement des sentiers dans le Nouveau-Brunswick. Son mandat est de travailler à l'amélioration des sentiers à travers le Nouveau-Brunswick et d'aider les répondants de sentiers locaux à bâtir, entretenir et promouvoir leurs sentiers locaux.

Le CSNBI fournit un réseau de sentiers sécuritaires avec des règles pour l'utilisation des sentiers et un contrôle sur les sentiers. Il offre aussi les éléments suivants :

- l'expertise, l'information et les conseils reliés aux sentiers;
- des guides des sentiers;
- des bulletins;
- un site Web mis à jour;
- un programme d'adoption de sentiers; et
- un service de patrouille des sentiers.



Pour contacter le Conseil sentier Nouveau-Brunswick Inc., visiter le site Web : <http://www.sentiernbtrail.com>.

La Nova Scotia Trails Federation (NS)

L'organisme à but non lucratif Nova Scotia Trails Federation (NSTF) a été créé en 1988. L'objectif principal de la NSTF est de promouvoir le développement et l'utilisation responsable des sentiers récréatifs pour le bienfait et le plaisir de tous les visiteurs. Elle représente aussi l'intérêt des utilisateurs des sentiers et des groupes de sentiers ancrés dans la communauté à travers la Nouvelle-Écosse. La NSTF appuie les groupes locaux dans leurs efforts pour planifier, bâtir, entretenir et gérer leurs sections de sentier.

La NSTF a adopté la devise « Prendre les sentiers à (cœur) H.E.A.R.T ». Les lettres dans « H.E.A.R.T » signifient santé, environnement, arts (culture et patrimoine), récréation et transportation.

Sur le site Web NSTF, on peut trouver les éléments suivants :

- un chercheur de sentiers;
- l'étiquette et la sécurité des sentiers; et
- un bulletin « Trail Talk ».

La NSTF fournit aussi un service de patrouille de sentiers.



Pour contacter la Nova Scotia Trails Federation, visiter le site Web : <http://novascotiatrials.com>.

Island Trails (PE)

L'organisme à but non lucratif Island Trails est voué au développement, à l'entretien et à la promotion du réseau des sentiers de l'île du Prince-Édouard.

L'organisme procure de l'aide pour la planification des expéditions et d'un chercheur de sentiers virtuels. Les sentiers sont accessibles pour les activités suivantes :

- la randonnée pédestre;
- la randonnée en montagne;
- le cyclisme; et
- la motoneige.



Pour contacter l'organisme de Island Trails, visiter le site Web : <http://www.islandtrails.ca>.

Sentier de la côte Est (NL)

La East Coast Trail Association, dirigée par des membres bénévoles, est un organisme de bienfaisance non inscrit qui a été formé en 1994 à Terre-Neuve et Labrador. Sa mission est de développer, d'entretenir et d'opérer

le sentier de la côte Est et de fournir l'expérience de randonnée pédestre en milieu sauvage de haute qualité, tout en respectant l'intégrité de l'environnement et les besoins des communautés.

Il n'y a aucuns frais pour utiliser les sentiers et aucuns frais pour participer au programme de randonnée pédestre public.

L'association fournit l'accès à des localités abandonnées, des phares, des réserves écologiques, des colonies d'oiseaux marins, des baleines, des icebergs, au troupeau de caribous le plus au sud du monde, des sites historiques, un pont suspendu de 50 mètres et à deux sites de fouilles actifs.



Pour contacter l'organisme du sentier de la côte Est, visiter le site Web : <http://www.eastcoasttrail.com>.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Nommez trois associations nationales de randonnée pédestre ou de randonnée de montagne.
- Q2. Quelle est la mission de Sentiers Canada?
- Q3. Nommez trois associations provinciales.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le Club Alpin du Canada, Sentiers Canada et le Sentier transcanadien sont les trois associations nationales de randonnée pédestre et de randonnée de montagne.
- R2. Le Club Alpin du Canada, Sentiers Canada et le Sentier transcanadien sont les trois associations nationales de randonnée pédestre et de randonnée de montagne.
- R3. Le Kootenay Mountaineering Club (BC), le sentier de la côte Ouest (CB), le Edmonton Outdoor Club (AB), la Manitoba Recreational Trails Association Inc. (MB), l'organisme Hike Ontario (ON), le conseil des sentiers de l'Ontario (ON), le Toronto Outdoor Club (ON), la Bruce Trail Association (ON), la Fédération québécoise de la marche (QC), le club de montagne Le Canadien (QC), le Sentier International des Appalaches (QC), le Conseil sentier Nouveau-Brunswick (NB), la Nova Scotia Trails Federation (NS), l'organisme Island Trails (PE) et le Sentier de la côte Est (NL) sont tous des associations provinciales.

Point d'enseignement 2

Identifier les ressources gouvernementales de randonnée pédestre et de randonnée de montagne

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Les gardiens des parcs patrouillent tous les parcs nationaux et provinciaux. Les parcs ont des bureaux où les utilisateurs peuvent devoir s'inscrire ou obtenir un permis avant d'entrer. Il est toujours préférable de vérifier avec les bureaux des parcs avant de commencer une expédition. Les gardiens des parcs doivent être au courant des intentions concernant les randonnées et la date de retour. Les utilisateurs doivent également s'assurer d'informer les bureaux des parcs quand ils quittent le parc après leur expédition.

PARCS CANADA

Parcs Canada est une agence du gouvernement fédéral qui a oeuvré à protéger et à présenter le patrimoine culturel et naturel du Canada depuis plus d'un siècle. Le mandat de Parcs Canada est aussi de favoriser auprès du public la compréhension, l'appréciation et la jouissance de manière à assurer l'intégrité écologique de leurs parcs.

Parcs Canada travaille avec les autres agences gouvernementales et non gouvernementales pour fournir de l'aide lors de la planification de voyage et des renseignements relatifs à la sécurité pour les visiteurs. Elle est aussi responsable pour la recherche et le sauvetage dans tous les parcs nationaux.

Parcs Canada supervise quatre agences principales :

- Parcs nationaux;
- Aires marines nationales de conservation du Canada;
- Patrimoine culturel; et
- Patrimoine naturel.

Parcs Canada a établi des politiques pour les utilisateurs de parcs. Puisque les parcs nationaux sont des aires protégées, les politiques visent le respect des autres utilisateurs, de l'environnement et de la faune.

Parcs Canada procure aussi les services suivants :

- une liste de tous les parcs nationaux et leur emplacement;
- une liste des terrains de camping disponibles, leur coût et un service de réservation;
- une liste et des cartes de leurs sentiers;
- des programmes de groupes pour les jeunes; et
- un service de centre d'assistance pour aider les utilisateurs à planifier leurs voyages.

Tout parc national a un service de renseignements aux visiteurs.



Pour contacter Parcs Canada, visiter le site Web : <http://www.pc.gc.ca>.

PARCS PROVINCIAUX

Les parcs provinciaux sont supervisés par leur gouvernement provincial. La majorité des parcs provinciaux travaille en collaboration avec Parcs Canada pour garder un code d'éthique et des politiques semblables pour les utilisateurs des parcs et les activités.

Les parcs provinciaux habituellement offrent les éléments suivants :

- de l'hébergement, des terrains de camping et un service de réservation; et
- des guides et des cartes de sentiers et d'activités offertes.

Les activités à l'intérieur des parcs provinciaux peuvent changer de province en province. Voici une brève liste des activités typiques que l'on peut trouver dans un parc provincial :

- le ski de fond;
- des expositions culturelles et naturelles;
- le cyclisme;
- la pêche (emplacements);
- des randonnées pédestres guidées;
- la randonnée pédestre et en montagne;
- le kayak et le canotage;
- des zones d'escalade de rocher;
- la raquette; et
- la natation.



- Colombie-Britannique : <http://www.env.gov.bc.ca/bcparks>.
- Alberta : http://www.cd.gov.ab.ca/enjoying_alberta/parks/planning/gateway/index.aspx.
- Saskatchewan : <http://www.se.gov.sk.ca/saskparks>.
- Manitoba : <http://www.gov.mb.ca/conservation/parks>.
- Ontario : <http://www.ontarioparks.com/english/index.html>.
- Québec : <http://www.sepaq.com/index-en.html>.
- Nouveau-Brunswick : <http://www.tourismnewbrunswick.ca/enCA/HNNationalAndProvincialParks>.
- Nouvelle-Écosse : <http://www.parks.gov.ns.ca>.
- Terre-Neuve et Labrador : <http://www.env.gov.nl.ca/parks>.
- Le Yukon, les territoires du Nord Ouest et le Nunavut ont seulement des parcs nationaux. L'information est disponible sur le site Web de Parcs Canada.<http://www.pc.gc.ca>.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Nommez les quatre agences que Parcs Canada supervise.
- Q2. Nommez deux services que Parcs Canada peut fournir.
- Q3. Nommez quatre activités typiques qu'un parc provincial peut offrir.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Parcs Canada supervise les parcs nationaux, les aires marines nationales de conservation du Canada, le patrimoine culturel et le patrimoine naturel.
- R2. Parcs Canada peut procurer une liste de tous les parcs nationaux et leur emplacement, une liste des terrains de camping disponibles, leur coût et un service de réservation, une liste et des cartes de ses sentiers, des programmes de groupes pour les jeunes et un service de centre d'assistance qui aide les utilisateurs à planifier leurs voyages.
- R3. Le ski de fond, les expositions culturelles et naturelles, le cyclisme, la pêche (emplacements), les randonnées pédestres guidées, les randonnées pédestres et les randonnées en montagne, le kayak et le canotage, les zones d'escalade de rocher, la raquette et la natation sont des activités typiques que l'on peut trouver dans un parc national.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Nommez trois associations nationales de randonnée pédestre ou de randonnée de montagne.
- Q2. Quel est le mandat de Parcs Canada?
- Q3. Quels sont les deux éléments qu'un parc provincial fournit habituellement?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le Club Alpin du Canada, Sentiers Canada et le Sentier transcanadien sont trois associations nationales de randonnée pédestre et de randonnée de montagne.
- R2. Le mandat de Parcs Canada est d'œuvrer à protéger et à présenter le patrimoine culturel et naturel du Canada, et de favoriser auprès du public la compréhension, l'appréciation et la jouissance de manière à assurer l'intégrité écologique de leurs parcs.
- R3. Les parcs provinciaux fournissent la location d'installations d'hébergement et de terrains de camping, un service de réservation et des guides, des cartes de sentiers et d'activités.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Connaître les associations civiles de randonnée pédestre et de randonnée de montagne dans votre province peut être très pratique quand on planifie une expédition. Les ministères et les associations civiles peuvent fournir des renseignements utiles et informer les nouveaux randonneurs.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-078 Mountain Equipment Co-op. (2007). *Connect*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.mec.ca>.

C2-052 Parcs Canada. (2007). *Parcs nationaux du Canada*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.pc.gc.ca>.

C2-055 Le Club Alpin du Canada. (2007). *Le Club Alpin du Canada : Canada's National Mountaineering Organization*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.alpineclubofcanada.ca/index.html>.

C2-056 Sentiers Canada. (2007). *Sentiers Canada*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.trails canada.com>.

C2-057 Le Sentier transcanadien. (2007). *Bienvenue au sentier transcanadien*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.tctrail.ca>.

C2-058 Hike Ontario. (2007). *Hike Ontario*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.hikeontario>.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M223.03 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR COMMENT FRANCHIR DES OBSTACLES AU COURS D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour présenter les méthodes sécuritaires pour franchir les obstacles naturels afin d'expliquer les procédures et de montrer l'application des concepts.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait savoir comment franchir les obstacles pendant la randonnée en montagne.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets sachent comment franchir des obstacles pendant une randonnée en montagne parce que l'entraînement de l'étoile rouge présente un terrain de randonnée pédestre de catégorie 2. Cela aide les cadets à se préparer et à relever les défis physiques d'une expédition.

Point d'enseignement 1**Discuter des bâtons de marche**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif

TYPES DE BÂTONS

Il existe trois types de bâtons de marche – des bâtons de ski, des bâtons de marche en bois et des bâtons de marche télescopiques. Le choix des bâtons varie selon l'activité.

Les bâtons de marche améliorent l'équilibre et réduisent la quantité de tension sur les genoux, les épaules et le dos. Ils absorbent une partie de l'impact que le corps absorberait autrement. Les bâtons, plutôt que le corps, absorbent le choc, réduisent la fatigue des bras et des jambes et améliorent l'endurance.

Les bâtons de ski et de marche peuvent être utilisés pour de longues marches et des randonnées en montagne faciles sur des surfaces au sol de même niveau. Les bâtons de marche peuvent être un choix acceptable pour des randonnées en montagne modérées. Les bâtons de marche télescopiques sont le choix le plus polyvalent. Ils travaillent bien pour la randonnée pédestre ou en montagne sur un terrain à géographie différente.



Figure 1 Bâton de ski

Black Diamond. 2005. Gear. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.bdel.com/gear/fixed_length_ski.php



Figure 2 Bâton de marche télescopique

Wintergoodies.com. 2007. Hiking, Trekking & Walking Pole Adjustable. Extrait le 12 avril 2007 du site http://www.winterbrookgoodies.com/pd_swissgear_hiking_trekking_walking_pole.cfm



Figure 3 Bâton de marche en bois

*The Walking Stick. 2005. Hiking Poles & Walking Sticks & Staffs.
Extrait le 12 avril 2007 du site <http://www.backpacking.net/walkstik.html>*



Certaines personnes préfèrent avoir une main libre et utiliser seulement un bâton. Il est préférable d'utiliser deux bâtons pour obtenir un meilleur niveau de soutien.

Durant une expédition, on peut ramasser un bâton de marche en bois solide dans la nature en tout temps.

CRITÈRES POUR CHOISIR DES BÂTONS

Pour trouver des bâtons appropriés de marche, il faut penser aux types d'activités pour lesquelles ils seront utilisés, le type de terrain et le poids du randonneur.



Les bâtons télescopiques en aluminium sont le meilleur choix. Leur prix est abordable et ils durent longtemps.

Réglage télescopique. Les bâtons à réglage télescopique peuvent être allongés ou raccourcis selon le type de terrain. Plusieurs personnes peuvent utiliser le même ensemble de bâtons en réglant la longueur. Les bâtons sont faciles à entreposer lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

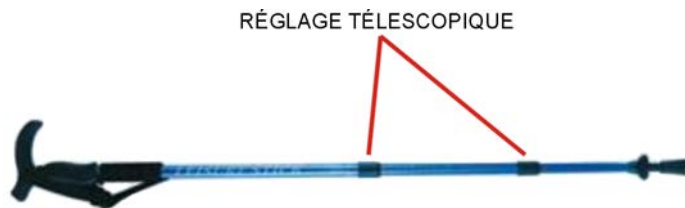


Figure 4 Bâton télescopique

Alibaba.com. 2007. Trekking Poles. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.aogida.en.alibaba.com/product/50252655/51316862/Trekking_Poles/Trekking_Pole.html

Les poignées. Les poignées qui sont formées pour s'ajuster à la main sont plus confortables à agripper et plus faciles à utiliser pendant une longue période. Les poignées qui sont rigides peuvent devenir humides avec la transpiration et être inconfortables à tenir. On doit essayer plusieurs modèles pour trouver celles qui s'ajustent le mieux à la main. Une sangle réglable doit être attachée à la poignée pour éviter d'échapper le bâton.



Figure 5 Poignée avec sangle

Moontrail, Backcountry Equipment Ltd. 2006. MSR Denali II, Telescoping Trekking poles. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.moontrail.com/msr-denali2.php>

Système antichoc (absorption des chocs). Le système antichoc est intégré au bâton. Certains systèmes sont très complexes et offrent une gamme de réglages selon les préférences de l'utilisateur et les conditions de la randonnée en montagne. Le système antichoc aide à absorber l'impact du bâton qui frappe le sol au cours de la marche, réduisant ainsi la tension sur les épaules et les bras. Un système de verrouillage est essentiel puisqu'il permet à l'utilisateur de s'assurer que les réglages sont verrouillés et ne changeront pas durant la randonnée pédestre.

Paniers. Les paniers sont les anneaux ronds au bas des bâtons de marche. Les paniers empêchent les bâtons de s'enfoncer dans la surface (neige, boue ou sol saturé d'eau). Il y a une variété de paniers. Les paniers qui sont découpés comme des flocons de neige sont préférables pour la neige. Les grands paniers pleins sont préférables pour un sol boueux puisqu'ils empêchent de s'enfoncer. Si on planifie d'acheter des bâtons de marche avec paniers, s'assurer que les paniers peuvent facilement se changer.



Figure 6 Paniers en forme de flocons de neige

Backcountry Edge. 2004. LEKI Snowflake Baskets. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.backcountryedge.com/products/leki/snowflake_baskets.aspx



Figure 7 Paniers pleins

Backcountrygear.com. 2007. Black Diamond Trekking Pole Spare Baskets. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.backcountrygear.com/catalog/accessdetail.cfm/BD320>

Pointes. Il existe trois types de pointes— pointe unique, taillée et avec tampon de caoutchouc. Chacune de ces pointes est préférable pour un environnement spécifique. La pointe taillée est de loin la meilleure pointe. C'est comme si des encoches avaient été découpées de la pointe même du bâton, laissant plusieurs pointes en sortir. Ce type de pointe offre une traction dans la plupart des conditions et est durable.



Figure 8 Pointes remplaçables

GoSki-Real Resort Info. 2005. Poles and Trekking Poles. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.goski.com/gear/product/LifeLink_Replaceable_Flex_Tip_Pair.html

UTILISER DES BÂTONS DE MARCHÉ

Les bâtons de marche peuvent aider à prévenir les maux et la douleur. Les bâtons sont utiles pour stabiliser les charges lourdes et parcourir les sentiers. En plus de fournir un meilleur équilibre, les bâtons de randonnée en montagne réduisent le niveau de tension au dos, jambes et tout particulièrement aux genoux. Les bâtons absorbent une partie de l'impact que le corps aurait à subir.



Une fois l'explication donnée, démontrer les différentes techniques de tenir les bâtons de randonnée en montagne.

Monter une pente en randonnée en montagne. Pour marcher sur un terrain plat, les bras doivent être parallèles au sol quand on tient la poignée. En montant une pente au cours de la randonnée en montagne, raccourcir les bâtons de randonnée en montagne pour le confort et la stabilité. Cela permet d'avoir plus de puissance.



Figure 9 Monter une pente en randonnée en montagne

TrekkingPoles.com. 2006. How to Use Trekking Poles. Extrait le 26 avril 2007 du site http://www.trekkingpoles.com/custserv/custserv.jsp?pageName=How_To_Use

Descendre une pente en randonnée en montagne. Les bâtons de marche aident à réduire le choc aux articulations chaque fois que le pied se pose au sol en descendant une pente.



Figure 10 Descendre une pente en randonnée en montagne

TrekkingPoles.com. 2006. How to Use Trekking Poles. Extrait le 26 avril 2007 du site http://www.trekkingpoles.com/custserv/custserv.jsp?pageName=How_To_Use

Les éléments suivants peuvent aider lors de la descente sur un terrain rocheux :

- Marcher lentement et vérifier chaque roche avant de placer le poids du corps dessus.
- Sur un sol plat, se pencher pour placer le poids du corps sur les bâtons de marche.
- Saisir solidement la poignée du bâton de marche.
- Garder les bras pliés à 90 degrés.
- Si possible, déplacer un bâton vers l'avant et enjamber avec la jambe opposée.

En descendant une pente au cours de la randonnée en montagne, rallonger les bâtons de randonnée en montagne pour le confort et la stabilité.



Les bâtons de marche peuvent être utilisés aussi pour :

- sonder la profondeur des flaques d'eau ou la solidité des ponts de neige;
- faire peur aux animaux agressifs; et
- servir de support pour une caméra.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Nommez trois types de bâtons de marche.
- Q2. Nommez trois critères à tenir compte lors du choix des bâtons de randonnée en montagne.
- Q3. Quels sont les avantages liés à l'utilisation des bâtons de randonnée en montagne?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Il existe trois types de bâtons de marche – des bâtons de ski, des bâtons de marche en bois et des bâtons de marche télescopiques.
- R2. Les critères à tenir compte lors du choix des bâtons de marche sont le réglage télescopique, les poignées, les systèmes antichoc, les paniers et les pointes.
- R3. Les bâtons de marche peuvent aider à prévenir les maux et la douleur. Les bâtons sont utiles à stabiliser les charges lourdes et parcourir les sentiers. En plus de fournir un meilleur équilibre, les bâtons réduisent le niveau de tension au dos, aux jambes et tout particulièrement aux genoux. Les bâtons absorbent une partie de l'impact que le corps aurait à subir.

Point d'enseignement 2

Expliquer la grimpée

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

La grimpée est un terme utilisé pour décrire comment parcourir un terrain à géographie différente, un terrain inégal et des roches en escaladant et en rampant. La grimpée exige habituellement l'utilisation des mains et des pieds.

Il faut tenir compte des éléments suivants lorsqu'on utilise la technique de grimpée :

- Vérifier les prises de main et les prises de pieds avant d'engager le poids du corps.
- Garder le bas du corps près des roches.
- Utiliser les mains pour aider à maintenir l'équilibre.
- Utiliser les grands muscles des jambes pour supporter le poids du corps.
- Toujours maintenir trois points de contact avec les roches.



Figure 11 Techniques de grimpée

Talisman Newsletter. 2006. Merry Christmas. Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.talisman-activities.co.uk/downloads/newsletters/newsletter4/newsletter4.htm>



Lors de la grimpée et face à une situation difficile, prendre du temps pour une pause. Examiner les possibilités d'itinéraire et déterminer toujours une façon pour faire demi-tour.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce que la grimpée?
- Q2. Quels sont les muscles qui doivent être utilisés pour supporter le poids du corps?
- Q3. Combien doit-on garder de points de contact avec les roches au cours de la grimpée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La grimpée est un terme utilisé pour décrire comment parcourir un terrain à géographie différente, un terrain inégal et des roches en escaladant et en rampant. La grimpée exige habituellement l'utilisation des mains et des pieds.
- R2. Les muscles des jambes doivent supporter le poids du corps.
- R3. On doit garder trois points de contact avec les roches au cours de la grimpée.

Point d'enseignement 3**Expliquer comment sauter d'une roche à l'autre**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

Sauter d'une roche à l'autre se fait quand on se déplace avec vitesse et élan d'une roche à l'autre en se servant des bras ou des bâtons de marche pour garder l'équilibre.

Il faut tenir compte des éléments suivants quand on saute d'une roche à l'autre :

- Planifier l'itinéraire. Les plus grosses roches sont plus stables.
- Utiliser les mains pour la stabilité.
- Garder les genoux pliés et détendus.
- Contrôler la vitesse. Sauter légèrement.
- Si on commence à perdre l'équilibre, se déplacer vers l'avant, sautiller légèrement d'un pied à l'autre jusqu'à ce que l'équilibre revienne.



Figure 12 Sauter d'une roche à l'autre avec des bâtons de marche

Great Outdoor. 2006. Hiking the Forgotten End of the AT. Extrait le 12 avril 2007 du site <http://www.greatoutdoors.com/go/photos.jsp?title=hikingtheforgottenendoftheat&imag=1>



Les roches de grandeur moyenne sont préférables, si on veut pratiquer la technique de sauter d'une roche à l'autre. Pratiquer sans sac à dos. S'il faut porter un sac à dos, il doit être le plus petit possible.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**QUESTIONS**

- Q1. Quels deux éléments utilise-t-on lorsqu'on saute d'une roche à l'autre?
- Q2. Expliquer comment sauter d'une roche à l'autre.
- Q3. Que faut-il faire quand on perd son équilibre?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Pour sauter d'une roche à l'autre, on doit utiliser vitesse et élan.
- R2. Sauter d'une roche à l'autre consiste à sauter légèrement de roche en roche en se servant des bras ou des bâtons de randonnée en montagne pour garder l'équilibre.
- R3. Si on commence à perdre l'équilibre, il faut se déplacer vers l'avant, sautiller légèrement d'un pied à l'autre jusqu'à ce que l'équilibre revienne.

Point d'enseignement 4**Expliquer les méthodes de traverser un éboulis**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif

Un éboulis est un amas de petites roches que l'on trouve souvent au-delà de la limite des arbres sur les pentes de montagnes. Lorsqu'on doit traverser un éboulis, la prudence est la première règle.



Figure 13 Éboulis

East Riding of Yorkshire Council, E Riding media library-England North. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.eriding.net/media/england_north.shtml



Si possible, éviter de traverser un éboulis

TRAVERSER UN ÉBOULIS

Traverser signifie marcher en diagonale ou traverser dans un mouvement de biais.

Marcher sur un éboulis peut être très glissant. Il est préférable de planifier un itinéraire en zigzag pour traverser un éboulis. L'itinéraire planifié doit être divisé en petites sections. Il faut contrôler la vitesse de marche et se souvenir que la vitesse ne peut signifier qu'un plus grand risque.

Marcher en diagonale. Marcher en diagonale donne un meilleur contact entre le bord du pied et la pente pour donner une meilleure stabilité.

GRIMPER UN ÉBOULIS

Si possible, il faut éviter de grimper un éboulis, parce que cela peut être très épuisant. Si ce n'est pas possible, on doit tenir compte des conseils suivants :

- Rester sur les bords de l'éboulis. Le mouvement de l'éboulis est plus lent et on peut y retrouver de plus grosses roches.
- Viser à garder les pieds à l'horizontale. Si l'éboulis est assez petit, enfoncer les orteils dans la pente (comme dans la neige).
- Grimper avec les pieds en position de fouille aide à mettre le poids sur le coup de pied de chaque pied.
- Faire de petits pas pour réduire la tension des jambes. Cela réduit aussi les risques de glisser.
- Plier les genoux pour supporter le corps.

DESCENDRE UN ÉBOULIS

Lorsqu'on descend un éboulis, il faut toujours garder le poids sur les talons et faire des petits pas. Le dos doit être droit et les genoux légèrement pliés pour absorber la tension et améliorer l'équilibre.

Il faut tenir compte des éléments suivants lorsqu'on descend un éboulis :

- Creuser les talons dans la pente.
- Utiliser les mains pour rester stable.
- Détendre les genoux et continuer la descente.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qu'un éboulis?
- Q2. Grimper en position de fouille aide à faire quoi?
- Q3. Quels gestes peuvent-ils aider à rendre la descente d'un éboulis plus sécuritaire?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un éboulis est un amas de petites roches que l'on trouve souvent au-delà de la limite des arbres sur les pentes de montagnes.
- R2. Grimper avec les pieds en position de fouille aide à mettre le poids sur le coup de pied de chaque pied.
- R3. Les gestes suivants peuvent aider à rendre la descente plus sécuritaire : Creuser les talons dans la pente, utiliser les mains pour rester stable et détendre les genoux et continuer la descente.

Point d'enseignement 5

Expliquer comment franchir les obstacles d'eau

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif

TRAVERSER LES RIVIÈRES

Traverser les rivières peut comporter un défi selon la période de l'année (p. ex. le printemps quand la neige fond dans les ruisseaux et rivières). On doit faire un plan avant de traverser une rivière.

Choisir un endroit pour traverser. L'endroit le plus sécuritaire pour traverser se trouve où l'eau est calme et la profondeur ne dépasse pas la hauteur des hanches. On peut trouver de telles conditions autour des courbes des rivières, où le cours d'eau s'élargit et ralentit pour tourner. Plus l'eau est foncée (et plus verte), plus elle est profonde.

Il faut éviter les éléments suivants :

- le remous qui rend l'eau blanche;
- l'eau foncée; et
- un courant fort.

Si les conditions semblent dangereuses, marcher en amont pour trouver un endroit plus sécuritaire. Toujours traverser avec prudence.

Le meilleur temps pour traverser. Tôt le matin est le meilleur temps pour traverser. Le courant des rivières est plus lent le matin parce que l'eau est plus froide la nuit.

Traverser à gué une rivière. Traverser à gué une rivière est le choix le plus sécuritaire. Pour traverser, toujours faire face en amont, en diagonale au courant.

Si on traverse en groupe, les personnes les plus fortes doivent se placer à la fin et entrelacer les bras. Le groupe doit se déplacer lentement en ligne, en diagonale au courant.

On peut utiliser des bâtons de randonnée en montagne pour traverser à gué une rivière. Ils aident à garder l'équilibre.



Lorsqu'on traverse une rivière, mettre des sandales de sport après avoir enlevé les bottes pour les garder sèches. Si on n'a pas de sandales de sport, enlever les chaussettes et les doublures des bottes, remettre les bottes et traverser la rivière.

Sauter d'un endroit à l'autre. Sauter d'un endroit à l'autre est une technique utilisée avec les roches et aidera à traverser une rivière et rester à sec. Il faut tenir compte des éléments suivants lorsqu'on saute d'un endroit à l'autre :

1. Planifier l'itinéraire. Évaluer les pas à faire.
2. Décider quelles roches sont stables.
3. Vérifier la stabilité avant de s'engager.
4. Si un endroit est instable, se déplacer rapidement au prochain.

Marcher dans l'eau est un choix. Il est préférable de marcher dans l'eau et de se mouiller plutôt que d'y tomber.

Traverser les rivières en utilisant un pont en bois ou des cordes. Les ponts en bois varient de ponts construits à des billots placés au travers d'un cours d'eau. Toujours vérifier un pont en premier pour voir s'il est fixé en place et pour évaluer sa stabilité. Traverser un pont de billots doit s'effectuer une personne à la fois parce qu'un poids léger peut déloger le billot. Si un pont ou un billot est trop étroit, instable ou haut, se déplacer dessus en position assise.



À moins d'être formé en sauvetage de rivière, on ne doit pas utiliser de corde à main. Si une corde est fixée en place, on peut l'utiliser pour s'y tenir. Éviter de s'entremêler dans la corde. On ne doit pas se servir de mousquetons pour attacher une personne à la corde.

SOL SATURÉ D'EAU

Si possible, éviter de traverser un sol saturé d'eau. Cela peut s'avérer être une expérience très désagréable.

S'il n'y a pas d'autres moyens, il faut planifier un itinéraire pour le traverser. Les pistes de randonneurs précédents peuvent donner une indication de la profondeur et de la fermeté du sol.

Points durs naturels. En planifiant l'itinéraire, viser les points durs au sol peut faire gagner du temps. Les arbres et les buissons peuvent indiquer une partie de terrain solide. Les grosses roches et les touffes d'herbe dures sont aussi de bons indicateurs.

Sentiers. Parfois, des sentiers peuvent croiser un sol saturé d'eau. Les sentiers fréquemment utilisés ont souvent des petits chemins de bois (qui ressemblent à des petits ponts) construits pour faciliter la traversée. Les ponts faits de billots tombés peuvent aussi être utilisés.



Il faut bien lacer les bottes pour traverser des sols saturés d'eau. La succion de la boue peut tirer sur les bottes.

TRAVERSER SUR LA GLACE ET LA NEIGE

Déchiffrer la neige pour un itinéraire sécuritaire. Lorsqu'on planifie un itinéraire, il est préférable d'éviter les endroits rocheux. Les roches absorbent la chaleur qui fait fondre la neige près d'elles plus vite. La neige molle autour peut ne pas être assez ferme pour soutenir le poids d'une personne. Avant d'utiliser un parcours, vérifier la neige avec les bâtons de randonnée en montagne pour prévenir les blessures. Il est préférable de traverser un grand champ de neige tôt le matin lorsque la neige est plus dure. À mesure que le soleil se lève et devient plus puissant, la neige fond inégalement et forme des points faibles.

Monter sur la neige. Lorsqu'on marche sur la neige, les conditions déterminent l'itinéraire. On peut créer un nouvel itinéraire pour monter de façon sécuritaire. Les zigzags peuvent aussi être un choix. Si c'est plus facile

de monter tout droit, il faut enfoncer la neige à plusieurs reprises pour faire des marches solides pour marcher dessus. Avant de marcher sur ces marches, il faut toujours les vérifier avec le poids du corps.



Monter une pente en randonnée en montagne dans la neige peut être très exténuant. On recommande de planifier deux fois plus de temps pour compléter ce genre de randonnée. Prendre des pauses au besoin.

Traverser sur un plan d'eau gelé. Traverser sur un plan d'eau gelé exige de faire attention. Pour traverser sur la glace, il faut utiliser les bâtons de randonnée en montagne pour trouver les trous ou pour vérifier la neige. Il ne faut pas nécessairement se fier aux vieilles pistes sur un plan d'eau gelé. L'itinéraire peut ne pas être sécuritaire, si les pistes sont de quelques jours. Toujours vérifier avant d'avancer.



La glace est plus mince au début de l'hiver et au printemps. Pendant ces périodes, il faut essayer de contourner tout plan d'eau gelé.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 5

QUESTIONS

- Q1. Quel type d'eau doit-on éviter lorsqu'on traverse un cours d'eau?
- Q2. Comment quelqu'un peut-il traverser un pont ou un billot quand il est trop étroit, instable ou haut?
- Q3. Pourquoi est-il plus sécuritaire d'éviter les endroits rocheux lorsqu'on planifie un itinéraire recouvert de neige?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Lorsqu'on traverse un cours d'eau, il faut éviter le remous qui rend l'eau blanche, l'eau foncée et un courant fort.
- R2. Une personne peut traverser un pont en se déplaçant dessus en position assise.
- R3. Les roches absorbent la chaleur qui fait fondre la neige près d'elles plus vite. La neige molle autour d'elles peut ne pas être assez ferme pour soutenir le poids d'une personne.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Nommez trois critères dont il faut tenir compte lors du choix des bâtons de randonnée en montagne.
- Q2. Qu'est-ce que la grimpée?
- Q3. Quand est-il préférable de traverser une rivière?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les critères dont il faut tenir compte lors du choix des bâtons de randonnée en montagne sont le réglage télescopique, les poignées, les systèmes antichoc, les paniers et les pointes.
- R2. La grimpée est un terme utilisé pour décrire comment parcourir un terrain à géographie différente, un terrain inégal et des roches en escaladant et en rampant. La grimpée exige habituellement l'utilisation des mains et des pieds.

- R3. Il est préférable de traverser une rivière tôt le matin. Le courant des rivières est plus lent le matin parce que l'eau est plus froide la nuit.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Savoir comment franchir les obstacles est une brève introduction au monde de la randonnée en montagne. Il s'agit aussi d'une bonne occasion pour les cadets de relever des défis et de développer des compétences en randonnée en montagne. Franchir des obstacles est le premier pas qui mène au plaisir et aux défis des expéditions.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les cadets doivent participer à une activité de confirmation d'apprentissage de cet OCOM pendant un EEC de navigation et de randonnée en montagne.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-078 Mountain Equipment Co-op. (2007). *Lear : Packs and Poles*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.mec.ca>.

C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book (2^e éd.)*, Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

C0-145 OutdoorPlaces.com. (2004). *Buying Guides, Trekking Poles*. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.outdoorplaces.com/gear/buying_guide.htm.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (éd.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*, Cincinnati, OH, David & Charles.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 1

OCOM M224.01 – DÉCRIRE LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 afin de présenter la matière de base ou des renseignements généraux.

Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de mettre l'accent sur les mesures à prendre lorsqu'on est perdu, de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de décrire les mesures immédiates à prendre lorsqu'il est perdu.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets d'avoir la capacité de prendre les mesures quand ils sont perdus pour augmenter leurs chances de survie.

Point d'enseignement 1**Identifier les principes de « S.T.O.P. »**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Lire aux cadets l'article de la revue *Cadence* qui se trouve à l'annexe A comme introduction à ce PE. Cet article vise à attirer l'attention des cadets et d'insister sur l'importance des mesures à prendre lorsqu'on est perdu, en mettant en évidence la possibilité que tout cadet peut se perdre en campagne.

Il est important de noter que la cadette a été retrouvée en raison de sa formation.



Une fois que l'article à l'annexe A été lu aux cadets, aborder la première partie de la leçon en questionnant les cadets sur les points suivants :

Q1. Comment la cadette Stephanie Leger s'est-elle perdue?

Q2. Quelle mesure a-t-elle prise en acceptant le fait qu'elle était perdue?

Les réponses que les cadets fournissent ne sont pas corrigées, cependant elles seront utilisées comme moyen pour inciter les cadets à réfléchir sur ce qu'ils doivent faire dans une telle situation. À la fin de ce PE, les questions précédentes sont posées encore pour reconnaître toutes les différences dans les réponses.

Souligner l'importance de l'acronyme « S.T.O.P. » comme première mesure à prendre quand on reconnaît être perdu. À la suite de cette petite histoire poursuivre avec une explication plus détaillée de l'acronyme « S.T.O.P. » avec les renseignements fournis.

Se perdre peut être aussi simple que laisser son abri pour aller aux latrines et devenir désorienté tel que l'expérience vécue par la cadette Stephanie Leger ou en suivant un parcours incorrect à la boussole dans une randonnée en montagne. Après avoir confirmé qu'on est perdu, la meilleure chose à faire est de rester sur place, rester calme et essayer de rassembler de l'information pour déterminer son emplacement. Les personnes paniquent et ont tendance à faire les plus graves erreurs pendant les 30 premières minutes qu'elles se perdent. Suivre l'acronyme S.T.O.P.– Stopper, Traiter, Observer et Planifier aide un cadet perdu à réfléchir sur la situation et à prendre de bonnes décisions.

S.T.O.P.

Stopper. Rester sur place! Ne pas paniquer. 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 décide de se déplacer en tentant de trouver son emplacement, la plupart du temps, elle se perd davantage, augmentant la distance entre les points connus de son parcours. Ce déplacement fait seulement augmenter la grandeur de la zone de recherche, et par le fait même le temps que prend une équipe de sauvetage pour localiser un individu. Tant et aussi longtemps qu'il n'y a pas de danger immédiat, rester à un endroit.

Traiter. Réfléchir aux dangers immédiats et futurs et aux facteurs qui s'appliquent à la situation. Tenir compte de la période de la journée, sa condition physique personnelle et la dernière fois qu'on a consommé de l'eau ou de la nourriture. Essayer d'énumérer les options qui vous sont disponibles.

Observer. Observer et écouter pour les signaux des sauveteurs. Étudier l'environnement immédiat, déterminer les conditions météorologiques, le terrain et les ressources disponibles. Chercher à proximité immédiate pour un emplacement d'abri, de l'eau potable et des indices sur l'emplacement actuel.

Planifier. Planifier le meilleur plan d'action – peut être que la noirceur s'en vient et il faut envisager de monter un abri, trouver de l'eau ou allumer un feu. Inclure comment signaler aux sauveteurs dans le plan.



Une fois que l'acronyme S.T.O.P. est compris, demander encore les questions suivantes par rapport à l'article de Cadence à l'annexe A.

- Q1. Comment la cadette Stephanie Leger s'est-elle perdue?
 Q2. Quelle mesure a-t-elle prise en acceptant le fait qu'elle était perdue?

Les cadets doivent avoir maintenant une meilleure compréhension de ce que la cadette Leger a vécu et les mesures qu'elle a prises. Les réponses prévues sont énumérées ci-dessous.

- R1. Elle s'était éloignée de son emplacement et, en conséquence, à l'approche de la nuit, elle était incapable de trouver son site de campement.
 R2. Quand elle a réalisé qu'elle était perdue, elle a suivi l'acronyme « S.T.O.P » – Stopper, Traiter, Observer, Planifier.

Utiliser leurs nouvelles réponses et faire le rapprochement avec les réponses précédentes. Souligner encore une fois l'importance de considérer l'acronyme « S.T.O.P. » comme première mesure à prendre lorsqu'on est perdu.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quand une personne est perdue, à quel moment les plus grandes erreurs surviennent-elles?
 Q2. Que signifie l'acronyme S.T.O.P.?
 Q3. Qu'est-ce qu'une personne doit observer?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les plus grandes erreurs surviennent dans les 30 premières minutes qu'on se perd.
 R2. Stopper, traiter, observer et planifier.
 R3. Lorsqu'il est perdu, un cadet doit observer l'environnement immédiat, les conditions météorologiques, le terrain et les ressources disponibles. Chercher un emplacement pour un abri, de l'eau potable et des indices sur l'emplacement actuel.

Point d'enseignement 2**Discuter comment contrôler la peur et la panique quand on est perdu**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Plusieurs cadets auront peur de divers éléments. Saisir l'occasion dans ce PE pour découvrir certaines des peurs des cadets.

1. Commencer ce PE en dévoilant aux cadets une peur personnelle (p. ex. les hauteurs). Cela vise à ouvrir le dialogue et encourage les cadets à répondre aux questions suivantes.
2. Demander aux cadets de révéler certaines de leurs peurs (elles peuvent être de tout genre) et les inscrire sur un tableau de papier ou un tableau à craie ou un tableau blanc.
3. Classer leurs peurs dans des groupes semblables.

Il est normal et nécessaire de ressentir de la peur. C'est de cette façon que la nature donne à une personne un regain d'énergie ou d'adrénaline. La peur est une réaction très normale pour les gens qui font face à une urgence qui menace leur vie.



Avec l'information ci-dessous, discuter comment les effets de la peur et de la panique peuvent affecter une personne.

EFFETS DE LA PEUR ET DE LA PANIQUE

Comment les individus réagissent à la peur dépend plus de leur l'état d'esprit que de la situation. Dans toute situation de stress, imprévue ou menaçante, la peur peut dominer la pensée rationnelle et peut ruiner les chances de survie. La peur peut aussi améliorer les chances de survie. Étant donné que quelque chose peut habituellement être fait pour améliorer toute situation, accepter la peur comme une réaction naturelle à une situation de stress, peut mener à un comportement constructif et peut augmenter les chances de survie.



Avec l'information ci-dessous, discuter comment la sensation de désespoir contribue à la peur.

FACTEURS QUI CONTRIBUENT À LA PEUR

La sensation d'impuissance et de désespoir sont des facteurs qui contribuent à la sensation de peur. On doit reconnaître et accepter la peur, et si possible, l'utiliser à son avantage en canalisant l'adrénaline sur les tâches immédiates. Les effets de la peur peuvent être combattus en identifiant chaque facteur, la comprendre et la gérer.



Avec l'information ci-dessous, discuter de chaque catégorie de la peur et demander aux cadets de quelles façons ils peuvent personnellement se voir gérer et surmonter chaque peur.

GÉRER LA PEUR

Il y a plusieurs peurs communes qui surviennent quand on se perd en campagne. Aborder et comprendre ces peurs peuvent aider à survivre pendant une période prolongée lorsqu'on est perdu. La liste ci-dessous explique comment gérer chaque peur.

Peur de l'inconnu. Que peut-il bien y avoir à cet endroit? Que m'arrivera-t-il? Est-ce sécuritaire? En acceptant cette peur comme étant normale, on peut rester calme et commencer à répondre à chaque question. Ne pas se critiquer pour avoir des pensées critiques ou négatives, juste se concentrer à résoudre chaque question ou problème de façon calme et confiante.

Peur de ses faiblesses personnelles. Cela mène à une attitude négative et favorise un comportement d'abandon. Tout le monde peut faire quelque chose, peu importe la gravité de la situation. Avoir confiance à l'équipement qu'on peut transporter et à ses compétences de l'utiliser. Comparer la situation actuelle à des situations semblables apprises dans le passé pour les surmonter.

Peur de l'inconfort. Cela amène les gens à continuer dans une mauvaise tempête pour essayer de retourner à la sécurité d'un camp de base où il y a beaucoup de nourriture et de chaleur, plutôt que de s'arrêter et de construire un abri d'urgence sécuritaire pour la nuit, malgré l'inconfort, avant qu'ils ne soient trempés, exténués, affamés et hypothermiques.

Peur d'être seul. Même l'indépendant peut sentir les effets de la solitude à moins que des mesures soient prises pour s'adapter et gérer l'isolation. Avoir beaucoup d'imagination et un sens de l'humour peuvent aider.

Peur de la noirceur et des animaux. Les gens avec des phobies peuvent facilement imaginer leur pire cauchemar se réaliser, tout particulièrement dans une situation de survie stressante. Une fois de plus, aborder chaque peur avec un plan d'action et une compréhension de cette peur dans le contexte de l'ensemble de la situation.

Peur de la souffrance et de la mort. Ce peut être le meilleur allié dans une situation de survie. Garder à l'esprit qu'on doit agir pour survivre. En acceptant cette possibilité, et en ne s'attardant pas sur le sujet, les gens peuvent déterminer si leurs plans leur assurent une certaine sécurité dans pareille situation. Avoir confiance aux capacités des sauveteurs pour localiser une personne.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Comment la peur affecte-t-elle un cadet lorsqu'il est perdu?
- Q2. Quels sont les facteurs qui contribuent à la peur?
- Q3. Comment est-ce que la peur et l'inconfort affectent les cadets?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La peur peut dominer la pensée rationnelle et peut nuire aux chances de survie. Elle peut aussi les améliorer.
- R2. L'impuissance et le sens du désespoir contribuent à la peur.
- R3. Cela amène les gens à continuer dans une mauvaise tempête pour essayer de retourner à la sécurité d'un camp de base, plutôt que de s'arrêter et de construire un abri sécuritaire pour se reposer.

Point d'enseignement 3

Identifier les cinq éléments de la survie

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



L'instructeur doit présenter ce PE comme les cinq éléments de survie et relier l'information à l'enseignement de la matière que les cadets recevront dans des leçons futures (p. ex. identifier des abris d'urgence, allumer des feux et cuire des aliments).

CINQ ÉLÉMENTS DE SURVIE

Après avoir réalisé avec succès les mesures à prendre de « S.T.O.P. » et reconnaître une situation de survie, la personne perdue doit faire l'inventaire de la nourriture et de l'équipement en main et commencer à mettre en oeuvre 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. **L'eau.** L'eau est le nutriment essentiel aux humains. Même si 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 affecter 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 trouver les moyens pour alimenter le corps de substances, comme des baies, du poisson, des animaux, des oiseaux, etc.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3**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, l'abri, l'eau, le feu et la nourriture.
- R2. L'eau.
- R3. L'abri procure une protection contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protège une personne contre les températures chaudes ou froides.

Point d'enseignement 4**Élaborer un plan**

Durée : 20 min

Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ**OBJECTIF**

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de mettre en œuvre les mesures à prendre lorsqu'ils sont perdus selon une mise en situation donnée.

RESSOURCES

- Des stylos et des crayons (un par cadet).
- Marqueurs de tableau de papier (un par groupe).
- Feuilles pour tableau de papier (une feuille par groupe),

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les groupes devraient être espacés les uns des autres pour décourager les distractions entre les groupes.

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. Présenter une mise en situation ou en assigner une différente à chaque groupe et accorder 10 minutes aux cadets pour utiliser l'acronyme le « S.T.O.P. » en fonction d'une mise en situation donnée.
4. Accorder deux minutes à chaque groupe pour présenter son plan aux autres groupes.
5. Après que les groupes ont terminé leur présentation, l'instructeur doit donner ses commentaires sur la mise en situation. Les commentaires doivent résumer qu'essayer chaque voie peut amener un cadet à se perdre davantage. L'application des mesures « S.T.O.P. » augmente les chances que le cadet soit retrouvé en temps opportun.

Cadet perdu (Mise en situation A)

Votre unité de cadets participe à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine où il faut faire un parcours en randonnée montagne. Pendant la dernière étape de la randonnée en montagne, vos lacets se détachent et vous arrêtez pour les attacher et le groupe continue en prenant une courbe dans le sentier. Vous prenez plus de temps qu'à l'habitude. En assumant que le groupe a continué sur le même sentier, vous prenez votre temps en profitant du temps seul sur le sentier. Après la courbe, le sentier donne sur une petite clairière qui se divise en quatre différents parcours. Inquiet que vous serez dans le pétrin pour avoir laissé le groupe, vous décidez d'essayer un des parcours et vous vous dépêchez pour les rattraper.

Plus vous avancez sur le sentier, vous réalisez que ce n'est pas le bon chemin. La randonnée en montagne a commencé tard l'après-midi et vous réalisez que le soleil commence à baisser dans le ciel. Vous avez voyagé rapidement sur ce sentier pour une courte période de temps, quand vous réalisez que vous avez pris le mauvais sentier. Vous réévaluez votre emplacement et vous vous rendez compte que vous avez fait une erreur à la clairière. Vous retournez sur le sentier vers la clairière en espérant que quelqu'un est revenu vers vous. Une fois arrivée à la clairière, il n'y a personne qui vous attend. La noirceur est proche et il y a trois sentiers, un d'eux mène au site de campement.

Vous êtes perdu, que devrez-vous faire?

Cadet perdu (Mise en situation B)

Les cadets d'étoile d'argent et d'étoile d'or, de votre unité de cadets, viennent de terminer une longue randonnée en montagne de trois jours. La randonnée en montagne consistait en plus de 30 kilomètres et tout le monde se repose maintenant au point de rendez-vous en attendant l'arrivée de l'autobus qui ramènera tous les cadets à l'unité d'appartenance. C'est le milieu de l'après-midi et plusieurs des cadets se décontractent, et reposent leurs corps endoloris et exténués. L'adjudant a pour tâche de surveiller tous les cadets et établir les limites à l'intérieur desquelles les cadets doivent rester.

Quand l'autobus arrive, plusieurs des cadets ont hâte de charger l'équipement et d'embarquer dans l'autobus en prévision de retourner à la maison. Après que l'autobus est chargé, l'adjudant fait un compte rapide confirmant que tous les cadets sont dans l'autobus.

Quand on a dit aux cadets qu'ils pouvaient aller se reposer en attendant l'arrivée de l'autobus, vous avez décidé d'aller faire une petite sieste. En vous dirigeant au bord de la clairière, vous avez vu des buissons contre lesquels vous avez appuyé votre sac. En l'utilisant comme appui-dos, vous vous êtes rapidement endormi. Au fil du temps, vous vous êtes réveillé et vous vous êtes dirigé vers la zone d'attente. En allant des buissons vers la clairière, vous êtes étonné de ne voir personne là.

Le choc d'être seul est une pensée inquiétante. Votre instinct initial est de partir; toutefois, vous n'avez aucune idée où vous êtes et vous n'êtes pas familier avec le chemin que l'autobus a pris. On vous a amené à 30 kilomètres plus loin et vous avez marché jusqu'ici, ce qui veut dire trois jours de marche.

Que devez-vous faire?

Cadet perdu (Mise en situation C)

Il est tôt en septembre et votre unité de cadets a commencé à s'entraîner en vue d'une compétition de course d'orientation qui aura lieu tard en octobre. Vous êtes nouveau à la course d'orientation, cependant, après avoir participé à quelques courses d'orientation pendant l'instruction d'été et quelques pratiques précédentes avec votre unité de cadets, vous vous sentez à l'aise avec vos compétences de lecture de carte.

L'entraîneur de course d'orientation reconnaît l'amélioration de votre compétence et décide de vous avancer au niveau d'instruction intermédiaire pour cette pratique. En chemin sur le parcours, vous réalisez que cette pratique vous sera plus difficile que celles des précédentes courses d'orientation. Sur les itinéraires que vous

avez choisis, vous trouvez que les marqueurs sont placés dans des endroits plus difficiles et le terrain que l'itinéraire sillonne est plus difficile à évaluer.

En cours de route à votre quatrième poste de contrôle, vous sortez du sentier et vous vous trouvez devant une petite rivière que vous devez franchir, le sentier semble continuer sur l'autre côté. La rivière semble être plutôt profonde. Vous décidez de longer le bord pour trouver un endroit peu profond pour traverser. Après avoir traversé, vous essayez de localiser le sentier que vous avez vu pour continuer dans la bonne direction. Vous marchez près de la rivière pendant un certain temps avant de trouver le sentier, vous pensez être sur le bon itinéraire.

En continuant dans la même direction, vous avez le sentiment que vous êtes rendu trop loin, toutefois, vous continuez à aller encore plus loin. Après une période de temps, vous réalisez que vous n'êtes pas du tout dans la région où vous devez être – vous devez avoir pris le mauvais sentier à la rivière. La végétation a changé et ne correspond pas à ce que vous avez vu sur la carte. En arrêtant et en vérifiant les environs, vous réalisez que vous n'avez aucune idée où vous êtes ou jusqu'où vous avez marché. Vous êtes perdu.

Que devez-vous faire?

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Avoir une compréhension des mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu et de les mettre en oeuvre aideront les cadets à augmenter leurs chances de survie.

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, ON: Paul Tawrell.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, NY: Three Rivers Press.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

ARTICLE DE LA REVUE CADENCE

Cadence • Numéro 4 • Hiver • 2001

Forum

Idées novatrices, pratiques
exemplaires et leçons retenues



Le C/sgt Stephanie Leger a appris beaucoup plus qu'elle ne l'aurait espéré durant son cours d'instructeur de survie.

ELLE AVAIT
APERÇU LES
HÉLICOPTÈRES;
ELLE A
CEPENDANT
PENSÉ QU'ON
NE POUVAIT
LA VOIR
ÉTANT DONNÉ
QU'ELLE POR-
TAIT LA TENUE
DE COMBAT.

PERDUE ET RETROUVÉE

par le capt Jon MacDonald

Le C/sgt Stephanie Leger a appris beaucoup plus qu'elle ne l'aurait espéré durant son cours d'instructeur de survie d'une durée de six semaines au Centre d'instruction d'été des cadets de l'Air de Greenwood (N.-É.), l'été dernier. Le mouvement des cadets aussi.

Le cadet, qui fait partie depuis quatre ans de l'Escadron 101 des cadets de l'Air de Moncton, s'est égarée durant 23 heures lors de son exercice en solitaire à Cloud Lake (N.-É.). Mais l'histoire finit bien. Et tous en ont tiré des leçons.

La journée de son exercice en solitaire, le cadet Leger n'est pas revenue au campement à la fin de la journée. Après quelques heures de recherches, le personnel a avisé les autorités et plus tard, ses parents. C'est un appel qu'aucun parent ne veut recevoir. La fille de 16 ans des Leger était disparue depuis 14 heures.

La mère du cadet Leger, Bernice, a immédiatement pris l'avion pour Greenwood. Le Centre d'instruction avait mis à sa disposition un camion avec conducteur, une chambre et un aumônier. M^{me} Leger a été informée de la situation et, à sa demande, a été transportée à Cloud Lake, où on effectuait les recherches. Elle a été étonnée de constater qu'environ 200 personnes participaient aux recherches, y compris du personnel du Centre d'instruction, la GRC, la 14^e Escadre Greenwood, l'Organisation des mesures d'urgence et des équipes de recherche et sauvetage au sol de l'ensemble de la province. Des hélicoptères de la 14^e Escadre et du ministère des Ressources naturelles étaient sur place, ainsi que plusieurs chiens de piste.

On a retrouvé le cadet Leger à la fin de l'après-midi, en bonne santé mentale et physique. Elle a dit aux chercheurs qu'elle s'était éloignée de son emplacement et n'avait pu le retrouver par après, car il commençait à faire nuit. Lorsqu'elle a réalisé qu'elle était perdue, elle est demeurée où elle était jusqu'à ce qu'on la trouve. Après des retrouvailles heureuses et remplies d'émotion avec sa mère, du personnel infirmier l'a examinée, puis elle a été examinée de nouveau plus tard à l'hôpital local.

Nous avons tiré des leçons valables de l'incident. Le cadet Leger a mentionné par après qu'elle avait aperçu les hélicoptères; elle a cependant pensé qu'on ne pouvait la voir étant donné qu'elle portait la tenue de combat. Nous n'avions pas songé au fait que la tenue de combat est conçue pour se camoufler dans les buissons. Compte tenu du fait que la tenue de combat est pratique pour le



Le cadet Leger embrasse sa mère après sa rude épreuve.

La revue du leadership du Mouvement des cadets du Canada

cours, le C/sgt Leger a proposé que les cadets soient munis d'un objet réfléchissant ou coloré, très utile en cas d'urgence.

Les chercheurs ont trouvé le cadet Leger parce qu'elle a utilisé le sifflet de sécurité qu'on lui avait remis. Il existe cependant des sifflets à plus grande portée; on songe à les utiliser dorénavant.

De même, les procédures et le matériel de communication à Cloud Lake n'étaient pas adéquats pour procéder aux manœuvres intensives de recherche. On procède aussi à l'analyse de cette situation.

Certaines des meilleures leçons apprises proviennent du C/sgt Leger elle-même. Elle a vécu une expérience que peu de personnes vivent, et nous pouvons tirer profit de ce qu'elle a à nous raconter. « Lorsque vous réalisez que vous êtes perdu, la première chose à faire est de vous arrêter et de vous asseoir, d'observer les environs et de planifier ce dont vous aurez besoin comme un abri, du feu, de la nourriture, etc., explique-t-elle. C'est exactement ce que j'ai fait. La partie la plus difficile de l'épreuve a été de ne pas me laisser envahir par la peur, spécialement durant la nuit. Un bon moyen de demeurer calme la nuit, c'est de dormir. Vous devez vous répéter que quelqu'un vous trouvera, peut-être pas aujourd'hui ou demain, mais éventuellement. »

Elle croit que quand vous êtes perdu dans le bois, seul avec vos pensées, vous devez les utiliser à votre avantage. « Le pouvoir de votre esprit est surprenant. Si vous pensez à toutes les choses horribles qui peuvent se produire, vous n'arriverez à rien de bon. Si vous avez faim, convainquez-vous que vous n'avez pas faim! Trouvez le moyen de rire! Parlez aux rochers, aux arbres...

n'importe quoi. J'ai eu la chance de faire la conversation avec un écureuil! Je lui ai dit que nous pouvions être amis pour l'instant mais que si je ne trouvais pas de quoi manger d'ici quelques jours, je devrais le bouffer. Pendant ce temps, vous arrivez presque à oublier que vous êtes perdu. Même si cela ne dure qu'une seconde, ça aide vraiment beaucoup. »

L'incident a aussi confirmé que notre instruction est utile. « Le cadet Leger a agi calmement et s'est servi de sa formation pour se mettre en lieu sûr cette nuit-là », relate le maj Ken Mayo, instructeur en chef à Cloud Lake. « Elle a gardé son calme

tout au long de l'épreuve et est demeurée dans le secteur où elle se trouvait lorsqu'elle a constaté qu'elle était perdue. La formation que nous offrons à nos cadets est efficace et utile dans des situations réelles. »

Le C/sgt Leger abonde dans le même sens : « L'issue aurait pu être pire, mais ce ne fut pas le cas – tout ceci grâce à la formation que j'ai reçue avant cet exercice. Je recommande fortement ce cours à tous les cadets. »

Le C/sgt Leger et ses parents remercient ceux qui ont participé aux recherches. Ils croient qu'un travail d'équipe exemplaire a permis l'heureux dénouement. « Nul ne saura jamais la joie que j'ai éprouvée lorsqu'ils m'ont retrouvée », relate-t-elle.

Le cadet Leger est demeurée à Cloud Lake pour compléter son cours. Ses parents approuvaient son choix. Deux jours plus tard, son frère cadet participait au cours de formation en éducation physique et loisirs d'une

durée de trois semaines. Comme le dit M^{me} Leger, « la vie reprend son cours ». ❖

– Le capt MacDonald est officier des affaires publiques de la région de l'Atlantique.

« LA PARTIE LA PLUS DIFFICILE DE L'ÉPREUVE A ÉTÉ DE NE PAS ME LAISSER ENVAHIR PAR LA PEUR, SPÉCIALEMENT DURANT LA NUIT. »

« SI VOUS AVEZ FAIM, CONVAINQUEZ-VOUS QUE VOUS N'AVEZ PAS FAIM! TROUVEZ LE MOYEN DE RIRE! PARLEZ AUX ROCHERS, AUX ARBRES... N'IMPORTE QUOI. »



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 2

OCOM M224.02 – IDENTIFIER LES SEPT ENNEMIS DE LA SURVIE

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Copier le document de cours qui se trouve à l'annexe A 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 aux sept ennemis de la survie et de présenter des renseignements généraux.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir identifié les sept ennemis de la survie.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de comprendre les sept ennemis de la survie de façon à ce qu'ils puissent avoir les connaissances pour les combattre et ainsi augmenter leurs chances de survie.

Point d'enseignement 1

Expliquer la psychologie de la survie en milieu sauvage

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

LA PSYCHOLOGIE DE LA SURVIE EN MILIEU SAUVAGE

La recherche a démontré qu'un certain nombre de facteurs influencent la survie. Le stress peut avoir un effet négatif pour toute personne qui se retrouve dans une situation de survie. Parfois le stress vécu dans une

situation de survie peut amener les gens à prendre des décisions qui échappent au bon sens. L'incapacité de prendre des décisions rationnelles a été cause de blessures et de décès parmi les gens rationnels et sensés.

Il est tout naturel pour les gens qui ont été nourris, vêtus et qui ont vécu dans un monde de confort moderne d'avoir peur à essayer de s'occuper de leurs propres besoins de base. Par contre, les humains ont quand même la volonté et l'intelligence de s'adapter à presque tout environnement naturel sur terre. Les gens sont plus forts et plus aptes qu'ils pensent.

La survie est davantage à propos de la qualité de l'esprit et du caractère qu'elle ne l'est à propos de la force physique. Parfois, la personne la plus forte physiquement est la première à abandonner, alors que la plus faible démontre le plus de détermination.

L'exigence psychologique la plus importante relativement à la survie en milieu sauvage est d'admettre la réalité de la situation et de réagir en conséquence.

Il ne faut pas oublier qu'il est impossible d'avoir tout ce qu'on veut, mais on peut avoir tout ce dont on a besoin!



Les chercheurs ont démontré que les enfants s'adaptent souvent plus facilement dans des situations de survie du au fait qu'ils ne sont pas conditionnés à autant de confort. Ils n'ont pas peur de se salir, de se mouiller et de s'amuser en faisant ce qu'ils font.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce que les personnes oublient d'utiliser quand elles sont à bout de nerfs en raison d'être dans une situation de survie?
- Q2. Quelle est l'exigence psychologique la plus importante en matière de survie dans un milieu sauvage?
- Q3. Qu'est-ce qui est le plus important dans une situation de survie, l'esprit et le caractère ou la force physique?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les personnes oublient d'utiliser leur bon sens quand elles sont à bout de nerfs en raison d'être dans une situation de survie.
- R2. L'exigence psychologique la plus importante relativement à la survie en milieu sauvage est d'admettre la réalité de la situation et de réagir en conséquence.
- R3. L'esprit et le caractère sont plus importants que la force physique dans une situation de survie.

Point d'enseignement 2

Identifier et expliquer comment combattre les sept ennemis de la survie

Durée : 20 min

Méthode : Exposé interactif



Inciter les cadets à réfléchir au sujet de ce que les sept ennemis de la survie peuvent être. Au fur et à mesure que les cadets devinent les sept ennemis, revoir les points qui se rapportent à cet ennemi, tels qu'énumérés ci-dessous.

GÉNÉRALITÉS

Chaque personne a fait l'expérience des sept ennemis de la survie – la douleur, le froid, la soif, la faim, la fatigue, l'ennui et la solitude, mais peu de personnes les ont éprouvés au point où leur survie était menacée. Dans une situation de survie, ces sentiments deviennent plus graves et dangereux. Plus un cadet est renseigné sur les sept ennemis de la survie, mieux il est préparé pour pouvoir les combattre, et ainsi augmenter ses chances de survie.

La douleur. La douleur est la façon par laquelle la nature laisse savoir à l'esprit qu'il y a quelque chose qui ne va pas. L'esprit peut reporter la sensation de la douleur, si l'esprit et le corps sont occupés à faire autre chose. Une fois que l'esprit reconnaît la douleur, elle peut affaiblir la volonté de survivre. Cela peut devenir accablant, même si ce n'est pas grave ou prolongé. Rester enthousiaste pour reporter la sensation de douleur.

Le froid. Le froid est une menace plus importante que la plupart des personnes pensent. Le froid diminue la capacité de penser et distrait les personnes au point de seulement penser à se réchauffer. Du fait que le froid ralentit le corps, il est facile de sentir le besoin de dormir. Le froid engourdit l'esprit, le corps et la volonté. Continuer à bouger pour essayer de se réchauffer.

La soif. La soif est un ennemi caché de la survie. Même quand une personne a une légère soif, l'esprit peut devenir sombre. Tout comme la douleur et le froid, si la soif attire l'attention, elle peut diminuer la volonté de survivre. Ne pas oublier de boire de l'eau si elle est disponible et potable. La sensation de soif peut embrouiller l'esprit. Une personne peut devenir déshydratée même quand l'eau est disponible parce qu'elle oublie de boire ou ne se force pas pour boire. Un manque d'eau mène à la déshydratation ainsi qu'aux maux de tête et aux nausées.

La faim. La sensation de faim peut affecter le raisonnement d'une personne. La soif et la faim peuvent augmenter les risques de succomber aux effets du froid, de la douleur et de la peur. Cela est particulièrement vrai après trois jours, quand l'estomac rétrécit et son désir pour la nourriture est réduit.

La fatigue. Même un peu de fatigue peut réduire les aptitudes mentales. Il est facile de devenir paresseux et d'adopter une attitude nonchalante. La fatigue est un des dangers les plus menaçants à la survie en milieu sauvage et peut être responsable pour quelques décès. Bien qu'il existe un réel danger de trop faire d'effort, la fatigue peut résulter d'une sensation d'impuissance ou de frustration. Dormir permet à une personne de s'évader d'une situation qu'elle peut percevoir comme étant trop difficile à gérer.

L'ennui et la solitude. L'ennui et la solitude sont deux des ennemis les plus difficiles de la survie parce qu'ils sont inattendus. Lorsqu'il n'y a rien à faire, les sentiments d'ennui et de solitude peuvent s'infiltrer de façon inaperçue. Essayer de trouver des façons pour rester occupé. Préparer un plan permet à une personne d'être constructive tout en restant occupée. Construire des commodités pour le site ou quelque chose aussi simple que chanter et parler peuvent garder l'esprit d'un cadet occupé.

ACTIVITÉ

Durée : 10 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de familiariser les cadets avec les sept ennemis de la survie.

RESSOURCES

- Des copies de mots croisés qui se trouvent à l'annexe A (une par cadet).
- Des stylos et des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Distribuer une copie des mots croisés à chaque cadet.
2. S'assurer que tous les cadets comprennent comment faire les mots croisés (p. ex. expliquer la différence entre les réponses entrées horizontalement et verticalement).
3. Accorder cinq à sept minutes pour permettre aux cadets de terminer les mots croisés.
4. Corriger les mots croisés en utilisant la feuille de réponses qui se trouve à l'annexe B.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce que les personnes oublient d'utiliser quand elles sont à bout de nerfs en raison d'être dans une situation de survie?
- Q2. Quels sont les sept ennemis de la survie?
- Q3. Pourquoi l'ennui et la solitude sont deux des ennemis les plus difficiles de la survie?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les personnes oublient d'utiliser leur bon sens quand elles sont à bout de nerfs en raison d'être dans une situation de survie.
 - R2. Les sept ennemis de la survie sont la douleur, le froid, la soif, la faim, la fatigue, l'ennui et la solitude.
 - R3. L'ennui et la solitude sont souvent inattendus et ils peuvent s'infiltrer de façon inaperçue.
-

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Être dans le bon esprit peut faire une grande différence sur la façon dont il faut s'adapter dans une situation de survie. Connaître les sept ennemis de survie peut augmenter sensiblement ses chances de les combattre, si l'on se perd.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

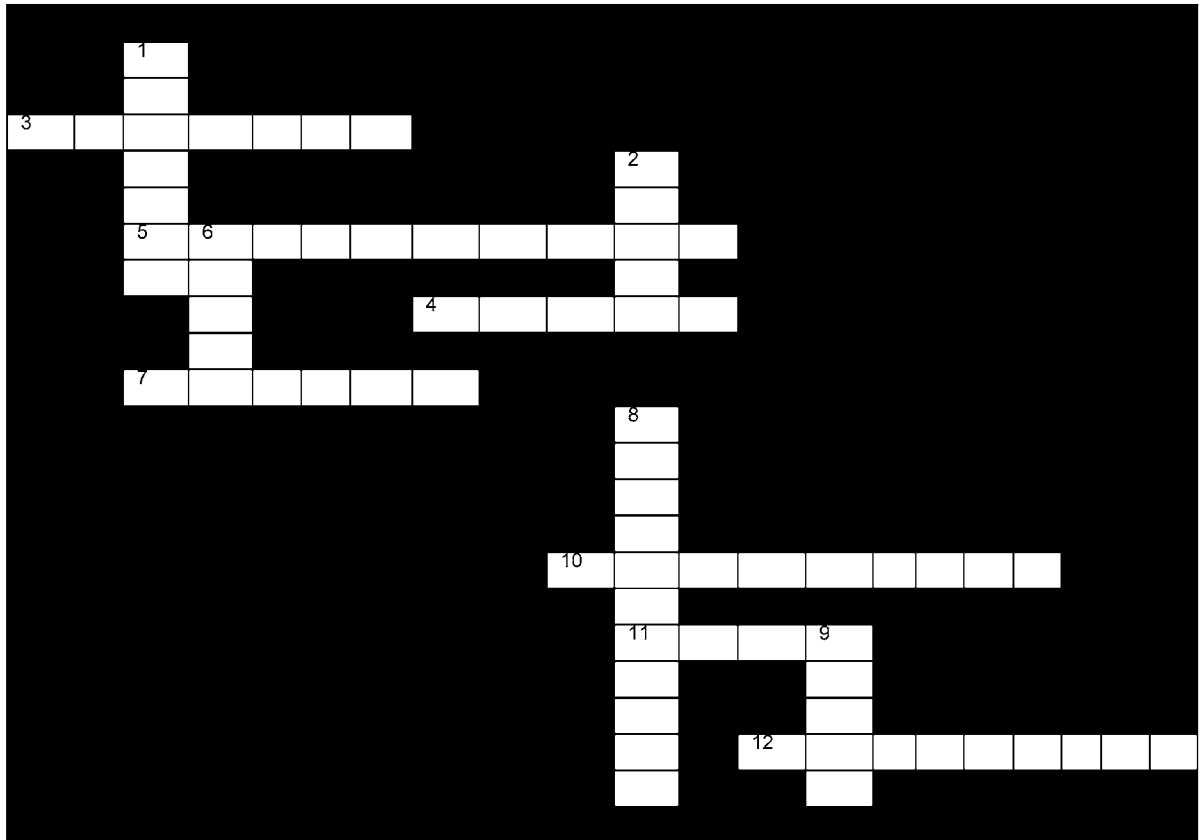
A2-046 B-GA-217-001/PT-001 *La survie sous tous les climats. (n.d.)*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C2-068 (ISBN 0-425-10572-5) Brown, T et Morgan, B. (1983). *Tom Brown's Field Guide to Wilderness Survival*, New York, NY, The Berkley Publishing Group.

C2-069 (ISBN 0-9694132-0-3) Ferri, G. (2000). *The Psychology of Wilderness Survival*, Hanover, ON, Skyway Printing.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

MOTS CROISÉS SUR LES ENNEMIS DE LA SURVIE



HORIZONTALEMENT

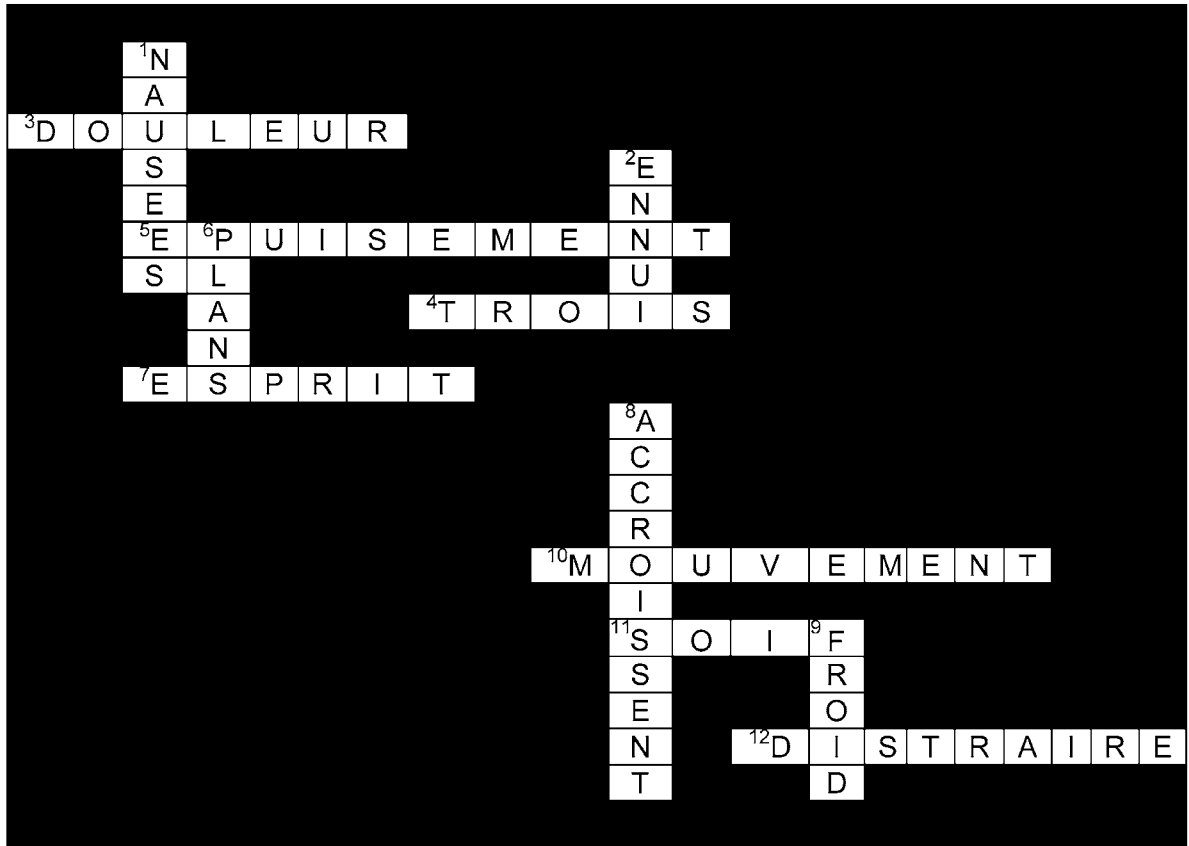
- 3 MOYEN QUE LE CORPS PREND POUR ATTIRER L'ATTENTION SUR UN PROBLÈME.
4 APRÈS _____ JOURS, L'ESTOMAC RÉTRÉCIT.
5 L' _____ PEUT REPRÉSENTER UNE FUITE DEVANT UNE SITUATION QUI EST DEVENUE TROP DIFFICILE.
7 CHANTER ET PARLER SONT DE BONS MOYENS DE GARDER L' _____ OCCUPE.
10 LORSQU'IL FAIT FROID, LE CORPS DOIT ÊTRE EN _____.
11 LA _____ EST L'ENNEMIE CACHÉE DE LA SURVIE.
12 UNE FAÇON DE MASQUER LA DOULEUR EST DE SE _____.

VERTICALEMENT

- 1 LE MANQUE D'EAU PEUT CONDUIRE À LA DÉSHYDRATATION, AUX MAUX DE TÊTE ET AUX _____.
2 POUR COMBATTRE L' _____, IL FAUT S'OCCUPER.
6 FAIRE DES _____ PERMET À QUELQU'UN DE DEMEURER OCCUPÉ.
8 LA SOIF ET LA FAIM _____ LA VULNÉRABILITE AUX EFFETS DÉBILITANTS DU FROID, DE LA DOULEUR ET DE LA PEUR.
9 LE CORPS FONCTIONNE AU RALENTI LORSQU'IL EST _____.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

MOTS CROISÉS SUR LES ENNEMIS DE SURVIE – CLÉ DE CORRECTION



HORIZONTALEMENT

- 3 MOYEN QUE LE CORPS PREND POUR ATTIRER L'ATTENTION SUR UN PROBLÈME.
- 4 APRÈS _____ JOURS, L'ESTOMAC RÉTRÉCIT.
- 5 L' _____ PEUT REPRÉSENTER UNE FUITE DEVANT UNE SITUATION QUI EST DEVENUE TROP DIFFICILE.
- 7 CHANTER ET PARLER SONT DE BONS MOYENS DE GARDER L' _____ OCCUPÉ.
- 10 LORSQU'IL FAIT FROID, LE CORPS DOIT ÊTRE EN _____.
- 11 LA _____ EST L'ENNEMIE CACHÉE DE LA SURVIE.
- 12 UNE FAÇON DE MASQUER LA DOULEUR EST DE SE _____.

VERTICALEMENT

- 1 LE MANQUE D'EAU PEUT CONDUIRE À LA DÉSHYDRATATION, AUX MAUX DE TÊTE ET AUX _____.
- 2 POUR COMBATTRE L' _____, IL FAUT S'OCCUPER.
- 6 FAIRE DES _____ PERMET À QUELQU'UN DE DEMEURER OCCUPÉ.
- 8 LA SOIF ET LA FAIM _____ LA VULNÉRABILITÉ AUX EFFETS DÉBILITANTS DU FROID, DE LA DOULEUR ET DE LA PEUR.
- 9 LE CORPS FONCTIONNE AU RALENTI LORSQU'IL EST _____.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 3

OCOM M224.03 – PRÉDIRE LE TEMPS À L'AIDE DES FORMATIONS DE NUAGES

Durée totale :

30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour présenter les moyens de prédire le temps à l'aide des formations de nuages comme un nouveau sujet et de présenter la matière de base ou des renseignements généraux.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de prédire le temps à l'aide des formations des nuages.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets apprennent comment prédire le temps à l'aide des formations de nuages de façon à pouvoir tenir compte du temps dans leur plan de survie, s'ils se perdent. Le temps joue un rôle important quand il faut choisir la meilleure mesure à prendre lorsqu'on attend l'aide des sauveteurs et pour décider du type d'abri à rechercher ou à construire.

Point d'enseignement 1**Identifier les types de nuages**

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif

TYPES DE LA FORMATION DE NUAGES

Les termes cumulus et stratus sont utilisés dans la plupart des noms de nuage. Dans la plupart des cas, la hauteur du nuage est le préfixe (l'élément au début d'un mot) et le type est le suffixe (l'élément à la fin d'un mot). Discuter des types de formations de nuages.



Les noms de nuage viennent du Latin. Certains mots communs sont :

- cirro = élevé;
- alto = moyen;
- nimbus = pluie;
- cirrus = boucle;
- stratus (comme préfixe) = bas;
- stratus (comme suffixe) = couche; et
- cumulus = amas.

Les nuages sont classés en deux catégories basées sur comment ils sont formés – cumulus et stratus.

Cumulus. Le nuage typique aggloméré, « gonflé » est formé par des courants d'air ascendant. Les nuages cumulus sont l'évidence de conditions d'air instables. Les nuages cumulus sont formés quand des petites zones d'air ascendant refroidissent au point de saturation.

Stratus. Ceux-ci sont d'apparence « dispersée » et en feuilles ou en couches horizontales. Les nuages stratus sont formés quand une couche d'air humide est refroidie sous son point de saturation.



La précipitation provient des nuages nimbus.



L'air froid peut retenir moins d'eau que l'air chaud. Au fur et à mesure qu'une quantité d'air donnée refroidit, l'humidité augmente. Quand l'humidité atteint 100 pour cent, les nuages se forment. Ceci est le point de saturation.

FAMILLES DE NUAGES

Cette section comprend les descriptions des nuages trouvés dans chaque famille et les prévisions météorologiques pour chacune.

Les cadets doivent être capables de décrire l'apparence de chaque nuage. Le temps sera discuté davantage dans le PE2.

Les nuages sont classés dans quatre familles – nuages de l'étage supérieur, nuages de l'étage moyen, les nuages de l'étage inférieur et les nuages à développement vertical.

Nuages de l'étage supérieur

Ces nuages sont très hauts dans le ciel et sont composés de cristaux de glace. Les nuages de l'étage supérieur ont « cirro » comme préfixe. Il y a trois types – cirrus, cirrocumulus et cirrostratus.

Cirrus. Ces nuages se forment en traînées et ressemblent à de la barbe à papa qu'on étire. Ils ressemblent à des traînées de nuage blanchâtres et sont habituellement un indicateur de beau temps.



Figure 1 Cirrus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Cirrostratus. Ces nuages sont des feuilles blanchâtres qui couvrent complètement le ciel. Les nuages cirrostratus sont généralement transparents. Quand ces nuages sont dans le ciel, on peut s'attendre à des précipitations dans un ou deux jours.



Figure 2 Cirrostratus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Cirrocumulus. Ces nuages sont petits, blancs et gonflés. Ils forment une feuille énorme, couvrant le ciel. Quand les nuages cirrocumulus sont dans le ciel, on peut prédire du beau temps.



Figure 3 Cirrocumulus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Nuages de l'étage moyen

Ces nuages sont dans le milieu du ciel et sont composés de cristaux de glace ou de gouttelettes d'eau. Les nuages de l'étage moyen ont « alto » comme préfixe. Il y a deux types principaux – altocumulus et altostratus.

Altocumulus. Ces nuages sont très gros et peuvent être blancs ou gris. Ils se présentent comme une couche ou une série de bancs de masses rondes. On peut voir les nuages altocumulus avant du beau ou du mauvais temps, et ils ont peu de valeur comme indicateur de conditions climatiques futures.



Figure 4 Altocumulus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Altostratus. Ces nuages se présentent comme une feuille grisâtre ou blanchâtre qui couvre complètement le ciel. Le ciel peut vaguement être vu au travers. Les nuages altostratus indiquent l'augmentation d'humidité et habituellement précèdent des précipitations dans les 24 heures ou moins.



Figure 5 Altostratus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Nuages de l'étage inférieur

Ces nuages sont très bas dans le ciel et sont composés de gouttelettes d'eau. Les nuages de l'étage inférieur sont associés avec « stratus ». Il y a trois types – stratus, stratocumulus et nimbostratus.

Stratus. Ces nuages se présentent en feuilles basses, ennuyeuses, grisâtres qui couvrent complètement le ciel (semblables à du brouillard). Pendant la journée, on ne peut pas voir le soleil. Ils peuvent produire de la bruine ou de la pluie très légère ou de la neige. Quand il y a des nuages profonds au-dessus, la pluie ou la neige peut être plus abondante.



Figure 6 Stratus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Stratocumulus. Ceux-ci apparaissent comme des feuilles de gros nuages gonflés blancs ou gris. Les nuages stratocumulus apparaissent souvent en bancs ou rouleaux foncés et sont souvent minces montrant un ciel bleu au travers des coupures. La neige ou les averses de pluie sont possibles et peuvent être abondantes.



Figure 7 Stratocumulus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 87)

Nimbostratus. Ceux-ci apparaissent comme des couches gris foncé de gros nuages, gonflés. Quand ils produisent de la précipitation, elle est en forme de pluie ou de neige constante. La partie inférieure de ce nuage est souvent cachée par la pluie ou la neige qui tombe, qui peut être abondante.



Figure 8 Nimbostratus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 88)

Nuages à développement vertical

Ces nuages peuvent être bas dans le ciel. Quand la température est au-dessus du point de congélation (plus haut que zéro degrés), ils sont composés de gouttelettes d'eau. Quand la température est au-dessous du point de congélation (plus bas que zéro degrés), ils sont composés de cristaux de glace ou des gouttelettes d'eau. Les nuages à développement vertical sont associés avec « cumulus ». Il y a trois types – cumulus, cumulus bourgeonnant et cumulonimbus.

Cumulus. Ces nuages sont de gros nuages gonflés individuels. Ils ressemblent à du chou-fleur ou des balles de coton. Les parties inférieures sont souvent foncées et plates. On peut souvent les voir lors d'une journée

chaude. Quand ces nuages sont dans le ciel, on peut prévoir du beau temps, à moins qu'ils commencent à s'étendre vers le haut.



Figure 9 Cumulus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 88)

Cumulus bourgeonnant. Ces nuages s'accumulent en de hautes masses bourgeonnantes. Ils ont des parties supérieures blanches, gonflées mais des parties inférieures très foncées. Les nuages cumulus bourgeonnants peuvent produire des averses et peuvent se transformer en glace dense ou en orages.



Figure 10 Cumulus bourgeonnants

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 88)

Cumulonimbus. Ces nuages sont très foncés au bas. Ils s'étendent vers le haut dans l'atmosphère et leurs parties supérieures sont aplaties. Quand les nuages cumulonimbus sont dans le ciel, on peut prévoir des orages et des conditions venteuses et pluvieuses.



Figure 11 Cumulonimbus

Brotak, E., Wild About Weather, A Division of Sterling Publishing Co., Inc. (p. 89)



Les nuages longs, étroits blancs laissés en arrière des avions à réaction sont nommés traînées de condensation. Ils sont formés par l'humidité qui sort du moteur et qui se transforme en condensation dans l'air très froid.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les trois nuages trouvés dans la famille des nuages de l'étage supérieur?
- Q2. À quoi ressemble un nuage altocumulus?
- Q3. À quoi ressemble un nuage nimbostratus?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Cirrus, cirrostratus et cirrocumulus.
- R2. Ces nuages sont très gros et peuvent être blancs ou gris. Ils se présentent comme une couche ou une série de bancs de masses rondes.
- R3. Ceux-ci se présentent comme des couches gris foncé de gros nuages, gonflés.

Point d'enseignement 2**Discuter comment prédire le temps prévu à l'aide des nuages**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Être capable de prévoir le temps à l'aide des nuages est un très bon outil en campagne. Discuter des signes que les nuages donnent quand le temps est sur le point de changer.

MAUVAIS TEMPS

Quand les conditions météorologiques sont sur le point de **se détériorer**, on peut apercevoir plusieurs activités touchant les nuages en général. Voici des signes de détérioration du temps :

- Quel que soit le type de formation, les nuages s'épaississent et s'assombrissent, deviennent plus nombreux ou se réunissent, forment des couches ou des amoncellements ou se rapprochent du sol.
- Les nuages se forment en bancs à l'ouest avec les vents provenant du sud.
- Les nuages se déplacent dans toutes les directions ou en sens contraire du vent de surface.
- Les nuages altostratus s'assombrissent et se rapprochent du sol.
- Les nuages altocumulus se déplacent rapidement dans le ciel ou forment des tours le matin.
- Les nuages cumulus se forment le matin et s'amoncellent l'après-midi ou se déplacent du sud ou sud-ouest.



Un halo entoure la lune qui indique que les conditions météorologiques sont sur le point de se détériorer.

BEAU TEMPS

Quand les conditions météorologiques sont sur le point de **s'améliorer**, on peut apercevoir plusieurs activités touchant les nuages en général. Voici des signes d'amélioration du temps :

- La couverture nuageuse s'estompe, de petites parcelles de ciel bleu se montrent.
- Les nuages cumulus se forment dans l'après-midi ou flottent seuls sans s'amonceler.
- Les nuages stratocumulus dérivent avec le vent dominant et restent dispersés.
- Les traînées de condensation laissées par les avions qui volent à haute altitude se dispersent rapidement.
- Le brouillard matinal disparaît avant midi.

LES ORAGES/LES ÉCLAIRS

Les orages. Les orages sont plus fréquents durant la période estivale. Ils se forment par les nuages cumulus, qui s'alimentent de chaleur et d'air humide. Ces nuages se développent rapidement pendant la journée, en raison de la chaleur du soleil. Quand les nuages foncés cumulonimbus commencent à s'approcher, on peut s'attendre à un orage. La grande caractéristique d'un orage est l'éclair.

Les éclairs. L'éclair est une décharge électrique dans l'atmosphère. Quand les nuages cumulus se dilatent, ils développent un champ électrique. Le dessus du nuage, où il y a beaucoup de cristaux de glace, est habituellement positif. La partie inférieure du nuage, remplie de gouttelettes d'eau, est habituellement négative. Le sol a une charge positive. Une charge électrique s'accumule et l'atmosphère produit des éclairs.

Le tonnerre. Le tonnerre est le son que l'éclair fait quand il réchauffe l'air et s'étend rapidement. Puisque le son se déplace plus lentement que la lumière, on peut évaluer à quelle distance un éclair se produit en comptant les secondes entre le moment où on voit l'éclair et qu'on entend le tonnerre. Chaque trois secondes d'intervalle équivaut à environ un kilomètre.



La peur des éclairs se nomme l'*astraphobie*. La peur du tonnerre se nomme la *bronthémophobie*.



Tel que mentionné dans le PE1, on peut également prédire le temps simplement en connaissant le type de nuages dans le ciel. Discuter du temps prévu pour chaque type de nuage.

NUAGES DE L'ÉTAGE SUPÉRIEUR

Cirrus	Habituellement un indicateur de beau temps.
Cirrocumulus	Prévoir des précipitations dans un ou deux jours.
Cirrostratus	Prédire du beau temps.
NUAGES DE L'ÉTAGE MOYEN	
Alto cumulus	Normalement vu avant le beau ou le mauvais temps. Ils ont peu de valeur comme indicateur de conditions climatiques futures.
Altostratus	Prévoir des précipitations dans les 24 heures ou moins.
NUAGES DE L'ÉTAGE INFÉRIEUR	
Stratus	Prévoir de la bruine, de la pluie légère ou de la neige.
Stratocumulus	La neige ou les averses sont possibles et peuvent être abondantes.
Nimbostratus	Prévoir de la pluie ou de la neige.
NUAGES À DÉVELOPPEMENT VERTICAL	
Cumulus	Prévoir du beau temps, à moins qu'ils commencent à s'étendre vers le haut.
Towering Cumulus	Prévoir des averses. Peuvent développer en glace dense ou des orages.
Cumulonimbus	Prévoir des orages et des conditions d'averses de pluie.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les signes les plus communs du temps qui est sur le point de se détériorer?
- Q2. Quels sont les deux nuages de l'étage moyen et quel temps on peut prévoir quand on les voit dans le ciel?
- Q3. Qu'est-ce que les éclairs?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Voici des signes de détérioration du temps :

- Quel que soit le type de formation, les nuages s'épaississent et s'assombrissent, deviennent plus nombreux ou se réunissent, forment des couches ou des amoncellements ou se rapprochent du sol.
- Les nuages se forment en bancs à l'ouest avec les vents provenant du sud.
- Les nuages se déplacent dans toutes les directions ou en sens contraire du vent de surface.
- Les nuages altostratus s'assombrissent et se rapprochent du sol.
- Les nuages altocumulus se déplacent rapidement dans le ciel ou forment des tours le matin.
- Les nuages cumulus se forment le matin et s'amoncellent l'après-midi ou se déplacent du sud ou sud-ouest.

R2.

NUAGES DE L'ÉTAGE MOYEN	
Altocumulus	Normalement vu avant le beau ou le mauvais temps. Ils ont peu de valeur comme indicateur de conditions climatiques futures.
Altostratus	Prévoir des précipitations dans les 24 heures ou moins.

R3. L'éclair est une décharge électrique dans l'atmosphère. Quand les nuages cumulus se dilatent, ils développent un champ électrique. Le dessus du nuage, où il y a beaucoup de cristaux de glace, est habituellement positif. La partie inférieure du nuage, remplie de gouttelettes d'eau, est habituellement négative. Le sol a une charge relativement positive. Une charge électrique s'accumule et l'atmosphère produit des éclairs.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les trois nuages de l'étape supérieur, y compris leur description et prévision du temps?
- Q2. Quels sont les trois nuages de l'étape inférieur, y compris leur description et prévision du temps?
- Q3. Quels sont les signes les plus communs du temps qui est sur le point de s'améliorer?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les nuages de l'étage supérieur, y compris :

- **Cirrus.** Ces nuages se forment en traînées et ressemblent à de la barbe à papa qu'on étire. Ils ont des traînées de nuage blanchâtres et sont habituellement un indicateur de beau temps.
- **Cirrostratus.** Ces nuages sont des feuilles blanchâtres qui couvrent complètement le ciel. Ils sont généralement transparents. Quand ces nuages sont dans le ciel, on peut s'attendre à des précipitations dans un ou deux jours.
- **Cirrocumulus.** Ces nuages sont petits, blancs et gonflés. Ils forment une feuille énorme, couvrant le ciel. Quand ces nuages sont dans le ciel, on peut prédire du beau temps.

R2. Les nuages de l'étage inférieur, y compris :

- **Stratus.** Ces nuages sont des feuilles basses, ennuyeuses, grisâtres qui couvrent complètement le ciel (semblables à du brouillard). Pendant la journée, on ne peut pas voir le soleil. Ils peuvent produire de la bruine ou de la pluie très légère ou de la neige. Quand il y a des nuages profonds au-dessus, la pluie ou la neige peut être plus abondante.
- **Stratocumulus.** Ceux-ci sont des feuilles de nuages gros gonflés blancs ou gris. Ils se présentent souvent en bancs ou rouleaux foncés et sont souvent minces montrant un ciel bleu au travers des coupures. La neige ou les averses de pluie sont possibles et peuvent être abondantes.
- **Nimbostratus.** Ils sont formés de couches gris foncé de gros nuages, gonflés. Quand ils produisent de la précipitation, elle est en forme de pluie ou de neige constante. La partie inférieure de ce nuage est souvent cachée par la pluie ou la neige qui tombe, qui peut être abondante.

R3. Voici des signes d'amélioration du temps :

- La couverture nuageuse s'estompe, de petites parcelles de ciel bleu se montrent.
- Les nuages cumulus se forment dans l'après-midi ou flottent seuls sans s'amonceler.
- Les nuages stratocumulus dérivent avec le vent dominant et restent dispersés.
- Les traînées de condensation laissées par les avions qui volent à haute altitude se dispersent rapidement.
- Le brouillard matinal disparaît avant midi.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Être capable d'utiliser les nuages pour prédire le temps est un outil important dans une situation de survie et en campagne. Le temps est un aspect important de planification dans toute situation de survie en ce qui a trait au type d'abri sélectionné et le meilleur plan d'action à prendre.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A0-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad 3. (2000). *Livre de référence des Cadets royaux de l'Armée canadienne*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

A2-045 A-CR-CCP-263/PT-001/(ISBN 0-9680390-5-7) MacDonald, A.F. & Peppler, I.L. (2000). *Entre ciel et terre. Édition du millénaire*, Ottawa, ON, Aviation Publishers Co. Limited.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpackers Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-072 (ISBN 1-57990-468-8) Brotak, E. (2004). *Wild About Weather*, New York, NY, Lark Books, A Division of Sterling Publishing Co., Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 4

OCOM M224.04 – IDENTIFIER LES ABRIS D'URGENCE

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Rechercher ou construire des abris pour les PE2 et PE3. Il est essentiel que les cadets aient des exemples visuels de chaque abri. Toutefois, il faut savoir que les différences de terrain peuvent limiter la capacité de localiser les abris mentionnés.



La définition de sous le vent est au côté ou vers le côté abrité du vent (p. ex. si le vent souffle contre le devant d'une voiture, le côté sous le vent serait l'arrière de la voiture.)

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 afin de présenter les facteurs à considérer lors de l'identification des abris d'urgence comme un nouveau sujet et de présenter la matière de base ou des renseignements généraux.

Une activité pratique a été choisie pour le PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive qui permet aux cadets de chercher des abris d'urgence dans un milieu naturel.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de la leçon précédente M224.01 (chapitre 13, section 1).

QUESTIONS

- Q1. Que signifie l'acronyme S.T.O.P.?
- Q2. Quels sont les cinq éléments de survie?
- Q3. Quel est le deuxième élément de survie quand vous vous rendez compte que vous êtes perdu?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Stopper, Traiter, Observer et Planifier.
- R2. L'attitude, un abri, de l'eau, du feu et des vivres.
- R3. Un abri.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les abris d'urgence qui sont naturels ou improvisés et s'assurer que l'emplacement qu'il a choisi lui procure du confort pendant toute la durée de son séjour.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'identifier un abri ou de construire un abri d'urgence parce qu'un abri est identifié comme un des éléments de survie. La construction d'un abri est le deuxième élément de survie qui doit être complété une fois que les cadets savent qu'ils sont perdus.

Point d'enseignement 1

Expliquer les facteurs à considérer lors du choix d'un site pour un abri d'urgence

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Le secteur d'instruction pour cette leçon doit satisfaire aux facteurs de choix du site tels que décrits dans le PE1.

Les cadets doivent être en mesure d'identifier un type d'abri à la fin de cette leçon. Débuter ce PE en présentant une mise en situation aux cadets où ils se sont perdus en campagne et ils ne leur restent que quelques heures de lumière du jour.

Un abri est leur première préoccupation. L'endroit choisi pour démontrer le choix d'un site devrait rencontrer la plupart sinon tous les facteurs du choix d'un emplacement. Poser des questions aux cadets en leur demandant ce qu'ils pensent actuellement de l'emplacement. Ces questions devraient les faire réfléchir sur les facteurs dont ils doivent tenir compte dans le choix d'un site.

Continuer cette leçon en identifiant le reste des facteurs et des éléments tels que décrits dans le PE1.

Pendant les mois d'été, le besoin d'un abri n'est pas toujours une grande préoccupation, toutefois il devrait l'être. Même en hiver, un survivant peut être tenté de faire un feu la première nuit 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, avant le feu. Un abri procure de la protection contre les éléments, tout particulièrement contre le vent et la précipitation. Les abris améliorent le moral et les chances de survie en procurant du confort, de la sécurité et un sens d'accomplissement.

LES FACTEURS CONCERNANT LE TERRAIN

Il y a plusieurs facteurs sur lesquels il faut se pencher lorsqu'on choisit un site. Les endroits pour construire un abri doivent satisfaire à certains critères, pour éviter d'être réveillé pendant la nuit en raison d'un problème d'omission.

Choisir un endroit qui est assez grand pour l'abri planifié. Les sites possibles qui sont parfaits dans leur forme naturelle peuvent être trop petits pour accommoder la taille d'une personne. S'assurer que le site choisi peut facilement, tout en tenant compte de la situation, convenir à une personne pour la durée de la situation de survie.

Choisir un endroit qui est élevé et permet un bon drainage. Un site doit permettre de garder les pieds au sec et un drainage pour les averses ultérieures. S'éloigner des rivières ou des lacs qui peuvent inonder après une averse de pluie.

Identifier les endroits abrités qui protègent contre le vent, de la pluie et du soleil. On peut chercher un abri contre le vent, la pluie et le soleil près des rochers, des versants, des arbres ou de toute autre source disponible. En été, une petite brise réduit le nombre d'insectes et peut garder quelqu'un au frais pendant les journées chaudes. Pendant l'hiver, un abri protège le corps des éléments 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 tourbillonne par-dessus et tombe à l'intérieur. Si l'entrée est orientée face au vent, la fumée et les cendres du feu entre dans l'abri. Orienter l'arrière de l'abri vers le vent (voir à la figure 6).

LES FACTEURS CONCERNANT L'EMPLACEMENT

La proximité d'une source d'eau qui fournit de l'eau potable et des aliments de la pêche. 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 offrir un endroit pour la pêche qui peut fournir des aliments.

La proximité d'une source de combustible pour faire un feu pendant les temps froids. Placer un abri près d'une source de combustible réduit la quantité d'énergie nécessaire pour recueillir assez de combustible pour le feu.

La proximité du matériel de construction. Bien que l'abri soit un abri d'urgence, il y a toujours un besoin pour faire ce qui est naturel plus supportable. Placer l'abri près des matériaux de construction réduit la quantité d'énergie nécessaire pour bâtir et fixer l'abri.

La proximité des sentiers d'animaux ou des trous. 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.

Choisir des endroits qui sont près ou peuvent être vus par un aéronef du haut des airs. Lorsqu'on est perdu dans un milieu sauvage, il est important de se rappeler qu'il faut établir contact avec l'équipe de recherche et des sauveteurs ou d'attirer leur attention. Rester dans un site qui est facilement visible du haut des airs augmente les chances d'être secouru.

Estimer le temps requis pour construire un abri avant la tombée de la nuit. 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.

L'entrée doit être à l'abri du vent et de préférence dans la direction du soleil. Situer l'abri de façon à ce que le vent dominant souffle à l'arrière aidera à assurer que l'occupant pourra conserver la chaleur à l'intérieur. Orienter l'entrée, si possible, vers le soleil pour laisser entrer les rayons du soleil dans l'abri. Cela procure de la chaleur à l'occupant.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quels sont trois facteurs concernant le terrain dont il faut tenir compte lors du choix d'un site d'abri?
- Q2. Quels sont trois facteurs concernant l'emplacement du site dont il faut tenir compte?
- Q3. Vers quelle direction l'entrée d'un abri devrait-elle être orientée?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Choisir un endroit qui est assez grand et élevé pour l'abri planifié, et qui permet un bon drainage et aide à protéger contre le vent, la pluie et le soleil.
- R2. L'emplacement doit être à proximité d'une source d'eau qui fournit de l'eau potable et des aliments de la pêche. Elle doit aussi être près des matériaux de construction mais loin des sentiers ou des trous d'animaux.
- R3. L'entrée doit faire face au côté sous le vent (protégé du vent).

Point d'enseignement 2

Identifier les types d'abris naturels

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Diriger une visite d'abris réels. Des exemples aident à illustrer à quoi chaque abri ressemble et à donner aux cadets des indices sur le but de chaque abri.

Demander aux cadets d'inspecter chaque type d'abri.

CREUX SOUS UN ARBRE

Un creux sous un arbre est un bon abri naturel qui peut être utilisé à la hâte, quand il n'y a que peu de temps à construire quelque chose de plus permanent. On le trouve souvent sous un arbre, tout particulièrement un grand conifère. Les branches les plus basses qui pendent au-dessus du creux de l'arbre peuvent former une sorte de toit pour bloquer le vent et la pluie.



Figure 1 Un creux sous un arbre

Berger, K., *Backpacking and Hiking*, DK Publishing, Inc. (p. 203)

CAVERNE

Une caverne est un abri idéal parce qu'elle offre un toit, une température constante et est solide.

Les cavernes se trouvent le long des falaises ou le long des lignes de côte, tout particulièrement si les niveaux d'eau se sont retirés; toutefois, ces cavernes ont probablement été formées par le mouvement des vagues. Faire attention à la marée haute.

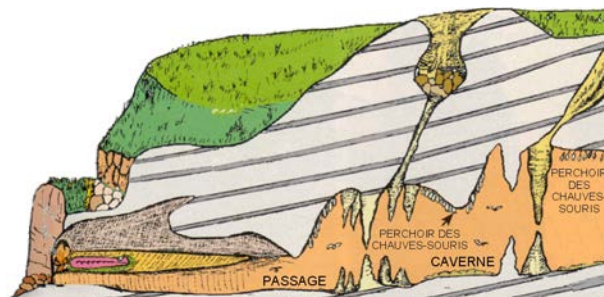


Figure 2 Caverne

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 409)

ABRI DE RACINES

Un abri de racines donne une bonne séparation du vent avec un peu de préparation. Il faut être prudent parce que l'eau a tendance à se concentrer à la base des racines pendant une chute de pluie. Les racines servent de structure pour l'abri et sont situées à la base d'un arbre tombé. Ajouter des branches supplémentaires ou des rameaux comme coupe-vent et creuser dans le sol pour améliorer l'abri.



Figure 3 Un abri de racines

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 397)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

L'inspection des abris naturels par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3**Identifier les types d'abris improvisés**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Diriger une visite des abris réels. Des exemples aident à illustrer à quoi chaque abri ressemble et à donner aux cadets des indices sur le but de chaque abri.

Demander aux cadets d'inspecter chaque type d'abri.

Un abri improvisé est construit de substances disponibles, avec peu de préparation. Le type d'abri qu'on construit dépend des conditions météorologiques locales, les matériaux disponibles et pour combien de temps l'abri est nécessaire.

ABRI FAIT D'UN ARBRE COUCHÉ

Un abri utilise un arbre tombé naturellement. Avec un peu de préparation, cet abri procure une bonne couverture 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.



Figure 4 Un abri fait d'un arbre couché

Wiseman, J., *The SAS Survival Handbook*, HarperCollins Publishers (p. 245)

TRONC TOMBÉ

Un rondin ou un tronc d'arbre tombé fait un coupe-vent utile en lui-même s'il est contre le vent. Cet abri peut être préparé rapidement comme abri temporaire, quand le temps de construction est limité; toutefois, on peut le développer en un abri plus permanent avec une préparation supplémentaire.

Si le tronc est petit faire un creux dans le sol pour augmenter la taille de l'abri. Le creux doit être à l'opposé du vent (au côté sous le vent). Un rondin peut aussi faire un excellent soutien pour un toit en appentis de rameaux.

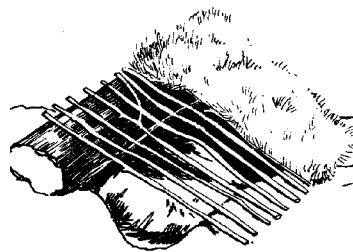


Figure 5 Un tronc tombé

Wiseman, J., *The SAS Survival Handbook*, HarperCollins Publishers (p. 245)

APPENTIS

L'appentis est l'un des abris les plus pratiques et polyvalents. On peut facilement l'assembler et on peut le construire à l'aide d'une structure de soutien de deux arbres et de quelques bâtons.

Cet abri est construit en érigeant une traverse horizontale entre les arbres. Au côté orienté face au vent, incliner les bâtons ou les branches à un angle de 45 degrés pour faire un toit, et couvrir le toit avec des rameaux pour le rendre à l'épreuve du vent et de l'eau. Au besoin, ajouter des bâtons entrecroisés au toit pour fournir un soutien pour les objets qui couvrent le toit. Si on utilise des branches, s'assurer qu'elles sont disposées à l'envers pour laisser la pluie s'écouler. On peut ajouter des parois au besoin.

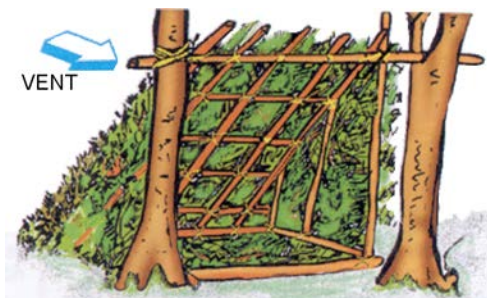


Figure 6 Un appentis

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 457)

CAVERNE DE NEIGE

Une caverne de neige est faite d'amoncellements de neige et fournit un abri pour une ou deux nuits.

Pour construire une caverne de neige, creuser dans un grand amoncellement de neige ferme, faire un trou pour l'entrée au côté bas de l'amoncellement et creuser à partir de l'entrée pour sculpter un espace de couchage.

Bloquer le trou d'entrée avec de la neige et percer des trous de ventilation dans le plafond pour procurer beaucoup d'air frais.



Figure 7 Caverne de neige

Berger, K., Backpacking and Hiking, DK Publishing, Inc. (p. 203)

TIPI

Le tipi a été développé par les nomades, il peut servir comme un abri plus permanent.

Le tipi est formé d'une série de poteaux inclinés vers l'intérieur pour s'appuyer les uns contre les autres. Les poteaux inclinés peuvent être couverts de matériaux pour procurer un coupe-vent ou faits complètement de poteaux. Selon les matériaux à portée de la main, ils peuvent être construits rapidement.

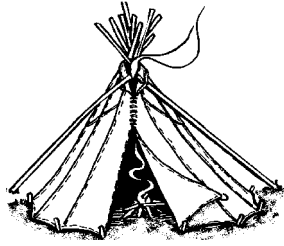


Figure 8 Tipi

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 105)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

L'inspection des abris improvisés par les cadets servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 4

Localiser les sites d'abris naturels ou improvisés

Durée : 20 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de rechercher des endroits d'abris naturels ou improvisés.

RESSOURCES

S.O.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Établir des limites pour permettre aux cadets d'explorer.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Diviser les cadets en groupes de trois ou quatre personnes.
- Demander aux cadets de rechercher des abris naturels et des emplacements d'abri.
- Les cadets ont 15 minutes pour identifier un abri naturel ou un emplacement d'abri improvisé.
- Confirmer que chaque groupe a identifié un abri approprié ou un emplacement d'abri.

MESURES DE SÉCURITÉ

Le secteur choisi pour diriger cette activité sera délimité de sorte que les cadets ne s'écartent pas des lieux à la recherche d'abris naturels et pour le montage d'abris improvisés. Un secteur plus grand peut être utilisé si une supervision supplémentaire est fournie.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Tout cadet qui est perdu peut trouver un abri naturel ou construire un abri rapidement. Se rappeler que trouver un abri est le deuxième élément de survie.

Un cadet dans une situation de survie a maintenant les connaissances pour trouver un abri et prolonger la vie pendant qu'il attend du secours.

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, ON, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-265314-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 5

OCOM M224.05 – PRÉPARER, ALLUMER, ENTRETENIR ET ÉTEINDRE UN FEU

Durée totale :

90 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Avant cette leçon, choisir un emplacement pour construire un feu et construire les feux suivants :

- un feu en forme de tipi;
- un feu en rectangle; et
- un feu en forme de pyramide et entrecroisé.

Fournir des exemples de types de combustible comme matériel d'instruction.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin de présenter les mesures de sécurité en cas d'incendie pour la préparation, l'allumage, l'entretien et l'extinction d'un feu.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer ou de démontrer la préparation, l'allumage, l'entretien et l'extinction d'un feu.

Une activité pratique a été choisie pour le PE4 parce qu'il s'agit d'une façon interactive de présenter aux cadets la préparation, l'allumage, l'entretien et l'extinction d'un feu, tout en permettant aux cadets d'en faire l'expérience dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets doivent être en mesure de préparer, d'allumer, d'entretenir et d'éteindre un feu.

IMPORTANTANCE

Il est important pour les cadets de préparer, allumer, entretenir et éteindre les feux, car comme un des éléments de survie le feu procure de la chaleur, un moyen de cuire la nourriture et peut être un signal pour les sauveteurs si le cadet se perd.

Point d'enseignement 1

Discuter des mesures de sécurité en cas d'incendie et les étapes à suivre pour allumer un feu

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



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.

Certains cadets peuvent avoir déjà eu de l'expérience dans l'allumage d'un feu avec d'autres organisations.

Porter une attention particulière à toute personne qui peut démontrer de mauvaises habitudes quand il est question de feu et travailler à corriger leurs mauvaises habitudes.

La sécurité est des plus importante pour allumer un feu. S'assurer que le matériel d'incendie et de secours est disponible quand on allume des feux.

Le feu a un impact important, psychologique et positif sur une personne dans une situation de survie. Le feu est l'outil de survie le plus important après la connaissance personnelle en milieu sauvage et est le quatrième élément de survie.

L'allumage des feux en milieu sauvage exige d'être responsable. Avant de se préparer à allumer un feu, soit en situation de survie ou au cours d'un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine, il faut tenir compte des conditions de l'environnement. Vérifier avec les autorités appropriées pour obtenir et réviser les règlements relatifs aux feux et les restrictions visant la zone d'instruction.

INDICE FORÊT-MÉTÉO



Avant de donner 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. Les feux en plein air sont des feux qui ne sont pas contenus dans une structure ou une enceinte qui assure que le feu ne pourra se répandre (p. ex. un baril ou un 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 basé uniquement sur des observations météorologiques. Vérifier avec le bureau d'administration du parc sur les règles et règlements quand on prévoit allumer des feux à l'intérieur des limites du parc.

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 (illustré ci-dessous) 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

Figure 1 L'indice d'incendie

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

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 sont souvent requis pour contenir l'incendie (camions-citernes à eau et avions).

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 le soutien des avions.

Extrême. L'environnement est très sec et les possibilités de feu sont extrêmes. Ces feux se propagent rapidement, de forte intensité et très difficiles à contrôler.



Informez les cadets qu'ils peuvent réviser cette information eux-mêmes en regardant la MCEDIF sur l'Internet pour leur région, au site <https://www.nofc1.cfsnet.nfis.org/mapserver/cwfis/index.phtml>

MAINTENIR UN EMPLACEMENT DE FEU SÉCURITAIRE

Avant de commencer un feu, il faut suivre quelques directives simples. S'assurer que le matériel d'incendie et de secours est disponible avant d'allumer le feu.

Pelle. Une pelle fournit un moyen d'étouffer le feu. Pelleter de la terre, du gravier ou du sable sur un feu réduit l'oxygène, par conséquent l'extinction du feu.

Râteau. Un râteau permet de disperser la braise du feu. On peut aussi utiliser un râteau pour ramasser la terre, le gravier ou le sable sur le feu pour l'étouffer.

Seau rempli d'eau ou de sable. On peut, sur le coup, lancer un seau d'eau ou du sable sur un feu s'il commence à devenir hors de contrôle. On peut aussi remplir de nouveau le seau autant de fois que cela 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 bâtir un feu, penser à l'emplacement. Il doit être placé pour obtenir 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 doit être libre de broussailles et de branches pendant au-dessus.

- Tout matériel combustible doit être enlevé de l'emplacement du feu.
- L'emplacement doit être situé entre quatre à six pieds de l'entrée de l'abri.

PRÉPARER UN COUPE-FEU

Un foyer est une barrière sécuritaire qui contient un feu à l'intérieur de ses limites et conserve la chaleur. En conservant la chaleur, on réduit la capacité du feu à se propager à l'extérieur de la barrière.

Avant de construire un foyer, il faut déterminer la grandeur du feu. Un petit feu est beaucoup plus facile à contrôler et il économise aussi le combustible. Si le foyer et les parois sont creusés correctement, il peut produire autant de chaleur qu'un grand feu. Le foyer a besoin d'être préparé soigneusement. Choisir un emplacement qui satisfait aux facteurs relatifs au feu et à l'endroit.

Foyer circulaire

Un foyer circulaire peut se faire avec des roches. On doit utiliser des roches de petite taille; toutefois, elles doivent quand même pouvoir contenir un petit feu. Placer les roches côte à côte dans un cercle pour compléter le rond. Le rond contient le feu. On ne doit pas utiliser des roches imbibées d'eau parce que l'humidité contenue à l'intérieur des roches prend du volume et fait exploser les roches avec une force énorme.



Figure 2 Foyer circulaire

A-CR-CCP-107/PT-001, Manuel des Cadets royaux de l'Armée canadienne, Plan de cours – Programme d'instruction, Initiation pratique à l'entraînement d'hiver (p. 3-20)

Foyer creusé

On peut bâtir un feu dans un foyer creusé s'il n'y a pas de roches à proximité. Un foyer creusé est un trou en forme de cuvette avec des côtés légèrement inclinés, d'une profondeur de six à douze pouces, selon la largeur du feu. Cette cavité entoure le feu, et regroupe ses charbons vers le centre pour les aider à brûler plus longtemps et avec plus de chaleur. Faire attention de ne pas faire le foyer trop creux, sinon la chaleur ne rejoindra peut être pas la personne qui bâtit le feu.



Figure 3 Foyer creusé

Brown, T., et Morgan, B., Tom Brown's Field Guide: Wilderness Survival, The Berkley Publishing Group (p. 62)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Qu'indiquent les couleurs de la MCEDIF?
- Q2. Quels sont les facteurs dont il faut tenir compte lors du choix d'un emplacement de feu sécuritaire?
- Q3. Comment peut-on construire un coupe-feu?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les couleurs de la MCEDIF indiquent les éléments suivants :
- Bleu – Faible;
 - Vert – Modéré;
 - Jaune – Élevé;
 - Orange – Très élevé; et
 - Rouge – Extrême.
- R2. Un emplacement de feu doit être :
- élevé et sec;
 - dans une zone qui est à l'abri des endroits exposés au vent pour réduire les flambées;
 - libre de broussailles et de branches pendant au-dessus;
 - à l'écart de tous les matériaux combustibles; et et
 - situé entre quatre à six pieds de l'entrée de l'abri.
- R3. On peut bâtir un coupe-feu en faisant un foyer.

Point d'enseignement 2**Identifier les caractéristiques du feu**

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Discuter du triangle de feu expliquant les trois éléments et l'effet que ces éléments ont sur un feu si l'un d'eux est enlevé.

Un feu peut faire la différence entre vivre ou mourir. Il réchauffe non seulement la nourriture pour la cuisson mais aussi une personne pour la garder au chaud. Pour que le corps produise de la chaleur, il doit brûler des calories. La chaleur du feu réduit le fardeau du corps à produire de la chaleur.

Le feu a beaucoup d'avantages pour un cadet en campagne. Il peut sécher des vêtements, procurer du confort et faire peur aux animaux dangereux. Sa fumée éloigne aussi les moustiques et les rongeurs.

LE TRIANGLE DE FEU

Le feu est une réaction chimique par laquelle l'énergie produite se transforme en chaleur. Quand les combustibles de la forêt brûlent, il y a une combinaison chimique entre l'air (l'oxygène), le combustible (bois) et la chaleur qui fait en sorte qu'un feu se produise. Les côtés du triangle de feu représentent l'air, la chaleur et le combustible. Si on enlève un de ces côtés, le triangle de feu s'écroule et le feu s'éteint.



Pour qu'un feu ait lieu, il doit y avoir les éléments suivants :

- l'air (oxygène);
- le combustible à brûler; et
- la chaleur pour commencer et continuer le processus de combustion.

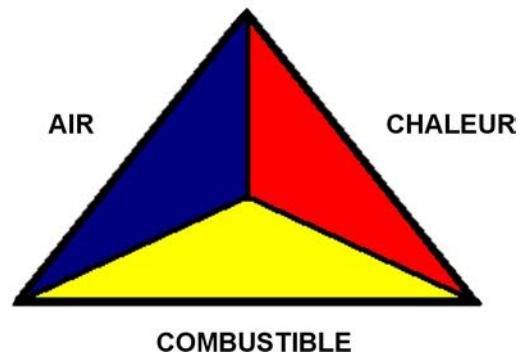


Figure 4 Triangle de feu

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

TYPES DE COMBUSTIBLE

Le feu nécessite du combustible pour brûler. Lors de la préparation pour allumer un feu, il est important de trouver assez de combustible pour alimenter le feu pendant une période de temps déterminée. Lors du choix du combustible, il y a une règle clé – il doit être sec.

Le bois le plus sec se trouve dans des endroits élevés, loin des sources d'eau et sur les versants sud exposés à découvert au soleil. Éviter de ramasser du matériel pour allumer un feu provenant du sol, car il peut être très humide – tout particulièrement par temps humide. Rassembler de la végétation sèche, morte des arbres et des plantes. Il faut s'assurer de collecter assez de combustible pour maintenir le feu pour la durée nécessaire.

Amadou. L'amadou correspond à tout type de matériel qui prend peu de chaleur à allumer. Le bon amadou a besoin seulement d'une étincelle pour s'allumer. L'amadou peut être :

- les excréments de chauve-souris;
- l'écorce de bouleau;
- la peluche de coton;
- les champignons séchés;
- les herbes sèches;
- la peluche provenant de la machine à sécher le linge;
- les copeaux de bois fins;
- les aiguilles de pin;
- l'intérieur d'un nid d'oiseau; et
- le papier ciré.



Le matériel utilisé comme amadou doit être sec.

C'est toujours une bonne idée de transporter de l'amadou dans un contenant imperméable lors d'un exercice en campagne.

Petit bois. Le petit bois est le prochain type de combustible requis pour faire lever les flammes de l'amadou pour que les matériaux plus gros et moins combustibles puissent s'enflammer. Le meilleur petit bois comprend de petites brindilles ou des copeaux qui varient de l'épaisseur d'une mine de crayon à celle d'un crayon. Les bois plus mous sont préférables parce qu'ils s'enflamment rapidement.

Si le temps est pluvieux ou si s'il est difficile de partir un feu, on peut faire des « plumeaux de bois » (voir la figure 5). Les plumeaux de bois augmentent les chances que le combustible prenne en feu parce qu'ils sont plus minces.

Suivre les étapes ci-dessous pour faire un plumeau de bois.

- Trouver un petit bâton sec.
- Couper des rabotures partielles laissant la raboture attachée au bâton.
- Raser en utilisant de petites coupures minces.



Figure 5 Plumeaux de bois

A-CR-CCP-107/PT-001 (p. 3-20)

Combustible de bois. Le combustible de bois est plus épais et plus long que le petit bois—d'un diamètre de la taille d'un stylo à celle d'un poignet. Ce bois permet au cadet de bâtir un feu ardent pour être capable en bout de ligne de brûler du gros bois de feu.

Gros bois de feu. Le gros bois de feu est un combustible trop gros à fendre qu'on ajoute au feu seulement après que le feu brûle bien. Il n'est pas nécessaire que ce bois soit sec. Au moment où le petit bois et le combustible de bois brûlent bien, le feu devrait être assez chaud pour brûler même le bois vert et humide.

TYPES DE FEU



À l'aide d'un des feux construits, expliquer aux cadets le type de combustible qui est requis. Étaler les matériaux pour montrer l'amadou, le petit bois, le combustible de bois et le gros bois de feu.

Énumérer ce qui peut être utilisé comme amadou. Il est tout particulièrement important d'être capable de trouver de l'amadou sec dans un environnement humide.

Le feu a plusieurs différentes formes de structures. Quand on prépare un feu, le construire à partir du sol en montant, en laissant de l'espace pour laisser l'air entrer. Ne pas le bâtir trop serré en laissant de l'espace entre les bâtons et le bois, lui permettant de brûler librement.

Feu en forme de tipi. C'est une des configurations les plus pratiques pour un feu; elle est faite avec du petit bois placé sur ses extrémités pour former un tipi. Ce feu s'allume facilement, brûle efficacement et dégage une quantité considérable de chaleur et de lumière. En plus, la plupart de la fumée et des étincelles montent tout droit. Les parois inclinées et les hautes flammes qui en résultent aident le feu à brûler même dans la pluie et les tempêtes de neige.

Suivre ces étapes pour faire un feu en forme de tipi :

1. Revêtir le sol ou le foyer avec de l'écorce séchée ou des brins d'herbe pour empêcher l'humidité de s'imbiber dans le combustible.
2. Faire un petit cône avec le petit bois en érigeant les plus petits bâtons les uns contre les autres, en forme de tipi.
3. Laisser assez d'espace entre les brindilles pour que l'air passe et laisser une ouverture pour étaler le petit bois à l'intérieur.
4. Placer l'ouverture vers le vent pour aider à faire passer les flammes entre le combustible vers le haut.
5. À mesure que le feu s'allume, ajouter des bâtons plus épais jusqu'à ce que le feu puisse continuer à brûler de lui-même pendant de courtes périodes.

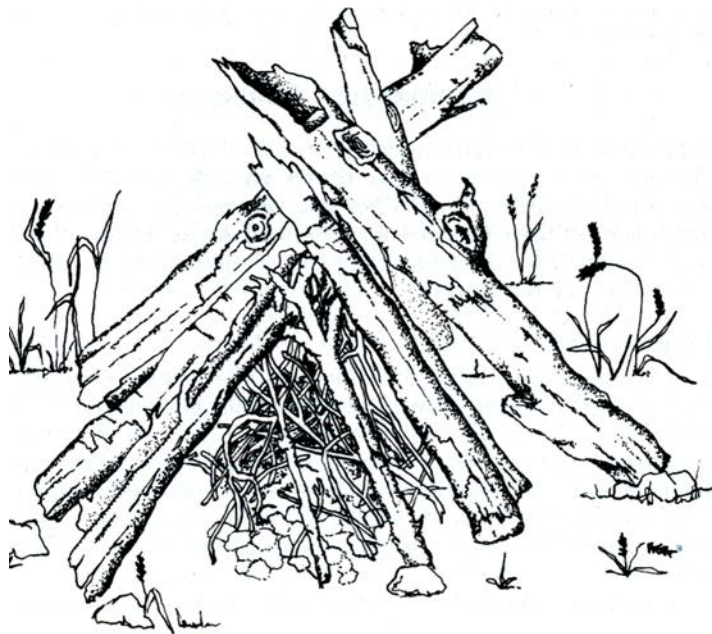


Figure 6 Un feu en forme de tipi

Brown, T., et Morgan, B., Tom Brown's Field Guide: Wilderness Survival, The Berkley Publishing Group (p. 65)

Feu en rectangle. Ce feu est idéal si un lit de charbons chauds pour la cuisson est nécessaire. Une fois allumée, la structure entière brûle rapidement, laissant un lit de charbons chauds, excellent pour le rôtissage de viande ou de poisson.

Suivre les étapes ci-dessous pour bâtir un feu en rectangle :

1. Étendre deux bâtons séparés d'environ un pied.
2. Placer le petit bois entre les deux bâtons.
3. Placer une couche de combustible à angle droit sur les deux bâtons d'origine.
4. Laisser de l'espace entre les morceaux.
5. Bâtir plusieurs couches de la même façon, laissant des espaces d'air.
6. Placer chaque couche à angle droit à la couche précédente.
7. Allumer l'amadou.

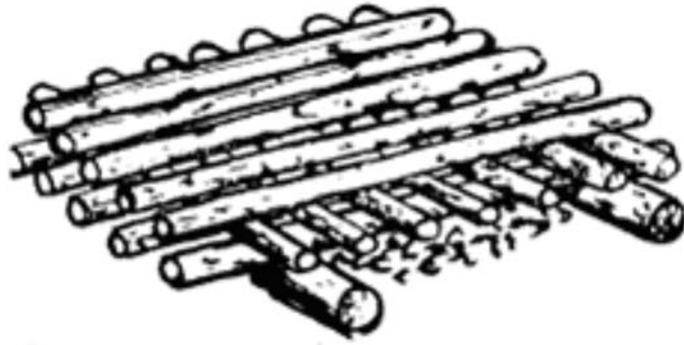


Figure 7 Feu en rectangle

A-CR-CCP-107/PT-001 (p. 3-19)

Feu en forme de pyramide et entrecroisé. Ce feu brûle à partir du haut vers le bas. Il est utile avant de se coucher pour la nuit, puisqu'il exige très peu d'attention et brûle lentement.

Suivre ces étapes pour faire un feu en forme de pyramide et entrecroisé :

1. Placer deux petits rondins ou branches en parallèles sur le sol.
2. Placer une couche solide de petits rondins en travers les rondins parallèles.
3. Ajouter trois ou quatre autres couches de rondins ou de branches,
4. Chaque couche devrait être plus petite et disposée à angle droit à la couche en dessous.
5. Faire un feu d'allumage sur le dessus du feu en forme de pyramide et entrecroisé.
6. À mesure que le feu brûle, il allume les rondins en dessous.

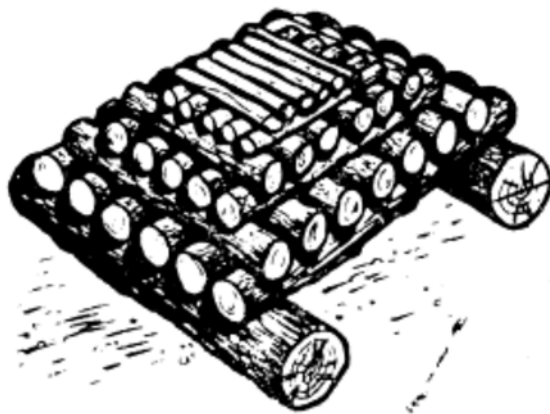


Figure 8 Feu en forme de pyramide et entrecroisé

A-CR-CCP-107/PT-001 (p. 3-20)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Le triangle de feu est composé de quels éléments?
- Q2. Si l'air est enlevé du triangle de feu, qu'arrive-t-il au feu?
- Q3. Nommez trois types de feu.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Les éléments qui font partie du triangle de feu sont l'air, le combustible et la chaleur.
- R2. Le feu s'éteint.
- R3. Les trois types de feu sont ceux en forme de tipi, en rectangle, et en forme de pyramide et entrecroisé.

Point d'enseignement 3

Démontrer comment préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration



Enseigner ce PE à titre de démonstration pour allumer un feu. Enseigner les étapes pour préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu.

Allumer un des feux construits dans le dernier PE. Souligner l'importance d'une bonne préparation pour augmenter les chances de réussir un feu.

PRÉPARER UN FEU

Pour préparer un feu, le bâtir étape par étape. Commencer à disposer le combustible en piles bien structurées de petit bois, d'amadou et de combustibles à brûler de la façon suivante :

1. **Préparer l'amadou.** Placer une petite poignée d'amadou à l'emplacement choisi.
2. **Préparer le petit bois.** Placer le petit bois dans un style qui convient au type de feu qui est à construire (p. ex. le style en forme de tipi).
3. **Préparer le combustible.** Préparer le combustible de bois à mettre sur le feu une fois qu'il est allumé. Ajouter du combustible plus gros peut étouffer le feu si le feu n'est pas encore prêt pour brûler du combustible plus gros.
4. **Assurer une ventilation.** Permettre à l'air d'atteindre le petit bois et l'amadou. Ne pas mettre trop de combustible à la fois puisque le feu peut manquer d'air avant qu'il ne s'allume. L'air doit pouvoir circuler naturellement, sans aide supplémentaire, pour encourager la croissance du feu.

ALLUMER UN FEU

Pour allumer un feu en utilisant une allumette, allumer le petit bois et surveiller le feu. Ajouter plus de petit bois, selon le besoin, pour entretenir un feu qui brûle.

ENTRETENIR UN FEU

Entretenir un feu nécessite une source constante de combustible. Le combustible qui entretient un feu consiste habituellement en des matériaux plus gros considérés comme étant du gros bois de feu. Le feu ne consomme pas le combustible très rapidement. Il continue à brûler pendant de longues périodes.

Lorsqu'on entretient un feu :

1. **Mettre du combustible.** Une fois que le feu a un bon lit de charbons chauds, (les charbons sont ardents) mettre du gros bois de feu.



Figure 9 Feu avec charbons ardents

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 433)

2. **Assurer une ventilation.** Mettre du gros bois de feu peut étouffer le feu. Mettre le gros bois de feu pour que l'air puisse circuler. On peut mettre du gros bois de feu sur tout type de feu (en forme de tipi, en rectangle, en forme de pyramide et entrecroisé) en disposant les rondins avec une extrémité au centre du feu et l'autre extrémité qui s'étend jusqu'au bord du feu. Continuer ce processus autour du feu. Laisser des espaces entre le gros bois de feu pour que l'air circule.

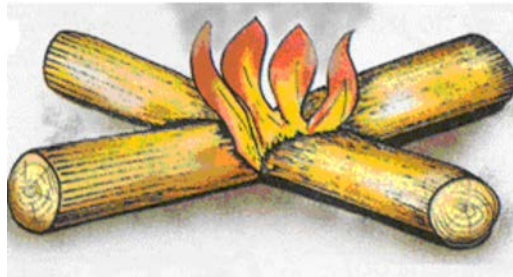


Figure 10 Feu en étoile

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 433)

3. **Entretenir la taille du feu.** On peut facilement mettre trop de combustible sur les feux. Pour entretenir la bonne taille, limiter la quantité de combustible utilisé jusqu'à ce que la taille et la chaleur désirées soient atteintes. Si le feu sert à la cuisson, des charbons ardents et moins de combustible sont suffisants.

ÉTEINDRE UN INCENDIE

À mesure que le feu brûle, planifier de l'éteindre à l'avance. Arrêter d'alimenter le feu bien avant d'avoir à l'éteindre (suffisamment de temps pour laisser brûler le combustible qui reste). Ramasser et empiler les morceaux de bois restants qui brûlent de sorte qu'ils soient consommés par les flammes, laissant seulement des cendres et des charbons à éliminer quand le feu a fini de brûler.

Une fois que le feu s'est consumé pour ne laisser que des cendres blanches, l'arroser avec beaucoup d'eau. Verser de l'eau sur les cendres, les remuer de temps en temps pour s'assurer que les charbons sont

complètement éteints. Remplacer ou remplir le foyer de terre humide ou de sable pour s'assurer qu'aucune flambée ne se produit.

Si c'est un nouvel emplacement de feu de camp, disperser les cendres et replacer le gazon ou la matière en décomposition de la couverture morte, en remettant l'emplacement dans son état original.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les deux types de combustible utilisés pour allumer un feu?
- Q2. S'il est difficile d'allumer un feu ou si le combustible est humide, que peut-on faire à un bâton pour augmenter les chances qu'il s'enflamme?
- Q3. Comment faut-il éteindre un feu?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. L'amadou et le petit bois.
- R2. On peut faire un plumeau de bois.
- R3. Une fois que le feu s'est consumé pour ne laisser que des cendres blanches, l'arroser avec beaucoup d'eau. Verser de l'eau sur les cendres, les remuer de temps en temps pour s'assurer que les charbons sont complètement éteints. Remplacer ou remplir le foyer de terre humide ou de sable pour s'assurer qu'aucune flambée ne se produit.

Point d'enseignement 4

Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu

Durée : 50 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de se pratiquer à préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu.

RESSOURCES

Allumettes.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de quatre personnes.
2. Assigner chaque groupe un type de feu à bâtir.
3. Les feux doivent être construits et allumer en dedans de 20 minutes.
4. Chaque feu doit être entretenu pendant 10 minutes.

5. Tous les feux doivent être éteints, s'assurer qu'il ne reste pas de charbons ardents.
6. S'assurer que les emplacements de feu sont nettoyés et retournés à leur état original en 20 minutes.

MESURES DE SÉCURITÉ

Le personnel de supervision doit avoir le matériel d'incendie et de secours disponible en cas d'une urgence.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l'activité du PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Les cadets, ayant appris de préparer, d'allumer, d'entretenir et d'éteindre un feu peuvent maintenant construire le type de feu pour satisfaire leurs besoins. Les situations d'urgence présentent constamment des conditions changeantes. La capacité de construire un feu particulier est essentiel pour augmenter les chances de survie.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-040 A-CR-CCP-107/PT-001 Ministère de la Défense nationale. (1978). *Royal Canadian Army Cadets Course Training Plan Adventure Training*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

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.

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book*, Green Valley, ON, Paul Tawrell.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

C2-068 (ISBN 0-425-10572-5) Brown, T., Jr. avec Morgan, B. (1983). *Tom Brown's Field Guide to: Wilderness Survival*, New York, NY, The Berkley Publishing Group.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

INSTRUCTIONAL GUIDE



SECTION 6

OCOM M224.06 – IDENTIFIER LES MÉTHODES DE SIGNALISATION

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Préparer un signal de message sol-air pour le montrer aux cadets comme matériel visuel.

On doit obtenir la permission pour faire un feu de signalisation des autorités locales (p. ex. le corps policier local, le service forestier et/ou les autorités aéroportuaires). Il faut fournir les renseignements suivants :

1. l'organisation;
2. un nom de personne ressource;
3. un numéro de téléphone à appeler;
4. l'emplacement y compris les coordonnées de quadrillage;
5. l'estimation de l'heure de l'allumage; et
6. la durée que le feu est prévu de brûler.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Une lecture interactive a été choisie pour les PE1 et PE2 pour présenter les méthodes de signalisation aux cadets et leur donner l'occasion de les mettre en pratique.

Une activité pratique a été choisie pour le PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets aux méthodes de signalisation. Cette activité contribue au développement des compétences de survie dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les méthodes de signalisation.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets de connaître comment signaler pour obtenir de l'aide de façon à augmenter leurs chances d'être retrouvés plus rapidement, s'ils se perdent.

Point d'enseignement 1

Discuter des dispositifs de signalisation

Durée : 10 min

Méthode : Exposé interactif



Ce PE se concentre sur les dispositifs de signalisation qui peuvent être utilisés en campagne. Demander aux cadets s'ils connaissent une personne qui s'est perdue et qui a été retrouvée à l'aide d'un dispositif de signalisation.

Discuter de la façon que la personne a signalé pour obtenir de l'aide. Préciser toutes raisons principales pourquoi le signal a réussi à faire retrouver la personne.

Si les cadets n'ont pas d'histoire à partager, une histoire est disponible ci-dessous. Lire l'histoire et demander aux cadets de faire un remue-méninges pendant quelques instants et leur demander ce qu'ils pensent Dave peut utiliser pour signaler afin d'obtenir de l'aide.

Ne pas oublier que les cadets n'ont aucune idée du matériel que Dave a ou ce qu'il a apporté. Présumer qu'il a tout et faire réfléchir les cadets sur ce qui peut être utilisé pour signaler l'équipe de recherche et de sauvetage.

Continuer ce PE en décrivant les signaux et comment on peut les employer.

Histoire de survie

C'est une belle journée d'été et Dave décide de faire une randonnée pédestre. Avant de quitter sa maison, il écrit une note à sa femme en disant où il s'en va et qu'il s'attend d'être de retour pour le souper (1700 heures).

En quittant sa maison et en arrivant au début de ses sentiers habituels de randonnée pédestre, il décide de prendre un nouvel itinéraire qu'il n'avait jamais parcouru auparavant. Les sentiers de randonnée pédestre dans cette région sont généralement faciles et sécuritaires. Les sentiers sont toujours marqués et le chemin est facile à suivre. À mesure que la journée avance, Dave trouve qu'il prend du retard sur son horaire et décide d'accélérer sa vitesse de marche.

En prenant un raccourci à travers un terrain à géographie différente et rocheux, Dave perd soudainement pied, coince son pied entre deux roches et tombe par terre. En entendant un claquement fort et sentant une sensation soudaine de douleur de sa cheville, Dave réalise qu'il s'est cassé la cheville.

Après s'être libéré et mis une attelle sur la cheville, Dave sait qu'il n'est pas capable de sortir de la forêt en marchant. En se préparant pour passer la nuit en forêt, Dave applique les principes de « S.T.O.P. » et pense aux cinq éléments de survie. Dave trouve un abri naturel dans un arbre creux convenable pour passer une nuit en campagne. Dave sait que sa femme enverra chercher de l'aide. Cependant, il n'est pas sur son itinéraire habituel de randonnée pédestre.

Sachant qu'il peut avoir à signaler pour obtenir de l'aide, il commence à penser à ses choix.

SIGNALISATION

La signalisation pour obtenir de l'aide est essentielle pour augmenter les chances d'être retrouvé rapidement. Établir contact avec ou attirer l'attention de l'équipe de recherche et de sauvetage doit être l'objectif principal après que tous les besoins vitaux de survie ont été comblés.

Lors de la préparation des signaux, toujours garder à l'esprit les points suivants :

- S'assurer que les signaux sont prêts et les placer dans des endroits à découvert qui sont facilement vus du sol et des airs.
- Préparer le plus de types de signaux possibles.
- Protéger les signaux et l'équipement contre l'humidité et le froid.
- Tout signe inhabituel ou un contraste de couleur est visible des airs, même un sentier dans la neige.
- Manipuler avec soins l'équipement de signalisation pour prolonger son utilisation.

DISPOSITIFS DE SIGNALISATION

Des fusées éclairantes. Les fusées éclairantes sont de petites fusées qui montent à une haute altitude d'environ 45 à 60 mètres et brûlent pendant environ 7 à 15 secondes. Les fusées éclairantes émettent une seule étoile rouge. Selon les conditions météorologiques, cette lumière brillante peut être vue à plusieurs milles de distance. Lorsqu'on choisit des fusées éclairantes de signalisation, s'assurer de les lancer d'un endroit élevé où il n'y a pas d'obstructions au-dessus.

Des miroirs. Les miroirs peuvent refléter jusqu'à sept millions de candéla de la lumière du soleil au-delà de l'horizon. Tenir le miroir dans la main avec le bras étendu. Placer le bras de façon à pointer le miroir pour clignoter à des points particuliers à l'horizon. Envoyer trois clignotements.

Sifflets. Les sifflets émettent un son fort et perçant. Ils sont conçus pour se faire entendre au-dessus du bruit ambiant, du grondement des moteurs, du déferlement de la mer et des coups de vent. Donner trois coups de sifflet successifs indique à la personne qui les entend que quelqu'un a besoin d'aide.



Une série de trois signaux consécutifs (sifflets, clignotement, etc.) représente l'appel de détresse universel. Il est semblable au signal du code morse S.O.S.

Des radios et des téléphones cellulaires. Ces éléments peuvent fournir un lien direct à l'aide immédiate. L'emplacement peut obstruer ou restreindre complètement un signal. Se déplacer sur un terrain plus élevé qui est proche et tenter un autre appel d'urgence. Les communications en raison de détresse, d'urgence ou de sécurité ont priorité sur d'autre trafic radio. S'identifier, parler clairement et garder la communication aussi brève que possible. Convenir d'une heure quelconque pour faire un appel de vérification et fermer le téléphone pour conserver la durée de vie des batteries dans des situations d'urgence.

Des feux et de la fumée. Le feu et la fumée peuvent être utilisés pour attirer l'attention de l'équipe de recherche et de sauvetage. Trois feux espacés également, à 35 mètres ou 100 pieds de distance, placer en triangle ou en ligne droite, servent comme signal de détresse international. Habituellement, un feu de signalisation est suffisant. Pendant la nuit, les flammes doivent être aussi brillantes que possible et pendant le jour, le feu doit produire autant de fumée que possible.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Quels sont les trois points qu'il faut garder à l'esprit lors de la préparation des signaux?
- Q2. Nommez cinq dispositifs de signalisation.
- Q3. Si vous êtes perdu en forêt, qu'est-ce qui peut produire un son très fort et perçant pour signaler que vous avez des problèmes?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. N'importe quel des éléments suivants :
- S'assurer que les signaux sont prêts et les placer dans des endroits à découvert qui sont facilement vus du sol et des airs.
 - Préparer le plus de types de signaux possibles.
 - Protéger les signaux et l'équipement contre l'humidité et le froid.
 - Tout signe inhabituel ou un contraste de couleur est visible des airs, même un sentier dans la neige.
 - Manipuler avec soins l'équipement de signalisation pour prolonger son utilisation.
- R2. Les cinq dispositifs de signalisation comprennent :
- Des fusées éclairantes.
 - Des miroirs.
 - Des sifflets
 - Des radios et des téléphones cellulaires.
 - Des feux et de la fumée.
- R3. Un sifflet peut produire un son très fort et perçant.

Point d'enseignement 2

Discuter des signaux sol-air employés pour communiquer avec les aéronefs

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



Commencer cette leçon en montrant aux cadets le signal sol-air préparé précédemment. pendant l'instruction de ce PE, se reporter aux aspects du signal préparé comme matériel visuel.

Orienter le signal pour profiter du soleil afin de projeter une ombre. se servir des ombres rehausse grandement le signal. Souligner l'importance d'avoir un signal bien orienté et élaboré.

D'ordinaire, quand une personne se perd une recherche commence près de la dernière position connue. Ces paramètres s'élargissent si on ne trouve rien le long de l'itinéraire visé. Les sauveteurs cherchent pour tout ce

qui sort de l'ordinaire et leurs yeux sont attirés vers des détails artificiels au sol. Rendre l'emplacement le plus visible possible en préparant des signaux sol-air.

DIMENSIONS DE SIGNAL

Un signal doit être le plus grand possible. Pour être le plus efficace, les lignes du signal ne doivent pas être moins de 1 mètre de largeur (3 pieds) et de 8 mètres de longueur (26 pieds). Il faut prendre soin de s'assurer que les symboles sont étalés exactement tels que représentés. Des airs, les symboles paraissent rapprochés plus l'altitude augmente. S'assurer que la distance entre chaque symbole est au moins 3 mètres (10 pieds).

COULEURS OU OMBRAGES CONTRASTANTS



Il peut être difficile d'illustrer et de définir une ombre créée par un signal sol-air.

S'assurer que le signal est parallèle à la direction du parcours du soleil (p. ex. de l'est à l'ouest) et s'assurer de faire le signal assez grand pour produire une ombre.

Un signal doit ressortir fortement contre son arrière-plan. Ceci aide à faire paraître le signal plus grand. Tout doit être fait pour défaire les caractéristiques naturelles du sol. Ceci est possible de la façon suivante :

- compacter l'herbe ou la tourner pour permettre que le signal soit bien vu des airs;
- brûler un modèle dans l'herbe;
- piétiner un signal dans la neige, en n'utilisant qu'une seule trajectoire aller-retour du signal; et
- tenir compte de l'ombre créée par le soleil et maximiser l'ombre créée par les marques de piétinements ou les amoncellements de neige.



Le signal doit être situé pour qu'il puisse être vu de toutes les directions. S'assurer que le signal est situé à l'écart de l'ombre et du couvert. Un grand espace ouvert et plat est préférable.

SIGNAUX SOL-AIR

Les symboles suivants doivent être utilisés pour communiquer avec les aéronefs lorsqu'une urgence existe. Les symboles de 1 à 5 sont acceptés internationalement; ceux de 6 à 9 sont pour utilisation au Canada seulement.

N°	MESSAGE	SYMBÔLE DE BASE
1.	Besoin d'aide	V
2.	Besoin d'aide médicale	X
3.	Non ou négatif	N
4.	Oui ou affirmatif	Y
5.	On se dirige dans cette direction	↑
6.	Tout est bien	LL
7.	Besoin de nourriture et d'eau	F
8.	Besoin de combustible et d'huile	L
9.	Besoin de réparations	W

Figure 1 Signaux sol-air

D Cad 3, 2007, Ottawa ON, Ministère de la Défense nationale

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Que doivent-êre les dimensions d'un signal sol air?
- Q2. Si on vous demandait de faire un symbole en forme de V au sol, que signifie-t-il pour un aéronef au-dessus?
- Q3. Comment peut-on créer un ombrage contrastant au sol?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Un signal sol-air doit être de 1 mètre de largeur sur 8 mètres de longueur.
- R2. Le symbole en forme de V signifie qu'une personne a besoin d'aide.
- R3. Pour créer de l'ombrage contrastant au sol :
- compacter l'herbe ou la tourner pour permettre que le signal soit bien vu des airs;
 - brûler un modèle dans l'herbe;
 - piétiner un signal dans la neige, en n'utilisant qu'une seule trajectoire aller-retour du signal; et
 - tenir compte de l'ombre créée par le soleil et maximiser l'ombre créée par les marques de piétinements ou les amoncellements de neige.

Point d'enseignement 3

Construire un signal sol-air

Durée : 25 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de construire un signal sol-air que l'on peut voir d'un aéronef.

RESSOURCES

Les objets et les débris du milieu environnant.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

- Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes.
- Attribuer un des cinq signaux sol-air à construire aux groupes.
- Accorder 20 minutes aux cadets pour rechercher le matériel et créer leur signal.
- Une fois l'activité terminée, inspecter les signaux et confirmer qu'ils sont conformes aux dimensions.
- Démontez tous les signaux et retourner le matériel aux emplacements originaux.

MESURES DE SÉCURITÉ

Établir les limites pour les cadets qui rassemblent le matériel.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Les signaux fournissent au cadet en détresse les moyens pour attirer l'attention de l'équipe de recherche et de sauveteurs. Les cadets qui se perdent peuvent utiliser les mesures à prendre quand ils sont perdus en utilisant l'acronyme « S.T.O.P. » et inclure dans leurs plans une méthode de signalisation pour obtenir de l'aide.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-044 Ministère des transports. (2007). *Signaux Sol-air*. Extrait le 9 février 2007 du site <http://www.tc.gc.ca/CivilAviation/publications/tp14371/SAS/4-0.htm>.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 7

OCOM C224.01 – LA CUISSON EN CAMPAGNE

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Provenant de l'OCOM M224.05 (chapitre 13, section 5), réviser les éléments suivants :

- choisir un emplacement de feu sécuritaire;
- préparer un feu;
- allumer un feu;
- entretenir un feu;
- éteindre un feu.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour le PE1 pour présenter la cuisson en campagne et pour présenter la matière de base ou des renseignements généraux.

Une activité pratique a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets à la cuisson en campagne. Cette activité contribue au développement des compétences de survie dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M224.05 (chapitre 13, section 5).

QUESTIONS

- Q1. De quoi un feu a-t-il besoin pour brûler?
- Q2. Comment allume-t-on un feu?
- Q3. Comment peut-on éteindre un feu?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Afin de brûler, un feu a besoin d'air (d'oxygène), de combustible et de la chaleur.
- R2. Pour allumer un feu en utilisant une allumette, allumer le petit bois et le surveiller.
- R3. Pour éteindre un feu, on peut arrêter de l'alimenter, le couvrir avec de la terre humide ou l'arroser avec beaucoup d'eau.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de faire la cuisson en campagne.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets connaissent différentes façons de cuisiner et de préparer des repas en campagne. Dans une situation de survie, il est extrêmement important de se familiariser avec les différentes options de cuisson. Avoir la confiance d'utiliser ces méthodes pour cuisiner aide le cadet à s'alimenter pour avoir de l'énergie quand il en a besoin.

Point d'enseignement 1

Discuter des méthodes de cuisson en campagne

Durée : 15 min

Méthode : Exposé interactif



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. Les cadets prépareront une pomme de terre pour la cuisson au four dans le PE2. La préparation des autres aliments (p. ex. la viande, comme des lapins) sera discutée dans l'étoile d'argent.

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. 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. Mettre 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.

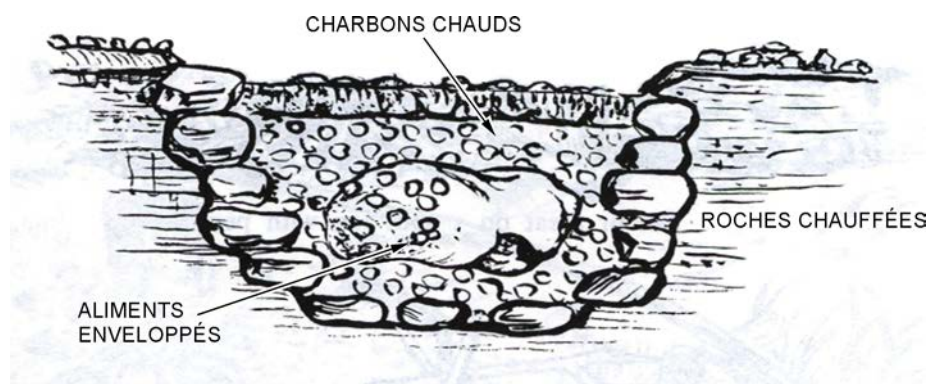


Figure 1 La cuisson dans le sol

B-GA-217-001/PT-001, *La survie sous tous les climats* (p. 130)



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 pour produire des résultats savoureux. Malheureusement, cela 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 ramasser 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 on suspend le morceau, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir la figure 3). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.

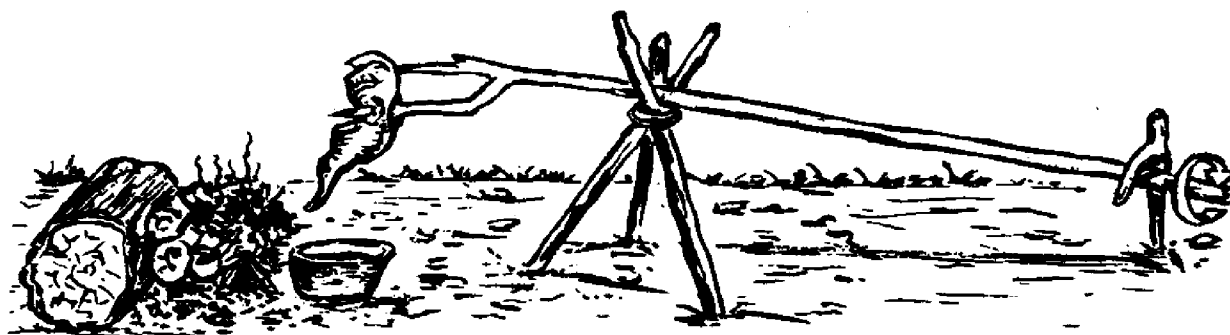


Figure 2 Le rôtissage

B-GA-217-001/PT-001 (p. 129)

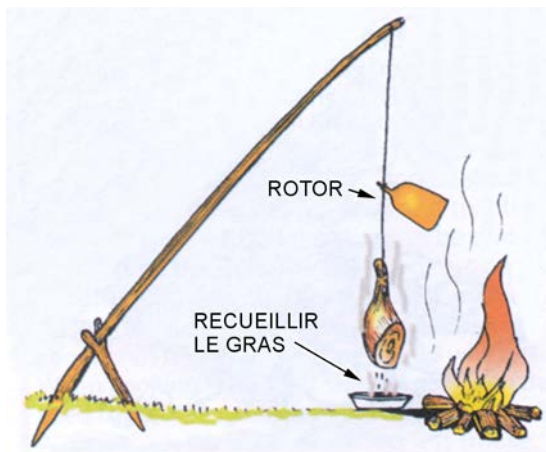


Figure 3 Le rôtissage avec un rotor

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

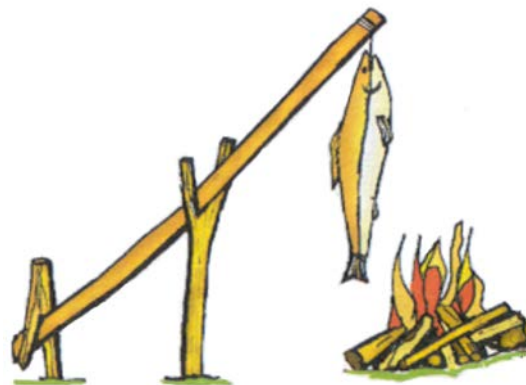


Figure 4 Le rôtissage d'un poisson

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 448)

L'ÉBULLITION DANS UN CHAUDRON

L'ébullition 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 plusieurs façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures 5 à 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.

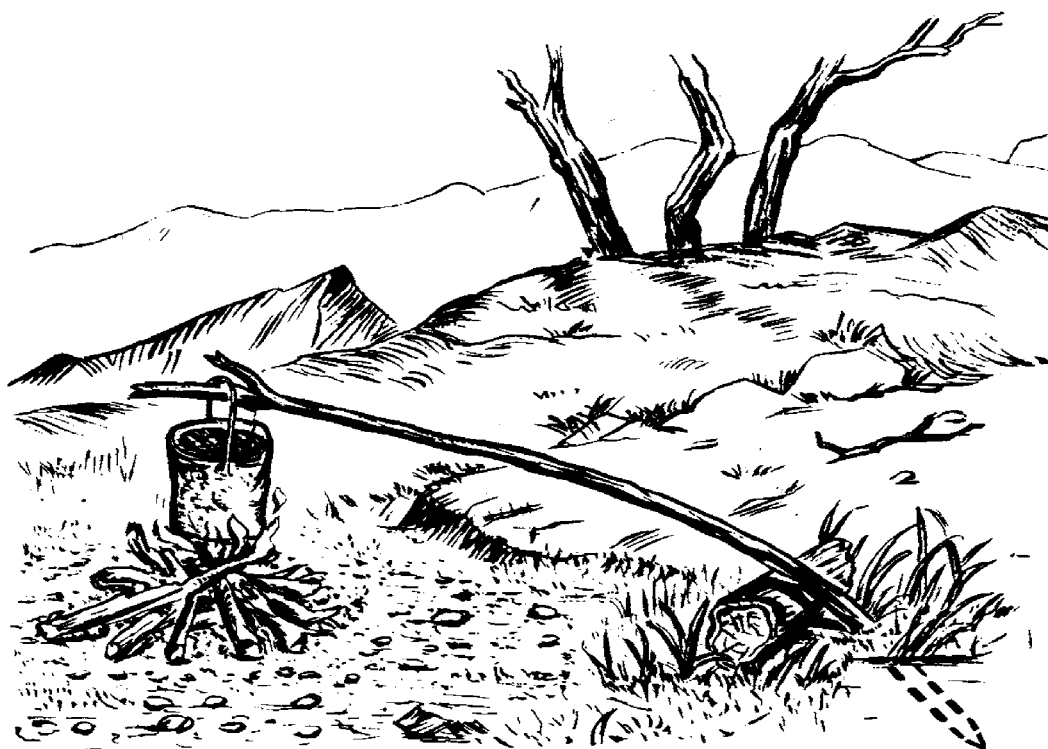


Figure 5 L'ébullition

B-GA-217-001/PT-001 (p. 128)

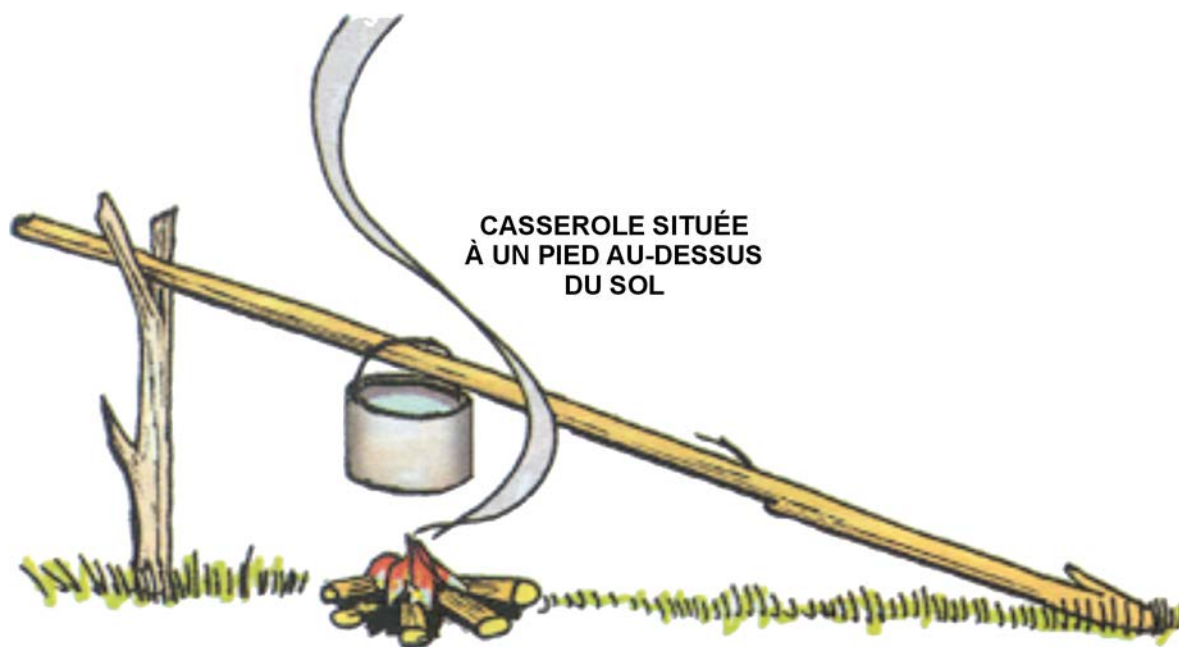


Figure 6 L'ébullition

Tawrell, P., *Camping and Wilderness Survival*, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

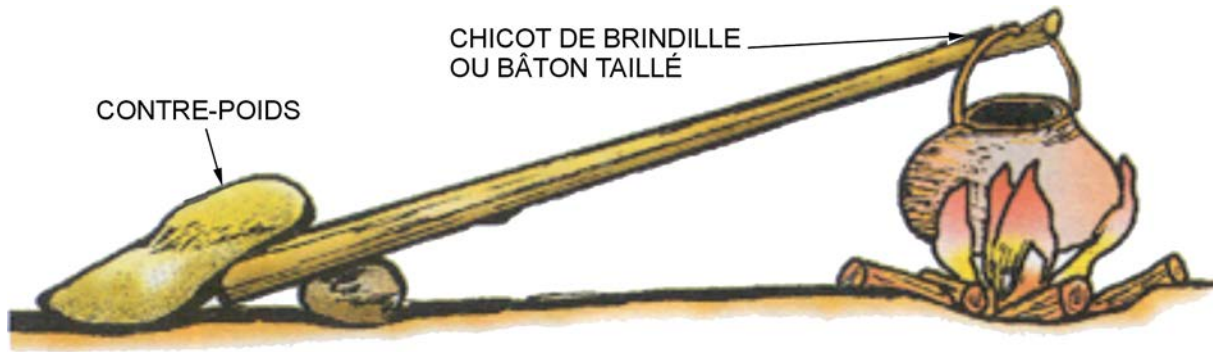


Figure 7 L'ébullition en utilisant un contrepoids

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

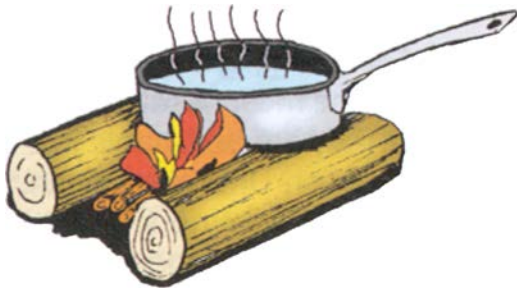


Figure 8 L'ébullition sur une flamme nue avec du bois

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 444)



Figure 9 L'ébullition sur une flamme nue avec des roches

Tawrell, P., Camping and Wilderness Survival, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

LA FRITURE

On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longue 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.

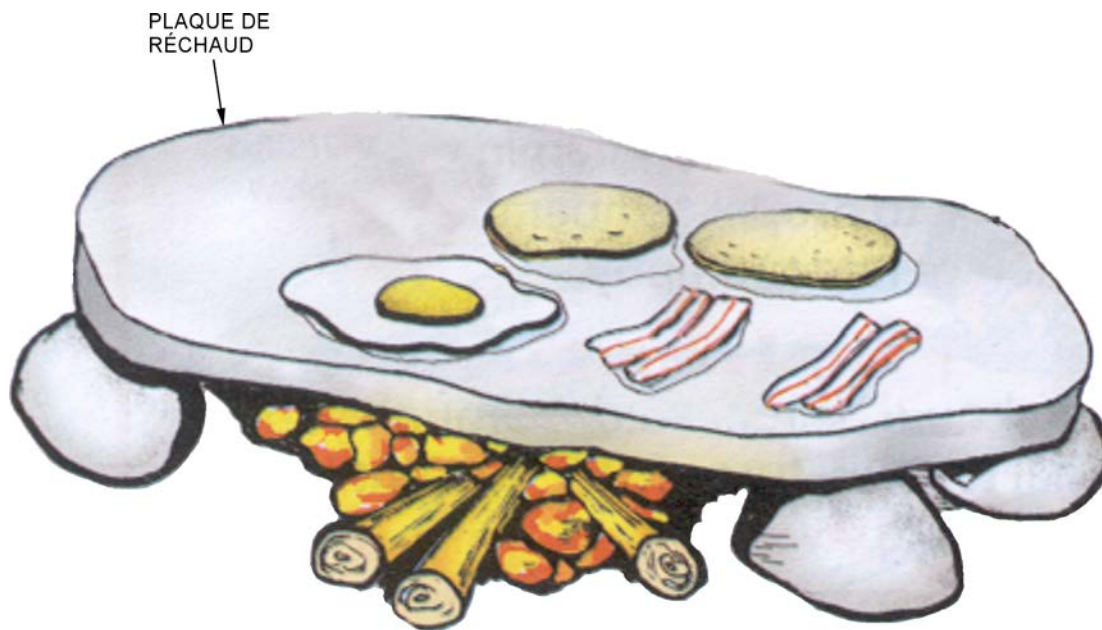


Figure 10 La friture sur une roche plate
Tawrell, P., *Camping and Wilderness Survival*, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

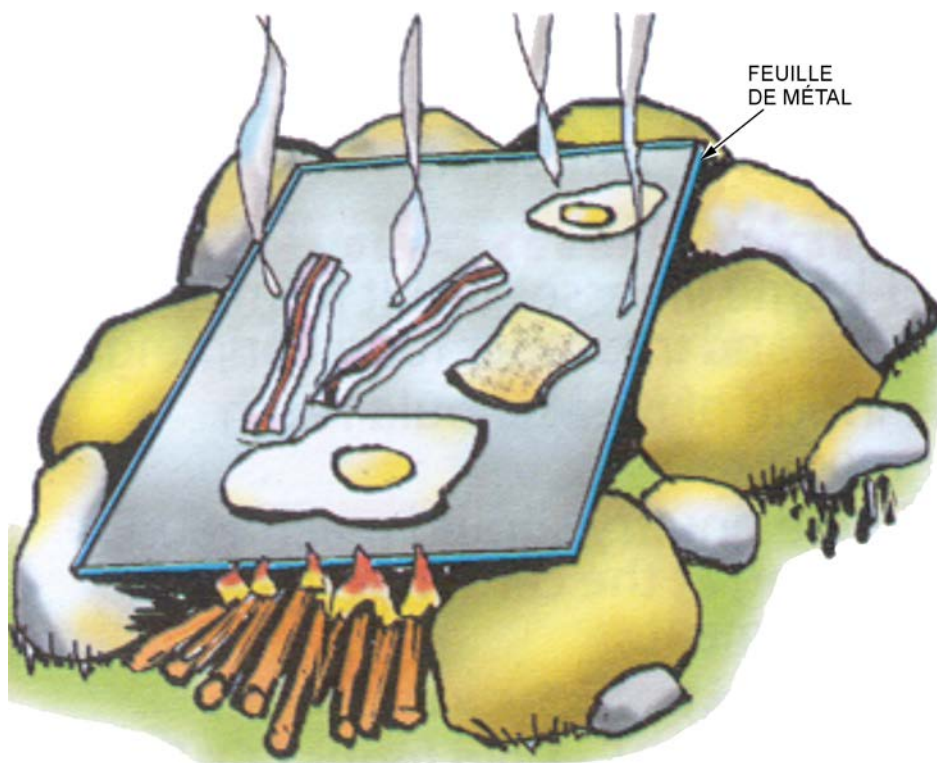


Figure 11 La friture avec une feuille de métal
Tawrell, P., *Camping and Wilderness Survival*, Leonard Paul Tawrell (p. 442)

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Nommez quelques-unes des méthodes utilisées pour la cuisson en campagne.
- Q2. Pourquoi est-il important de s'assurer qu'un chaudron est stable lorsqu'on fait bouillir?
- Q3. Nommez un désavantage de la friture.

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Certaines méthodes de cuisson en campagne incluent la cuisson au four, le rôtissage, l'ébullition et la friture.
- R2. Il est important que le chaudron soit stable pour ne pas qu'il tombe dans le feu.
- R3. Les aliments qui collent à la surface de cuisson, quand il n'y a pas assez de graisse, est un désavantage de la friture.

Point d'enseignement 2

Préparer et faire cuire une pomme de terre dans le sol

Durée : 35 min

Méthode : Activité pratique



En premier lieu, il faut préparer toute nourriture pour la cuisson. Les cadets prépareront une pomme de terre à cuire dans le sol.

S'assurer que les feux sont petits, puisqu'on doit les éteindre avant de commencer la cuisson.

Une fois que les pommes de terre sont placées dans le sol, ils prendront environ 30 minutes à cuire. Les cadets devront revenir après cette leçon pour récupérer leur pomme de terre.

Tous les foyers doivent être marqués pour s'assurer qu'aucun foyer n'est oublié.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de préparer et cuire une pomme de terre dans le sol.

RESSOURCES

- De l'eau.
- Des pommes de terre.
- Du papier d'aluminium.
- Des allumettes.
- Des pelles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Cette activité doit se dérouler dans un grand secteur ouvert, avec suffisamment d'espace pour que chaque groupe de cadets cuisent une pomme de terre dans le sol.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Pour préparer les pommes de terre :
 - a. Distribuer une pomme de terre à chaque cadet.
 - b. Demander à chaque cadet de laver et de brosser sa pomme de terre avec de l'eau.
 - c. Demander à chaque cadet d'envelopper sa pomme de terre dans du papier d'aluminium. Toutes les pommes de terre doivent être complètement enveloppées au moins trois fois dans le papier d'aluminium.
2. Répartir les cadets en groupes de deux à quatre.
3. Demander à chaque groupe de creuser un foyer peu profond dans le sol.
4. Doubler le foyer avec des roches.
5. Brûler un petit feu en forme de tipi ou en rectangle pour avoir une couche de charbons ardents.
6. 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).
7. Placer les pommes de terre enveloppées sur le dessus de l'herbe mouillée.
8. Utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les placer le plus proche possible de la pomme de terre en essayant de placer quelques charbons sur le dessus de la pomme de terre.
9. Couvrir la pomme de terre avec la terre qui a été enlevée du foyer.



Certains cadets peuvent préférer peler leur pomme de terre avant de la préparer. On peut utiliser un petit couteau de poche pour le faire.

Si le nombre de pelles est limité, encourager les cadets à trouver des façons créatives pour creuser le trou (p. ex. avec du bois creux ou une cuillère).

Les cadets peuvent préférer avoir du sel, du beurre, de la crème sure, etc. avec leur pomme de terre.

Les pommes de terre prennent environ 30 minutes à cuire. Bon appétit!

MESURES DE SÉCURITÉ

- Le personnel de supervision doit avoir le matériel d'incendie et de secours disponible en cas d'urgence.
- Les pommes de terre sont chaudes, faire preuve d'une grande prudence.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

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

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la cuisson de pomme de terre dans le sol 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 différentes façons de cuire en campagne peut signifier la différence entre une personne qui réussit à survivre ou non 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 – bivouac – lors d'une fin de semaine.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

La construction de foyers requiert de la supervision supplémentaire et la disponibilité du matériel d'incendie et de secours. Les foyers doivent être marqués avec des drapeaux et doivent être supervisés pendant que la cuisson est en cours.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

A2-046 B-GA-217-001/PT-001 *La survie sous tous les climats. (n.d.)*, Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book (2^e éd.)*, Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 8

OCOM C224.02 – PRÉPARER UN FEU DE SIGNALISATION

Durée totale :

60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour 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 de donner la leçon.

Avant de donner cette leçon, préparer les éléments suivants :

- trois feux en forme de triangle;
- un arbre en flambeau; et
- un feu en cône lumineux.

Les instructeurs démontrent seulement l'allumage du premier des feux de signalisation préparés.

De la supervision supplémentaire est nécessaire lors de l'allumage des feux de signalisation. Du matériel d'incendie et de secours doit être sur les lieux.

L'indice de feu doit être vérifié et les autorités appropriées (p. ex. le corps policier local, le service forestier, et/ou les autorités aéroportuaires) doivent être avisées de l'allumage des feux de signalisation. Il faut fournir les renseignements suivants aux autorités :

- le nom de la personne ressource du corps de cadets;
- un numéro de téléphone à appeler;
- l'emplacement y compris les coordonnées de quadrillage;
- l'estimation de l'heure de l'allumage; et
- la durée pendant laquelle le feu est prévu de brûler.



Certaines localités peuvent exiger d'émettre une permission spéciale pour construire des feux en plein air ou de signalisation. S'assurer qu'une permission a été accordée par les autorités appropriées énumérées ci-dessus.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 pour présenter les types de feux de signalisation et d'identifier les emplacements pour préparer les feux de signalisation.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer ou de démontrer la préparation d'un feu de signalisation.

Une activité pratique a été choisie pour le PE4 parce qu'il s'agit d'une façon interactive pour permettre aux cadets de préparer un feu de signalisation et d'être témoins de l'allumage du feu de signalisation dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon est tirée de l'OCOM M224.05 (chapitre 13, section 5).

Choisir et préparer l'amadou. L'amadou correspond à tout type de substance qu'un peu de chaleur allumera. Le bon amadou est sec et n'a besoin que d'une étincelle pour s'enflammer. L'écorce de bouleau, l'herbe sèche, les copeaux de bois fins, le duvet, le papier ciré et la peluche de vêtements de coton font tous du bon amadou. C'est une bonne idée de transporter de l'amadou avec soi dans un contenant imperméable.

Choisir et préparer le petit bois. Le petit bois est utilisé pour produire des flammes à partir de l'amadou et brûler les matières plus grosses et moins combustibles. Le meilleur petit bois consiste en de petites brindilles sèches et de petits morceaux de bois mou. Ne pas ramasser de petit bois directement sur la terre parce qu'il est normalement humide. Il faut le prendre sur les arbres morts et debout.

Choisir et préparer le combustible. Le combustible consiste en tout ce qui brûle dans le feu. Il est bon d'utiliser le bois sec des arbres debout pour allumer le feu. Une fois que le feu est bien allumé, on peut utiliser du bois vert et humide. Les bois de feuillus incluant le noyer, le hêtre, l'érable et le chêne se consomment bien, ils produisent de la chaleur et durent aussi longtemps que des charbons ardents. Le feu peut être entretenu longtemps avec du bois de feuillus.

Les bois mous brûlent très rapidement et produisent des étincelles et peuvent servir à allumer un feu. Voici des bois mous : cèdre, aulne, ciguë, épinette, pin, châtaignier et saule. Lorsque le feu brûle de façon continue, on peut ajouter du combustible de trois à quatre fois la taille du petit bois.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets doivent être en mesure de préparer et d'allumer un feu de signalisation.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables de signaler aux services de recherche et de sauvetage au cas où ils se perdraient pendant une expédition. Une méthode de signalisation, qui peut identifier un emplacement de cadets par les sauveteurs de l'air ou de terre, est l'utilisation des feux de signalisation. Les feux de signalisation représentent une compétence de survie importante qui peuvent un jour sauver la vie d'un cadet.

Point d'enseignement 1**Déterminer les types de feux de signalisation d'urgence**

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif



Au fur et à mesure qu'on discute de chaque signal, montrer aux cadets un exemple de chacun. S'assurer que les cadets comprennent exactement comment allumer chaque feu.

FEUX DE SIGNALISATION D'URGENCE**Disposition des trois feux en triangle**

Trois feux sont un signal de détresse reconnu internationalement. Idéalement, il faut les positionner en triangle, à distance égale les uns des autres, une disposition qui les rend également plus facile à alimenter en combustible. Si cela est impossible, tout autre regroupement peut convenir, pourvu que les feux soient clairement séparés. Cependant, si le combustible se fait rare, ou si on est trop gravement blessé pour entretenir plusieurs feux, on peut utiliser seulement un feu de camp.

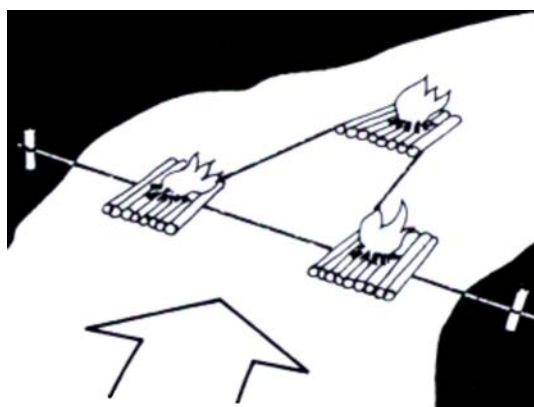


Figure 1 Disposition des trois feux en triangle

Wiseman, J., The SAS Survival Handbook, HarperCollins Publishers (p. 505)

Un arbre en flambeau

Les petits arbres isolés font d'excellents feux de signalisation. Construire un feu entre les branches en mettant du bois sec dans les branches plus basses et les allumer de sorte que les flammes flambent et allument les feuilles. Avant que l'arbre principal se soit consumé, couper et ajouter de petits arbres verts afin de produire plus de fumée. Si un arbre est mort, allumer un feu à sa base. Il brûlera pendant une longue période, laissant le temps de vaquer à d'autres signaux.



Figure 2 Un arbre en flambeau

« Signalling Techniques » par Wilderness Survival. Extrait le
12 mars 2007 du site <http://www.wilderness-survival.net/chpt19.php>



Toujours choisir un arbre isolé à allumer pour éviter de commencer un feu de forêt.

Feux en cône lumineux

Dans un endroit clair et ouvert, construire un trépied avec une plate-forme pour supporter le feu. La plate-forme garde l'amadou à l'écart du sol humide et élève le feu, lui permettant d'allumer les branches. Du bois de feu supplémentaire peut être rangé dessous. Recouvrir le cône de tissu de couleur vive lorsque le feu n'est pas allumé (si disponible). Cela garde non seulement le feu sec et prêt à brûler, mais le tissu lui-même est visible et peut attirer l'attention. Enlever le tissu de couleur vive au moment d'allumer le feu.

Il faut bien entretenir ces trépieds, en s'assurant que le bois est assez sec pour s'allumer à tout moment. On ne s'attend pas que ces feux durent très longtemps, car le trépied est fait de bois et le bois brûle! S'assurer d'allumer le feu de signalisation lorsque quelqu'un peut le voir (p. ex. quand on entend un avion).

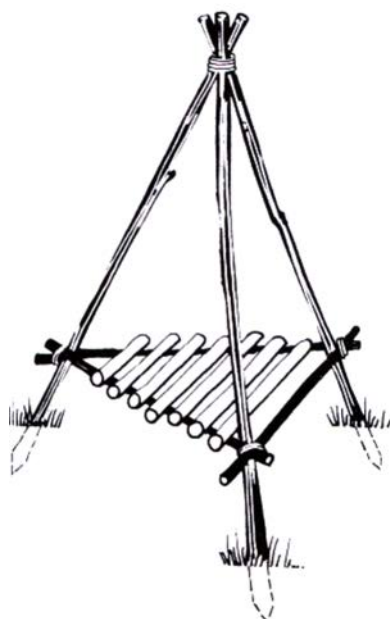


Figure 3 Feu en cône lumineux

Wiseman, J., *The SAS Survival Handbook*,
HarperCollins Publishers (p. 506)



Figure 4 Feu en cône

Atlin Community Network. Extrait le 12 mars
2007 du site <http://www.atlin.net/Rangers.htm>

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

- Q1. Nommez trois types de feux de signalisation d'urgence.
- Q2. De quoi faut-il tenir compte lorsqu'on construit un feu de signalisation d'arbre en flambeau?
- Q3. Quel est un signal de détresse reconnu internationalement?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Ce sont la configuration de trois feux en forme de triangle, l'arbre en flambeau et le feu en cône lumineux.
- R2. Toujours choisir un arbre isolé afin de ne pas déclencher un incendie de forêt et de mettre sa vie ou celle d'autrui en danger.
- R3. Un signal de détresse reconnu internationalement est trois feux.

Point d'enseignement 2

Trouver un endroit afin d'être vu des airs

Durée : 5 min

Méthode : Exposé interactif

LES MEILLEURS EMPLACEMENTS POUR UN FEU DE SIGNALISATION À ÊTRE VU DES AIRS

Terrain élevé. Choisir les points de terrain les plus élevés pour allumer les signaux.

Très visible. Trouver une clairière naturelle ou le bord d'un cours d'eau où on peut construire des feux que les feuilles ne bloqueront pas des airs.

Source de combustible. Construire les feux dans un endroit où des sources de combustible sont déjà disponibles pour le feu de signalisation.

Des exemples de sources de combustible incluent :

- du bois debout sec et des branches mortes;
- l'intérieur sec (cœur) des troncs d'arbres et des branches tombés;
- du bois vert qui est fendu finement;
- des herbes sèches torsadées en paquets;
- de la tourbe assez sèche pour brûler;
- des excréments d'animaux séchés;
- de la graisse d'animal;
- du charbon, du shale bitumineux, ou de l'huile étendue sur la surface; et
- du caoutchouc, du plastique ou du pétrole lourd pour produire de la fumée noire épaisse.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

- Q1. Quel est le meilleur terrain pour l'emplacement d'un feu de signalisation?
- Q2. Donner des exemples d'un emplacement très visible.
- Q3. Quels sont quelques exemples de sources de combustible?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. Le terrain le plus élevé est le meilleur emplacement.
- R2. C'est une clairière naturelle ou le bord d'un cours d'eau.
- R3. Voici quelques exemples de sources de combustible :
- du bois debout sec et des branches mortes sèches;
 - l'intérieur sec des troncs d'arbres et des branches tombés;
 - du bois vert coupé finement;
 - de l'herbe sèche enroulée en paquet;
 - de la tourbe suffisamment sèche pour brûler; des excréments d'animaux séchés;
 - du charbon, du shale bitumineux ou de l'huile étendue sur la surface; et
 - du caoutchouc, du plastique ou du pétrole lourd pour produire de la fumée noire épaisse.

Point d'enseignement 3**Préparer un feu de signalisation**

Durée : 20 min

Méthode : Démonstration



On trouve comme matériau combustible de l'écorce de bouleau, de l'herbe sèche, des copeaux de bois fins, du duvet, du papier ciré et de la peluche de vêtements de coton.



Le feu en cône lumineux qui a été construit auparavant peut servir d'exemple aux fins de démonstration.

CONSTRUIRE UN FEU EN CÔNE LUMINEUX

Pour construire un feu en cône lumineux :

1. Trouver trois bâtons de 2 mètres (environ 6 pieds), environ l'épaisseur du poignet d'un adulte ou plus épais.
2. Placer les bâtons debout sur les extrémités pour faire une structure en forme de tipi. Les bâtons peuvent être enfouis dans le sol pour rendre la structure plus solide.
3. Les bâtons doivent se rencontrer à un point qui laisse environ une longueur de 30 centimètres (1 pied) du bout. Ceci laisse assez d'espace pour faire un cône de branches sur le dessus de la structure.
4. Attacher le trépied ensemble où tous les bâtons se rencontrent.
5. Construire une plate-forme à environ 45 centimètres à 60 centimètres dessous le point où les bâtons se rencontrent.
6. La plate-forme doit être faite de bâtons qui sont de l'épaisseur du poignet, de sorte que lorsque le feu est allumé, elle ne brûlera pas rapidement.
7. Mettre le petit bois et l'amadou sur la plate-forme qui s'allumera facilement, produisant un éclatement de feu.
8. Couvrir le dessus du trépied avec des branches vertes en forme de cône. La chaleur du feu doit monter directement dans le cône.
9. Une fois que le feu est allumé, des quantités incroyables de fumée sont produites.

MAXIMISER LA FUMÉE DE FEU DE SIGNALISATION

La fumée est une forme de communication visuelle. Il est très simple de créer de grandes quantités de fumée foncée et qu'on peut voir sur de longues distances. Une fumée foncée est créée en allumant un feu et en ajoutant les combustibles suivants.

Combustibles qui créent de la fumée :

- des feuilles;
- des branches vertes;

- du bois humide ou mouillé; et
- du caoutchouc.

Entretenir la fumée. Pour entretener la fumée, on doit constamment couvrir le feu de combustible qui produit de la fumée. Faire attention de ne pas étouffer le feu. S'il y a des branches vertes disponibles, en empiler plusieurs sur le feu et la fumée produite sera épaisse et dense. Les branches brûlent rapidement. S'assurer d'en avoir plusieurs à portée de la main pour entretener le niveau de fumée. La fumée peut aussi être produite en couvrant le feu pour un très court délai. Couvrir le feu avec une couverture et la relever rapidement crée une bouffée de fumée.

La fumée peut aussi être produite en couvrant le feu pour un très court délai. Couvrir le feu avec une couverture et la relever rapidement crée une bouffée de fumée.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

- Q1. Qu'est-ce qui retient l'amadou et le petit bois au milieu du trépied?
- Q2. Qu'utilise-t-on pour garder le cône sec?
- Q3. Qu'est-ce qui empêche le trépied de tomber?

RÉPONSES ANTICIPÉES

- R1. La plate-forme retient l'amadou et le petit bois au centre du trépied.
- R2. Les branches vertes sont utilisées pour garder le cône sec.
- R3. S'assurer que les bouts des pieux sont enfoncés dans le sol afin que le cône ne tombe pas.

Point d'enseignement 4

Construire et allumer un feu de signalisation en cône lumineux comme membre du groupe

Durée : 20 min

Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de bâtir un feu en cône lumineux.

RESSOURCES

- De la ficelle.
- Du bois.
- Des branches.
- De l'amadou.
- Du petit bois.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus neuf personnes.
2. Demander aux cadets de ramasser de l'amadou, du petit bois et des bâtons.
3. Demander aux cadets de construire un feu en cône en :
 - a. construisant un trépied pour soutenir le feu;
 - b. utilisant la ficelle pour lier la partie supérieure du trépied ensemble et les montants latéraux ensemble;
 - c. s'assurant que les extrémités des bâtons (poteaux) sont enfoncées dans le sol pour empêcher le basculement;
 - d. construisant une plate-forme pour retenir l'amadou, le petit bois et le combustible;
 - e. mettant le petit bois au centre de la plate-forme;
 - f. s'assurer que l'amadou et le petit bois sont placés ensemble de façon à allumer le cône;
 - g. s'assurant qu'il y a suffisamment de ventilation pour laisser l'oxygène alimenter le feu lorsque allumé (un feu s'étouffe s'il y a trop de combustible);
 - h. couvrant avec des branches vertes (si disponibles) pour garder le cône sec; et
 - i. s'assurant qu'il y a une ouverture à la partie supérieure du cône pour laisser sortir la chaleur et la fumée.



S'assurer que tous les cadets du groupe participent à l'activité.

S'il y a plus de deux groupes, limiter le nombre de feux de signalisation à allumer. Le brûlage de matériel supplémentaire est un gaspillage de matériel et endommage l'environnement.

Inspecter continuellement la construction de chaque feu de signalisation et demander à l'occasion aux cadets des questions tirées de la confirmation de l'apprentissage du PE3 pour s'assurer qu'ils assemblent le feu de signalisation correctement.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets seront supervisés pendant la construction du feu en cône lumineux.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la construction d'un feu en cône lumineux dans le PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Lorsqu'il se perd, le cadet doit mettre en pratique les principes « S.T.O.P. ». La planification comprend la construction d'un feu de signalisation. Savoir comment construire un feu de signalisation dans une situation de survie aide à attirer l'attention pour obtenir de l'aide à l'emplacement de survie. La sécurité est très importante quand il est question du feu. Les principes de sécurité en cas d'incendie doivent être appliqués avant d'allumer un feu.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*, Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*, New York, NY, Three Rivers Press.

C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*, New York, NY, DK Publishing, Inc.

C3-118 Survie en milieu sauvage. (2007). *Techniques de signalisation*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.wilderness-survival.net/chpt19.php>.