



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

NORME DE QUALIFICATION ET PLAN DE L'ÉTOILE ROUGE

(FRANÇAIS)

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

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



CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

NORME DE QUALIFICATION ET PLAN DE L'ÉTOILE ROUGE

(FRANÇAIS)

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

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

BPR : D Cad 3 – Officier supérieur d'état-major, Développement des
Programmes – Jeunesse

2007-06-18

Canada 

ÉTAT DES PAGES EN VIGUEUR

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

NOTA

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

Les dates de publication des pages originales et modifiées sont :

Original..... 0	2007-06-18	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 313 pages réparties de la façon suivante :

Numéro de page	Numéro de modificatif	Numéro de page	Numéro de modificatif
Page couverture.....	0	4-3-1 à 4-3-26.....	0
Titre.....	0	4-4-1 à 4-4-20.....	0
A.....	0	4-5-1 à 4-5-4.....	0
i à viii.....	0	4-6-1 à 4-6-14.....	0
1-1 à 1-6.....	0	4-7-1 à 4-7-16.....	0
2-1 à 2-6.....	0	4-8-1 à 4-8-8.....	0
2A-1 à 2A-8.....	0	4-9-1 à 4-9-14.....	0
2B-1 à 2B-8.....	0	4-10-1 à 4-10-14.....	0
2C-1 à 2C-6.....	0	4-11-1 à 4-11-48.....	0
2D-1 à 2D-12.....	0	4-12-1 à 4-12-18.....	0
3-1 à 3-2.....	0	4-13-1 à 4-13-12.....	0
3A-1 à 3A-2.....	0	4-14-1 à 4-14-24.....	0
3B-1 à 3B-4.....	0	4A-1 à 4A-8.....	0
4-1-1 à 4-1-16.....	0		
4-2-1 à 4-2-6.....	0		

**Personne responsable : D Cad 3-2-5 – Officier d'état-
major de l'élaboration du programme des cadets de l'Armée**

© 2008 DND/MDN Canada

AVANT-PROPOS ET PRÉFACE

1. **Autorité compétente.** La présente norme de qualification et plan (NQP) A-CR-CCP-702/PG-002 a été élaborée sous l'autorité du Directeur – Cadets et Rangers juniors canadiens, conformément à l'OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*, à l'OAIC 11-04, *Aperçu du programme des cadets*, et à l'OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*, et a été publiée avec l'autorisation du Chef d'état-major de la Défense.
2. **Élaboration.** Cette NQP a été élaborée 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 de la NQP.** Le corps de cadets royaux de l'Armée canadienne doit utiliser cette NQP pour diriger le programme de l'étoile rouge, tel qu'énoncé dans l'OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*.
4. **Date d'entrée en vigueur.** Cette publication entre en vigueur dès réception. Les modificatifs subséquents entrent en vigueur dès réception.
5. **Suggestions de modifications.** Les suggestions de modifications au présent document doivent se faire par le biais de la chaîne de commandement habituelle, au Quartier général de la Défense nationale (QGDN), à l'attention de : Officier d'état-major de l'élaboration de l'instruction des cadets de l'Armée (D Cad 3-2-5), ou par courriel à arm.dev@cadets.net.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

TABLE DES MATIÈRES

		PAGE
CHAPITRE 1	GÉNÉRALITÉS	1-1
	BUTS	1-1
	MISSION DU PROGRAMME ET RÉSULTATS POUR LES PARTICIPANTS	1-1
	APERÇU DE L'INSTRUCTION	1-1
	CONCEPTION DU PROGRAMME	1-1
	OBJECTIFS DE RENDEMENT	1-2
	MÉTHODE POUR ATTEINDRE LES OBJECTIFS	1-5
	QUALIFICATIONS PRÉALABLES À L'INSTRUCTION	1-6
	UTILISATION DE LA NQP	1-6
CHAPITRE 2	DÉTAILS DE GESTION DE L'INSTRUCTION	2-1
	ORGANISME RESPONSABLE ET ÉTABLISSEMENTS D'INSTRUCTION	2-1
	DÉTAILS D'INSTRUCTION	2-1
	ADMINISTRATION DE L'INSTRUCTION	2-5
	QUALIFICATION	2-5
	DOCUMENTS CONNEXES	2-5
	INSTRUCTIONS SPÉCIALES	2-6
	DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE	2-6
	Annexe A – RÉSUMÉ DE L'INSTRUCTION DU PROGRAMME DE L'ÉTOILE ROUGE ET RÉPARTITION DU TEMPS	2A-1
	Annexe B – EXEMPLE D'HORAIRE D'INSTRUCTION	2B-1
	Annexe C – RESSOURCES REQUISES	2C-1
	Annexe D – DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE	2D-1
CHAPITRE 3	ÉVALUATION DES CADETS	3-1
	OBJET	3-1
	ÉVALUATION DE L'APPRENANT	3-1
	PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT	3-1
	ÉVALUATION DES CADETS DE L'ÉTOILE ROUGE	3-1
	NORME DE QUALIFICATION DE L'ÉTOILE ROUGE	3-1
	ÉVALUATIONS SUPPLÉMENTAIRES DES CADETS	3-1
	CONTRÔLE DU PROGRÈS DES CADETS	3-2
	RAPPORT SUR LE PROGRÈS DES CADETS	3-2
	CADETS NE RENCONTRANT PAS LA NORME DE QUALIFICATION MINIMALE	3-2
	CERTIFICAT DE QUALIFICATION DE L'ÉTOILE ROUGE	3-2
	Annexe A – CARACTÉRISTIQUES DES PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT (PD) DU PROGRAMME DES CADETS	3A-1
	Annexe B – DOSSIER DE QUALIFICATIONS DU PROGRAMME DE L'ÉTOILE ROUGE	3B-1
CHAPITRE 4	OBJECTIFS DE RENDEMENT ET DESCRIPTION DES LEÇONS	4-1-1
SECTION 1	OREN 201 – SITUER LE RÔLE D'UN CITOYEN CANADIEN SENSIBILISÉ À L'ENVIRONNEMENT	4-1-1
	OCOM M201.01 – DISCUTER DES DROITS ET RESPONSABILITÉS DES CITOYENS CANADIENS	4-1-2

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
OCOM M201.02 – DISCUTER DES PRINCIPES DE GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT	4-1-4
OCOM C201.01 – DISCUTER DES QUESTIONS ENVIRONNEMENTALES CONCERNANT LE CANADA	4-1-7
OCOM C201.02 – VISITER UNE INSTITUTION POLITIQUE MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION	4-1-10
OCOM C201.03 – VISITER UNE INSTALLATION DE PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION	4-1-12
OCOM C201.04 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER DU DOMAINE DE L'ENVIRONNEMENT	4-1-14
OCOM C201.05 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN REPRÉSENTANT DU GOUVERNEMENT	4-1-15
SECTION 2	
OREN 202 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE	4-2-1
EO M202.01 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE	4-2-3
SECTION 3	
OREN 203 – DÉMONTRER DES QUALITÉS DE LEADERSHIP DANS UN ENVIRONNEMENT ENTRE PAIRS	4-3-1
OCOM M203.01 – DISCUTER DU LEADERSHIP ENTRE PAIRS	4-3-2
OCOM M203.02 – DISCUTER DES PRINCIPES DE LEADERSHIP	4-3-4
OCOM M203.03 – DISCUTER DE LA COMMUNICATION EFFICACE ENTRE PAIRS	4-3-6
OCOM M203.04 – DÉMONTRER LA DYNAMIQUE DE GROUPE POSITIVE	4-3-8
OCOM M203.05 – DISCUTER DES COMPORTEMENTS INFLUENTS	4-3-10
OCOM M203.06 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME	4-3-12
OCOM M203.07 – DISCUTER DE L'INTÉGRITÉ PERSONNELLE COMME QUALITÉ DE LEADERSHIP	4-3-14
OCOM M203.08 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	4-3-16
OCOM C203.01 – CONSIGNER DES ENTRÉES DANS UN JOURNAL RÉFLECTIF	4-3-17
OCOM C203.02 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME	4-3-19
OCOM C203.03 – DISCUTER DES CARACTÉRISTIQUES D'UN CHEF	4-3-21
OCOM C203.04 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CHEF	4-3-23
OCOM C203.05 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE	4-3-24
OCOM C203.06 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE RÉOLUTION DE PROBLÈME	4-3-25
SECTION 4	
OREN 204 – METTRE À JOUR LE PLAN D'ACTIVITÉ PERSONNEL	4-4-1
OCOM M204.01 – FAIRE LE TEST PACER	4-4-2
OCOM M204.02 – RECONNAÎTRE LES CHOIX D'ALIMENTS SAINS	4-4-6
OCOM M204.03 – RECONNAÎTRE LES BIENFAITS D'UN MODE DE VIE SAIN	4-4-8
OCOM M204.04 – METTRE À JOUR LE PLAN D'ACTIVITÉ PERSONNEL	4-4-11

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
	OCOM M204.05 – FAIRE LE TEST PACER 4-4-13
	OCOM C204.01 – FAIRE LE TEST PACER 4-4-16
	OCOM C204.02 – ÉLABORER UN PLAN DE NUTRITION PERSONNEL 4-4-19
SECTION 5	OREN 205 – PARTICIPER À DES SPORTS RÉCRÉATIFS 4-5-1
	OCOM M205.01 – PARTICIPER À DES SPORTS D'ÉQUIPE RÉCRÉATIFS ORGANISÉS 4-5-2
SECTION 6	OREN 206 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DURANT UN EXERCICE DE TIR DE PRÉCISION RÉCRÉATIF 4-6-1
	OCOM M206.01 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION 4-6-3
	OCOM C206.01 – PRATIQUER LES TECHNIQUES POUR TENIR LA CARABINE 4-6-6
	OCOM C206.02 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE VISÉE 4-6-9
	OCOM C206.03 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE TIR 4-6-12
SECTION 7	OREN 207 – SERVIR DANS UN CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE 4-7-1
	OCOM M207.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE L'ÉTOILE ROUGE 4-7-2
	OCOM M207.02 – RECONNAÎTRE L'HISTOIRE DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE (CAD RAC) 4-7-5
	OCOM M207.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE ET LES RESPONSABILITÉS DU RÉPONDANT LOCAL 4-7-7
	OCOM M207.04 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D'INSTRUCTION DE LA DEUXIÈME ANNÉE AU CIEC 4-7-9
	OCOM C207.01 – IDENTIFIER LA STRUCTURE DES GRADES DES CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE ET DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA 4-7-12
	OCOM C207.02 – VISITER UN CORPS DE CADETS OU UN ESCADRON LOCAL 4-7-15
SECTION 8	OREN 208 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE EN TANT QUE MEMBRE D'UNE ESCOUADE 4-8-1
	OCOM M208.01 – TOURNER À GAUCHE ET À DROITE EN MARCHANT 4-8-2
	OCOM M208.02 – FORMER UNE FILE INDIENNE DE LA HALTE 4-8-4
	OCOM C208.01 – S'EXERCER À UNE CÉRÉMONIE MILITAIRE DANS LE CADRE D'UNE REVUE 4-8-6
	OCOM C208.02 – EXÉCUTER DES EXERCICES MILITAIRES AVEC ARMES 4-8-7
SECTION 9	OREN C211 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS COMPÉTITIVES DE BIATHLON D'ÉTÉ 4-9-1
	OCOM C211.01 – RECONNAÎTRE LES OCCASIONS DE BIATHLON CIVIL 4-9-3
	OCOM C211.02 – COURIR SUR UN TERRAIN À GÉOGRAPHIE DIFFÉRENTE 4-9-5
	OCOM C211.03 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS EN SE SERVANT D'UNE BRETELLE, APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE 4-9-8

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
	OCOM C211.04 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ 4-9-11
SECTION 10	OREN 220 – RECONNAÎTRE LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX DES FORCES CANADIENNES (FC) 4-10-1
	OCOM M220.01 – IDENTIFIER LE RÔLE DES FORCES CANADIENNES (FC) DANS LES INSTITUTIONS INTERNATIONALES 4-10-2
	OCOM M220.02 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION CONCERNANT LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX DES FORCES CANADIENNES (FC) 4-10-4
	OCOM C220.01 – PARTICIPER À UNE VISITE D'UNE INSTALLATION DES FORCES CANADIENNES (FC) 4-10-7
	OCOM C220.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DES FORCES CANADIENNES (FC) 4-10-9
	OCOM C220.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DU CANADA DANS LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX 4-10-12
SECTION 11	OREN 221 – EXÉCUTER LES TÂCHES D'UN MEMBRE D'UNE SECTION PENDANT UN EEC – BIVOUAC – LORS D'UNE FIN DE SEMAINE 4-11-1
	OCOM M221.01 – EXÉCUTER LES TÂCHES D'UN MEMBRE D'UNE SECTION EN CAMPAGNE 4-11-3
	OCOM M221.02 – IDENTIFIER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION 4-11-7
	OCOM M221.03 – IDENTIFIER LA FAUNE DES PROVINCES ET DES TERRITOIRES 4-11-12
	OCOM M221.04 – DONNER LES PREMIERS SOINS DE BASE 4-11-18
	OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS 4-11-20
	OCOM M221.06 – CONSTRUIRE UN ABRI DE TYPE « HOUCHIE » 4-11-23
	OCOM M221.07 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION 4-11-27
	OCOM M221.08 – PRÉPARER UNE RATION INDIVIDUELLE DE CAMPAGNE (RIC) 4-11-30
	OCOM M221.09 – ENTRETENIR L'ÉQUIPEMENT DE SECTION À LA SUITE D'UN EXERCICE D'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE (EEC) 4-11-33
	OCOM M221.CA/M224.CA – EEC – BIVOUAC ET DE SURVIE PENDANT UNE FIN DE SEMAINE 4-11-37
	OCOM C221.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR LES EFFORTS DE CONSERVATION EN MILIEU SAUVAGE AU CANADA 4-11-40
	OCOM C221.02 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE 4-11-43
	OCOM C221.03 – IDENTIFIER LES ESPÈCES D'ARBRES 4-11-46
SECTION 12	OREN 222 – NAVIGUER LE LONG D'UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE 4-12-1
	OCOM M222.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE VERTE 4-12-2
	OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS 4-12-4
	OCOM M222.03 – IDENTIFIER LES PARTIES DE LA BOUSSOLE 4-12-6
	OCOM M222.04 – DÉTERMINER LA DISTANCE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE 4-12-8
	OCOM M222.05 – ORIENTER UNE CARTE EN UTILISANT UNE BOUSSOLE 4-12-10
	OCOM M222.06 – SUIVRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE DE POINT À POINT 4-12-12

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
OCOM M222.CA/M223.CA – EXERCICE DE NAVIGATION ET RANDONNÉE EN MONTAGNE	4-12-15
OCOM C222.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À L'AIDE D'UNE CARTE ET D'UNE BOUSSOLE	4-12-17
SECTION 13	
OREN 223 – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE INCLUANT UNE NUIT	4-13-1
OCOM M223.01 – PRÉPARATION POUR UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE	4-13-3
OCOM M223.02 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS DE RANDONNÉE PÉDESTRE ET DE MONTAGNE	4-13-6
OCOM M223.03 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR COMMENT FRANCHIR DES OBSTACLES AU COURS D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE	4-13-9
SECTION 14	
OREN 224 – DÉTERMINER LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU	4-14-1
OCOM M224.01 – DÉTERMINER LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU	4-14-2
OCOM M224.02 – IDENTIFIER LES SEPT ENNEMIS DE LA SURVIE	4-14-4
OCOM M224.03 – PRÉDIRE LE TEMPS À L'AIDE DES FORMATIONS DE NUAGES	4-14-6
OCOM M224.04 – IDENTIFIER LES ABRIS D'URGENCE	4-14-8
OCOM M224.05 – PRÉPARER, ALLUMER, ENTRETENIR ET ÉTEINDRE UN FEU	4-14-11
OCOM M224.06 – IDENTIFIER LES MÉTHODES DE SIGNALISATION	4-14-16
OCOM C224.01 – LA CUISSON EN CAMPAGNE	4-14-19
OCOM C224.02 – PRÉPARER UN FEU DE SIGNALISATION	4-14-22
Annexe A – MÉTHODOLOGIES D'INSTRUCTION ET LEURS UTILISATIONS	4A-1

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

CHAPITRE 1 GÉNÉRALITÉS

BUTS

1. Le programme des cadets vise à développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership, à promouvoir la forme physique et à stimuler l'intérêt pour les activités maritimes, terrestres et aériennes des Forces canadiennes (FC).
2. Le programme de l'étoile rouge vise à fournir au cadet de l'Armée les connaissances théoriques de base et une expérience pratique dont il aura besoin pour participer aux activités du corps de cadets à titre de membre d'une section.

MISSION DU PROGRAMME ET RÉSULTATS POUR LES PARTICIPANTS

3. Le programme des cadets a pour mission de favoriser un épanouissement chez les jeunes et de les préparer à faire la transition à l'âge adulte en donnant aux cadets les connaissances nécessaires pour relever les défis d'une société moderne grâce à un programme communautaire dynamique.
4. Les résultats du programme des cadets pour les participants se définissent par les avantages qu'ils en retirent durant ou après leur participation au programme, et qui sont liés aux connaissances, compétences, attitudes, valeurs, comportements, à l'état et au statut. Les cinq résultats du programme des cadets sont les suivants :
 - a. bien-être émotionnel et physique;
 - b. comportement social;
 - c. compétences cognitives;
 - d. sens civique proactif; et
 - e. compréhension des FC.
5. La mission du programme et les résultats pour les participants sont expliqués plus en détail dans l'OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*.

APERÇU DE L'INSTRUCTION

6. Le programme des niveaux d'étoiles est un programme dirigé, offert aux corps de cadets, afin de donner à tous les cadets l'instruction et les occasions d'acquérir des connaissances et des compétences dans une variété de domaines d'intérêt tout en les familiarisant avec des activités spécialisées. Ce programme comprend cinq niveaux d'instruction. Habituellement, un cadet tentera de réussir un seul niveau au cours d'une année d'instruction.
7. Chaque niveau d'étoile se divise en objectifs de rendement (OREN) qui sont subdivisés en objectifs de compétence (OCOM).

CONCEPTION DU PROGRAMME

8. Le programme de l'étoile rouge a été conçu :
 - a. en présumant que la majorité des cadets de deuxième année sont âgés de 13 ou 14 ans;
 - b. en présumant que la plupart des cadets ont réussi l'étoile verte;
 - c. en utilisant des stratégies d'apprentissage correspondant à l'âge;

- d. en utilisant une période de 30 minutes comme norme de période d'instruction;
- e. en prévoyant un mélange de programmation consistant en instruction obligatoire fixe et en instruction complémentaire flexible;
- f. pour inclure de l'apprentissage expérientiel et fondé sur les compétences en mettant moins l'accent sur les connaissances théoriques; et
- g. en tenant pour acquis que l'apprentissage se réalisera par une combinaison de périodes d'instruction fixes, de discussions non structurées, de périodes propices à l'apprentissage et d'occasions de mentorat ou d'encadrement.

OBJECTIFS DE RENDEMENT

9. Les résumés des OREN communs à tous les éléments du programme des cadets (alloués aux OREN 201 à 219) et des OREN particuliers au programme de l'étoile rouge sont les suivants :

- a. **Civisme.** OREN 201 – Situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement.
 - (1) Le but du civisme enseigné durant l'étoile rouge est de fournir une compréhension de base du rôle d'un bon citoyen en matière de gérance de l'environnement.
 - (2) Le civisme enseigné durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme, et un sens civique proactif chez les participants.
- b. **Service communautaire.** OREN 202 – Effectuer un service communautaire.
 - (1) Le but du service communautaire enseigné durant l'étoile rouge est d'encourager les cadets à devenir actifs au sein de leurs communautés en participant à des activités de service communautaire à titre de membre d'une section.
 - (2) Le service communautaire enseigné durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme, et un sens civique proactif chez les participants.
- c. **Leadership.** OREN 203 – Démontrer des qualités de leadership dans un environnement entre pairs.
 - (1) Le but du leadership enseigné durant l'étoile rouge est de familiariser les cadets avec les façons dont disposent les pairs leaders pour influencer le comportement de leur groupe.
 - (2) Le leadership enseigné durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de leadership, et un bon comportement social chez les participants.
- d. **Bonne forme physique et mode de vie sain.** OREN 204 – Mettre à jour le plan d'activité personnel.
 - (1) Le but de la bonne forme physique et du mode de vie sain enseignés durant l'étoile rouge est d'encourager les cadets à se fixer et à adopter des buts personnels qui contribuent à une vie active et à une bonne santé cardiovasculaire.
 - (2) La bonne forme physique et le mode de vie sain enseignés durant l'étoile rouge contribuent directement à atteindre le but du programme qui consiste à promouvoir la bonne forme physique, et le bien-être physique chez les participants.

- e. **Sports récréatifs.** OREN 205 – Participer à des sports récréatifs.
- (1) Le but des sports récréatifs enseignés durant l'étoile rouge est d'encourager les cadets à participer activement à des activités de sports récréatifs.
 - (2) Les sports récréatifs enseignés durant l'étoile rouge contribuent directement à atteindre le but du programme qui consiste à promouvoir la bonne la forme physique, et le bien-être physique chez les participants.
- f. **Tir de précision avec la carabine à air comprimé.** OREN 206 – Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif.
- (1) Le but du tir de précision avec la carabine à air comprimé enseigné durant l'étoile rouge est de développer les compétences des cadets en tir de précision en les faisant participer à des activités récréatives de tir de précision.
 - (2) Le tir de précision avec la carabine à air comprimé enseigné durant l'étoile rouge contribue indirectement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme et de leadership par l'entremise du tir de précision compétitif servant de réseau pour le développement de l'autodiscipline et du travail d'équipe. Il contribue aussi indirectement à favoriser le bien-être émotionnel et physique, chez les participants, en consolidant l'estime de soi et en favorisant un mode de vie actif.
- g. **Connaissance générale des cadets.** OREN 207 – Servir dans un corps de cadets de l'Armée.
- (1) Le but de la connaissance générale des cadets enseignée durant l'étoile rouge est de fournir aux cadets des connaissances préalables sur les occasions inhérentes au programme des cadets de l'Armée et sur les compétences et les connaissances pour leur permettre de bien s'intégrer dans l'organisation des cadets.
 - (2) La connaissance générale des cadets enseignée durant l'étoile rouge contribue à la réalisation du but du programme qui consiste à stimuler un intérêt dans les activités terrestres des FC, et le comportement social et la compréhension des FC chez les participants.
- h. **Exercice militaire.** OREN 208 – Exécuter de l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade.
- (1) Le but de l'exercice militaire enseigné durant l'étoile rouge est d'enseigner aux cadets les mouvements d'exercice militaire visant à améliorer l'efficacité d'une escouade en marche.
 - (2) L'exercice militaire enseigné durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme, qui consiste à stimuler un intérêt pour les activités terrestres des FC, et un comportement social, chez les participants, en prenant part à une activité d'équipe.
- i. **Biathlon.** OREN C211 – Participer à des activités compétitives de biathlon d'été.
- (1) Le but du biathlon enseigné durant l'étoile rouge est de donner l'occasion aux cadets de développer leurs compétences en tir de précision ainsi que leur bonne forme physique tout en les familiarisant avec le sport du biathlon.
 - (2) Le biathlon enseigné durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme, qui consiste à promouvoir la bonne forme physique, et le bien-être physique chez les participants.

- j. **Familiarisation avec les FC.** OREN 220 – Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC).
- (1) Le but de la familiarisation avec les FC enseignée durant l'étoile rouge est de présenter aux cadets le rôle des FC dans les opérations de soutien de la paix.
 - (2) La familiarisation avec les FC enseignée durant l'étoile rouge contribue directement à atteindre le but du programme, qui consiste à stimuler un intérêt pour les activités terrestres des FC, et la compréhension des FC pour les participants.
- k. **Entraînement en campagne.** OREN 221 – Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.
- (1) Le but de l'entraînement en campagne enseigné durant l'étoile rouge est de procurer aux cadets les tâches comme membre d'une section pendant un exercice d'entraînement en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine.
 - (2) L'entraînement en campagne enseigné durant l'étoile rouge appuie les expéditions des cadets de l'Armée par la mise en valeur des compétences de base qui aident le cadet à se sentir plus à l'aise dans une zone de campement. Le Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne vise à perfectionner les compétences de leadership, tout en rehaussant les concepts de soi, tels que la confiance en soi, l'autonomie, l'estime de soi et l'autodiscipline. Cela passe par des activités d'expédition telles que définies dans l'OAIC 41-05, *Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Les expéditions des cadets de l'Armée contribuent directement à atteindre le but du programme, qui consiste à développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership. Elles contribuent également à la promotion de la forme physique, et du bien-être émotionnel et physique, d'un comportement social, des compétences cognitives ainsi que d'un sens civique proactif pour les participants.
- l. **Navigation.** OREN 222 – Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole.
- (1) Le but de la navigation enseignée durant l'étoile rouge est d'offrir aux cadets l'occasion de naviguer sur un itinéraire de point à point en utilisant une carte, une boussole et les techniques de comptage de pas.
 - (2) La navigation enseignée durant l'étoile rouge appuie les expéditions des cadets de l'Armée par le perfectionnement des compétences de navigation qui seront utilisées pendant la randonnée en montagne. Le Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne vise à perfectionner les compétences de leadership, tout en rehaussant les concepts de soi, tels que la confiance en soi, l'autonomie, l'estime de soi et l'autodiscipline. Cela se réalise par des activités d'expédition telles que définies dans l'OAIC 41-05, *Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Les expéditions des cadets de l'Armée contribuent directement à atteindre le but du programme, qui consiste à développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership. Elles contribuent également à la promotion de la forme physique, et du bien-être émotionnel et physique, d'un comportement social, des compétences cognitives ainsi que d'un sens civique proactif pour les participants.

- m. **Randonnée en montagne.** OREN 223 – Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit.
- (1) Le but de la randonnée en montagne enseignée durant l'étoile rouge est de fournir aux cadets l'occasion de participer à une randonnée pédestre où ils rencontreront des terrains de classe 2 (la grimpe simple, franchir des obstacles en utilisant occasionnellement les mains, nécessite les compétences pour s'orienter et trouver son chemin, il peut s'agir d'une région boisée de l'arrière-pays).
 - (2) La randonnée en montagne enseignée durant l'étoile rouge appuie les expéditions des cadets de l'Armée par le perfectionnement des compétences de randonnée en montagne comme un mode d'excursion, en appui aux activités d'expédition. Le Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne vise à perfectionner les compétences de leadership, tout en rehaussant les concepts de soi, tels que la confiance en soi, l'autonomie, l'estime de soi et l'autodiscipline. Cela se réalise par des activités d'expédition telles que définies dans l'OAIC 41-05, *Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Les expéditions des cadets de l'Armée contribuent directement à atteindre le but du programme, qui consiste à développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership. Elles contribuent également à la promotion de la forme physique, et du bien-être émotionnel et physique, d'un comportement social, des compétences cognitives ainsi que d'un sens civique proactif chez les participants.
- n. **Survie en milieu sauvage.** OREN 224 – Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu.
- (1) Le but de la survie en milieu sauvage enseignée durant l'étoile rouge est de présenter aux cadets les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu dans un milieu sauvage.
 - (2) La survie en milieu sauvage enseignée durant l'étoile rouge appuie indirectement les expéditions des cadets de l'Armée par le perfectionnement des compétences pour permettre aux cadets de survivre en milieu sauvage, dans une situation d'urgence, et d'aider le personnel de recherche et de sauvetage à déterminer leur position. Le Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne vise à perfectionner les compétences de leadership, tout en rehaussant les concepts de soi, tels que la confiance en soi, l'autonomie, l'estime de soi et l'autodiscipline. Cela se réalise par des activités d'expédition telles que définies dans l'OAIC 41-05, *Programme des expéditions des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Les expéditions des cadets de l'Armée contribuent directement à atteindre le but du programme, qui consiste à développer chez les jeunes les qualités de civisme et de leadership. Elles contribuent également à la promotion de la forme physique, et du bien-être émotionnel et physique, d'un comportement social, des compétences cognitives ainsi que d'un sens civique proactif chez les participants.

MÉTHODE POUR ATTEINDRE LES OBJECTIFS

10. La majorité des OREN de l'étoile rouge sont liés aux compétences. L'acquisition de compétences se fait grâce aux périodes pratiques d'instruction et à la pratique. Afin d'atteindre ces OREN, une approche d'apprentissage pratique est primordiale. Les conseils suivants peuvent aider à la mise en œuvre du programme de l'étoile rouge :

- a. Pour des raisons de sécurité, un peu de théorie est nécessaire pour présenter la nouvelle matière. Par contre, la plus grande partie de la matière peut être enseignée à l'aide d'expériences pratiques.

- b. S'assurer que les séances d'instruction sont bien organisées et planifiées afin de donner aux instructeurs assez de temps pour se préparer à la prestation et à la conduite de l'instruction. Cela inclut la révision des descriptions des leçons et des guides pédagogiques et l'élaboration du matériel d'instruction, s'il y a lieu.
- c. Planifier l'instruction de façon à ce que la matière soit présentée de manière à assurer un passage en douceur d'une activité à l'autre.
- d. Prendre suffisamment de temps pour discuter des activités d'apprentissage expérientiel et d'en faire une récapitulation afin de s'assurer que les cadets ont compris la façon dont cette expérience peut être intégrée aux expériences futures.

QUALIFICATIONS PRÉALABLES À L'INSTRUCTION

11. Afin de participer au programme de l'étoile rouge, les jeunes doivent faire partie d'un corps de cadets, tel qu'indiqué dans l'A-CR-CCP-950/PT-001, *Ordres et règlements royaux des cadets du Canada*, article 4.01.

12. Les cadets qui participent au programme de l'étoile rouge doivent être habituellement âgés de 13 ou 14 ans.

UTILISATION DE LA NQP

13. La présente NQP doit servir de source principale régissant l'élaboration, la mise en œuvre, la conduite et l'évaluation de l'instruction et des normes pour la qualification d'un cadet au niveau de l'étoile rouge. La présente NQP doit servir de document de référence principal à la Direction des cadets et des Rangers juniors canadiens pour la validation de l'instruction de qualification du niveau de l'étoile rouge.

14. Le programme de l'étoile rouge doit être enseigné en se servant de cette NQP comme document de contrôle de l'instruction conjointement avec le document A-CR-CCP-702/PF-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Guides pédagogiques de l'étoile rouge*.

CHAPITRE 2

DÉTAILS DE GESTION DE L'INSTRUCTION

ORGANISME RESPONSABLE ET ÉTABLISSEMENTS D'INSTRUCTION

1. L'autorité de gestion du programme des niveaux des cadets de l'Armée est le Directeur – Cadets et Rangers juniors canadiens (D Cad & RJC). Les unités régionales de soutien aux cadets (URSC) sont responsables pour l'instruction dudit programme par les établissements d'instruction (EI) autorisés. En voici quelques-uns :

- a. les corps de cadets royaux de l'Armée canadienne (Corps des Cad RAC); et
- b. des établissements d'instruction technique, tels que :
 - (1) les centres d'expédition; et
 - (2) d'autres zones, détachements ou EI régionaux, autorisés par le commandant (cmdt) de l'URSC.

DÉTAILS D'INSTRUCTION

2. Conformément à l'OAIC 11-04, *Aperçu du programme des cadets*, et l'OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*, le programme des niveaux d'étoiles se déroule entre le 1^{er} septembre et le 30 juin de chaque année d'instruction par l'entremise d'une combinaison de séances d'instruction avec des journées et des fins de semaine d'instruction assistée. Le programme des niveaux d'étoiles est divisé en deux éléments d'instruction obligatoires que tous les cadets doivent suivre. Les voici :

- a. **Instruction obligatoire.** L'instruction obligatoire est composée d'un éventail d'activités que les corps de cadets et, dans certains cas, les EI spécialisés doivent diriger et que les cadets doivent accomplir afin de compléter le programme de niveau d'étoile.
- b. **Instruction complémentaire.** L'instruction complémentaire est composée d'un éventail d'activités que les corps de cadets et, dans certains cas, les EI spécialisés doivent diriger et que les cadets doivent accomplir afin de compléter le programme de niveau d'étoile. Ces activités viennent compléter les activités obligatoires et font partie intégrante du programme de niveau d'étoile. Les cmdt ont la possibilité de choisir les activités parmi un éventail de choix, ce qui leur permet d'ajuster le programme de niveau d'étoile selon les intérêts et les ressources des corps de cadets.

3. **Aperçu de l'instruction de l'étoile rouge.** La répartition de l'instruction obligatoire et de l'instruction complémentaire de l'étoile rouge est la suivante :

a. Instruction obligatoire :

- (1) 60 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant les séances d'instruction (3 périodes par séance);
- (2) 18 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant les jours d'instruction obligatoires (9 périodes par jour) pour un total de deux jours;
- (3) Un exercice d'entraînement en campagne (EEC) – bivouac – lors d'une fin de semaine; composé de 11 périodes d'instruction (l'OCOM M221.06 à M221.08 et M224.02 et M224.03) et 7 périodes d'expérience pratique (M121.CA); et
- (4) Un exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine; composé de 6 périodes d'instruction (l'OCOM M222.04 à M222.06) et 12 périodes d'expérience pratique (M222.CA et M223.CA).

b. Instruction complémentaire :

- (1) 30 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant les séances d'instruction (3 périodes par séance);
- (2) 18 périodes d'instruction qui doivent se dérouler pendant les jours d'instruction complémentaire (9 périodes par jour) pour un total de deux jours; et
- (3) Un exercice d'activités de formation par l'aventure des cadets de l'Armée (C123.01) ou un exercice d'entraînement par temps froid lors d'une fin de semaine (C121.05).

4. **Répartition des périodes d'instruction.** Les périodes sont d'une durée de 30 minutes avec l'enseignement de certaines périodes prévu dans un environnement en campagne pendant les fins de semaine d'instruction assistée. Une répartition détaillée des périodes d'instruction se trouve à l'[annexe A](#). La répartition totale des périodes d'instruction par OREN est la suivante :

Sujet	OREN	Objectif de rendement	Périodes d'instruction obligatoires	Instruction en campagne obligatoire	Expérience d'EEC obligatoire	Périodes d'instruction complémentaires	Expérience d'EEC complémentaire
Civisme	201	Déterminer le rôle d'un citoyen canadien conscient de l'environnement	2	–	–	11	–
Service communautaire	202	Effectuer un service communautaire	9	–	–	12	–
Leadership	203	Démontrer des qualités de leadership dans un environnement entre pairs	10	–	–	11	–
Bonne forme physique et mode de vie sain	204	Mettre à jour son plan d'activité personnel	6	–	–	4	–
Sports récréatifs	205	Participer à des sports récréatifs	9	–	–	27	–
Tir de précision avec la carabine à air comprimé	206	Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif	3	–	–	10	–

Sujet	OREN	Objectif de rendement	Périodes d'instruction obligatoires	Instruction en campagne obligatoire	Expérience d'EEC obligatoire	Périodes d'instruction complémentaires	Expérience d'EEC complémentaire
Connaissance générale des cadets	207	Servir dans un corps de cadets de l'Armée	4	–	–	6	–
Exercice militaire	208	Exécuter de l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade	3	–	–	16	–
Biathlon	C211	Participer à des activités compétitives de biathlon d'été	0	–	–	9	–
Familiarisation avec les FC	220	Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)	4	–	–	24	–
Entraînement en campagne	221	Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine	11	6	5	14	18
Navigation	222	Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole	5	9	–	9	–
Randonnée en montagne	223	Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit	5	–	9	10	18
Survie en milieu sauvage	224	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu	4	7	–	4	–
Cérémonie de revue annuelle	S.O.	S.O.	3	–	–	–	–
Total			78	22	14	167	36

5. **Capacité d'instruction.** La capacité d'instruction est limitée à la capacité du corps de cadets à satisfaire aux exigences de supervision conformément à l'OAIC 13-12, *Supervision des cadets*, et, dans certains cas à des quotas établis.

6. **Besoins en personnel d’instruction**

a. Officier d’instruction du corps de cadets (O Instr) :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
lt/capt	00232-02	1	Minimum : Qualification de capitaine; ou Officier subalterne EP2 du CIC Qualification. Préférable : Cours d’instructeur sénior; et Cours d’officier d’instruction du CIC.

b. Officier du niveau d’étoile rouge :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
lt/slt	00232-02	1	Minimum : Qualification élémentaire d’officier; ou Qualification élémentaire d’officier militaire (CIC commun). Préférable : Cours de développement professionnel (Terre); ou Qualification élémentaire d’officier militaire (CIC – Terre).

Nota : Un élof peut remplir ce poste si les circonstances le justifient.

c. Instructeurs :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
cadet-sergent et grades supérieurs	S.O.	1 par 10 cadets	Minimum : Réussite du programme de l’étoile d’or. Préférable : Les spécialités du CIEC répondant aux exigences de chaque activité (p. ex. un cours d’instructeur de tir de précision à la carabine à air comprimé pour donner le cours de tir de précision avec la carabine à air comprimé, OREN 206).

7. **Instructeurs spécialisés.** Les instructeurs spécialisés possèdent des qualifications spécialisées précises. Le nombre d’instructeurs spécialisés nécessaire est influencé par le document de directives propres à l’activité (p. ex. les OAIC, les ordonnances de sécurité nautique, etc.) et par les circonstances locales, qui

auront aussi une influence sur la structure pour les cadres de support à l'instruction ou à l'entraînement. Voici une liste des postes d'instructeurs spécialisés nécessaires pour le niveau de l'étoile rouge :

- a. Instructeurs spécialisés :
 - (1) Officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir) (carabine à air comprimé), pour l'OREN 206 et l'OREN C211;
 - (2) Instructeur d'entraînement par temps froid pour l'OCOM C121.05 et l'OCOM C123.03; et
 - (3) Un ou plusieurs instructeurs conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*, et au besoin pour l'OCOM C123.01.
- b. Instructeurs de cadets spécialisés :
 - (1) Un ou plusieurs instructeurs de conditionnement physique et de sports selon la disponibilité pour l'OREN 204 et l'OREN 205;
 - (2) Un ou plusieurs instructeurs d'exercice militaire et du cérémonial selon la disponibilité pour l'OREN 208;
 - (3) Un ou plusieurs instructeurs de tir de précision avec la carabine à air comprimé selon la disponibilité pour l'OREN 206 et l'OREN C211; et
 - (4) Un ou plusieurs instructeurs d'expéditions selon la disponibilité pour l'OREN 221, l'OREN 222, l'OREN 223 et l'OREN 224.
- c. Des conférenciers selon les besoins.

8. **Ressources requises.** Les cmdt des URSC sont responsables de s'assurer que les fournitures et l'équipement nécessaires sont disponibles. Une liste détaillée du matériel, de l'équipement audiovisuel et du matériel d'instruction et d'apprentissage nécessaires au déroulement de l'instruction se trouve à l'[annexe C](#).

ADMINISTRATION DE L'INSTRUCTION

9. **Évaluation des cadets.** Les détails au sujet de l'évaluation des cadets sont présentés au chapitre 3.
10. **Rapports.** Les O Instr doivent tenir un dossier d'instruction pour chaque cadet afin d'enregistrer son progrès pendant l'année d'instruction. Le dossier d'instruction doit consister, au moins, en un dossier de qualification du programme de niveau de l'étoile rouge ([annexe B](#)). Les dossiers d'instruction sont des documents temporaires dont on peut se défaire lors de l'adaptation des dossiers du programme de niveau de l'étoile rouge au dossier personnel du cadet (DND 2399).

QUALIFICATION

11. La réussite du programme de l'étoile rouge confère la qualification d'étoile rouge et peut être obtenue en satisfaisant aux critères mentionnés dans le chapitre 3.

DOCUMENTS CONNEXES

12. La présente NQP doit être utilisée conjointement avec :
 - a. les Ordonnances sur l'administration et l'instruction des cadets (OAIC); et
 - b. A-CR-CCP-702/PF-002.

INSTRUCTIONS SPÉCIALES

13. **Horaire.** Au moment de planifier l’instruction, les O Instr doivent se familiariser avec les descriptions des leçons indiquées au chapitre 4. Même si un exemple d’horaire se trouve à l’[annexe B](#), il ne tient pas compte des multiples variables auxquelles les corps de cadets font face lors du développement des plans d’instruction annuels. Ce qu’on doit prendre en considération lors du développement du plan d’instruction annuel sont :

- a. l’environnement d’instruction nécessaire pour chaque activité :
 - (1) certaines activités nécessiteront un environnement extérieur qui demande de tenir compte du climat saisonnier; et
 - (2) d’autres activités nécessiteront l’utilisation d’installations spécialisées comme un gymnase ou d’un terrain pour les sports;
- b. la disponibilité d’un instructeur spécialisé pour diriger l’activité, au besoin;
- c. le regroupement logique et le séquençage des OCOM pour tirer avantage des rapports mutuels qui existent dans les matières d’instruction; et
- d. la planification de l’instruction pendant les séances par rapport à l’instruction de fin de semaine, p. ex. l’identification des OCOM qui doivent être enseignés avant une journée ou une fin de semaine d’instruction afin de préparer les cadets à l’événement.

14. Journées ou fins de semaine d’instruction

- a. Le corps de cadets est responsable de la planification et du déroulement des journées d’instruction. La journée d’instruction doit se dérouler à l’endroit de rassemblement du corps de cadets ou, s’il n’y a pas d’installations appropriées à l’endroit de rassemblement du corps de cadets, dans la communauté.
- b. Conformément à l’OAIC 11-04, *Aperçu du programme des cadets*, l’instruction de fin de semaine doit se dérouler dans un rayon de 300 km de l’endroit de rassemblement du corps de cadets.
- c. Si un soutien pour les journées ou les fins de semaine complémentaires ou obligatoires est nécessaire, une demande doit être envoyée à l’URSC appropriée. Se reporter à l’OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l’Armée*, et aux ordonnances régionales pour obtenir plus d’information sur le soutien offert par les URSC.
- d. Les journées et les fins de semaine d’instruction doivent être structurées de façon à inclure les cadets de tous les niveaux du programme d’étoile, à moins d’indication contraire dans la NQP propre au niveau d’étoile.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

15. Une liste des documents de référence utilisés dans cette NQP est présentée à l’[annexe D](#).

RÉSUMÉ DE L'INSTRUCTION DU PROGRAMME DE L'ÉTOILE ROUGE ET RÉPARTITION DU TEMPS

RÉPARTITION DES PÉRIODES D'INSTRUCTION

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
201	Déterminer le rôle d'un citoyen canadien conscient de l'environnement	M201.01	Discuter des droits et responsabilités des citoyens canadiens	1	
		M201.02	Discuter des principes de gérance de l'environnement	1	
		C201.01	Discuter des questions environnementales concernant le Canada	1	
		C201.02	Visiter une institution politique municipale, provinciale ou fédérale de la région	3	
		C201.03	Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région	3	
		C201.04	Participer à une présentation donnée par un conférencier du domaine de l'environnement	2	
		C201.05	Participer à une présentation donnée par un représentant du gouvernement	2	
		OREN 201 – Total des périodes d'instruction obligatoires			2
		OREN 201 – Total des périodes d'instruction complémentaires			11
202	Effectuer un service communautaire	M202.01	Effectuer un service communautaire	9	
		C102.01	Participer à une cérémonie militaire	3	
		C102.02	Effectuer un service communautaire	9	
		OREN 202 – Total des périodes d'instruction obligatoires			9
		OREN 202 – Total des périodes d'instruction complémentaires (max. de 9 pdes permises)			12
203	Démontrer les qualités de leadership dans un environnement entre pairs	M203.01	Discuter du leadership entre pairs	1	
		M203.02	Discuter des principes du leadership	1	
		M203.03	Discuter de la communication efficace entre pairs	1	
		M203.04	Démontrer une dynamique de groupe positive	2	
		M203.05	Discuter des comportements influents	1	
		M203.06	Utiliser la résolution de problème	2	
		M203.07	Discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership	1	
		M203.08	Participer à des activités de promotion du travail d'équipe	1	
		C203.01	Consigner des entrées dans un journal réflexif	3	
		C203.02	Utiliser la résolution de problème	2	

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
		C203.03	Discuter des caractéristiques d'un chef	2	
		C203.04	Participer à une présentation donnée par un chef	2	
		C203.05	Participer à des activités de renforcement de la confiance	1	
		C203.06	Participer à des activités de résolution de problème	1	
		OREN 203 – Total des périodes d'instruction obligatoires			10
		OREN 203 – Total des périodes d'instruction complémentaires			11
204	Mettre à jour son plan d'activité personnel	M204.01	Faire le test PACER (au début de l'année)	2	
		M204.02	Reconnaître les choix d'aliments sains	1	
		M204.03	Reconnaître les bienfaits d'un mode de vie sain	1	
		M204.04	Mettre à jour son plan d'activité personnel	1	
		M204.05	Faire le test PACER (à la fin de l'année)	1	
		C204.01	Faire le test PACER (à la mi-année)	1	
		C204.02	Élaborer un plan de nutrition personnel	2	
		C104.01	Établir des objectifs d'équipe	1	
		OREN 204 – Total des périodes d'instruction obligatoires			6
OREN 204 – Total des périodes d'instruction complémentaires			4		
205	Participer à des sports récréatifs	M205.01	Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	9	
		C105.01	Participer à une rencontre omnisportive	9	
		C105.02	Participer à une activité sportive <i>intra-muros</i> organisée	9	
		C105.03	Participer à une course d'orientation	9	
		OREN 205 – Total des périodes d'instruction obligatoires			9
		OREN 205 – Complémentaire – Total (max. de 9 pdes permises)			27
206	Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif	M206.01	Participer à une activité récréative de tir de précision	3	
		C206.01	Pratiquer les techniques pour tenir la carabine	1	
		C206.02	Pratiquer les techniques de visée	2	
		C206.03	Pratiquer les techniques de tir	1	
		C106.01	Participer à une activité récréative de tir de précision	6	
		OREN 206 – Total des périodes d'instruction obligatoires			3

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
		OREN 206 – Total des périodes d’instruction complémentaires		10	
207	Servir dans un corps de cadets de l’Armée	M207.01	Identifier les occasions d’instruction de l’étoile rouge	1	
		M207.02	Reconnaître l’histoire des cadets royaux de l’Armée canadienne (Cad RAC)	1	
		M207.03	Reconnaître les rôles et responsabilités du répondant local	1	
		M207.04	Identifier les occasions d’instruction de la deuxième année au CIEC	1	
		C207.01	Identifier la structure des grades des cadets de la Marine royale canadienne et de l’Aviation royale du Canada	1	
		C207.02	Visiter un corps de cadets ou un escadron local	3	
		C107.03	Participer à une activité relative à l’histoire du corps de cadets	2	
		OREN 207 – Total des périodes d’instruction obligatoires			4
		OREN 207 – Total des périodes d’instruction complémentaires			6
208	Exécuter de l’exercice militaire en tant que membre d’une escouade	M208.01	Tourner à gauche et à droite en marchant	2	
		M208.02	Former une file indienne de la halte	1	
		C208.01	S’exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d’une revue	2	
		C208.02	Exécuter des exercices militaires avec armes	8	
		C108.01	Exécuter des mouvements d’exercice militaire supplémentaires	6	
		OREN 208 – Total des périodes d’instruction obligatoires			3
		OREN 208 – Complémentaire – Total (max. de 9 pdes permises)			16
C211	Participer à des activités compétitives de biathlon d’été	C211.01	Reconnaître les occasions de biathlon civil	1	
		C211.02	Courir sur un terrain à géographie différente	1	
		C211.03	Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en se servant d’une bretelle, après une activité physique	1	
		C211.04	Participer à une activité compétitive de biathlon d’été	6	
		OREN C211 – Total des périodes d’instruction obligatoires			0
		OREN C211 – Total des périodes d’instruction complémentaires			9

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
220	Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)	M220.01	Identifier le rôle des Forces canadiennes (FC) dans les institutions internationales	2	
		M220.02	Participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)	2	
		C220.01	Participer à une visite d'une installation des Forces canadiennes (FC)	9	
		C220.02	Participer à une présentation des Forces canadiennes (FC)	9	
		C220.03	Reconnaître le rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix	3	
		C120.03	Communiquer avec un soldat déployé	3	
		OREN 220 – Total des périodes d'instruction obligatoires			4
		OREN 220 – Complémentaire – Total (max. de 9 pdes permises)			24
		221	Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine	M221.01	Exécuter les tâches d'un membre d'une section en campagne
M221.02	Identifier l'équipement de section			2	
M221.03	Identifier la faune des provinces et des territoires			2	
M221.04	Donner les premiers soins de base			1	
M221.05	Faire des nœuds			3	
M221.06	Construire un abri de type « houchie »			3 en campagne	
M221.07	Utiliser l'équipement de section			2 en campagne	
M221.08	Préparer une ration individuelle de campagne (RIC)			1 en campagne	
M221.09	Entretien de l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC)			2	
M221.CA	EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine			5 en campagne	
C221.01	Participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada			2	
C221.02	Construire des commodités de campagne			6	
C221.03	Identifier les espèces d'arbres			2	
C121.02	Participer à une discussion sur l'exposition au climat froid			1	
C121.03	Choisir les vêtements pour temps froid			1	
C121.04	Reconnaître les effets du froid			2	
C121.05	Participer à l'entraînement par temps froid	18 en campagne			

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
		OREN 221 – Total des périodes d’instruction obligatoires		11	
		OREN 221 – Obligatoire en campagne – Total		11	
		OREN 221 – Total des périodes d’instruction complémentaires		14	
		OREN 221 – Total des périodes d’instruction complémentaires		18	
222	Naviguer le long d’un itinéraire en utilisant une carte et une boussole	M222.01	Réviser la navigation de l’étoile verte	2	
		M222.02	Décrire des azimuts	2	
		M222.03	Identifier les parties de la boussole	1	
		M222.04	Déterminer la distance le long d’un itinéraire	3 en campagne	
		M222.05	Orienter une carte en utilisant une boussole	1 en campagne	
		M222.06	Suivre un azimut magnétique de point à point	2 en campagne	
		M222.CA	Exercice de navigation et randonnée en montagne	3 en campagne	
		C222.01	Pratiquer la navigation à l’aide d’une carte et d’une boussole	9	
		OREN 222 – Total des périodes d’instruction obligatoires			5
		OREN 222 – Obligatoire en campagne – Total			9
		OREN 222 – Total des périodes d’instruction complémentaires			9
223	Effectuer une randonnée pédestre le long d’un itinéraire dans le cadre d’un exercice incluant une nuit	M223.01	Préparation pour une randonnée en montagne	2	
		M223.02	Identifier les associations de randonnée pédestre et de montagne	1	
		M223.03	Participer à une discussion sur comment franchir des obstacles au cours d’une randonnée en montagne	2	
		M223.CA	Un exercice de navigation et randonnée en montagne	9 en campagne	
		C123.01	Participer à la formation par l’aventure	18 en campagne	
		C123.02	Se conformer à la discipline de marche en raquette	1	
		C123.03	Participer à une activité de raquette	9	
		OREN 223 – Total des périodes d’instruction obligatoires			5
		OREN 223 – Obligatoire en campagne – Total			9
		OREN 223 – Total des périodes d’instruction complémentaires			10
OREN 223 – Total des périodes d’instruction complémentaires			18		

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
224	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu	M224.01	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu	2	
		M224.02	Identifier les sept ennemis de la survie	1	
		M224.03	Prédire le temps à l'aide des formations de nuages	1	
		M224.04	Identifier les abris d'urgence	2 en campagne	
		M224.05	Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu	3 en campagne	
		M224.06	Identifier les méthodes de signalisation	3 en campagne	
		C224.01	La cuisson en campagne	2	
		C224.02	Préparer un feu de signalisation	2	
		OREN 224 – Total des périodes d'instruction obligatoires			4
		OREN 224 – Obligatoire en campagne – Total			7
		OREN 224 – Total des périodes d'instruction complémentaires			4
		S.O.	Cérémonie de revue annuelle	3	
Total des périodes d'instruction obligatoires			78		
Total des périodes d'instruction obligatoires en campagne			36 en campagne		
Complémentaire – Total (max. de 48 périodes)			167		
Complémentaire en campagne – Total (max. de 18 périodes)			36 en campagne		

Nota : CA – Activité de confirmation.

RÉPARTITION DES JOURNÉES ET DES FINS DE SEMAINE D'INSTRUCTION

OBLIGATOIRE

Activité	Description	Durée
Périodes d'instruction obligatoires	18 périodes d'instruction (9 par jour) choisies dans les OCOM obligatoires et devant se dérouler pendant une journée entière d'instruction. Dans certains cas, les périodes sont regroupées en journées de 9 périodes logiques dans les spécifications de la leçon (p. ex. OREN 202 – Effectuer un service communautaire, OREN 205 – Sports récréatifs ou OREN 206 – Tir de précision avec la carabine à air comprimé). Toutefois, les corps ont le choix d'enseigner les OCOM qui répondent à leurs propres besoins pendant ces journées.	2 jours
EEC – bivouac et de survie	Une fin de semaine d'instruction obligatoire de soutien est offerte pour permettre au corps de cadets de participer à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine, comprenant deux journées d'expérience pratique pour appuyer l'OREN 221 –	1 fin de semaine

Activité	Description	Durée
	Entraînement en campagne et à l'OREN 224 – Survie en milieu sauvage.	
Exercice de navigation et randonnée en montagne	Une fin de semaine d'instruction obligatoire de soutien est offerte pour permettre au corps de cadets de participer à un exercice de navigation et randonnée en montagne, comprenant deux journées d'expérience pratique pour appuyer l'OREN 222 – Navigation et l'OREN 223 – Randonnée en montagne.	1 fin de semaine
Total des périodes d'instruction obligatoires		6 jours

COMPLÉMENTAIRE

Activité	Description	Durée
Périodes d'instruction complémentaires	18 périodes d'instruction (9 par jour) choisies dans les OCOM complémentaires et devant être enseignées pendant une journée entière d'instruction. Dans certains cas, les périodes sont regroupées en journées de 9 périodes logiques dans les descriptions des leçons (p. ex. OREN 202 – Effectuer un service communautaire, OREN 223 – Sports récréatifs ou OREN 223 – Randonnée en montagne). Toutefois, les corps ont le choix d'enseigner les OCOM complémentaires qui répondent à leurs propres besoins pendant ces journées.	2 jours
Exercice – Activités de formation par l'aventure des cadets de l'Armée	Une fin de semaine d'instruction complémentaire de soutien est offerte pour permettre au corps de cadets de participer à <u>un</u> des suivants : a. un exercice de formation par l'aventure de fin de semaine (OCOM C123.01 – Participer à la formation par l'aventure) réalisé conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003; b. un EEC par temps froid de fin de semaine (OCOM C121.05 – Participer à l'entraînement par temps froid), réalisé conformément à l'A-CR-CCP-107/PT-002, <i>Cadets royaux de l'Armée canadienne, Plan de cours – Programme d'instruction, Initiation pratique à l'entraînement d'hiver.</i>	1 fin de semaine
Total des périodes d'instruction complémentaires		4 jours

Nota : Les journées et les fins de semaine d'instruction assistée doivent être planifiées et conduites de façon à inclure la participation des cadets de tous les niveaux d'étoile, à moins que la présente NQP indique le contraire.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

EXEMPLE D'HORAIRE D'INSTRUCTION

EXEMPLE 1 : UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE

Les séances d'instruction d'unité axée sur l'entraînement en campagne		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 1	OCOM	M207.01 Identifier les occasions d'instruction de l'étoile rouge	M203.01 Discuter du leadership entre pairs	M203.02 Discuter des principes du leadership
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 2	OCOM	M203.04 Démontrer une dynamique de groupe positive	M203.04 Démontrer une dynamique de groupe positive	C203.01 Consigner des entrées dans un journal réflexif
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 3	OCOM	M207.02 Reconnaître l'histoire des cadets royaux de l'Armée canadienne	M208.01 Tourner à gauche et à droite en marchant	M208.01 Tourner à gauche et à droite en marchant
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 4	OCOM	M203.05 Discuter des comportements influents	M203.07 Discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership	M208.02 Former une file indienne de la halte
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 5	OCOM	M204.01 Effectuer le test PACER	M204.01 Effectuer le test PACER	M204.04 Mettre à jour son plan d'activité personnel
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 6	OCOM	C201.03 Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région	C201.03 Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région	C201.03 Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 7	OCOM	M222.01 Réviser la navigation de l'étoile verte	M222.01 Réviser la navigation de l'étoile verte	M201.01 Discuter des droits et responsabilités des citoyens canadiens
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 8	OCOM	M203.06 Utiliser la résolution de problème	M203.06 Utiliser la résolution de problème	M221.01 Exécuter les tâches d'un membre d'une section en campagne
	Instructeur			
	Endroit			

Les séances d'instruction d'unité axée sur l'entraînement en campagne		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 9	OCOM	M220.01 Identifier le rôle des Forces canadiennes (FC) dans les institutions internationales	M220.01 Identifier le rôle des Forces canadiennes (FC) dans les institutions internationales	M201.02 Discuter des principes de gérance de l'environnement
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 10	OCOM	M207.04 Identifier les occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC	M224.01 Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu	M224.01 Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 11	OCOM	M221.04 Donner les premiers soins de base	M204.02 Reconnaître les choix d'aliments sains	M204.03 Reconnaître les bienfaits d'un mode de vie sain
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 12	OCOM	M224.02 Identifier les sept ennemis de la survie	M224.03 Prédire le temps à l'aide des formations de nuages	M203.08 Participer à des activités de promotion du travail d'équipe
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 13	OCOM	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 14	OCOM	C203.05 Participer à des activités de renforcement de la confiance	M221.02 Identifier l'équipement de section	M221.02 Identifier l'équipement de section
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 15	OCOM	M222.02 Décrire des azimuts	M222.02 Décrire des azimuts	M222.03 Identifier les parties de la boussole
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 16	OCOM	C221.01 Participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada	C221.01 Participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada	C121.02 Participer à une discussion sur l'exposition au climat froid
	Instructeur			
	Endroit			

Les séances d'instruction d'unité axée sur l'entraînement en campagne		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 17	OCOM	M207.03 Reconnaître les rôles et responsabilités du répondant local	M203.03 Discuter de la communication efficace entre pairs	C207.01 Identifier la structure des grades des cadets de la Marine royale canadienne et de l'Aviation royale du Canada
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 18	OCOM	C104.01 Établir des objectifs d'équipe	C203.06 Participer à des activités de résolution de problème	C203.01 Consigner des entrées dans un journal réflexif
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 19	OCOM	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 20	OCOM	C204.01 Effectuer le test PACER	M220.02 Participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)	M220.02 Participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 21	OCOM	M223.02 Identifier les associations de randonnée pédestre et de montagne	M221.03 Identifier la faune des provinces et des territoires	M221.03 Identifier la faune des provinces et des territoires
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 22	OCOM	M223.01 Préparation pour une randonnée en montagne	M223.01 Préparation pour une randonnée en montagne	C206.01 Pratiquer les techniques pour tenir la carabine
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 23	OCOM	C206.02 Pratiquer les techniques de visée	C206.02 Pratiquer les techniques de visée	C206.03 Pratiquer les techniques de tir
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 24	OCOM	M221.09 Entretien de l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC)	M221.09 Entretien de l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC)	C201.01 Discuter des questions environnementales concernant le Canada
	Instructeur			
	Endroit			

Les séances d'instruction d'unité axée sur l'entraînement en campagne		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 25	OCOM	C207.02 Visiter un corps de cadets ou un escadron local	C207.02 Visiter un corps de cadets ou un escadron local	C207.02 Visiter un corps de cadets ou un escadron local
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 26	OCOM	M223.03 Participer à une discussion sur comment franchir des obstacles au cours d'une randonnée en montagne	M223.03 Participer à une discussion sur comment franchir des obstacles au cours d'une randonnée en montagne	C211.01 Reconnaître les occasions de biathlon civil
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 27	OCOM	C221.03 Identifier les espèces d'arbres	C221.03 Identifier les espèces d'arbres	M204.05 Effectuer le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 28	OCOM	C106.01 Participer à une activité récréative de tir de précision	C106.01 Participer à une activité récréative de tir de précision	C106.01 Participer à une activité récréative de tir de précision
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 29	OCOM	C107.03 Participer à une activité relative à l'histoire du corps de cadets	C208.01 S'exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d'une revue	C208.01 S'exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d'une revue
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 30	OCOM	Cérémonie de revue annuelle	Cérémonie de revue annuelle	Cérémonie de revue annuelle
	Instructeur			
	Endroit			

JOURNÉES ET FINS DE SEMAINE OBLIGATOIRES DE L'EXEMPLE 1

LES JOURNÉES D'INSTRUCTION D'UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE		Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5	Période 6	Période 7	Période 8	Période 9
Jour 1	OCOM	Participer à une activité récréative de tir de précision	M206.01			M221.05 Faire des nœuds			M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés	
	Instructeur									
	Endroit									
Jour 2	OCOM	Effectuer un service communautaire				M202.01				
	Instructeur									
	Endroit									

Nota : Le jour 1 doit avoir lieu avant le 31 décembre.

LES JOURNÉES D'INSTRUCTION D'UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE		Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5	Période 6	Période 7	Période 8	Période 9
Jour 1	OCOM	M221.07 Utiliser l'équipement de section	M221.08 Préparer une ration individuelle de campagne (RIC)			M221.06 Construire un abri de type « houchie »			M224.05 Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu	
	Instructeur									
	Endroit									
Jour 2	OCOM	M224.04 Identifier les abris d'urgence	M224.06 Identifier les méthodes de signalisation			EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine				
	Instructeur									
	Endroit									

Nota : Cette activité doit avoir lieu après la séance 11.

LES JOURNÉES D'INSTRUCTION D'UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE Exercice de navigation/ randonnée en montagne (Répartition des périodes d'instruction)		Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5	Période 6	Période 7	Période 8	Période 9
Jour 1	OCOM	M222.04 Déterminer la distance le long d'un itinéraire		M222.05 Orienter une carte en utilisant une boussole	M222.06 Suivre un azimut magnétique de point à point	M222.CA Exercice de navigation et randonnée en montagne				
	Instructeur									
	Endroit									
Jour 2	OCOM	M223.CA Un exercice de navigation et randonnée en montagne								
	Instructeur									
	Endroit									

Nota : Cette activité doit avoir lieu après la séance 27.

JOURNÉES ET FINS DE SEMAINE COMPLÉMENTAIRES DE L'EXEMPLE 1

LES JOURNÉES D'INSTRUCTION D'UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE OCOM complémentaires (Répartition des périodes d'instruction)		Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5	Période 6	Période 7	Période 8	Période 9
Jour 1	OCOM	C105.03 Participer à une course d'orientation								
	Instructeur									
	Endroit									
Jour 2	OCOM	C121.02 Participer à une discussion sur l'exposition au climat froid	C123.02 Se conformer à la discipline de marche en raquette	C123.03 Participer à une activité de raquette						
	Instructeur									
	Endroit									

Nota : Cette activité d'hiver doit avoir lieu pendant l'hiver et après la séance 11.

LES JOURNÉES D'INSTRUCTION D'UNITÉ AXÉE SUR L'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE Éléments d'expédition (Répartition des périodes d'instruction)		Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5	Période 6	Période 7	Période 8	Période 9
		Jour 1	OCOM Instructeur Endroit	C123.01 Activité de canotage conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, chapitre 3						
Jour 2	OCOM Instructeur Endroit	C123.01 Activité de canotage conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, chapitre 3								

Nota : Le canotage n'est qu'un exemple parmi les nombreuses activités d'expédition que les unités pourraient vouloir effectuer.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

RESSOURCES REQUISES

INSTRUCTION OBLIGATOIRE

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Hache de 4 lb (manche de 36 pouces)	1 par groupe	M224.05, M221.02, M221.07 et M221.09
Matelas gonflable	1 par cadet	M221.06
Balles de base-ball	3	M205.01
But de base-ball	4	M205.01
Bâtons de base-ball	2	M205.01
Gants de base-ball (pour droitier et gaucher)	12	M205.01
Ballons de basket-ball	2	M205.01
Panier de basket-ball	2	M205.01
Casque de frappeur	2	M205.01
Scie à archet (manche de 24 pouces)	1 par groupe	M224.05, M221.02, M221.07 et M221.09
Carton	6 feuilles	M207.01
Lecteur de CD ou de cassette	1	M204.01 et M204.05
Papiers de couleur	2 morceaux par cadet	M207.01
Boussole (magnétique)	1 par groupe	M222.02 à M222.06
Grande casserole	2	M221.08
Un fanal à deux manchons au naphte	1 par groupe	M221.02, M221.07 et M221.09
Lecteur DVD	1	M204.01 et M204.05
Trousse de nettoyage pour les déversements	1 trousse	M221.02
Carburant de réchaud Esbit	1	M221.02
Bâtons de crosse pour joueurs	24	M205.01
Extincteur de type A	1	M221.02 et M224.05
Trousse de premiers soins	1	M205.01, M221.02 et M221.04
Trousse d'épreuve autonome Fitnessgram 8.0	1	M204.01 et M204.05
Drapeaux ou ruban	18	M205.01

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Tableau de papier	6 feuilles	M207.01
Ballons de football	2	M205.01
Contenant de combustible	1	M221.02
Colle	1 bâton	M207.01
Équipement de gardien de but	2 ensembles	M205.01
Bâtons de gardien de but	2	M205.01
Bâtons de crosse pour gardien de but	2	M205.01
Masque de gardien de but (crosse)	2	M205.01
Masque de gardien de but (ringuette)	2	M205.01
Casque de gardien de but (crosse)	2	M205.01
Bâtons de gardien de but (ringuette)	2	M205.01
Protège-gorge et plastron de gardien de but (crosse)	2	M205.01
Tapis de sol	1 par cadet	M221.06 et M221.09
Balle de hockey	2	M205.01
Filet de hockey	2	M205.01
Bâtons de hockey	12	M205.01
Ration individuelle de campagne (RIC)	1 par cadet	M221.08
Bidon d'eau	1	M221.02
Balle de crosse	2	M205.01
Filet de crosse	2	M205.01
Magazines	Divers	M207.01
Marqueurs	1 paquet	M207.01
Allumettes	1 paquet par groupe	M224.05
Ruban à mesurer	1	M204.01, M204.05 et M222.04
Fanal compact à piles	1	M221.02
Miroir	1	M224.06
Protège-dents	1 par cadet	M205.01

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Carburant au naphte	4 L	M221.02
Seau	1	M224.05
Corde de parachute	2 rouleaux	M221.06
Stylos ou crayons	1 par cadet	M204.01 à M204.05 et M207.01
Disque de plastique (disque volant)	2	M205.01
Couteau de poche	1 par deux cadets	M221.06
Ensemble de casseroles	1 par groupe	M221.02 et M221.09
Propane	1 bouteille	M221.02
Cônes	4 par couloir	M204.01 et M204.05
Rampes/tiges	1 par groupe	M221.05
Filet de ringuette	2	M205.01
Équerre	1 par groupe	M222.01
Corde (10 mm)	1 mètre par cadet	M221.05
Corde (12 mm)	10 mètres	M221.05
Anneau en caoutchouc (ringuette)	2	M205.01
Règle	1 par groupe	M207.01
Ciseaux	1 paire par groupe	M207.01
Pelle	1	M224.05
Réchaud à brûleur unique Coleman	1	M221.02
Réchaud à brûleur unique MSR	1	M221.02
Fanal à un manchon – rempli au naphte	1	M221.02
Un sac de couchage	1 par cadet	M221.06
Ballons de soccer	2	M205.01
Filet de soccer	2	M205.01
Balle molle	3	M205.01
Chronomètre	1	M204.01 et M205.01
Réchaud	1	M221.08
Une carte topographique.	1 par groupe	M222.01 à M222.06

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Téléviseur	1	M204.01 et M204.05
Ficelle ou sangles élastiques	1 rouleau	M221.06
Réchaud Coleman à deux brûleurs	1 par groupe	M221.07 et M221.09
Ballons de volley-ball	2	M205.01
Filet de volley-ball	1	M205.01
Contenant d'eau, sac à eau	1	M221.02
Contenant d'eau, gourde militaire	1	M221.02
Contenant d'eau, Nalgene	1	M221.02
Sifflet	1	M205.01 et M205.06

INSTRUCTION COMPLÉMENTAIRE

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Plombs de calibre 0.177 pour carabine à air comprimé	minimum de 700	C211.04
Hache de 4 lb (manche de 36 pouces)	1 par groupe	C221.02
BART	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Scie à archet (manche de 24 pouces)	1 par groupe	C221.02
Ruban de couleur vive	1 rouleau	C221.03
Carabine à air comprimé des cadets	1 par couloir	C206.01 à C206.03, C211.03 et C211.04
Bretelle pour carabine à air comprimé des cadets	1 par carabine à air comprimé par cadet	C206.01 à C206.03, C211.03 et C211.04
DVD « Caught in the Crossfire »	1	C220.03
Cible de groupement CCT2000GRTD	1 par couloir	C206.02
Lecteur de CD ou de cassette	1	C204.01
Boussole (magnétique)	1 par groupe	C222.01
Lecteur DVD	1	C204.01 et C204.03
Trousse d'épreuve autonome Fitnessgram 8.0	1	C204.01
Allumettes	1 paquet par groupe	C224.01 et C224.02
Ruban à mesurer	1	C204.01
Corde de parachute	2 rouleaux	C221.02 et C224.02
Stylos ou crayons	1 par cadet	C204.01 à C204.04
Pomme de terre	1 par cadet	C224.01
Cônes	4 par couloir	C204.01
Lunettes de sécurité	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Ciseaux	1 par cadet	C204.02
Tapis de tir	2 par position de tir	C211.03
Tapis de tir (si disponible)	1 par couloir	C206.01 à C206.03, C211.03 et C211.04
Pelle	1 par groupe	C224.01
Chronomètre	5	C211.04

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Corde	1 rouleau	C224.02
Cible appropriée	selon les besoins	C206.03
Ruban	1 rouleau	C207.01
Ruban/colle	1 par 2 cadets	C204.02
Cadre de cible	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Papier d'aluminium	1 rouleau par 10 cadets	C224.01
Une carte topographique	1 par groupe	C222.01
Téléviseur	1	C204.01 et C204.03
Sifflet	1	C211.02

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

DOCUMENTS DISPONIBLES AUPRÈS DU CORPS DE CADETS

- A0-001 A-AD-265-000/AG-001 DHP 3-2 (2003). *Instructions sur la tenue des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHH 3-2 (2003). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 D Cad (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-009 A-CR-CCP-107/PT-002 D Cad (1978). *Cadets royaux de l'Armée canadienne, Plan de cours – Programme d'instruction, Initiation pratique à l'entraînement d'hiver*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C0-001 (ISBN 0-88011-807-5) Hanlon, T. (1998). *The Sports Rules Book: Essential Rules for 54 Sports*. É.-U., Human Kinetics Publishers, Inc.
- C0-012 Patrimoine Canada (1995). *Gouvernement du Canada : Les symboles du Canada*. Ottawa, ON, Gouvernement du Canada.
- C0-020 (ISBN 0-662-32899) Ministère de la santé (2002). *Le guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*. Ottawa, ON, Santé Canada.
- C0-030 Fondation Historica du Canada (aucune date). *Minutes Historica*. Toronto, ON, Fondation Historica.

DOCUMENTS SUPPLÉMENTAIRES AUXQUELS IL EST FAIT RÉFÉRENCE PENDANT LE DÉVELOPPEMENT

- A0-009 A-AA-100-000/AA-003 Forces canadiennes (2006). *Ordonnances et règlements royaux applicables aux Forces canadiennes (ORFC), Volume I*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A0-010 OAIC 11-03 D Cad (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A0-028 OAIC 14-41 D Cad (2005). *Annexe E, appendice 1 – Tir de précision, carabines et munitions (vol. 1)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-004 B-GL-382-005/FP-001 Forces canadiennes (1976). *Cartes, terrains, dessins topographiques et boussoles (volume 8)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-005 A-CR-CCP-501/PH-001 D Cad (2004). *Plan de cours élémentaire des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-008 D Cad (1999). *RCIS[C] Field Aide Memoire (1 ed.)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-010 B-GG-302-002/FP-001 CFT (1982). *Entraînement fondamental aux opérations par temps froids (vol. 2)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

- A2-023 A-CR-CCP-950/PT-001 Forces canadiennes (2006). *ORR (Cadets) chapitre 2, section 25, Affiliation*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-024 Gilbert, C. (1964). *The Regiments and Corps of the Canadian Army: Volume One of the Canadian Army List*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-025 A-CR-CCP-950/PT-001 Forces canadiennes (2006). *ORR (Cadets) chapitre 2, section 26, Changement d'affiliation*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-026 A-CR-CCP-118/PT-001 D Cad (2001). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Plan de cours étoile verte*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-027 OAIC 42-01 D Cad (2005). *Directives d'entraînement estival – Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-028 OAIC 46-01 D Cad (2005). *Instructions sur la tenue des cadets de l'Armée (vol. 4)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-029 A-CR-CCP-500/PT-001 D Cad (2004). *Plan de cours élémentaire des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-030 OAIC 40-03 D Cad (2005). *Grades des cadets de l'Armée et effectif des corps de cadets (vol. 4)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-031 OAIC 40-01 D Cad (2003). *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad (2003). *Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A2-046 B-GA-217-001/PT-001. *Down But Not Out*. (aucune date). 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 and Buffalo, NY, Mosaic Press.
- C0-003 (ISBN 0-943210-44-5) Pike, Bob et Busse, Christopher (1995). *101 More Games for Trainers*. Minneapolis, MN, Lakewood Books.
- C0-004 (ISBN 1-58062-577-0) McClain, Gary Ph. D. et Romaine, Deborah, S. (2002). *The Everything Managing People Book*. Avon, MA, Adams Media Corporation.
- C0-005 (ISBN 0-07-046414-6) Scannell, Edward E. et Newstrom, John W. (1994). *Even More Games Trainers Play*. New York, NY, McGraw-Hill Inc.
- C0-007 (ISBN 0-02-029265-1) Kjellstrom, Bjorn (1994). *Be Expert with Map & Compass: The Complete Orienteering Handbook*. New York, NY, Hungry Minds, Inc.
- C0-008 A-CR-CCP-151/PT-001 Canadian Orienteering Federation (1983). *Orienteering Level 1 Coaching Certification*. Ottawa, ON, Canadian Orienteering Federation.
- C0-010 Stott, Winifred (1987). *Armchair Orienteering II: A Practical Guide to Route Planning*. Winnipeg, MB, Manitoba Orienteering Association.

- C0-011 Fédération canadienne de course d'orientation (1985). *Orienteering Level Two Coaching Certification*. Ottawa, ON, Canadian Orienteering Federation.
- C0-021 (ISBN 1-58062-513-4) Adams, Bob (2001). *The Everything Leadership Book*. Avon, MA, Adams Media Corporation.
- C0-022 (ISBN 0-02864-207-4) Cole, Kris (2002). *The Complete Idiot's Guide to Clear Communication*. É.-U., Pearson Education, Inc.
- C0-023 A-CR-CCP-150/PT-001 Chapman, J.R. Major, M.B.E. (1968). *Orienteering: An Aid to Training*. Londres, Angleterre, Hillside Printing & Publishing Co.
- C0-024 (ISBN 0-19-541731-3) Barber, Katherine (éd.) (2001). *The Canadian Oxford Dictionary*. Don Mills, ON, Oxford University Press.
- C0-025 (ISBN 1-895465-33-8) Gifford, Doug (éd.) (2000). *Canoeing Instructor's Resource Manual*. Merrickville, ON, Canadian Recreational Canoeing Association.
- C0-028 (ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, John et Scannell, Edward (1998). *The Big Book of Team Building Games*. New York, NY, McGraw-Hill Inc.
- C0-029 (ISBN 0-7872-4532-1) Cain, Jim et Jolliff, Barry (1998). *Teamwork and Teamplay*. Dubuque, IO, Kendall/Hunt Publishing Company.
- C0-076 (ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers: Quick, Fun Activities for Energizing Meetings and Workshops*. New York, NY, McGraw-Hill.
- C0-077 (ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities: Silver Bullets*. Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.
- C0-085 Daisy Outdoor Product. (2006). *AVANTI Competition Pellet Rifle: Operation Manual : AVANTI Legend Model 853*. Rogers, AR, Daisy Outdoor Products.
- C0-149 Biathlon Canada. (2005). *Les Ours du Biathlon Bears: Community Coaching*. Ottawa, ON, Biathlon Canada.
- C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON, Paul Tawrell.
- C2-005 (ISBN 0-393-31334-4) Berger, K. (1995). *Hiking and Backpacking, A Trail Side Guide*. New York, NY, Norton and Company, Inc.
- C2-006 (ISBN 0-07-135437-9) Hall, A. (2001). *The Essential Backpacker, A Complete Guide for the Backpacker*. New York, NY, Ragged Mountain Press.
- 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.
- C2-009 (ISBN 0-684-85909-2) Harvey, M. (1999). *The National Outdoor Leadership School's Wilderness Guide*. New York, NY, Fireside.
- C2-010 (ISBN 0-375-70323-3) Rawlins, C. et Fletcher, C. (2004). *The Complete Walker IV*. New York, NY, Alfred A. Knopf.

- C2-011 (ISBN 0-89886-910-2) McGivney, A. (2003). *Leave No Trace, A Guide to the New Wilderness Etiquette*. Seattle, WA, Mountaineers Books.
- C2-012 (ISBN 0-89886-643-X) Weiss, H. (1988). *Secrets of Warmth for Comfort or Survival*. Seattle, WA, The Mountaineers.
- C2-013 (ISBN 0-8117-2928-1) Griffin, S.A. (1998). *Snowshoeing*. Mechanicsburg, PA, Stackpole Books.
- 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.
- C2-018 (ISBN 1-54176-302-0) Chartrand, R. (éd.) (2001). *Distinguishing Patches: Formation Patches of the Canadian Army*. Oxford, UK, Osprey Publishing.
- C2-020 (ISBN 1-894581-07-5) Dorosh, M.A. (2001). *Dressed to Kill*. Ottawa, ON, Service Publications.
- C2-022 (ISBN 0-9680685-7-X) CDIA (2004). *The Canadian Defence Almanac*. Ottawa, ON, Association de l'industrie de la défense du Canada.
- C2-023 (ISBN 0-8117-2864-1) Schimelpfenig, T. (2003). *National Outdoor Leadership School Wilderness First Aid (3rd ed.)*. Mechanicsburg, PA, Stackpole Books.
- C2-026 (ISBN 0-7705-1197-X) Stanley, G.F.G. (1974). *Canada's Soldiers: The Military History of an Unmilitary People (3rd ed.)*. Toronto, ON, Macmillan Company of Canada Ltd.
- C2-028 (ISBN 0-9688562-0-9) Gregory, M. (2005). *Compendium of Canadian Regiments: A Civilian's Perspective*. Ottawa, ON, Michael Gregory.
- C2-030 (ISBN 0-7710-8250-9) Merry, W. (1994). *St. John Ambulance The Official First Aid Guide*. Toronto, ON, McClelland & Stewart Inc.
- C2-031 (ISBN 0-89886-024-5) Wilkerson, J., Bangs, C. et Hayward, J. (1986). *Hypothermia, Frostbite and Other Cold Injuries. Prevention, Recognition and Prehospital Treatment*. Seattle, WA, The Mountaineers.
- C2-033 (ISBN 0-7627-0488-8) Hodgson, M. (2000). *Compass and Map Navigator, The Complete Guide to Staying Found*. Guilford, CT, Globe Pequot Press.
- C2-034 (ISBN 0-87322-637-2) Priest, S. et Gass, M. (2005). *Effective Leadership in Adventure Programming (2nd ed.)*. Windsor, ON, Human Kinetics Publishing Inc.

SITES WEB

- A0-003 *Index des OAIC*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.cadets.ca/support/cato-oaic/intro_f.asp?vol=1.
- A0-005 *Le moral par babillard électronique*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.forces.gc.ca/site/community/messageboard/index_f.asp.
- A0-006 *Adresses des opérations outre-mer*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.forces.gc.ca/site/community/messageboard/addresses_f.asp.

- A0-010 *Vision du programme des cadets.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.cadets.ca/about-nous/vision/vision_f.asp.
- A0-011 *Rangers canadiens.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site http://www.rangers.forces.gc.ca/pubs/rangers/intro_f.asp.
- A0-026 *Recrutement des Forces canadiennes – Postes civils.* (2006). Extrait le 24 mai 2006 du site www.recruiting.forces.ca/engraph/civilian/index.e.aspx.
- A0-042 *Programme de sécurité pour le tir de précision et les armes à feu à l'intention des cadets.* (2006). Extrait le 18 avril 2007 du site http://www.central.cadets.ca/events/biath_cadetmarksman_f.html.
- A0-045 *À propos du programme.* (2006). Extrait le 19 février 2007 du site http://www.cadets.ca/about-nous/histo_f.asp.
- A2-011 *Habillez le soldat : Articles et vêtements.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.army.forces.gc.ca/chief_land_staff/clothe_the_soldier/hab/2/2_f.asp.
- A2-013 *Tenues des Forces canadiennes.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://en.wikipedia.org/wiki/Canadian_forces#uniforms.
- A2-015 *Ordre de bataille des régiments canadiens en 1945.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.johnowensmith.co.uk/cdnoob.htm>.
- A2-016 *L'historique de l'uniforme.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://collections.ic.gc.ca/fort_henry/backway/uniformsHistory.html.
- A2-017 *Images de la passerelle pour l'Histoire militaire canadienne.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.cmg.gc.ca/cmh/en/image_176.asp?page_id=215.
- A2-018 *Au sujet du MDN/FC : Notre mission.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.forces.gc.ca/site/about/mission_f.asp.
- A2-019 *La Force aérienne du Canada : Missions et rôles.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.airforce.gc.ca/today1_f.asp.
- A2-020 *Aperçu FMAR(A) : Histoire, installations et rôle.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.navy.forces.gc.ca/marlant/about/marlant_about_f.asp.
- A2-021 *Forces maritimes du Pacifique : Aperçu FMAR(P).* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.navy.forces.gc.ca/marpac/home/marpac_home_f.asp?category=4.
- A2-032 *Parade de la bataille d'Angleterre.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.airforce.forces.gc.ca/traddocs/tradc_f.asp.
- A2-036 *Canada's Army.* (2006). Extrait le 16 novembre 2006 du site www.army.forces.gc.ca/LF/Downloads/BrochureEnglish.pdf.
- A2-037 *The Royal Nova Scotia International Tattoo.* (2006). Extrait le 16 novembre 2006 du site www.nstatattoo.ca/site/index.php.
- A2-038 *La relève de la garde.* (2006). Extrait le 16 novembre 2006 du site www.royal.gov.uk/output/Page4933.asp.

- A2-040 *L'équipement de l'Armée canadienne.* (2006). Extrait le 20 février 2007 du site www.army.forces.gc.ca/lf/english/2_5.asp?cat=1.
- A2-043 *Opérations courantes.* (2006). Extrait le 23 février 2007 du site www.forces.gc.ca/site/operations/current_ops_e.asp.
- A2-044 *Adresses et numéros de téléphone à l'intention des médias – Contacts avec le Bureau des affaires publiques du MDN et des FC.* (2006). Extrait le 20 mars 2007 du site www.forces.gc.ca/site/contact_pa_e.asp.
- C0-009 *Course d'orientation.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.orienteeing.org.
- C0-013 *Site de Patrimoine canadien.* (2006). Extrait le 16 mars 2006 du site www.canadianheritage.gc.ca.
- C0-014 *La légion royale canadienne : Répondre aux besoins des communautés canadiennes.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.legion.ca/asp/docs/about/community_f.asp.
- C0-015 *Découvrir Kiwanis.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.kiwanis.org/ln/francais>.
- C0-016 *Lions Clubs International History.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.lionsclubs.org/FR/index.shtml>.
- C0-017 *À propos du Rotary.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.rotary.org/aboutrotary/index.html>.
- C0-018 *Centraide Canada.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.unitedway.ca/splash/index.htm>.
- C0-026 *At Health Mental Health.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.athealth.com.
- C0-027 *Liste de contrôle des V.F.I.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.redcross.ca/article.asp?id=001039&tid=024>.
- C0-027 *Tableau de comparaison des gilets de sauvetage.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.redcross.ca/article.asp?id=001039&tid=024>.
- C0-027 *Bienvenue à la Croix-Rouge canadienne.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site <http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000006&tid=003>.
- C0-030 *How Ringette Is Played.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.ringette.ca/about/played.htm>.
- C0-030 *Ringette Canada.* (2006). Extrait le 27 avril 2006 du site www.ringette.ca.
- C0-031 *What Is Ultimate – The Game.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site http://www.whatisultimate.com/what/what_game_en.html.
- C0-031 *What Is Ultimate Frisbee?* (2006). Extrait le 27 avril 2006 du site www.whatisultimate.com.
- C0-032 *Stanford Intramurals.* (2006). Extrait le 27 avril 2006 du site www.stanford.edu/group/Intramurals/kickballrules.html.
- C0-033 *Flag Football Flag Rules.* (2006). Extrait le 30 avril 2006 du site www.slam.canoe.ca/FlagFootball/Rules/home.html.

- C0-034 *About Ultimate*. (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.upa.org/ultimate>.
- C0-034 *About Ultimate*. (2006). Extrait le 27 avril 2006 du site www.upa.org/ultimate.
- C0-035 *The World Adult Kickball Association*. (2006). Extrait le 1^{er} mai 2006 du site www.kickball.com.
- C0-036 *Prevention, Survival, Quality of Life*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.womensheart.org.
- C0-037 *A Walking Club – Walkablock Club of America*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.walkablock.com.
- C0-038 *Shelter Online*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.shelterpub.com.
- C0-040 *Back Pain & Sciatica Relief – Back Pain Exercises, Stretches and Treatments*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.losethebackpain.com.
- C0-041 *Roadcycling.com – Cycling Info as It Should Be*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.roadcycling.com.
- C0-042 *Back Pain and Neck Pain for Spine Patients*. (2006). Extrait le 25 avril 2006 du site www.spineuniverse.com.
- C0-043 *Quick Maps of the World*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.theodora.com/maps.
- C0-043 *Canada*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.theodora.com/maps>.
- C0-044 *Commission canadienne pour l'UNESCO*. (2006). Extrait le 16 août 2006 du site <http://www.unesco.ca>.
- C0-045 *Leadership: Getting It Done*. (2006). Extrait le 16 mars 2006 du site <http://www.ssu.missouri.edu/faculty/rcampbell/leadership/chapter5.htm>.
- C0-046 *Winnie the Pooh (Winnie l'ourson)*. (2006). Extrait le 5 mai 2006 du site http://en.wikipedia.org/wiki/Winnie_the_pooh.
- C0-047 *Inukshuk*. (2006). Extrait le 5 mai 2006 du site <http://fr.wikipedia.org/wiki/Inukshuk>.
- C0-048 *Le sirop d'érable*. (2006). Extrait le 5 mai 2006 du site http://fr.wikipedia.org/wiki/Sirop_d_%27%C3%A9rable.
- C0-049 *Blue Nose*. (2006). Extrait le 5 mai 2006 du site http://en.wikipedia.org/wiki/Blue_nose.
- C0-050 *Avro Arrow*. (2006). Extrait le 5 mai 2006 du site http://en.wikipedia.org/wiki/Avro_arrow.
- C0-051 *ACC Le Canada se souvient : Anecdotes – jour du Souvenir*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.vac-acc.gc.ca/remembers_f/sub.cfm?source=teach_resources/remdayfact.
- C0-052 *La bataille de l'Atlantique*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.vac-acc.gc.ca/general_f/sub.cfm?source=history/secondwar/atlantic/atlfact.
- C0-057 *Warm-ups*. (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.
- C0-058 *Exercices de course*. (2006). Extrait le 2 octobre 2006, de <http://www.physionline.co.za/conditions/article/asp?id=46>.

- C0-059 *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.redcross.ca/article.asp?id=001039&tid=024>.
- C0-060 *Exercises.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- C0-061 *Stretch Your Limits: A Smart Guide to Stretching for Fitness.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility/>.
- C0-063 *Whirlpool.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site http://eventwise.co.uk/asp/Game_286.asp?CategoryId=69.
- C0-064 *Pool Colours.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site http://eventwise.co.uk/asp/Game_285.asp?CategoryId=69.
- C0-065 *Sharks and Minnows.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site http://eventwise.co.uk/asp/Game_284.asp?CategoryId=69.
- C0-070 *Families of Instruments.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://empire.k12.ca.us/Capistrano/Mike/capmusic/instruments/intstruments.htm>.
- C0-071 *Flute.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.wclipart.com/music/instruments/flute.png>.
- C0-072 *Instrument Care.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://westyorkband.org/instrumentcare.html>.
- C0-073 *Lyra Glockenspiel.* (2006). Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/music/glock.html>.
- C0-075 *La cible de biathlon BT-100.* (2006). Extrait le 16 novembre 2006 du site www.devinmfg.com/targets1.htm.
- C0-078 *Info-conseils : Vêtements. Système multicouche.* (2006). Extrait le 12 février 2007 du site http://www.mec.ca/Main/content_text.jsp?FOLDER%3C%3Efolder_id=2534374302881786&CONTENT%3C%3Ecnt_id=10134198673220739&bmLocale=fr_CA&bmUID=1198511297753.
- C0-079 *Outdoor Fitness Expert Advice.* (2006). Extrait le 12 février 2007 du site <http://www.rei.com/online/store/LearnShareArticlesList?categoryId=Crosstrain>.
- C0-080 *Fitness & Performance.* (2006). Extrait le 12 février 2007 du site http://www.coolrunning.com/engine/2/2_3/181.shtml.
- C0-081 *Rights and Responsibilities of Canadian Citizenship.* (2006). Extrait le 4 avril 2007 du site <http://cic.gc.ca/English/citizen/rights-fs.html>.
- C0-081 *Fiche de renseignements : Droits et responsabilités.* (2006). Extrait le 2 février 2007 du site <http://www.cic.gc.ca/francais/nouveaux/fiche-08.asp>.
- C0-082 *Biathlon Canada.* (2006). Extrait le 12 février 2007 du site <http://www.biathloncanada.ca>.
- C0-090 *Code de gérance de l'environnement.* (2006). Extrait le 2 février 2007 du site <http://www.ns.ec.gc.ca/french/g7/code.html>.

- C0-091 *Household Tips to Reduce Greenhouse Gas Effect.* (2006). Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.city.red-deer.ab.ca/Keeping+You+Informed/Enviromental+Tips+and+Initiatives/Household+Tips+to+Reduce+Greenhouse+Gas+Emissions.htm>.
- C0-092 *Household Hazardous Waste.* (2006). Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.city.red-deer.ab.ca/Keeping+You+Informed/Enviromental+Tips+and+Initiatives/Household+Tips+to+Reduce+Greenhouse+Gas+Emissions.htm>.
- C0-094 *Les déchets fortement radioactifs au Canada.* (2006). Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.dsp-psd.pwgsc.gc.ca/Collection-R/LoPBdP/BP/bp338-f.htm>.
- C0-096 *Target Heart Rate.* (2006). Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.cardiovascularservices.org/HeartRate.html>.
- C0-097 *Target Heart Rate Chart.* (2006). Extrait le 20 février 2007 du site http://www.active2010.ca/index.cfm?fa=french_tools.target.
- C0-099 *Manitoba Marithon: Training-easy Run Pacing.* (2006). Extrait le 20 février 2007 du site http://www.manitobamarathon.mb.ca/training_pacing.aspx.
- C0-103 *Free Space Shuttle Clip Art.* (2006). Extrait le 21 février 2007 du site <http://www.freefever.com/freeclipart/spaceshuttle.html>.
- C0-107 *Le Guide alimentaire canadien : Mon Guide alimentaire.* (2006). Extrait le 20 février 2007 du site http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index_f.html.
- C0-109 *Lune.* (2006). Extrait le 21 février 2007 du site <http://luna.eightplanets.net>.
- C0-110 *Lune.* (2006). Extrait le 21 février 2007 du site http://www.h2ouniversity.org/html/K2_facts_earth.html.
- C0-119 *Convoys.* (2006). Extrait le 23 février 2007 du site <http://www.junobeach.org/e/4/can-tac-cone.htm>.
- C0-121 *Hinterland Who's Who Species.* (2006). Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.hww.ca/hww.asp?id=1&pid=0>.
- C0-123 *Seasonal Safety Tips: Be Casual, Not a Casualty, September 2004.* (2006). Extrait le 27 février 2007 du site www.sja.ca/english/safety_tips/safety_tips/september.asp.
- C0-127 *In Motion.* (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.winnipegmotion.ca/prevention>.
- C0-128 *Faits et données.* (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.cahperd.ca/fra/revendication/index.cfm>.
- C0-129 *Clips on Sugars: For up-to-date Information on Sugars in Healthy Eating.* (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.sugar.ca>.
- C0-131 *Craig Kielburger Biography.* (2006). Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.freethechildren.com/aboutus/craigmarc/craigkielburger.htm>.
- C0-132 (2006). Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.kidzworld.com/article/1065-teen-protects-white-bear>.
- C0-136 *Recrutement pour la GRC – Le Test d'aptitudes physiques essentielles (TAPE).* (2006). Extrait le 21 mars 2007 du site http://www.rcmp-grc.gc.ca/recruiting/pare_partb_f.htm.

- C0-137 *Provincial Trees.* (2006). Extrait le 22 mars 2007 du site <http://www.cfl.scf.mcan.gc.ca/impec-idecf/hostress/provincialtrees.html>.
- C0-138 *Food Section.* (2006). Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.wpclipart.com/food/index.html>.
- C0-141 *Victory in the Atlantic.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.junobeach.org>.
- C0-146 *Runner's World: Beginner's: Training: First Steps.* (2006). Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.runnersworld.com/article/printer/1,7124,s6-380-381-386-678-0,0.html>.
- C0-147 *MyDietExercise.com: Wind Sprint Your Way to Fitness.* (2006). Extrait le 17 avril 2007 du site <http://www.healthcentral.com/diet-exercise/fitness-survival-guides-81076-137.html>.
- C0-148 *Union Internationale de Biathlon.* (2006). Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.biathlonworld.com>.
- C0-151 *Biathlon Style Airgun Target.* (2006). Extrait le 15 février 2007 du site www.devinmfg.com/targets1.htm.
- C0-152 *Slice'n Dice Description of Team Building Activities.* (2006). Extrait le 26 avril 2007 du site <http://www.wilderdom.com/games/descriptions/SliceNDice.html>.
- C0-153 *Myriam Bédard.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.collectionscanada.ca/femmes/002026-223-f.html>.
- C0-154 *Moving on the Spot: Fun and Physical Activity: A Collection of 5 Minute Stretch and Movement Sessions.* (2006). Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.
- C2-021 *Passerelle pour l'Histoire militaire canadienne, volume 3.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.cmg.gc.ca/cmh/en/page_540.asp.
- C2-024 *Customs of the Navy, Chapter 3 – Uniforms.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.readyayeready.com/tradition/customs-of-the-navy/3-uniforms.htm>.
- C2-025 *Bases des Forces canadiennes.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.thecanadianencyclopedia.com>.
- C2-027 *Régiments canadiens.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://en.wikipedia.org/wiki/category:canadian_regiments.
- C2-029 *Windchill.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.msc.ec.gc.ca/windchill>.
- C2-032 *Watch Your Language.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.backpacker.com/article/1,2646,135_article,00.html.
- C2-037 *Hygiene and First Aid.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://brooksidepress.org/Products/Operationalmedicine/DATA/operationalmed/Manuals/cold/TC213Chapter6HygieneandFirstAid.htm>.
- C2-039 *Berets in the Military: Canada.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.apparesearch.com/definitions/headwear_hats/beret_definitions.htm.
- C2-040 *Politique 3.1 : Mandat du programme des cadets.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.armycadetleague.ca/templates/pdf/refmanual/english/pol_3_1.pdf.

- C2-044 *Aeronautical Information Manual*. (2006). Extrait le 9 février 2007 du site <http://www.tc.gc.ca/CivilAviation/publications/tp14371/SAR/4-0htm#4-8-1>.
- C2-046 *PioneeringProjects.org*. (2006). Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>.
- C2-047 *Le Canada et les Nations Unies*. (2006). Extrait le 20 février 2007 du site http://www.geo.international.gc.ca/canada_un/ottawa/canada_un/default-en.asp.
- C2-048 *Canadian NORAD Region (CANR)*. (2006). Extrait le 20 février 2007 du site http://www.norad.mil/about_us/canr.htm.
- C2-049 *Questions posées le plus souvent*. (2006). Extrait le 20 février 2007 du site www.nato.int/issues/faq/index.html.
- C2-050 *NATO and Canada*. (2006). Extrait le 20 février 2007 du site www.dfait-mneci.gc.ca/foreign_policy/nato/nato_and_canda-en.asp.
- C2-052 *Parcs Canada*. (2006). Extrait le 22 février 2007 du site http://www.pc.gc.ca/agen/index_E.asp.
- C2-053 *Faune et flore du pays*. (2006). 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*. (2006). Extrait le 22 février 2007 du site <http://www.oag-bvg.gc.ca/domino/oag-bvg.nsf/html/menue.html>.
- C2-055 *The Alpine Club of Canada: Canada's National Mountaineering Organization*. (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.alpineclubofcanada.ca/index.html>.
- C2-056 *Sentiers Canada*. (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.trailsCanada.com>.
- C2-057 *Welcome to the Trans Canada Trail*. (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.tctrail.ca>.
- C2-058 *Hike Ontario*. (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.hikeontario.com>.
- C2-059 *Bears and People: A Guide to Safety and Conservation on the Trail*. (2006). Extrait le 5 mars 2007 du site http://www.pc.gc.ca/pn-np/inc/PM-MP/visit/visit12a_e.pdf.
- C2-060 *Wolves and Humans – Are Wolves Dangerous to Humans?* (2006). 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 Service – Reference Information Section*. (2006). Extrait le 5 mars 2007 du site <http://www.watertoninfo.com/r/pred.html>.
- C2-062 *Living With Wolves: Tips for Avoiding Conflicts*. (2006). Extrait le 5 mars 2007 du site http://www.wolf.org/wolves/learn/basic/pdf/wh_avoiding%20_conflict.pdf.
- C2-063 *Ligue des cadets de l'Armée du Canada*. (2006). Extrait le 9 mars 2007 du site <http://www.armycadetleague.ca>.
- C2-064 *Minnesota Trappers Association – Canadian Lynx*. (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.mntrappers.com/lynx.html>.
- C2-065 *Le Canada et le maintien de la paix*. (2006). Extrait le 19 mars 2007 du site <http://www.international.gc.ca/peacekeeping/conflict-en.asp>.

- C2-066 *Canada's Clean Air Act.* (2006). Extrait le 21 mars 2007 du site <http://www.ec.gc.ca/cleanair-airpur/default.asp?lang=En&n=6EBBF05D-1>.
- C2-067 *About Us.* (2006). Extrait le 21 mars 2007 du site http://www.nrcan-rncan.gc.ca/inter/aboutus_e.html.
- C2-070 *Service canadien de la faune : Se concentrer sur le Service canadien de la faune.* (2006). Extrait le 23 mars 2007 du site http://www.cws-scf.ec.gc.ca/focus_e.cfm#targ1.
- C2-071 *L'histoire de plus en plus pertinente de la moule zébrée du fleuve St-Laurent.* (2006). Extrait le 23 mars 2007 du site http://www.gc.ec.gc.ca/csl/pub/pub004_e.html.
- C2-074 *Living With Wildlife in Manitoba.* (2006). Extrait le 25 avril 2007 du site http://www.gov.mb.ca/conservation/wildlife/problem_wildlife/pdf.coyote.html.
- C2-076 *Canada and Peace Support.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site www.international.gc.ca/peacekeeping/menu_en.asp.
- C2-180 *The Hunting Outfitters.* (2007). *The Hunting Outfitters.* Extrait le 9 février 2007 du site <http://www.huntingoutfitters.com>.

CHAPITRE 3

ÉVALUATION DES CADETS

OBJET

1. Le but du présent chapitre est d'exposer brièvement les exigences d'évaluation particulières du programme de l'étoile rouge des cadets royaux de l'Armée canadienne.

ÉVALUATION DE L'APPRENANT

2. « L'évaluation de l'apprenant est l'évaluation du progrès des participants pendant un programme d'instruction (évaluation formative) et de celle de leurs réalisations à la fin du programme (évaluation sommative). » (A-P9-050-000/PT-Z01, *Manuel de l'instruction individuelle et de l'éducation des Forces canadiennes, Volume 1 (1) – Glossaire*).

PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT

3. Une période de développement (PD) est une période de temps pendant la progression du cadet dans le programme des cadets (PC), dans laquelle il participe à des instructions et saisit des occasions de développer les connaissances, les habiletés et l'attitude voulues qui appuient les buts du PC et contribuent à la réalisation des résultats du PC. Les PD se distinguent par des niveaux d'instruction progressifs et des objectifs d'apprentissage associés qui assurent que chaque niveau est pertinent, atteignable et axé sur l'âge de la clientèle cible.

4. Le PC s'applique aux trois PD des adolescents applicables à la population du PC. Chaque PD énonce les philosophies et approches spécifiques de l'apprentissage influençant l'instruction et l'évaluation. L'instruction et l'évaluation de l'étoile rouge sont de nature participative. Un aperçu général des caractéristiques des PD se trouve à l'[annexe A](#).

ÉVALUATION DES CADETS DE L'ÉTOILE ROUGE

5. Le but de l'évaluation des cadets de l'étoile rouge est de mesurer l'étendue de la participation du cadet à l'instruction obligatoire et à l'instruction complémentaire prévues, et de faire une évaluation en comparant le niveau de participation à la norme minimale de qualification.

NORME DE QUALIFICATION DE L'ÉTOILE ROUGE

6. La norme minimale de qualification du programme de l'étoile rouge est :

- a. une présence globale de soixante pour cent à toutes les séances d'instruction obligatoire et complémentaire prévues, tel que calculé par le corps de cadets; et
- b. la réussite de chaque OREN, tel que décrit dans le dossier de qualification du programme de l'étoile rouge qui se trouve à l'[annexe B](#).

ÉVALUATIONS SUPPLÉMENTAIRES DES CADETS

7. Avant de participer aux activités de familiarisation et aux activités récréatives de tir de précision, tous les cadets doivent avoir réussi le test de maniement de la carabine à air comprimé des cadets, qui est présenté dans l'A-CR-CCP-701/PG-002, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Norme de qualification et plan de l'étoile verte*, chapitre 3, annexe C.

8. Aucune évaluation supplémentaire des cadets (c.-à-d. tests théoriques, contrôles de rendement, etc.) ne doit être utilisée pour déterminer l'admissibilité à la qualification de l'étoile rouge. Ces normes nationales ne doivent donc pas être complétées par des normes régionales ou locales.

CONTRÔLE DU PROGRÈS DES CADETS

9. Les cadets doivent rencontrer les normes de comportement et de conduite auxquelles on s'attend de tous les cadets. L'officier du cours doit adopter une approche proactive en ce qui a trait aux difficultés durant les entrevues ou le counselling personnel avec les cadets.

10. Les absences fréquentes à l'instruction obligatoire et à l'instruction complémentaire, qui feraient en sorte que le cadet ne satisfait pas à la norme minimale de qualification de l'étoile rouge, doivent être traitées conformément à l'OAIC 15-22, *Conduite et discipline – Cadets*.

RAPPORT SUR LE PROGRÈS DES CADETS

11. Le progrès de chaque cadet doit faire l'objet d'un rapport en utilisant le dossier de qualification du programme de l'étoile rouge, qui se trouve à l'[annexe B](#), laquelle sert également à déterminer la réussite du programme de l'étoile rouge. Les résultats doivent être enregistrés sur le DND 2399, Dossier personnel des cadets.

CADETS NE RENCONTRANT PAS LA NORME DE QUALIFICATION MINIMALE

12. Les cadets qui ne rencontrent pas la norme de qualification minimale doivent avoir une occasion raisonnable de compléter l'instruction manquée. Si, à la fin de l'année d'instruction, le cadet n'a pas encore terminé un OREN avec succès, le commandant du corps de cadets peut déroger à la norme de qualification minimale. Lors de la dérogation d'une exigence de l'OREN, le commandant du corps de cadets doit prendre en considération le rendement global du cadet et le bien-fondé de la raison de l'échec à réussir l'OREN. En accordant une dérogation, le cmdt doit également considérer l'assiduité et le comportement du cadet.

13. Un cadet, auquel on a accordé une dérogation, n'obtiendra pas la qualification de l'étoile rouge. Par contre, il passera à l'étoile argent dans sa troisième année au corps de cadets. Si le commandant décide de ne pas accorder une dérogation en raison de l'assiduité ou du comportement, le cadet pourrait devoir recommencer l'étoile rouge.

14. Les cadets, auxquels on a accordé une dérogation à la norme de qualification minimale de l'étoile rouge et qui ont passé à l'étoile argent dans leur troisième année au corps de cadets, doivent réussir les exigences manquantes des OREN du programme de l'étoile rouge. Afin de faciliter cela, les cadets peuvent recevoir des crédits simultanément pour des activités effectuées au cours de l'étoile argent qui font aussi partie de l'étoile rouge.

CERTIFICAT DE QUALIFICATION DE L'ÉTOILE ROUGE

15. Chaque cadet recevra le Brevet d'aptitude de cadet, CF 558 (NNO 7530-21-870-7685) après avoir terminé avec succès le programme de l'étoile rouge. Les cadets auxquels on a accordé une dérogation de la norme de qualification minimale ne recevront pas le Brevet d'aptitude de cadet.

CARACTÉRISTIQUES DES PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT (PD) DU PROGRAMME DES CADETS

(En conception)

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

DOSSIER DE QUALIFICATIONS DU PROGRAMME DE L'ÉTOILE ROUGE

Nom du cadet : _____

Sujet	OREN	Énoncé de rendement	Évaluation des OREN		Dérogação du cmdt
			A participé	N'a pas participé	
Citoyenneté	201	Reconnaître le rôle d'un citoyen canadien respectueux de l'environnement			
Travail communautaire	202	Effectuer des travaux communautaires			
Leadership	203	Démontrer des qualités d'un leader dans un environnement entre pairs			
Forme physique et saines habitudes de vie	204	Mise à jour du plan d'activités personnelles			
Activités sportives	205	Prendre part à des activités sportives			
Tir de précision avec la carabine à air comprimé	206	Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif			
Connaissances générales du cadet	207	Servir dans le corps de cadets de l'Armée			
Exercice militaire	208	Exécuter de l'exercice militaire en tant que membre de l'escouade			
Familiarisation avec les Forces canadiennes	220	Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)			
Entraînement en campagne	221	Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine			
Navigation	222	Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole			
Randonnée en montagne	223	Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit			
Survie en milieu sauvage	224	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu			

Nota : Le commandant d'unité doit apposer ses initiales dans la colonne « Dérogation du cmdt » lorsque la situation l'exige.

Réussite des qualifications du programme de l'étoile rouge	Oui	
	Non	

Signature de l'O Instr : _____

Date : _____

NORMES POUR LES EXIGENCES DES OBJECTIFS DE RENDEMENT (OREN)

OREN	Énoncé de rendement	Résumé de la norme
201	Reconnaître le rôle d'un citoyen canadien respectueux de l'environnement	Le cadet a reconnu le rôle d'un citoyen canadien respectueux de l'environnement, incluant les droits et responsabilités de chaque citoyen canadien ainsi que le code d'intendance du Gouvernement du Canada en matière de protection de l'environnement.
202	Effectuer des travaux communautaires	Le cadet a effectué des travaux communautaires.
203	Démontrer des qualités d'un leader dans un environnement entre pairs	Le cadet a démontré les qualités d'un leader au sein d'un groupe en participant activement, en ayant une attitude positive face à l'apprentissage et en se montrant responsable des actions et des choix qu'il a fait.
204	Mise à jour du plan d'activités personnelles	Le cadet a participé au test PACER pour mettre à jour son plan d'activités personnelles.
205	Prendre part à des activités sportives	Le cadet a pris part à des activités sportives.
206	Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif	Le cadet a participé à un exercice de tir de précision récréatif avec la carabine à air comprimé des cadets.
207	Servir dans le corps de cadets de l'Armée	Tout au long de l'année d'entraînement, le cadet a démontré une facilité à reconnaître les éléments historiques importants des cadets royaux de l'Armée canadienne, à reconnaître le rôle d'un commanditaire local et d'identifier les opportunités pour la deuxième saison estivale d'entraînement.
208	Exécuter de l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade	Le cadet a exécuté de l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade.
220	Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC)	Le cadet a fait preuve d'une connaissance du rôle des Forces canadiennes lors des opérations de paix.
221	Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine	Le cadet a accompli les tâches d'un membre de la section dans le cadre d'un exercice lors d'une fin de semaine en assemblant un abri de style « houchie », en gardant le site de camping propre, en allumant le réchaud et la lanterne, en faisant cuire une RIC et en se conformant au traitement général de premiers soins dans le cas de coupures ou de brûlures.

OREN	Énoncé de rendement	Résumé de la norme
222	Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole	Le cadet a suivi une route en naviguant à l'aide d'une carte et d'une boussole tout en calculant les distances et les azimuts, en orientant la carte à l'aide de la boussole et en suivant une route grâce à un azimut.
223	Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit	Le cadet a participé à une randonnée de deux jours (8 à 12 km), parfois en terrain de catégorie 2.
224	Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu	Le cadet a reconnu les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu; a employé la méthode CPCT, a su repérer un abri, employer les techniques de signalement et faire un feu.

Nota : Ces résumés des normes font référence aux descriptions des leçons du chapitre 4.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

CHAPITRE 4 OBJECTIFS DE RENDEMENT ET DESCRIPTION DES LEÇONS

SECTION 1

OREN 201 – SITUER LE RÔLE D'UN CITOYEN CANADIEN SENSIBILISÉ À L'ENVIRONNEMENT

1. **Rendement.** Situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement, incluant :
 - a. les droits et responsabilités d'un citoyen canadien; et
 - b. le Code de gestion de l'environnement pour le gouvernement du Canada.
4. **Remarques.** S.O.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 201 est conçue afin d'améliorer les connaissances du cadet relativement au civisme et à la gestion de l'environnement :
 - (1) OCOM C201.01 (Participer à une discussion sur les questions environnementales concernant le Canada);
 - (2) OCOM C201.02 (Visiter une institution politique municipale, provinciale ou fédérale de la région);
 - (3) OCOM C201.03 (Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région);
 - (4) OCOM C201.04 (Participer à une présentation donnée par un conférencier du domaine de l'environnement); et
 - (5) OCOM C201.05 (Participer à une présentation donnée par un représentant du gouvernement).
 - b. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 201 se limite à un total de 11 périodes, qui peut se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Les corps ne sont pas obligés d'utiliser toutes les 11 périodes.

OCOM M201.01 – DISCUTER DES DROITS ET RESPONSABILITÉS DES CITOYENS CANADIENS

1. **Rendement.** Discuter des droits et responsabilités des citoyens canadiens.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un document sur les droits et responsabilités d'un citoyen canadien;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à la *Fiche de renseignements : Droits et responsabilités*, le cadet doit discuter des droits et responsabilités d'un citoyen canadien.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer les droits d'un citoyen canadien, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les droits à l'égalité; b. les droits démocratiques; c. les droits légaux; d. les droits à la mobilité; e. les droits linguistiques; et f. les droits à l'instruction des minorités linguistiques. 	Exposé interactif	10 min	C0-081
PE2	Expliquer les responsabilités d'un citoyen canadien, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. comprendre et respecter les lois canadiennes; b. participer au processus politique démocratique du Canada; c. exercer leur droit de vote lors des élections; d. permettre aux autres Canadiens d'exercer leurs droits et libertés; et e. apprécier la valeur du patrimoine multiculturel du Canada et contribuer à la préserver. 	Exposé interactif	5 min	C0-081
PE3	Diriger une discussion de groupe pendant laquelle les cadets détermineront quel droit ou responsabilité est le plus important pour eux.	Discussion de groupe	10 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 15 min |
| c. | Discussion de groupe : | 10 min |
| d. | Total : | 30 min |

6. Justification

- a. L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2, afin d'initier les cadets aux droits et aux responsabilités d'un citoyen canadien, de stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base.
- b. 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 au sujet des droits et responsabilités d'un citoyen canadien.

7. **Documents de référence.** C0-081 Citoyenneté et Immigration Canada. (2006). *Fiche de renseignements : Droits et responsabilités*. Extrait le 2 février 2007 du site <http://www.cic.gc.ca/francais/nouveaux/fiche-08.asp>.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** Des documents des droits et responsabilités d'un citoyen canadien qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 1, annexe A.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M201.02 – DISCUTER DES PRINCIPES DE GÉRANCE DE L'ENVIRONNEMENT

1. **Rendement.** Discuter des principes de gérance de l'environnement.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un document du *Code de gérance de l'environnement*;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter des principes de gérance de l'environnement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Expliquer le <i>Code de gérance de l'environnement</i> pour le gouvernement du Canada, incluant :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. tenir compte des considérations environnementales dans les prises de décisions pertinentes; b. s'assurer que des considérations environnementales sont intégrées dans les pratiques en vigueur pour les achats du gouvernement; c. adopter des pratiques de gestion respectueuses de l'environnement pour l'élimination des déchets; d. égaler ou dépasser les normes contenues dans les lois fédérales sur l'environnement; e. réutiliser et recycler les déchets et en réduire la production; et f. sensibiliser davantage aux considérations environnementales. 	Exposé interactif	10 min	C0-090
PE2	<p>Expliquer que le Mouvement des cadets du Canada possède un <i>Code de gérance de l'environnement</i> : OAIC 11-08, <i>Protection et gérance de l'environnement</i>, incluant :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. la définition de la diligence raisonnable; 	Exposé interactif	5 min	A0-039

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>b. la possibilité pour un membre des FC qui ne se conforme pas au Code de devoir personnellement déboursier les pertes financières ou de faire face à l'emprisonnement; et</p> <p>c. la possibilité pour un cadet qui ne se conforme pas au Code d'être accusé en vertu de la <i>Loi sur le système de justice pénale pour les adolescents</i>.</p>			
PE3	<p>Diriger une discussion de groupe sur la gérance de l'environnement dans le cadre du programme des cadets, incluant :</p> <p>a. la réduction, la réutilisation et le recyclage au corps; et</p> <p>b. l'amélioration de la sensibilisation à l'environnement :</p> <p>(1) au corps;</p> <p>(2) lors d'activités à l'extérieur; et</p> <p>(3) au sein de la communauté.</p>	Discussion de groupe	10 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	15 min
c.	Discussion de groupe :	10 min
d.	Total :	30 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 pour initier les cadets aux principes de gérance de l'environnement, 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 la gérance de l'environnement.

7. Documents de référence

- A0-039 OAIC 11-08 D Cad 3. (1997). *Protection et gérance de l'environnement*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C0-090 Environnement Canada. (2007). *Code de gérance de l'environnement*. Extrait le 2 février 2007 du site <http://www.ns.ec.gc.ca/g7/code.html>.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** Documents du Code de gérance de l'environnement.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM C201.01 – DISCUTER DES QUESTIONS ENVIRONNEMENTALES CONCERNANT LE CANADA

1. **Rendement.** Discuter des questions environnementales concernant le Canada.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter des questions relatives à l'environnement à l'échelle locale, provinciale, territoriale et nationale, incluant :
 - a. les occasions de recyclage;
 - b. la diminution des émissions de gaz à effet de serre; et
 - c. l'élimination des déchets dangereux.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une discussion de groupe sur les occasions de recyclage dans la communauté locale, incluant la disponibilité : <ol style="list-style-type: none"> a. du recyclage des cannettes et bouteilles d'aluminium; b. du recyclage de papier et de carton; c. du recyclage des piles; et d. d'autres occasions de recyclage. 	Discussion de groupe	10 min	Voir remarques para 11.
PE2	Diriger une discussion de groupe sur les suggestions faites en vue de réduire les émissions de gaz à effet de serre, à l'échelle locale, provinciale, territoriale ou nationale, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. marcher ou se servir du transport en commun plutôt que de prendre son véhicule; b. éviter de faire marcher inutilement le moteur d'un véhicule à l'arrêt; c. utiliser une voiture hybride; d. investir dans des thermostats programmables; e. baisser la température du thermostat dans la maison avant d'aller se coucher; 	Discussion de groupe	10 min	C0-091

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<ul style="list-style-type: none"> f. remplacer des ampoules standard par des ampoules fluorescentes; g. éteindre les lumières dans les pièces non occupées; h. mettre sur pied des programmes incitatifs fiscaux pour permettre aux municipalités d'offrir du transport en commun; i. rechercher et développer des sources d'énergie et de combustibles de rechange; j. imposer des taxes; k. sensibiliser le public aux émissions de gaz à effet de serre; et l. inciter tous les fonctionnaires à adopter les idées du PE précédent. 			
PE3	<p>Diriger une discussion de groupe sur les lieux d'élimination des déchets dangereux, à l'échelle locale, provinciale, territoriale ou nationale, incluant :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. une liste des articles ménagers dangereux; et b. les lieux d'élimination pour : <ul style="list-style-type: none"> (1) les déchets nucléaires; (2) les déchets biomédicaux; (3) les déchets ménagers dangereux; et (4) les déchets chimiques. 	Discussion de groupe	5 min	C0-092 C0-093 C0-094

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Discussion de groupe :	25 min
c.	Total :	30 min

6. **Justification.** La discussion de groupe a été choisie pour cette leçon, 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 questions environnementales.

7. Documents de référence

- a. C0-091 La ville de Red Deer. (2007). *Household Tips to Reduce Greenhouse Gas Emissions*. Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.city.red-deer.ab.ca/Keeping+You+Informed/Environmental+Tips+and+Initiatives/Household+Tips+to+Reduce+Greenhouse+Gas+Emissions.htm>.
- b. C0-092 La ville de Red Deer. (2007). *Household Hazardous Waste*. Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.city.red-deer.ab.ca/Keeping+You+Informed/Environmental+Tips+and+Initiatives/Household+Hazardous+Waste.htm>.

- c. C0-093 Industrie Canada. (2007). *Réseau des entreprises canadiennes*. Extrait le 19 février 2007 du site http://www.strategis.ic.gc.ca/app/ccs/search/navigate.do;jsessionid=0000K8PZAlm_AQ8PI5d5jWCrLLZ:vrds5a6?portal=1&estblmntNo=234567041421&profile=completeProfile&subPortal=&language=fre.
 - d. C0-094 Programme des services de dépôt. (2007). *Les déchets fortement radioactifs au Canada*. Extrait le 19 février 2007 du site <http://www.dsp-psd.pwgsc.gc.ca/Collection-R/LoPBdP/BP/bp338-f.htm>.
- 8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
 - 9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
 - 10. **Modalités de contrôle.** S.O.
 - 11. **Remarques.** On pourra trouver des références pour le PE1 en explorant le site Web de la municipalité locale, de la région, de la province ou du territoire.

OCOM C201.02 – VISITER UNE INSTITUTION POLITIQUE MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION

1. **Rendement.** Visiter une institution politique municipale, provinciale ou fédérale de la région.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Le commandant du corps de cadets déterminera les conditions environnementales appropriées à cette instruction.
3. **Norme.** Le cadet doit visiter une institution politique municipale, provinciale ou fédérale de la région afin d'être sensibilisé au rôle des institutions politiques en ce qui a trait à :
 - a. l'augmentation de la sensibilisation aux considérations environnementales; et
 - b. l'adoption des pratiques de gestion respectueuses de l'environnement pour l'élimination des déchets.
4. **Points d'enseignement.** On demande au guide d'expliquer :
 - a. les droits d'un citoyen canadien;
 - b. les responsabilités d'un citoyen canadien; et
 - c. le rôle du gouvernement dans :
 - (1) l'amélioration de la sensibilisation à l'environnement; et
 - (2) l'adoption des pratiques de gestion respectueuses de l'environnement pour l'élimination des déchets.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Sorties éducatives :	80 min
c. Total :	90 min
6. **Justification.** La sortie éducative a été choisie pour cette leçon afin de renforcer les connaissances du cadet sur la matière enseignée précédemment à l'OCOM M201.01 (Discuter des droits et responsabilités d'un citoyen canadien) et à l'OCOM M201.02 (Discuter des principes de gestion de l'environnement) par l'entremise d'une visite.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. Remarques

- a. Le personnel du corps de cadets déterminera si un guide doit escorter le groupe ou si un instructeur du corps de cadets est responsable de la visite. Si un instructeur dirige la visite, il doit effectuer à l'avance des recherches sur le rôle du gouvernement dans l'amélioration de la sensibilisation à l'environnement et dans l'application des pratiques de gestion respectueuses de l'environnement pour l'élimination des déchets.
- b. Cette sortie éducative peut se dérouler lors d'une journée d'instruction avec support ou lors d'une séance complémentaire.
- c. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

OCOM C201.03 – VISITER UNE INSTALLATION DE PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION

1. **Rendement.** Visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Le commandant du corps de cadets déterminera les conditions environnementales appropriées à cette instruction.
3. **Norme.** Le cadet doit visiter une installation de protection de l'environnement municipale, provinciale ou fédérale de la région afin d'être sensibilisé à la gérance environnementale, incluant :
 - a. à l'augmentation de la sensibilisation aux considérations environnementales; et
 - b. l'application de pratiques de gestion respectueuses de l'environnement.
4. **Points d'enseignement.** On demande au guide d'expliquer :
 - a. la réduction;
 - b. la réutilisation;
 - c. le recyclage; et
 - d. la récupération.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Sorties éducatives :	80 min
c. Total :	90 min
6. **Justification.** La sortie éducative a été choisie pour cette leçon afin de renforcer les connaissances du cadet sur la matière enseignée précédemment à l'OCOM M201.02 (Discuter des principes de gérance de l'environnement) par l'entremise de sa participation à une visite.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Le personnel du corps de cadet déterminera si un guide doit escorter le groupe ou si un instructeur du corps de cadets est responsable de la visite. Si un instructeur du corps de cadets est responsable de la visite, il doit faire une recherche à l'avance de tous les points d'enseignement.

- b. Cette sortie éducative peut se dérouler lors d'une journée d'instruction avec support ou lors d'une séance complémentaire.
- c. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

OCOM C201.04 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER DU DOMAINE DE L'ENVIRONNEMENT

1. **Rendement.** Participer à une présentation donnée par un conférencier du domaine de l'environnement.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Le cadet doit assister à une présentation donnée par un conférencier en environnement afin d'être sensibilisé à la gérance de l'environnement.
4. **Points d'enseignement.** On demande au conférencier en environnement de :
 - a. décrire le service ou l'établissement environnemental dont il fait partie;
 - b. décrire ses tâches;
 - c. expliquer le rôle du service ou de l'établissement au sein de la communauté; et
 - d. animer une période de questions et réponses.
5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 10 min
 - b. Exposé interactif : 50 min
 - c. Total : 60 min
6. **Justification.** Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de réviser, clarifier, faire ressortir et résumer les points d'enseignement.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Il faut déterminer le matériel d'instruction requis en communiquant avec le conférencier avant la présentation.
 - b. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

OCOM C201.05 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN REPRÉSENTANT DU GOUVERNEMENT

1. **Rendement.** Participer à une présentation donnée par un représentant du gouvernement.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Le cadet doit assister à une présentation donnée par un représentant du gouvernement afin d'être sensibilisé à la gérance de l'environnement au sein des différents paliers du gouvernement.
4. **Points d'enseignement.** On demande au représentant du gouvernement :
 - a. d'expliquer le processus de décision en ce qui a trait à :
 - (1) l'amélioration de la sensibilisation à l'environnement;
 - (2) l'adoption des pratiques de gestion respectueuses de l'environnement pour l'élimination des déchets; et
 - (3) la réutilisation et le recyclage les déchets de même que la réduction de la production; et
 - b. animer une période de questions et réponses.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	50 min
c. Total :	60 min
6. **Justification.** Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de réviser, clarifier, faire ressortir et résumer les points d'enseignement.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Il faut déterminer le matériel d'instruction requis en communiquant avec le conférencier avant la présentation.
 - b. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 2**OREN 202 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE**

1. **Rendement.** Effectuer un service communautaire.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** À titre de membre d'une équipe, le cadet participera à une activité de service communautaire qui :
 - a. donne un avantage direct à la communauté (p. ex. appuyer une campagne de financement d'un groupe sans but lucratif, nettoyer la communauté, faire un projet d'entretien des sentiers); et
 - b. favorise le civisme.
4. **Remarques**
 - a. On encourage les corps à participer à l'activité de service communautaire qui contribue à la conservation de l'environnement.
 - b. Le service communautaire peut se dérouler sur neuf périodes pendant une journée d'instruction avec support ou sur trois séances de trois périodes chacune.
 - c. L'activité de service communautaire ne doit pas avoir une association politique partisane ou être reconnue pour appuyer ou promouvoir un seul système de pensée ou une confession religieuse.
 - d. Le corps de cadets devrait consulter leur répondant pour la sélection des activités de service communautaire.
 - e. Le service communautaire choisi ne doit pas être directement bénéfique pour le corps de cadets ou pour le répondant du corps de cadets.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 202 est conçue pour fournir aux cadets les occasions d'effectuer un service communautaire grâce à un éventail d'activités.
 - b. Aucune nouvelle instruction complémentaire ne sera ajoutée à l'étoile rouge.
 - c. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de l'étoile verte comme instruction complémentaire de l'étoile rouge, plus précisément :
 - (1) l'OCOM C102.01 (Participer à une cérémonie militaire); et
 - (2) l'OCOM C102.02 (Effectuer un service communautaire).
 - d. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de l'étoile verte, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique appropriés.

- e. L'instruction complémentaire de l'OREN 202 se limite à un total de neuf périodes qui se déroulent pendant les séances ou une journée d'instruction avec support. Un maximum de trois périodes peut être utilisé pour l'OCOM C102.01 (Participer à une cérémonie militaire). Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les neuf périodes.

EO M202.01 – EFFECTUER UN SERVICE COMMUNAUTAIRE

1. **Rendement.** Effectuer un service communautaire.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** À titre de membre d'une équipe, le cadet doit participer à une activité de service communautaire qui :
 - a. donne un avantage direct à la communauté (p. ex. appuyer une campagne de financement d'un groupe sans but lucratif, nettoyer la communauté, faire un projet d'entretien des sentiers); et
 - b. favorise le civisme.
4. **Points d'enseignement.** Cette activité de service communautaire doit être structurée comme suit :
 - a. Les cadets auront une séance d'information avant le début de l'activité. Cette séance d'information pourrait être donnée par un conférencier issu du groupe communautaire qui reçoit le service et il doit inclure l'explication :
 - (1) des objectifs et de l'importance de l'activité;
 - (2) des ressources qui peuvent être nécessaires pour mener à bien l'activité;
 - (3) de l'organisation de l'activité; et
 - (4) de toutes les directives de sécurité que l'on doit suivre lors de l'activité.
 - b. À la fin de l'activité, on doit donner une rétroaction aux cadets, préférablement par le conférencier ou le spécialiste impliqué dans l'activité. On doit leur demander :
 - (1) comment ils se sentaient par rapport à l'activité;
 - (2) ce qu'ils croient avoir accompli;
 - (3) quels avantages leur participation a apporté à la communauté; et
 - (4) de quelles façons chaque cadet peut être un citoyen plus actif en s'appuyant sur cette expérience.
5. **Durée**

a.	Introduction :	15 min
b.	Expérientielle :	255 min
c.	Total :	270 min
6. **Justification.** Une approche expérientielle a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet aux cadets d'acquérir de nouvelles connaissances au moyen d'une expérience directe. Cette approche permet aux cadets de participer activement à leur communauté et de faire l'expérience de résultats positifs tirés de

cette participation. Les cadets peuvent ensuite définir cette expérience à un niveau personnel, grâce à la réflexion sur l'expérience et comprendre comment leurs efforts individuels peuvent faire profiter la communauté lors de projets futurs.

7. Documents de référence

- a. A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. C0-014 La légion royale canadienne. (2002). *La légion royale canadienne : Répondre aux besoins des communautés canadiennes*. Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.legion.ca/asp/docs/about/community_f.asp.
- c. C0-015 Kiwanis International. (2006). *Découvrir Kiwanis*. Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.kiwanis.org/about>.
- d. C0-016 Lions Club International. (2006). *Histoire du Lions Clubs International*. Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.lionsclubs.org/FR/content/lions_history.shtml.
- e. C0-017 Rotary International. (2005). *À propos du Rotary*. Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.rotary.org/fr/AboutUs/Pages/ridefault.aspx>.
- f. C0-044 UNESCO. (2006). *Commission canadienne pour l'UNESCO*. Extrait le 16 août 2006 du site <http://www.unesco.ca>.

8. Matériel d'instruction. S.O.

9. Matériel d'apprentissage. Le matériel et l'équipement approprié pour l'activité.

10. Modalités de contrôle. Il n'y a pas d'évaluation formelle à cet OCOM. L'instructeur confirmera la compréhension de la matière par les cadets en faisant une rétroaction immédiatement après l'activité.

11. Remarques

- a. Un exemple de liste de groupes communautaires ou orientés vers la communauté pourrait inclure:
 - (1) le Sentier transcanadien;
 - (2) des groupes environnementaux locaux;
 - (3) la Fondation canadienne Rêves d'Enfants;
 - (4) des comités d'hôpitaux;
 - (5) la Société Alzheimer du Canada;
 - (6) la Société canadienne du cancer;
 - (7) la Société d'arthrite du Canada;
 - (8) les Grands frères et les Grandes sœurs;
 - (9) la légion royale canadienne;
 - (10) le Rotary Club;
 - (11) le Kinsmen Club;
 - (12) le Kiwanis Club;
 - (13) le Lions Clubs International;

- (14) les banques d'alimentation locales;
 - (15) la Société canadienne de la Croix-rouge;
 - (16) Centraide Canada; et
 - (17) l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO).
- b. L'instructeur devrait obtenir de plus amples informations de la part du groupe choisi, afin de l'aider à développer la séance d'information initiale et d'obtenir l'information additionnelle s'il y a lieu, pour des activités spécifiques.
 - c. Cette activité peut se dérouler en une journée (neuf périodes) ou en trois séances (3 périodes x 3 occasions) selon les besoins locaux.
 - d. L'activité de service communautaire ne doit pas avoir une association politique partisane ou être reconnue pour appuyer ou promouvoir un seul système de pensée ou une confession religieuse.
 - e. Le service communautaire choisi ne doit pas être directement bénéfique pour le corps de cadets ou pour le répondant du corps de cadets.
 - f. Le personnel d'instruction doit réviser les périodes d'instruction similaires de tous les niveaux du programme d'instruction et est encouragé à réunir les ressources entre les niveaux d'étoiles, si possible, lorsqu'il élabore le plan d'instruction du corps de cadets.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 3
OREN 203 – DÉMONTRER DES QUALITÉS DE
LEADERSHIP DANS UN ENVIRONNEMENT ENTRE PAIRS

1. **Rendement.** Démontrer des qualités de leadership dans un environnement entre pairs.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit démontrer des qualités de leadership auprès des pairs en :
 - a. contribuant positivement à un groupe;
 - b. affichant une attitude positive en regard à l'apprentissage; et
 - c. étant responsable de ses actes et de ses choix.
4. **Remarques.** S.O.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 203 est conçue pour améliorer l'aptitude du cadet à démontrer des qualités de leadership :
 - (1) OCOM C203.01 (Consigner des entrées dans un journal réflexif);
 - (2) OCOM C203.02 (Utiliser la résolution de problème);
 - (3) OCOM C203.03 (Discuter des caractéristiques d'un chef);
 - (4) OCOM C203.04 (Participer à une présentation donnée par un chef);
 - (5) OCOM C203.05 (Participer à des activités de renforcement de la confiance); et
 - (6) OCOM C203.06 (Participer à des activités de résolution de problème).
 - b. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 203 se limite à un total de 11 périodes qui peuvent se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser toutes les 11 périodes.

OCOM M203.01 – DISCUTER DU LEADERSHIP ENTRE PAIRS

1. **Rendement.** Discuter du leadership entre pairs.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter du leadership entre pairs.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer le leadership entre pairs, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) suivre la voie hiérarchique; (2) donner l'exemple; (3) être ferme, juste et amical; (4) témoigner du respect aux supérieurs et aux subordonnés; (5) être conscient des risques d'accident; (6) prendre des initiatives; (7) se fixer des buts; et b. les responsabilités d'un cadet de l'étoile rouge spécifiques au corps de cadets. 	Exposé interactif	15 min	C0-134
PE2	Diriger une activité sur l'établissement des buts en demandant aux cadets de prendre en note :	Activité en classe	10 min	C0-022 (p. 39 à 42)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>a. les buts à court terme réalisable au corps, comme :</p> <p>(1) améliorer le port de l'uniforme;</p> <p>(2) améliorer l'exercice militaire;</p> <p>(3) assister à toutes les soirées d'instruction, etc.;</p> <p>(4) les buts à long terme pour l'année d'instruction comme :</p> <p>(a) obtenir une promotion;</p> <p>(b) obtenir le prix de présence parfaite; et</p> <p>(c) participer à l'instruction d'été, etc.; et</p> <p>b. les étapes que les cadets doivent suivre pour atteindre ces buts.</p>			

5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	5 min
b. Exposé interactif :	15 min
c. Activité en classe :	10 min
d. Total :	30 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'initier les cadets au leadership de subalterne, de stimuler leur intérêt et de leur présenter la matière de base.
- b. Une activité en classe a été choisie pour le PE2, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets, et de présenter le leadership entre pairs.

7. **Documents de référence**

- a. C0-022 (ISBN 0-02864-207-4) Cole, K. (2002). *The Complete Idiot's Guide to Clear Communication*. Indianapolis, IN, Alpha Books.
- b. C0-134 (ISBN 0-7852-7440-5) Maxwell, J. (1999). *The 21 Indispensable Qualities of a Leader: Becoming the Person Others Will Want to Follow*. Nashville, TN, Thomas Nelson Publishers.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** Un modèle d'établissement des buts se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 3, annexe A.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** La liste des responsabilités du PE1 n'est pas exhaustive. Les responsabilités des cadets de l'étoile rouge de chaque corps de cadets peuvent varier.

OCOM M203.02 – DISCUTER DES PRINCIPES DE LEADERSHIP

1. **Rendement.** Discuter des principes de leadership.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter des principes de leadership.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des principes de leadership, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le leadership est une influence; b. l'influence peut être positive ou négative; et c. le leadership peut créer des occasions dans la vie. 	Exposé interactif	5 min	C0-112 (p. 1 à 5)
PE2	Partager de brèves histoires de jeunes qui ont influencé leur environnement ou leur communauté de façon positive et qui ont créé des occasions pour leur futur ou celui des autres.	Exposé interactif	10 min	C0-113 (p. 103 et 107) C0-131 C0-132
PE3	Discuter d'un pair leader qui a eu une influence positive sur l'environnement ou la communauté.	Discussion de groupe	10 min	

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 15 min
 - c. Discussion de groupe : 10 min
 - d. Total : 30 min

6. **Justification**
 - a. L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin d'initier les cadets aux principes de leadership, de stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base.
 - b. 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.

7. Documents de référence

- a. A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
 - b. C0-112 (ISBN 0-8407-6744-7) Maxwell, J. C. (1993). *Developing the Leader Within You*. Nashville, Tennessee, Thomas Nelson Inc. Publishers.
 - c. 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.
 - d. C0-131 Enfants Entraide. (2007). *Biographie de Craig Kielburger*. Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.freethechildren.com/aboutus/craigmarc/craigkielburger.htm>.
 - e. C0-132 Kidz World. (2007). *Teen Protects White Bear*. Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.kidzworld.com/article/1065-teen-protects-white-bear>.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
 9. **Matériel d'apprentissage.** Des exposés sur des jeunes qui ont influencé de façon positive leur environnement ou leur communauté.
 10. **Modalités de contrôle.** S.O.
 11. **Remarques.** 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.

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

1. **Rendement.** Discuter de la communication efficace entre pairs.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter de la communication efficace entre pairs.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter de l'importance fondamentale de la communication pour influencer les autres, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la communication efficace à titre de compétences; b. aspects de la communication non verbale; et c. envoyer et recevoir des messages et y répondre. 	Exposé interactif	10 min	C0-115 (p. 43 et 44) C0-144 (p. 18)
PE2	Expliquer les trois styles de communication, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la communication agressive; b. la communication passive; et c. la communication affirmative. 	Exposé interactif	5 min	C0-022 (p. 211 et 212)
PE3	Discuter de la communication affirmative, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'utilisation de la communication fondée sur le « Je »; et b. les compétences d'écoute active. 	Exposé interactif	10 min	C0-022 (p. 230 à 234) C0-144 (p. 13)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 25 min
 - c. Total : 30 min

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon, afin d'initier les cadets à une communication efficace entre pairs, de stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base.
7. **Documents de référence**
 - a. C0-022 (ISBN 0-02864-207-4) Cole, K. (2002). *The Complete Idiots Guide to Clear Communications*. É.-U., Pearson Education, Inc.
 - b. C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J.A. et Fertman, C.I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc.
 - c. C0-144 ISBN TBA Colver, E. et Reid, M. (2001). *Peacebuilders 2: Peer Helping*. Ottawa, ON, YouCAN.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

OCOM M203.04 – DÉMONTRER LA DYNAMIQUE DE GROUPE POSITIVE

1. **Rendement.** Démontrer la dynamique de groupe positive.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit démontrer la dynamique de groupe positive dans un environnement de pairs, incluant :
 - a. contribuer aux objectifs de groupe;
 - b. témoigner sa confiance à l'égard du groupe;
 - c. créer un environnement sécuritaire pour inciter les autres à partager leurs opinions;
 - d. suivre le chef;
 - e. finir les tâches;
 - f. afficher un esprit de corps; et
 - g. apprécier les autres membres du groupe.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter de la dynamique de groupe positive.	Discussion de groupe	10 min	
PE2	Expliquer comment afficher une dynamique de groupe positive en : <ol style="list-style-type: none"> a. contribuant aux discussions de groupe en formulant des commentaires; b. se motivant; c. s'assurant que les objectifs de groupe sont conformes aux buts du MCC; d. essayant de nouvelles choses; e. étant sensible à d'autres points de vue; f. connaissant les forces et les faiblesses des membres de l'équipe; g. augmentant la confiance en soi à l'aide du dialogue interne; h. coopérant; 	Exposé interactif	25 min	C0-028 C0-114 (p. 12) C0-115

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	i. résolvant les conflits aussi rapidement que possible, au niveau le plus bas et le plus pertinent possible; et j. célébrant les succès.			
PE3	Démontrer la dynamique de groupe positive.	Activité en classe	15 min	

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Discussion de groupe :	10 min
c.	Exposé interactif :	25 min
d.	Activité en classe :	15 min
e.	Total :	60 min

6. **Justification**

- 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, de stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE3, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets.

7. **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.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** 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.

OCOM M203.05 – DISCUTER DES COMPORTEMENTS INFLUENTS

1. **Rendement.** Discuter des comportements influents.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter des comportements influents, y compris :
 - a. l'approche directive;
 - b. l'approche persuasive; et
 - c. l'approche participative.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Faire un jeu de rôles pour démontrer le comportement influent directif.	Activité en classe	5 min	A0-047 A0-048
PE2	Faire un jeu de rôles pour démontrer le comportement influent persuasif.	Activité en classe	5 min	A0-047 A0-048
PE3	Faire un jeu de rôles pour démontrer le comportement influent participatif.	Activité en classe	5 min	A0-047 A0-048
PE4	Discuter des situations dans lesquelles les cadets pourraient utiliser les divers comportements influents entre pairs, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. aux cadets; et b. à l'école, etc. 	Discussion de groupe	10 min	C0-113 (p. 88 à 91 et 164) C0-115

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Activité en classe : 15 min
 - c. Discussion de groupe : 10 min
 - d. Total : 30 min

6. Justification

- a. Une activité en classe a été choisie pour les PE1 à PE3, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets.
- b. 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.

7. Documents de référence

- a. 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.
- b. A0-048 A-PA-005-000/AP-003 MDN. (2005). *Le leadership dans les Forces canadiennes (Doctrine)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- c. 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.
- d. C0-115 (ISBN 0-7879-4059) Van Linden, J.A. et Fertman, C.I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** Des jeux de rôles se trouvant dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 3, annexes B, C et D.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M203.06 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME

1. **Rendement.** Utiliser la résolution de problème.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit utiliser la résolution de problème.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	a. Expliquer la résolution de problèmes, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) l'analyse par essai et erreur; et (2) la méthode par analyse logique; et b. les étapes du processus de résolution de problème, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) confirmer la tâche; (2) identifier 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. 	Exposé interactif	20 min	A2-036 C0-115 (p. 45 et 46) C0-135 (p. 221 à 223)
PE2	Diriger une activité d'écriture dans le cadre de laquelle les cadets résolvent des problèmes à l'aide de la technique du PE1.	Activité en classe	10 min	C0-115 (p. 45 et 46)
PE3	Diriger une discussion dans laquelle les cadets expliquent les choix qu'ils ont faits dans l'exercice de résolution de problème.	Discussion de groupe	20 min	C0-115 (p. 45 et 46)

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	20 min
c.	Activité en classe :	10 min
d.	Discussion de groupe :	20 min
e.	Total :	60 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'initier les cadets à la résolution de problème.
- b. Une activité en classe a été choisie pour le PE2, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets, et de présenter la résolution de problème.
- c. 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.

7. **Documents de référence**

- a. 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.
- b. C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J.A. et Fertman, C.I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc.
- c. C0-135 (ISBN 0-7645-5176-0) Loeb, M. et Kindel, S. (1999). *Leadership for Dummies*. Indianapolis, IN, Wiley Publishing, Inc.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
- b. Des mises en situations de problème.

9. **Matériel d'apprentissage.** Des mises en situations de problème.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

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

1. **Rendement.** Discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer l'intégrité personnelle, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la définition de l'intégrité; b. que l'intégrité personnelle est le fondement du leadership; c. que l'intégrité personnelle fait en sorte que le chef est cohérent puisque ses actions refléteront ses croyances; et d. qu'afin de gagner la confiance des autres, le chef doit montrer l'exemple parce que ses paroles doivent correspondre à ses actions. 	Exposé interactif	5 min	C0-112 (p. 35 à 47)
PE2	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, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'honnêteté; b. l'honneur; c. la bonne personnalité; d. la décence; e. l'équité; f. la sincérité; et g. la fiabilité; etc. 	Activité en classe	5 min	
PE3	Diriger une activité dans le cadre de laquelle les cadets créent une affiche qui illustre un exemple d'intégrité. L'affiche peut être un dessin, une carte, une phrase, etc.	Activité en classe	15 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 5 min |
| c. | Activité en classe : | 20 min |
| d. | Total : | 30 min |

6. Justification

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1, pour initier les cadets à l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.
- b. Une activité en classe a été choisie pour les PE2 et PE3, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets, et de présenter l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.

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

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Stylos ou marqueurs à pointe de feutre; et
- b. Papier de format 8.5 x 14 po.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M203.08 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

1. **Rendement.** Participer à des activités de promotion du travail d'équipe.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à des activités de promotion du travail d'équipe.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger des activités de promotion du travail d'équipe au moyen de jeux de confiance.	Activité en classe	25 min	C0-152 C1-006 (p. 79 à 95)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Activité en classe : 25 min
 - c. Total : 30 min
6. **Justification.** Une activité en classe a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon amusante et stimulante qui permet aux cadets d'acquérir davantage de connaissances dans les activités de promotion du travail d'équipe, et qui renforce leur appréciation des principes fondamentaux de leadership.
7. **Documents de référence**
 - a. C0-152 Wilderdom. (2007). *Index to Group Activities, Games, Exercises and Initiatives: Trust-Building Activities*. Extrait le 26 avril 2007 du site <http://www.wilderdom.com/games/descriptions/SliceNDice.html>.
 - b. C1-006 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*. É.-U., Kendall/Hunt Publishing Company.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

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

1. **Rendement.** Consigner des entrées dans un journal réflexif.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à l'ouvrage de Karnes, F.A. et Bean, S.M., *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*, Prufrock Press, le cadet doit consigner des entrées dans un journal réflexif après une activité d'instruction spécifique par l'écriture, le dessin d'une carte ou un dessin.

4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une activité durant laquelle les cadets consigneront leurs pensées sur le leadership dont ils ont fait preuve et qu'ils ont observé lors d'une activité d'instruction spécifique.	Activité en classe	25 min	C0-113 (p. 122 à 131)

5. **Durée**

- a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Activité en classe : 25 min
 - c. Total : 3 x 30 min
6. **Justification.** Une activité en classe a été choisie pour cette leçon en vue de renforcer les principes et les caractéristiques de leadership, et de stimuler l'esprit. L'activité permet également aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments relativement à une activité récente de promotion du travail d'équipe ou de formation.
 7. **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.
 8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
 9. **Matériel d'apprentissage.** Des modèles sur lesquels figurent des questions de réflexion.
 10. **Modalités de contrôle.** S.O.
 11. **Remarques**
 - a. Le présent OCOM devrait être enseigné après une activité pratique importante, comme une visite, un exercice en campagne ou l'OCOM M203.08 (Participer à des activités de promotion du travail d'équipe).

- b. On alloue 3 périodes à cet OCOM. Les corps peuvent conduire cette instruction plus d'une fois par année.

OCOM C203.02 – UTILISER LA RÉOLUTION DE PROBLÈME

1. **Rendement.** Utiliser la résolution de problème.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet, en tant que membre d'un groupe d'au plus quatre personnes, doit employer la résolution de problème en :
 - a. complétant les activités, les mises en situation ou les simulations fournies; et
 - b. partageant avec les pairs :
 - (1) la décision prise; et
 - (2) la raison de la décision.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une activité dans le cadre de laquelle les cadets résolvent des problèmes en utilisant une analyse logique, en : <ol style="list-style-type: none"> a. confirmant la tâche; b. identifiant le problème; c. définissant le facteur critique; d. élaborant une solution de rechange; e. comparant les solutions de rechange; f. trouvant la meilleure solution possible; g. mettant la solution en œuvre; et h. évaluant le plan et la mise en œuvre. 	Activité en classe	25 min	C0-115 (p. 45 et 46) A2-036
PE2	Diriger une discussion de groupe dans laquelle les cadets expliquent les choix qu'ils ont faits dans l'exercice de résolution de problème.	Discussion de groupe	25 min	

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Activité en classe : | 25 min |
| c. | Discussion de groupe : | 25 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. **Justification**

- a. Une activité en classe a été choisie pour le PE1, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets.
- b. 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.

7. **Documents de référence**

- a. 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.
- b. C0-115 (ISBN 0-7879-4059-3) Van Linden, J.A. et Fertman, C.I. (1998). *Youth Leadership*. San Francisco, Californie, Jossey-Bass Inc.
- c. C0-135 (ISBN 0-7645-5176-0) Loeb, M. et Kindel, S. (1999). *Leadership for Dummies*. Indianapolis, IN, Wiley Publishing, Inc.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et
- b. Des mises en situations de problème.

9. **Matériel d'apprentissage.** Des mises en situations de problème.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM C203.03 – DISCUTER DES CARACTÉRISTIQUES D’UN CHEF

1. **Rendement.** Discuter des caractéristiques d’un chef.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à l’ouvrage de Karnes, F.A. et Bean, S.M., *Leadership for Students: A Practical Guide for Ages 8-18*, Prufrock Press, le cadet doit discuter des caractéristiques d’un chef, y compris :
 - a. choisir un chef spécifique; et
 - b. partager les caractéristiques de leur chef.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	En groupe d’au plus quatre, les cadets discutent l’étude d’un chef choisi.	Activité en classe	30 min	C0-113 (p. 162 à 166)
PE2	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.	Discussion de groupe	20 min	C0-113 (p. 162 à 166)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 10 min
 - b. Activité en classe : 30 min
 - c. Discussion de groupe : 20 min
 - d. Total : 60 min
6. **Justification**
 - a. Une activité en classe a été choisie pour le PE1, parce que c’est une façon de renforcer les principes de leadership pour stimuler l’esprit.
 - b. 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.
7. **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.

8. **Matériel d’instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d’entraînement.
9. **Matériel d’apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Les cadets feront des recherches sur un chef de leur choix (un membre du personnel militaire, un chef politique, un pasteur, un enseignant, etc.) à l’avance et apporteront cette information et leurs connaissances sur cette personne en classe.

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

1. **Rendement.** Participer à une présentation donnée par un chef.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour tout le groupe.
3. **Norme.** Le cadet doit assister à une présentation donnée par un chef.
4. **Points d'enseignement.** On demande au conférencier en leadership de :
 - a. décrire les caractéristiques de leur leadership, y compris :
 - (1) leurs principes de leadership; et
 - (2) leurs qualités à titre de chef; et
 - b. animer une période de questions et réponses.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	50 min
c. Total :	60 min
6. **Justification.** Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de réviser, clarifier, faire ressortir et résumer les points d'enseignement.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Afin de présenter d'autres chefs aux cadets, le personnel du corps de cadets ne doit pas enseigner cet OCOM.
 - b. On peut répéter cet OCOM avec d'autres chefs issus de divers milieux, en utilisant les périodes optionnelles de l'horaire d'instruction.
 - c. Il faut déterminer le matériel d'instruction requis en communiquant avec le conférencier avant la présentation.
 - d. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

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

1. **Rendement.** Participer à des activités de renforcement de la confiance.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un bandeau pour les yeux;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à l'ouvrage de Ronhke, C., *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*, Kendall/Hunt Publishing Company, le cadet doit participer à des activités de promotion du travail d'équipe en utilisant les techniques de résolution de problème et les aptitudes au réfléchissement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger des activités de promotion du travail d'équipe au moyen de jeux de confiance.	Expérientielle	25 min	C0-077 (p. 79 à 95)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Activité en classe : 25 min
 - c. Total : 30 min
6. **Justification.** 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 faire l'expérience des activités de renforcement de la confiance et de redéfinir cette expérience de façon personnelle.
7. **Documents de référence.** C0-077 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*. É.-U., Kendall/Hunt Publishing Company.
8. **Matériel d'instruction.** Un bandeau pour les yeux.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

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

1. **Rendement.** Participer à des activités de résolution de problème.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un chronomètre;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à l'ouvrage de Ronhke, C., *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*, Kendall/Hunt Publishing Company, le cadet doit participer à des activités de promotion du travail d'équipe en utilisant les techniques de résolution de problème et les aptitudes au réfléchissement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger des activités de promotion du travail d'équipe au moyen de jeux de résolution de problème.	Expérientielle	25 min	C0-077 (p. 110 à 123)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 10 min
 - b. Activité en classe : 50 min
 - c. Total : 60 min
6. **Justification.** 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 faire l'expérience des activités de renforcement de la confiance et de redéfinir cette expérience de façon personnelle.
7. **Documents de référence.** C0-077 (ISBN 0-8403-5682-X) Ronhke, C. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventures Games and Trust Activities*. É.-U., Kendall/Hunt Publishing Company.
8. **Matériel d'instruction.** Un chronomètre.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 4**OREN 204 – METTRE À JOUR LE PLAN D'ACTIVITÉ PERSONNEL**

1. **Rendement.** Mettre à jour le plan d'activité personnel.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada;
 - (2) une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales :
 - (1) un secteur d'entraînement suffisamment grand pour permettre l'exécution du test PACER; et
 - (2) une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, les cadets devront mettre à jour leur plan d'activité personnel, y compris :
 - a. participer au test PACER; et
 - b. établir de nouveaux buts personnels à court terme et à long terme pour l'année d'instruction.
4. **Remarques.** Le test PACER met l'accent sur l'évaluation et les réalisations individuelles. Les cadets doivent faire le test PACER en vue d'obtenir un repère leur permettant d'adapter leur plan d'activité personnel pour l'année d'instruction.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 204 est conçue pour améliorer le plan d'activité personnel du cadet grâce à un éventail d'activités :
 - (1) l'OREN C204.01 (Effectuer le test PACER) permet au cadet de suivre ses progrès individuels; et
 - (2) l'OREN C204.02 (Élaborer un plan de nutrition personnel).
 - b. Une partie de l'instruction complémentaire offerte à l'étoile verte peut être choisie comme instruction complémentaire de l'étoile rouge, en particulier l'OCOM C104.01 (Élaborer des objectifs d'équipe), pour améliorer le plan d'activité personnel du cadet par la création d'objectifs d'équipe en tant que membre d'un groupe.
 - c. Lorsqu'il choisit l'instruction complémentaire de l'étoile verte, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique pertinents.
 - d. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 204 se limite à un total de trois périodes tenues pendant des séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les trois périodes.

OCOM M204.01 – FAIRE LE TEST PACER

1. **Rendement.** Faire le test PACER.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un secteur d'entraînement suffisamment grand pour permettre l'exécution du test PACER.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit faire le test PACER.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la fréquence cardiaque ou le pouls, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la façon de déterminer la fréquence cardiaque ou le pouls; b. la plage normale de la fréquence cardiaque au repos; et c. la fréquence cardiaque cible. 	Exposé interactif	5 min	C0-096 C0-097 C0-098 (p. 177 et 178) C0-102 (p. 11-7)
PE2	Présenter les méthodes permettant d'augmenter l'endurance cardiovasculaire, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le rythme; b. la condition physique pour la course; et c. la progression. 	Exposé interactif	5 min	C0-098 (p. 69) C0-099
PE3	Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. étirer les muscles; b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque; c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE4	Démontrer aux cadets comment faire le test PACER et leur demander de le pratiquer, y compris : a. définir la disposition du test PACER; b. réagir aux bips; et c. consigner les résultats.	Démonstration et exécution	10 min	C0-095
PE5	Superviser les cadets pendant le test PACER.	Activité pratique	25 min	C0-095
PE6	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : a. permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures; b. préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et c. étirer les muscles.	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

5. Durée

a. Introduction/Conclusion :	5 min
b. Exposé interactif :	10 min
c. Activité pratique :	35 min
d. Démonstration et exécution :	10 min
e. Total :	60 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin de présenter l'information de base sur la fréquence cardiaque ou le pouls et sur l'endurance cardiovasculaire.
- Une activité pratique a été choisie pour les PE3, PE5 et PE6, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de présenter des activités cardiovasculaires aux cadets dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement de l'endurance cardiovasculaire dans un environnement amusant et stimulant.
- La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de faire le test PACER, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer le test PACER sous supervision.

7. 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 and Buffalo, NY, Mosaic Press.

- b. C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.
- c. C0-058 Webb Physiotherapists Inc. *Running Exercises*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>.
- d. C0-059 Webb Physiotherapists Inc. *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>.
- e. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- f. C0-061 City of Saskatoon, Community Services Department. *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>.
- g. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary*. (éd. rév.) Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- h. C0-095 (ISBN 0-7360-5962-8) The Cooper Institute. (aucune date). *Fitnessgram/Activitygram Test Administration Kit: Fitnessgram 8.0 Stand-alone Test Kit*. Windsor, ON, Human Kinetics.
- i. C0-096 Kaleida Health Cardiovascular Services. *Target Heart Rate*. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.cardiovascularservices.org/HeartRate.html>.
- j. C0-097 Gouvernement de l'Ontario. (2006). *Fréquence cardiaque cible*. Extrait le 20 février 2007 du site http://www.active2010.ca/index.cfm?fa=english_tools.target.
- k. C0-098 (ISBN 0-7360-0212-X) Bompa, T.O. (2000). *Total Training for Young Champions: Proven Conditioning Programs for Athletes Ages 6 to 18*. Windsor, ON, Human Kinetics.
- l. C0-099 Manitoba Marathon. *Manitoba Marathon: Training-Easy Run Pacing*. Extrait le 20 février 2007 du site http://www.manitobamarathon.mb.ca/training_pacing.aspx.
- m. C0-102 (ISBN 0-662-69515-1) L'Ambulance St-Jean. (2006). *First on the Scene: Student Reference Guide*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- n. C0-136 Recrutement pour la GRC. *Recrutement pour la GRC – Le Test d'aptitudes physiques essentielles (TAPE)*. Extrait le 21 mars 2007 du site http://www.rcmp-grc.gc.ca/recruiting/pare_partb_f.htm.

8. Matériel d'instruction

- a. Un chronomètre;
- b. Un ruban à mesurer;
- c. Des cônes;
- d. Des feuilles de pointage;
- e. Un lecteur de CD ou de cassettes;
- f. Un téléviseur;
- g. Un lecteur de DVD; et
- h. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Des cônes;
- b. Des feuilles de pointage;
- c. Des crayons et des stylos; et
- d. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Le test PACER consiste en une évaluation individuelle de la condition cardiovasculaire. Les résultats de cette évaluation ne doivent pas servir à créer une compétition entre les cadets ni à les classer.

OCOM M204.02 – RECONNAÎTRE LES CHOIX D’ALIMENTS SAINS

1. **Rendement.** Reconnaître les choix d’aliments sains.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier les choix d’aliments sains, y compris :
 - a. identifier les groupes alimentaires; et
 - b. reconnaître le nombre de portions recommandées par jour.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter Santé Canada, <i>Guide alimentaire canadien</i> , Sa Majesté la Reine du chef du Canada, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les groupes alimentaires; et b. les portions du guide alimentaire. 	Exposé interactif	10 min	C0-100 C0-101
PE2	Présenter le nombre de portions recommandé par jour selon : <ol style="list-style-type: none"> a. les groupes d’âge; et b. le sexe. 	Exposé interactif	5 min	C0-100 C0-101
PE3	Diriger une activité en utilisant Santé Canada, <i>Guide alimentaire canadien</i> , Sa Majesté la Reine du chef du Canada.	Activité en classe	10 min	C0-100 C0-101 C0-138

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 15 min
 - c. Activité en classe : 10 min
 - d. Total : 30 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin de présenter Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- b. 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 à la saine alimentation.

7. **Documents de référence**

- a. C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.
- b. C0-058 Webb Physiotherapists Inc. *Running Exercises*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46>.
- c. C0-059 Webb Physiotherapists Inc. *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49>.
- d. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- e. C0-061 City of Saskatoon, Community Services Department. *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>.
- f. C0-100 (ISBN 0-662-44467-1) Santé Canada. (2007). *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- g. C0-101 (ISBN 0-662-44470-1) Santé Canada. (2007). *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien : Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- h. C0-138 WP Clipart. *Food Section*. Extrait le 29 mars 2007 du site <http://www.clipart.com/food/index.html>.

8. **Matériel d'instruction.** Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada;
- b. Les documents de cours qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe B;
- c. Des stylos et des crayons (un par cadet);
- d. Des ciseaux; et
- e. De la colle ou du ruban adhésif.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** On peut commander des exemplaires de Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada, à partir du site Web www.hc-sc.gc.ca de Santé Canada, lesquels doivent être remis comme document de cours à chaque cadet.

OCOM M204.03 – RECONNAÎTRE LES BIENFAITS D’UN MODE DE VIE SAIN

1. **Rendement.** Reconnaître les bienfaits d’un mode de vie sain.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier les avantages d’un mode de vie sain.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des décisions personnelles qu’un cadet peut prendre pour adopter un mode de vie sain, y compris et sans se limiter à : <ol style="list-style-type: none"> a. ne pas fumer; b. faire des choix d’aliments sains; et c. participer à des activités physiques. 	Discussion de groupe	10 min	C0-100 C0-104 C0-105 (p. 4 à 6) C0-126 (plans de leçon pour la 7 ^e année)
PE2	Discuter des avantages physiques liés à un mode de vie sain, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. une croissance et un développement sains; b. un cœur en santé; c. des muscles et des os forts; d. le contrôle du poids; et e. la réduction des risques pour la santé. 	Discussion de groupe	10 min	C0-104 (p. 4) C0-105 (p. 4) C0-108 C0-127 C0-128 C0-130
PE3	Discuter des avantages psychologiques liés à un mode de vie sain, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. une bonne estime de soi; b. une image positive de soi et de son corps; c. une quantité accrue d’énergie; et d. un niveau de stress bas/un niveau de détente élevé. 	Discussion de groupe	5 min	C0-104 (p. 4 et 8) C0-108 C0-129 C0-130 C0-133

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Discussion de groupe : | 25 min |
| c. | Total : | 30 min |

6. **Justification.** La discussion de groupe a été choisie pour cette leçon, 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 avantages d'un mode de vie sain.

7. **Documents de référence**

- a. C0-100 (ISBN 0-662-44467-1) Santé Canada. (2007). *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
 - b. C0-104 (ISBN 0-662-26628-5) Agence de la santé publique du Canada. (aucune date). *Cahier d'accompagnement du Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*. Ottawa, ON, Agence de santé publique du Canada.
 - c. C0-105 (ISBN 0-662-32897-3) Agence de la santé publique du Canada. (2002). *Guide pédagogique d'activité physique canadien pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans)*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
 - d. C0-108 (ISBN 0-662-28677-4) Santé Canada. (2000). *L'approche VITALITÉ : Guide des animateurs*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
 - e. C0-126 (ISBN 0-9687739-3-1) L'Association pulmonaire du Canada. (2000). *Des poumons pour la vie : 7^e année*. Ontario, Canada, L'Association pulmonaire.
 - f. C0-127 Winnipeg in Motion. *In Motion: Prevention of....* Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.winnipeginmotion.ca/prevention/>.
 - g. C0-127 Winnipeg in Motion. *In Motion: Children and Youth*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.winnipeginmotion.ca/youths/facts.php>.
 - h. C0-128 ACSEPLD Centre de revendication. (1996-2006). *Nos dossiers chauds actuels*. Extrait le 12 mars 2007 du site http://www.cahperd.ca/eng/advocacy/facts/facts_stats.cfm.
 - i. C0-129 Institut canadien du sucre. (2005). *Clips sur les sucres : Série de fiches de renseignements donnant de l'information pratique sur le sucre*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.sugar.ca>.
 - j. C0-130 (ISBN 2-550-360-427-7) Thibault, G. (2000). *L'activité physique, déterminant de la santé des jeunes : Avis du Comité scientifique de Kino-Québec*. Québec, Gouvernement du Québec.
 - k. C0-133 (ISBN 1-895724-51-1) Cragg, S. et Cameron, C. (2006). *Physical Activity of Canadian Youth – An Analysis of 2002 Health Behaviour in School-aged Children Data*. Ottawa, ON, Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** Les documents de cours qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe C.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Les points soulevés au cours de la discussion de groupe aux PE1 à PE4 devraient être notés sur un tableau blanc, un tableau de papier ou un transparent et servir de référence pour la conclusion de la leçon.
- b. L'instructeur ne doit pas se servir du document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe C. Il s'agit d'un formulaire de ressource personnelle réservée à chaque cadet.

OCOM M204.04 – METTRE À JOUR LE PLAN D'ACTIVITÉ PERSONNEL

1. **Rendement.** Mettre à jour le plan d'activité personnel.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, les cadets devront mettre à jour leur plan d'activité personnel pour l'année d'instruction.

4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Demander aux cadets d'adapter leur plan d'activité personnel (de l'étoile verte) pour l'année d'instruction.	Activité en classe	25 min	C0-024 C0-104 C0-105 C0-106

5. **Durée**

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Activité en classe : | 25 min |
| c. Total : | 30 min |

6. **Justification.** Une activité en classe a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de promouvoir l'importance d'établir des objectifs dans un plan d'activité personnel.

7. **Documents de référence**

- a. C0-019 (ISBN 0-7894-7147-7) Eaton, J. et Johnson, R. (2001). *Coaching Successfully*. New York, Dorling, Kindersley.
- b. C0-024 (ISBN 0-19-541731-3) Barber, K. (éd.). (2001). *The Canadian Oxford Dictionary*. Don Mills, ON, Oxford University Press.
- c. C0-104 (ISBN 0-662-26628-5) Agence de la santé publique du Canada. (aucune date). *Cahier d'accompagnement du Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*. Ottawa, ON, Agence de santé publique du Canada.
- d. C0-105 (ISBN 0-662-32897-3) Agence de la santé publique du Canada. (2002). *Guide pédagogique d'activité physique canadien pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans)*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- e. C0-106 (ISBN 0-662-32899-X) Agence de la santé publique du Canada. (2002). *Vive la vie active! Magazine pour les jeunes (de 10 à 14 ans)*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

8. Matériel d'instruction

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- b. Du papier;
- c. Des crayons et des stylos; et
- d. Agence de la santé publique du Canada, *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, Agence de santé publique du Canada.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Des crayons et des stylos;
- b. Du papier;
- c. Un plan d'activité de l'étoile verte; et
- d. Des copies vierges d'un plan d'activité, qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe D.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. L'officier de l'instruction doit conserver une copie des plans d'activité personnels mis à jour des cadets.
- b. On peut commander des documents de référence, tels que Agence de la santé publique du Canada, *Guide d'activité physique canadien pour une vie active saine*, Agence de santé publique du Canada, Agence de la santé publique du Canada, *Vive la vie active!*, *Magazine pour les jeunes de 10 à 14 ans*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada, et *Guide familial d'activité physique pour les jeunes du Canada (de 10 à 14 ans)*, à partir du site www.paguide.com de l'Agence de la santé publique du Canada et les remettre comme document de cours à chaque cadet.

OCOM M204.05 – FAIRE LE TEST PACER

1. **Rendement.** Faire le test PACER.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit faire le test PACER.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. étirer les muscles; b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque; c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089
PE2	Superviser les cadets pendant le test PACER.	Activité pratique	15 min	C0-095
PE3	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures; b. préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et c. étirer les muscles. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Activité pratique : | 25 min |
| c. | Total : | 30 min |

6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets de suivre leurs progrès en ce qui a trait à leur endurance cardiovasculaire. Cette activité contribue au perfectionnement de l'endurance cardiovasculaire dans un environnement amusant et stimulant.

7. **Documents de référence**

- a. C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and Teachers*. Oakville, ON and Buffalo, NY, Mosaic Press.
- b. C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.
- c. 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>.
- d. 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>.
- e. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- f. C0-061 City of 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>.
- g. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary (éd. rév.)*. Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- h. C0-095 (ISBN 0-7360-5962-8) The Cooper Institute. (aucune date). *Fitnessgram/Activitygram Test Administration Kit: Fitnessgram 8.0 Stand-alone Test Kit*. Windsor, ON, Human Kinetics.
- i. 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://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Un ruban à mesurer;
- b. Des cônes;
- c. La fiche A de pointage individuel pour le test PACER (*PACER Individual Score Sheet A*);
- d. Un lecteur de CD ou de cassettes;
- e. Un téléviseur;
- f. Un lecteur de DVD; et

g. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

9. **Matériel d'apprentissage**

a. Des cônes;

b. La fiche A de pointage individuel pour le test PACER (*PACER Individual Score Sheet A*);

c. Des crayons et des stylos; et

d. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

a. Le test PACER consiste en une évaluation individuelle de la condition cardiovasculaire. Les résultats de cette évaluation ne doivent pas servir à créer une compétition entre les cadets ni à les classer.

b. Les résultats du deuxième test PACER devraient être comparés avec ceux du premier test PACER pour déterminer les progrès individuels réalisés par les cadets en ce qui a trait à leur endurance cardiovasculaire.

OCOM C204.01 – FAIRE LE TEST PACER

1. **Rendement.** Faire le test PACER.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit faire le test PACER.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. étirer les muscles; b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque; c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089
PE2	Superviser les cadets pendant le test PACER.	Activité pratique	15 min	C0-095
PE3	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures; b. préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et c. étirer les muscles. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Activité pratique : | 25 min |
| c. | Total : | 30 min |

6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets de suivre leurs progrès en ce qui a trait à leur endurance cardiovasculaire. Cette activité contribue au perfectionnement de l'endurance cardiovasculaire dans un environnement amusant et stimulant.

7. **Documents de référence**

- a. 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.
- b. C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.
- c. 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>.
- d. 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>.
- e. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- f. C0-061 City of 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>.
- g. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary (éd. rév.)*. Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- h. C0-095 (ISBN 0-7360-5962-8) The Cooper Institute. (aucune date). *Fitnessgram/Activitygram Test Administration Kit: Fitnessgram 8.0 Stand-alone Test Kit*. Windsor, ON, Human Kinetics.
- i. 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://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Un ruban à mesurer;
- b. Des cônes;
- c. La fiche A de pointage individuel pour le test PACER (*PACER Individual Score Sheet A*);
- d. Un lecteur de CD ou de cassettes;
- e. Un téléviseur;
- f. Un lecteur de DVD; et

- g. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Des cônes;
- b. La fiche A de pointage individuel pour le test PACER (*PACER Individual Score Sheet A*);
- c. Des crayons et des stylos;
- d. Une trousse d'évaluation autonome Fitnessgram 8.0.

10. **Modalités de contrôle. S.O.**

11. **Remarques**

- a. Le test PACER consiste en une évaluation individuelle de la condition cardiovasculaire. Les résultats de cette évaluation ne doivent pas servir à créer une compétition entre les cadets ni à les classer.
- b. Le présent OCOM donne l'occasion aux cadets d'effectuer le test PACER une troisième fois au milieu de l'année d'instruction, ce qui leur permet de mieux suivre leurs progrès en ce qui a trait à leur endurance cardiovasculaire.

OCOM C204.02 – ÉLABORER UN PLAN DE NUTRITION PERSONNEL

1. **Rendement.** Élaborer un plan de nutrition personnel.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada;
 - (2) des copies vierges d'un plan de repas hebdomadaire;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet devra élaborer un plan de nutrition personnel, y compris :
 - a. créer un journal alimentaire; et
 - b. choisir des aliments sains selon les recommandations décrites dans Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Demander aux cadets de faire un journal alimentaire des aliments qu'ils ont mangés durant la journée.	Activité en classe	10 min	
PE2	Discuter des choix d'aliments des cadets en comparaison avec Santé Canada, <i>Guide alimentaire canadien</i> , Sa Majesté la Reine du chef du Canada.	Discussion de groupe	10 min	C0-100 C0-101
PE3	Demander aux cadets d'élaborer un plan de nutrition personnel pour une semaine.	Activité en classe	30 min	C0-107

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 10 min
 - b. Activité en classe : 40 min
 - c. Discussion de groupe : 10 min
 - d. Total : 60 min

6. **Justification**

- a. Une activité en classe a été choisie pour les PE1 et PE3, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets à la saine alimentation.

- b. 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 en ce qui a trait à la saine alimentation.

7. **Documents de référence**

- a. C0-100 (ISBN 0-662-44467-1) Santé Canada. (2007). *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- b. C0-101 (ISBN 0-662-44470-1) Santé Canada. (2007). *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien : Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- c. C0-107 Santé Canada. (2007). *Guide alimentaire canadien : Mon Guide alimentaire*. Extrait le 20 février 2007 du site http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/myguide-monguide/index_e.html.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et
- b. Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Santé Canada, *Guide alimentaire canadien*, Sa Majesté la Reine du chef du Canada;
- b. Des crayons et des stylos;
- c. Du papier;
- d. Le journal alimentaire qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe E; et
- e. Le plan de nutrition personnel qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 4, annexe F.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

- 11. **Remarques.** Le plan de nutrition personnel ne doit pas être utilisé comme instrument de mesure. Il doit être élaboré uniquement pour l'utilisation du cadet afin qu'il comprenne mieux les choix d'aliments sains.

SECTION 5**OREN 205 – PARTICIPER À DES SPORTS RÉCRÉATIFS**

1. **Rendement.** Participer à des sports récréatifs.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de l'équipement de sport;
 - (2) la liste des sports acceptables par les Organisations de cadets du Canada (OCC);
 - (3) de l'équipement de sécurité;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une installation sportive appropriée.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet participera à des sports d'équipe récréatifs organisés, y compris :
 - a. participer à une séance d'information sur les règlements relatifs à un sport particulier;
 - b. participer à un échauffement;
 - c. participer à des sports récréatifs; et
 - d. participer à une récupération.
4. **Remarques.** Les sports récréatifs peuvent se dérouler en neuf périodes pendant une journée d'instruction avec support ou en trois séances de trois périodes chacune.
5. **Matière complémentaire**
 - a. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de l'étoile verte comme instruction complémentaire à l'étoile rouge, plus précisément :
 - (1) l'OCOM C105.01 (Participer à une rencontre omnisportive);
 - (2) l'OCOM C105.02 (Participer à une activité sportive intra-muros organisée); et
 - (3) l'OCOM C105.03 (Participer à une course d'orientation).
 - b. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de l'étoile verte, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique appropriés.
 - c. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 205 se limite à un total de neuf périodes qui se déroulent pendant les séances ou pendant une journée d'instruction avec support. Si l'OREN 205 se déroule sur une période de trois séances d'instruction, elle sera composée de trois périodes d'instruction par soir. Si les sports d'équipe récréatifs se déroulent dans une journée d'activité, ils seront composés de neuf périodes. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les neuf périodes.

OCOM M205.01 – PARTICIPER À DES SPORTS D'ÉQUIPE RÉCRÉATIFS ORGANISÉS

1. **Rendement.** Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de l'équipement de sport;
 - (2) de l'équipement de sécurité;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une installation sportive appropriée.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. suivre les règles et règlements relatifs à un sport particulier;
 - b. participer à un échauffement;
 - c. participer au sport particulier; et
 - d. participer à une récupération.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter aux cadets les règles et règlements relatifs à un sport particulier, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. un aperçu de la façon dont on pratique ce sport; et b. les règles et règlements du sport. 	Exposé interactif	10 min	C0-001
PE2	Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. étirer les muscles; b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque; c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. 	Activité pratique	10 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089
PE3	Superviser la participation des cadets à une activité sportive donnée.	Activité pratique	50 min	

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE4	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures; préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et étirer les muscles. 	Activité pratique	10 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|---------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Activité pratique : | 70 min |
| d. | Total partiel : | 90 min |
| e. | Total (trois séances) : | 270 min |

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour le PE1, parce qu'il permet de montrer l'application des règles, des principes ou des concepts du sport particulier que l'on pratiquera.
- Une activité pratique a été choisie pour les PE2 à PE4, parce qu'elle permet aux cadets de participer à des activités sportives dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences relatives aux sports dans un environnement amusant et stimulant.

7. Documents de référence

- C0-001 (ISBN 0-88011-807-5) Hanlon, T. (1998). *The Sports Rules Book: Essential Rules for 54 Sports*. É.-U., Human Kinetics Publishers, Inc.
- C0-002 (ISBN 0-88962-630-8) LeBlanc, J. et Dickson, L. (1997). *Straight Talk About Children and Sport: Advice for Parents, Coaches, and teachers*. Oakville, ON and Buffalo, NY, Mosaic Press.
- C0-030 Ringuette Canada. (2006). *Comment la ringuette est jouée*. Extrait le 30 octobre 2006 du site <http://www.ringuette.ca/about/played.htm>.
- C0-031 What Is Ultimate Frisbee? (2006). *What Is Ultimate – The Game*. Extrait le 30 octobre 2006 du site http://www.whatisultimate.com/what/what_game_en.html.
- C0-034 About Ultimate. (2006). *About Ultimate*. Extrait le 30 octobre 2006 du site <http://www.upa.org/ultimate>.
- 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>.

- h. 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>.
- i. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- j. C0-061 City of 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>.
- k. C0-074 Norris, G. (éd.). (1998). *National Football Federation: Touch Football Rule Book 2004*. Ottawa, ON: National Football Federation.
- l. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary (éd. rév.)*. Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- m. 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>.

8. **Matériel d'instruction**

- a. De l'équipement de sport et de sécurité appropriés à l'activité;
- b. Une trousse de premiers soins;
- c. Des sifflets; et
- d. Un chronomètre.

9. **Matériel d'apprentissage.** De l'équipement de sport.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. La liste des sports approuvés par les OCC se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 5, annexe A.
- b. Les sports récréatifs peuvent se dérouler en neuf périodes pendant une journée d'instruction avec support ou en trois séances de trois périodes chacune.

SECTION 6**OREN 206 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ
DURANT UN EXERCICE DE TIR DE PRÉCISION RÉCRÉATIF**

1. **Rendement.** Tirer avec la carabine à air comprimé durant un exercice de tir de précision récréatif.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une tige de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets;
 - (3) des lunettes de sécurité;
 - (4) des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé;
 - (5) un cadre de cible;
 - (6) une cible appropriée;
 - (7) les ordres permanents du champ de tir local;
 - (8) de la supervision; et
 - (9) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un champ de tir pour carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*, chapitre 1, section 8.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit tirer avec la carabine à air comprimé des cadets lors de sa participation à une activité récréative de tir de précision en :
 - a. effectuant un contrôle de sécurité;
 - b. se servant des techniques de tir de précision; et
 - c. suivant les règles et les ordres donnés sur le champ de tir.
4. **Remarques.** Toutes les pratiques du champ de tir doivent être effectuées par un officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir).
5. **Matière complémentaire**
 - a. L'instruction complémentaire associée à l'OREN 206 est conçue pour améliorer l'expérience de tir de précision avec la carabine à air comprimé des cadets, y compris :
 - (1) l'OCOM C206.01 (Pratiquer les techniques pour tenir la carabine);
 - (2) l'OCOM C206.02 (Pratiquer les techniques de visée); et
 - (3) l'OCOM C206.03 (Pratiquer les techniques de tir).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de l'étoile verte comme instruction complémentaire à l'étoile rouge, plus précisément l'OCOM C106.01 (Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé).

- c. Lorsqu'il choisit le matériel complémentaire de l'étoile verte, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique appropriés.
- d. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 206 se limite à un total de dix périodes tenues pendant des séances ou pendant une journée d'instruction avec support. On doit utiliser un maximum de quatre périodes pour appuyer les OCOM C206.01 à C206.03, techniques de tir de précision. Les corps ne sont pas tenus d'utiliser toutes les dix périodes.
- e. Il n'est pas nécessaire de diriger ces OCOM en ordre; par contre, le corps qui choisit de se concentrer sur l'instruction de tir de précision doit compléter les OCOM C206.01 à C206.03, techniques de tir de précision, avant de conduire l'OCOM C106.01 (Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé).

OCOM M206.01 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION

1. **Rendement.** Participer à une activité récréative de tir de précision.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une tige de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets;
 - (3) des lunettes de sécurité;
 - (4) des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé;
 - (5) un cadre de cible;
 - (6) une cible appropriée;
 - (7) un tapis de tir;
 - (8) les Ordres permanents du champ de tir local;
 - (9) de la supervision; et
 - (10) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une activité récréative de tir de précision.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Donner une séance d'information sur le champ de tir, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. expliquer les sections pertinentes des ordres permanents du champ de tir; b. réviser les règles générales observées sur tous les champs de tir; c. réviser les commandements utilisés sur un champ de tir pour carabine à air comprimé; d. décrire la disposition du champ de tir; et e. réviser les procédures pour se laver les mains à la fin du tir. 	Exposé interactif	10 min	A0-027 (p. 1-3-4 et 1-8-1 à 1-8-4)
PE2	Superviser la participation des cadets à une activité récréative de tir de précision, en choisissant parmi les catégories suivantes : <ol style="list-style-type: none"> a. le classement; 	Activité pratique	70 min	

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. les activités amusantes; c. les activités chronométrées; ou d. les activités compétitives en équipe ou individuelles.			

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Activité pratique :	70 min
d.	Total :	90 min

6. Justification

- 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 que c'est 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.

7. Documents de référence

- A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- 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://www.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.

8. Matériel d'instruction

- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une tige de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets;
- Des lunettes de sécurité;
- Des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé;
- Un cadre de cible;
- Une cible appropriée;

- g. Un tapis de tir;
- h. Des drapeaux (rouge et vert); et
- i. Les Ordres permanents du champ de tir local.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Une carabine à air comprimé des cadets;
- b. Une tige de sécurité pour carabine à air comprimé des cadets;
- c. Des lunettes de sécurité;
- d. Des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé;
- e. Un cadre de cible;
- f. Des cibles appropriées; et
- g. Un tapis de tir.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les cadets doivent avoir passé le test de maniement de la carabine à air comprimé des cadets (qui se trouve dans l'A-CR-CCP-701/PG-002, chapitre 3, annexe C).

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

1. **Rendement.** Pratiquer les techniques pour tenir la carabine.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées et/ou un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.
3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit pratiquer les techniques pour tenir la carabine, y compris :
 - a. adopter la position de tir couchée; et
 - b. tenir la carabine à air comprimé des cadets, en se servant de la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets comme support.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Expliquer et démontrer comment adopter la position de tir couchée en s'assurant que :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. le poids du corps est réparti uniformément; b. la position est stable tout le long du tir; c. le corps forme un angle de 5 à 20 degrés avec la ligne de visée; d. le corps est allongé et la colonne vertébrale est droite; e. la jambe gauche est parallèle avec la colonne vertébrale; f. le pied droit est en ligne droite ou tourné vers la droite; g. le pied gauche est allongé en ligne droite jusqu'à la pointe du pied, ou il pointe vers la droite; et h. le genou droit est remonté, afin que la cuisse forme un angle de 30 à 45 degrés par rapport à la jambe gauche. 	Démonstration	5 min	A0-027 (p. 2-7)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE2	Expliquer et démontrer la façon de tenir la carabine à air comprimé des cadets en utilisant la bretelle, y compris : a. assembler la bretelle; b. mettre la bretelle sur le bras; c. ajuster la boucle pour le bras; d. attacher la bretelle à la carabine à air comprimé des cadets; et e. ajuster la boucle pour le bras.	Démonstration	10 min	A0-027 (p. 2-7 et 2-8)
PE3	Diriger une activité de technique pour tenir la carabine, y compris : a. la position couchée; et b. l'utilisation d'une bretelle.	Exécution	10 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Démonstration : | 15 min |
| c. | Exécution : | 10 min |
| d. | Total : | 30 min |

6. Justification

- 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 pour tenir 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.

7. Documents de référence. A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. Matériel d'instruction

- Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets; et
- Des tapis de tir (si disponible).

9. Matériel d'apprentissage

- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets; et

c. Des tapis de tir (si disponible).

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

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

OCOM C206.02 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE VISÉE

1. **Rendement.** Pratiquer les techniques de visée.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une cible appropriée;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées et/ou un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.
3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit pratiquer les techniques de visée avec la carabine, y compris :
 - a. déterminer la bonne utilisation de la vision;
 - b. cerner les aspects de la visée; et
 - c. mettre en pratique les techniques de respiration.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer et démontrer comment utiliser la vision et la faire pratiquer par les cadets, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. trouver l'œil dominant; b. tirer avec les deux yeux ouverts; et c. éviter de fixer. 	Démonstration et exécution	15 min	A0-027 (p. 2-10)
PE2	Identifier et expliquer les aspects de la visée, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. le système de visée de la carabine à air comprimé des cadets, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) la mire avant; et (2) la mire arrière, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (a) le dioptre de la mire; (b) l'élévation; et (c) la dérive; b. la position naturelle de la tête; et c. la distance entre l'œil et la mire arrière. 	Exposé interactif	25 min	A0-027 (p. 2-11)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	Nota : Expliquer que la hausse représente le mouvement de bas en haut et que la dérive représente celui de gauche à droite dans la mire arrière. On ne traitera pas de l'ajustement des mires pour l'instant.			
PE3	Expliquer et démontrer la technique de respiration liée au tir de précision et la faire pratiquer par les cadets, incluant : a. discuter de l'importance d'une respiration contrôlée pour le tir de précision; et b. effectuer une séquence de respiration contrôlée.	Démonstration et exécution	15 min	A0-027 (p. 2-12)

5. Durée

- | | | |
|----|------------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 30 min |
| c. | Exposé interactif : | 25 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. Justification

- 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 visée.

7. Documents de référence. A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. Matériel d'instruction

- Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- Des cibles appropriées; et
- Des tapis de tir (si disponibles).

9. Matériel d'apprentissage

- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;

- c. Des cibles appropriées; et
- d. Des tapis de tir (si disponibles).

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM C206.03 – PRATIQUER LES TECHNIQUES DE TIR

1. **Rendement.** Pratiquer les techniques de tir.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées et/ou un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8.
3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit pratiquer les techniques de tir avec la carabine à air comprimé des cadets, dans la position de tir couchée, y compris :
 - a. pratiquer l'alignement naturel;
 - b. démontrer le contrôle de la détente; et
 - c. définir le maintien de la visée.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer et démontrer l'alignement naturel et demander aux cadets de le pratiquer : <ol style="list-style-type: none"> a. prendre une position couchée confortable; b. obtenir une image de visée; c. fermer les deux yeux; d. prendre des respirations normales afin de relâcher les muscles; e. regarder au travers des mires une fois à l'aise; f. ajuster la position du corps afin d'obtenir une image de visée appropriée; et g. effectuer le tir. 	Démonstration et exécution	15 min	A0-027 (p. 1-5-7)
PE2	Démontrer et expliquer le contrôle de la détente, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la position de la main sur la carabine; b. la position du doigt sur la détente; et c. pression sur la détente. 	Démonstration	5 min	A0-027 (p. 1-5-9 et 1-5-10)
PE3	Définir le suivi du coup comme l'action de maintenir une position couchée stable pour deux	Exposé interactif	5 min	A0-027 (p. 1-5-10)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	secondes et de retrouver une image de visée après avoir tiré avec la carabine à air comprimé.			

5. **Durée**

- | | | |
|----|------------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 15 min |
| c. | Démonstration : | 5 min |
| d. | Exposé interactif : | 5 min |
| e. | Total : | 30 min |

6. **Justification**

- 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.
- Un exposé interactif a été choisi pour le PE3 afin de présenter la matière de base concernant le maintien de la visée.

7. **Documents de référence.** A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction**

- Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- Des cibles appropriées; et
- Des tapis de tir (si disponibles).

9. **Matériel d'apprentissage**

- Une carabine à air comprimé des cadets;
- Une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
- Des cibles appropriées; et
- Des tapis de tir (si disponibles).

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 7**OREN 207 – SERVIR DANS UN CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE**

1. **Rendement.** Servir dans un corps de cadets de l'Armée.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion sur le service dans un corps de cadets royaux de l'Armée canadienne, y compris :
 - a. identifier les occasions d'instruction disponibles la deuxième année;
 - b. reconnaître les aspects marquants de l'histoire des cadets royaux de l'Armée canadienne;
 - c. reconnaître le rôle du répondant local; et
 - d. identifier les occasions d'instruction de deuxième année du CIEC.
4. **Remarques**
 - a. L'OCOM M207.01 (Identifier les occasions d'instruction de l'étoile rouge) doit se dérouler au début de l'année d'instruction.
 - b. L'OCOM M207.04 (Identifier les occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC) doit se dérouler avant les dates limites de présentation des demandes au CIEC.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire de l'OREN 207 vise à améliorer les connaissances des cadets pour servir dans un corps de cadets de l'Armée :
 - (1) OCOM C207.01 (Identifier la structure des grades des cadets de la Marine Royale canadienne et de l'Aviation royale du Canada).
 - (2) OCOM C207.02 (Visiter un corps de cadets ou un escadron local).
 - b. Certains éléments d'instruction complémentaire du programme de l'étoile verte peuvent être choisis comme instruction complémentaire du programme de l'étoile rouge, notamment l'OCOM C107.03 (Participer à une activité relative à l'histoire du corps de cadets).
 - c. La matière complémentaire fournie dans l'OREN 207 se limite au total de cinq périodes qui auront lieu pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas obligés d'utiliser toutes les cinq périodes.

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

1. **Rendement.** Identifier les occasions d’instruction de l’étoile rouge.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un document de cours sur les objectifs de rendement (OREN) et les objectifs de compétence (OCOM) du programme de l’étoile rouge;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier l’instruction de l’étoile rouge, y compris :
 - a. l’instruction obligatoire;
 - b. l’instruction complémentaire.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter de l’instruction obligatoire de l’étoile rouge : <ol style="list-style-type: none"> a. l’instruction commune à tous les éléments des OCC, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) le civisme; (2) le service communautaire; (3) le leadership; (4) la forme physique et le mode de vie sain; (5) les sports récréatifs; (6) le tir de précision avec la carabine à air comprimé; (7) la connaissance générale des cadets; et (8) l’exercice militaire; et 	Exposé interactif	5 min	A0-010 A2-031 A2-035

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. l'instruction propre à l'Armée, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) la familiarisation avec les Forces canadiennes; (2) l'entraînement en campagne; (3) la navigation; (4) la randonnée en montagne; et (5) la survie en milieu sauvage. 			
PE2	Discuter des occasions d'instruction complémentaire de l'étoile rouge.	Exposé interactif	5 min	Voir les Remarques au para 11.
PE3	Aborder les éléments nécessaires pour établir un contrat d'engagement communautaire, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. être présent; b. être sécuritaire; c. établir des objectifs; d. être honnête; e. accepter et continuer. <p>Nota : Initier les cadets au contrat d'engagement communautaire déjà existant au corps de cadets. Si aucun contrat d'engagement communautaire n'existe, l'instructeur aura besoin d'une période supplémentaire pour élaborer un contrat.</p>	Exposé interactif	15 min	C2-038

5. Durée

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Exposé interactif : | 25 min |
| c. Total : | 30 min |

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

7. Documents de référence

- a. A0-010 OAIC 11-03, D Cad 2. (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. A2-031 OAIC 40-01, D Cad 3. (2003). *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- c. A2-035 OAIC 41-05, D Cad 4. (2006). *Aperçu du Programme d'expéditions des cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

- d. C2-038 (ISBN 0-78722-4596) 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.
8. **Matériel d’instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d’entraînement.
9. **Matériel d’apprentissage.** Les documents de cours des OREN et des OCOM pour l’instruction de l’étoile rouge.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Pour les occasions d’instruction complémentaire de l’étoile rouge dans le PE2, se référer au plan d’instruction annuel du corps de cadets.
 - b. Du temps supplémentaire peut être nécessaire pour compléter un contrat d’engagement communautaire.

OCOM M207.02 – RECONNAÎTRE L'HISTOIRE DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE (CAD RAC)

1. **Rendement.** Reconnaître l'histoire des cadets royaux de l'Armée canadienne (Cad RAC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit reconnaître l'historique des Cad RAC, y compris :
 - a. les événements marquants du programme des cadets de l'Armée; et
 - b. la Ligue des cadets de l'Armée du Canada.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Présenter les événements importants dans le programme des cadets de l'Armée, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. la formation d'associations d'exercice militaire; b. les premiers officiers commissionnés; c. les contributions de Lord Strathcona; d. les effets de la Première Guerre mondiale; e. les effets de la Deuxième Guerre mondiale; f. l'attribution du titre « Royal »; g. la réorganisation importante suivante; h. l'introduction de l'écusson des Cad RAC; i. l'unification des Forces canadiennes (FC); j. l'inclusion des femmes; k. le nouvel uniforme; l. la présentation des bannières des cadets de l'Armée; m. le changement de l'âge de l'enrôlement; n. le Cadre des instructeurs de cadets (CIC); o. le 125^e anniversaire; et p. les mises à jour à une forme moderne. 	Exposé interactif	15 min	A0-036 (p. 2-20 à 2-24 et p. 2-27) A0-045 C2-063

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE2	Présenter les dates marquantes de la Ligue des cadets de l'Armée, y compris : a. l'histoire; et b. les objectifs.	Exposé interactif	5 min	C2-063
PE3	Diriger une discussion de groupe sur : a. les sujets qui ont été intéressants; et b. la raison pour laquelle les sujets ont été intéressants.	Discussion de groupe	5 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 20 min |
| c. | Discussion de groupe : | 5 min |
| d. | Total : | 30 min |

6. Justification

- 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.

7. 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>.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** Les documents de cours des événements importants.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M207.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE ET LES RESPONSABILITÉS DU RÉPONDANT LOCAL

1. **Rendement.** Reconnaître le rôle et les responsabilités du répondant local.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit reconnaître le rôle et les responsabilités du répondant local.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir les termes répondant et comité répondant.	Exposé interactif	5 min	A0-040 (p. 6/40)
PE2	Discuter de l'historique du comité répondant.	Exposé interactif	5 min	A0-046
PE3	Expliquer le rôle et les responsabilités du répondant local, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. financer; b. recruter des cadets; c. attirer des officiers au corps de cadets; d. vérifier les bénévoles; e. fournir des bureaux et des installations d'instruction adéquats; f. participer aux nominations des grades de cadets séniors; g. participer aux sélections pour le CIEC et les échanges; et h. participer aux sélections pour l'attribution des décorations et des récompenses. 	Exposé interactif	15 min	A0-040 (p. 10/40, 15/40–16/40, 18/40–19/40, 26/40–27/40, et 32/40) C2-063

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 25 min
 - c. Total : 30 min

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour initier les cadets aux rôles et responsabilités du répondant local et présenter la matière de base.
7. **Documents de référence**
 - a. A0-040 2005-113124 D Cad. (2005). *Protocole d'entente entre le MDN et les ligues*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
 - b. 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.
 - c. 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>.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Cet OCOM peut être enseigné par un membre du répondant ou du comité répondant. Le conférencier doit être informé des objectifs avant la leçon.

OCOM M207.04 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D’INSTRUCTION DE LA DEUXIÈME ANNÉE AU CIEC

1. **Rendement.** Identifier les occasions d’instruction de la deuxième année au CIEC.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier les occasions d’instruction de la deuxième année au CIEC, dont :
 - a. les domaines d’intérêt;
 - b. les cours donnés dans chaque série de cours,
 - c. les éléments des cours; et
 - d. les conditions d’admissibilité.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des domaines spécialisés de l’instruction de la deuxième année au CIEC, dont les suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. le leadership dans l’exercice militaire et le cérémonial; b. le conditionnement physique et les sports; c. la musique, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) la musique militaire; et (2) le corps de cornemuses; d. le tir de précision; et e. l’expédition. 	Discussion de groupe	10 min	A0-010 A2-031
PE2	Décrire les cours de la deuxième année au CIEC, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les cours communs sont entre autres : <ol style="list-style-type: none"> (1) sur le conditionnement physique et les sports – élémentaire; (2) de musicien élémentaire de musique militaire; et (3) de musicien élémentaire de corps de cornemuses et de tambours; 	Exposé interactif	15 min	A0-010 A2-027 A2-031

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. les cours propres à l'élément sont entre autres : (1) le leadership élémentaire; (2) le tir élémentaire; et (3) l'expédition élémentaire; et c. les qualifications préalables pour chaque cours de trois semaines.			

5. Durée

a. Introduction/Conclusion :	5 min
b. Discussion de groupe :	10 min
c. Exposé interactif :	15 min
d. Total :	30 min

6. Justification

- a. 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.
- b. 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.

7. Documents de référence

- a. A0-010 D Cad 2. (2006). OAIC 11-03, *Mandat du programme des cadets*. Dans *OAIC vol 1. Administration*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. A2-027 D Cad 4. (2005). OAIC 42-01, *Directives d'entraînement estival – Cadets royaux de l'Armée canadienne*. Dans *OAIC vol 4. Les cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- c. A2-031 D Cad. (2003). OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*. Dans *OAIC vol. 4. Les cadets de l'Armée*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. Matériel d'instruction

- a. Matériel de présentation (c.-à-d., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et
- b. OAIC 40-01, *Aperçu du programme des cadets de l'Armée*.

9. Matériel d'apprentissage. S.O.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. Cet OCOM doit être conduit avant la date d'échéance des demandes d'instruction d'été fixée par le détachement de cadets applicable.

- b. Il est fortement recommandé de remplir les formulaires de demande d'instruction d'été pendant une séance d'instruction facultative après le déroulement de cet OCOM.
- c. Le corps de cadets peut choisir d'accorder des périodes supplémentaires d'instruction complémentaire afin de prolonger cette séance à une qui comprend un séminaire d'information pour les parents, etc.

OCOM C207.01 – IDENTIFIER LA STRUCTURE DES GRADES DES CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE ET DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA

1. **Rendement.** Identifier la structure des grades des cadets de la Marine royale canadienne et de l'Aviation royale du Canada.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier la structure des grades :
 - a. des cadets de la Marine royale du Canada; et
 - b. des cadets de l'Aviation royale du Canada.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les insignes de grades des cadets, dont les suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. les grades des cadets de la Marine, dont les suivants : <ol style="list-style-type: none"> (1) matelot de 3^e classe (mat 3); (2) matelot de 2^e classe (mat 2); (3) matelot de 1^{re} classe (mat 1); (4) matelot-chef (matc); (5) maître de 2^e classe (m 2); (6) maître de 1^{re} classe (m 1); (7) premier maître de 2^e classe (pm 2); et (8) premier maître de 1^{re} classe (pm 1). 	Exposé interactif	10 min	A1-003 A3-004 (p. 1/9 à 9/9 et A-1/1)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. les grades des cadets de l'Air, dont les suivants : (1) cadet de l'Air (Cdt); (2) cadet de l'Air de première classe (cad 1); (3) caporal (cpl); (4) caporal de section (cpl s); (5) sergent (sgt); (6) sergent de section (sgt s); (7) adjudant de deuxième classe (adj 2); et (8) adjudant de première classe (adj 1).			
PE2	Diriger une activité pour familiariser les cadets avec la structure des grades de cadets de la Marine et de l'Air, choisi des éléments suivants : a. l'activité-tornade de grade; b. Qui suis-je?; et c. Jeu de mémoire.	Activité en classe	15 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Activité en classe :	15 min
d.	Total :	30 min

6. Justification

- 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, 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.

7. Documents de référence

- A1-003 A-CR-005-001/AG-001 D Cad. (Ébauche). *Instructions sur la tenue des cadets de la Marine royale du Canada*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A3-004 OAIC 55-04 D Cad 4. (2007). *Instructions sur la tenue des cadets de l'Air*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les instructeurs doivent choisir une des trois activités données pour compléter le PE2 avant le début de cette leçon.

OCOM C207.02 – VISITER UN CORPS DE CADETS OU UN ESCADRON LOCAL

1. **Rendement.** Visiter un corps de cadets ou un escadron local.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Le commandant du corps de cadets désignera les conditions appropriées pour cette instruction.
3. **Norme.** Le cadet doit visiter un corps de cadets ou un escadron pour se familiariser avec les différences au sein des éléments et entre les éléments en matière d'instruction des cadets.
4. **Points d'enseignement.** Organiser une visite des installations d'un corps de cadets ou d'un escadron, en soulignant les points suivants :
 - a. déterminer le nombre de membres du personnel et de cadets; et
 - b. décrire les points suivants :
 - (1) l'instruction obligatoire propre à l'élément;
 - (2) les choix de l'instruction complémentaire du corps de cadets ou de l'escadron;
 - (3) l'histoire et les traditions :
 - (a) de l'élément;
 - (b) du corps de cadets ou de l'escadron; et
 - (c) de l'unité d'affiliation; et
 - (4) certains voyages et échanges auxquels le corps de cadets ou l'escadron ont participé.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Sorties éducatives :	80 min
c. Total :	90 min
6. **Justification.** Une sortie éducative a été choisie pour cette leçon afin de renforcer les connaissances de la matière déjà enseignée dans l'OCOM C207.01 (Identifier la structure des grades des cadets de l'Aviation royale du Canada et des cadets de la Marine royale canadienne) et présenter aux cadets l'instruction donnée par les autres éléments, grâce à la participation d'une activité qui se déroule dans un milieu réel.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Il est recommandé d'enseigner l'OCOM C207.01 (Identifier la structure des grades des cadets de l'Aviation royale du Canada et des cadets de la Marine royale canadienne) avant cette visite.
- b. Cette sortie éducative peut être effectuée lors d'une journée d'instruction assistée ou pendant une séance complémentaire.
- c. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

SECTION 8

OREN 208 – EXÉCUTER DE L'EXERCICE MILITAIRE EN TANT QUE MEMBRE D'UNE ESCOUADE

1. **Rendement.** Exécuter de l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).
3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*, le cadet doit exécuter l'exercice militaire à titre de membre d'une escouade, incluant :
 - a. la façon de tourner à gauche et à droite en marchant;
 - b. la formation de la file indienne par l'escouade en colonne par trois, à partir de la halte; et
 - c. la formation de la file indienne par l'escouade en ligne, à partir de la halte.
4. **Remarques.** On conseille aux instructeurs de suivre l'ordre des OCOM, car les OCOM ultérieurs dépendent des OCOM précédents.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire de l'OREN 208 est conçue pour donner des occasions additionnelles aux corps de cadets qui s'intéressent à l'exercice militaire, de perfectionner les compétences des cadets dans ce domaine, plus particulièrement :
 - (1) l'OCOM C208.01 (S'exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d'une revue) permet la pratique de l'instruction obligatoire de l'étoile verte; et
 - (2) l'OCOM C208.02 (Exécuter des exercices militaires avec armes).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de l'étoile verte comme instruction complémentaire pour l'étoile rouge, plus précisément l'OCOM C108.01 (Exécuter des mouvements d'exercice militaire supplémentaires). On peut choisir les mouvements d'exercice militaire de l'A-PD-201-000/PT-000, chapitre 2 ou 3.
 - c. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 208 se limite à un total de neuf périodes, dont un maximum de six périodes peuvent être utilisées pour appuyer l'OCOM C108.01 (Exécuter les mouvements d'exercice militaire supplémentaires) et l'OCOM C208.01 (S'exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d'une revue), qui doivent se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les neuf périodes.

OCOM M208.01 – TOURNER À GAUCHE ET À DROITE EN MARCHANT

1. **Rendement.** Tourner à gauche et à droite en marchant.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).
3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit tourner à gauche et à droite en marchant à titre de membre d'une escouade.

4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer et démontrer la façon de tourner à gauche en marchant et permettre aux cadets de la pratiquer.	Démonstration et exécution	25 min	A0-002 (p. 3-29 et 3-30)
PE2	Expliquer et démontrer la façon de tourner à droite en marchant et permettre aux cadets de la pratiquer.	Démonstration et exécution	25 min	A0-002 (p. 3-31)

5. **Durée**

- | | |
|---------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. Démonstration et exécution : | 50 min |
| c. Total : | 60 min |

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de tourner en marchant, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.
7. **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.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Il est recommandé qu'une rétroaction soit donnée tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des cérémonies militaires.
- b. Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.

OCOM M208.02 – FORMER UNE FILE INDIENNE DE LA HALTE

1. **Rendement.** Former une file indienne de la halte.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).
3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit exécuter, à titre de membre d'une escouade, la formation de la file indienne à partir de la halte, y compris :
 - a. la formation de la file indienne par l'escouade en colonne par trois, à partir de la halte; et
 - b. la formation de la file indienne par l'escouade en ligne, à partir de la halte.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer et démontrer la formation de la file indienne par l'escouade en colonne par trois à partir de la halte et permettre aux cadets de la pratiquer.	Démonstration et exécution	15 min	A0-002 (p. 3-43 et 3-44)
PE2	Expliquer et démontrer la formation de la file indienne par l'escouade en ligne à partir de la halte et permettre aux cadets de la pratiquer.	Démonstration et exécution	10 min	A0-002 (p. 3-45 et 3-46)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Démonstration et exécution : 25 min
 - c. Total : 30 min
6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la compétence que le cadet doit acquérir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer la formation de la file indienne à partir de la halte, sous supervision.
7. **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.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Il est recommandé qu'une rétroaction soit donnée tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des cérémonies militaires.
- b. Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.

OCOM C208.01 – S'EXERCER À UNE CÉRÉMONIE MILITAIRE DANS LE CADRE D'UNE REVUE

1. **Rendement.** S'exercer à une cérémonie militaire dans le cadre d'une revue.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).
3. **Norme.** Conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, le cadet doit participer à une revue d'un exercice militaire de cérémonie choisi parmi les OCOM M108.01 à M108.11.
4. **Points d'enseignement.** Selon le document de référence.
5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 10 min
 - b. Démonstration et exécution : 50 min
 - c. Total : 60 min
6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer l'exercice militaire de cérémonie, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.
7. **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.
8. **Matériel d'instruction.** S.O.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Il est recommandé qu'une rétroaction soit donnée tout au long des pratiques de l'exercice militaire, des soirées d'instruction hebdomadaires et des prises d'armes.
 - b. Un maximum de deux périodes a été prévu pour cet OCOM afin d'effectuer la révision de tout exercice militaire obligatoire appris aux OCOM M108.01 à M108.11.
 - c. Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour cette leçon.
 - d. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cet OCOM.

OCOM C208.02 – EXÉCUTER DES EXERCICES MILITAIRES AVEC ARMES

1. **Rendement.** Exécuter des exercices militaires avec armes.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) un fusil pour l'exercice militaire;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle d'exercices ou un terrain de parade en plein air (dans des conditions météorologiques favorables).
3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-053/PT-001, *Manuel de l'exercice militaire et du cérémonial des cadets de la Marine*, chapitre 2, le cadet doit exécuter l'exercice militaire avec armes à titre de membre d'une escouade.
4. **Points d'enseignement.** Selon le document de référence.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Démonstration et exécution :	230 min
c. Total :	240 min
6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer l'exercice militaire avec armes, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.
7. **Documents de référence.** A0-038 A-CR-CCP-053/PT-001 D Cad. (2000). *Manuel de l'exercice militaire et du cérémonial des cadets de la Marine*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
8. **Matériel d'instruction.** Un fusil pour l'exercice militaire.
9. **Matériel d'apprentissage.** Un fusil pour l'exercice militaire.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Des instructeurs adjoints peuvent être nécessaires pour faire les démonstrations de cette leçon.
 - b. La répartition recommandée des leçons portant sur l'exercice militaire de base avec armes est la suivante :

- (1) adopter les positions « garde-à-vous », « en place repos » et « repos » avec armes, y compris (une période) :
 - (a) la position du « garde-à-vous »;
 - (b) de la position « garde à vous » à la position « en place repos »;
 - (c) de la position « en place repos » à la position « repos »;
 - (d) de la position « repos » à la position « en place repos »; et
 - (e) de la position « en place repos » à la position « garde à vous »;
 - (2) exécuter les positions « au sol armes » et « ramassez armes » (une période);
 - (3) exécuter de la position au pied armes à la position sur l'épaule armes et de la position sur l'épaule armes à la position au pied armes (une période);
 - (4) exécuter l'alignement d'une escouade avec armes (une période);
 - (5) exécuter les saluts avec armes à la halte, y compris (deux périodes) :
 - (a) salut à la position sur l'épaule armes;
 - (b) de la position sur l'épaule armes à la position présentez armes; et
 - (c) de la position présentez armes à la position sur l'épaule armes; et
 - (6) marcher et arrêter au pas cadencé avec armes (une période).
- c. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cet OCOM.

SECTION 9**OREN C211 – PARTICIPER À DES ACTIVITÉS COMPÉTITIVES DE BIATHLON D'ÉTÉ**

1. **Rendement.** Participer à des activités compétitives de biathlon d'été.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) des lunettes de sécurité;
 - (3) des plombs approuvés pour la carabine à air comprimé des cadets;
 - (4) des contenants pour les plombs;
 - (5) une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
 - (6) les ordres permanents du champ de tir local;
 - (7) de la supervision; et
 - (8) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales :
 - (1) Un champ de tir pour la carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, chapitre 1, section 8; et
 - (2) Un parcours établi de course d'environ 500 à 1000 m.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit, à titre de membre d'une section, participer à des activités compétitives de biathlon d'été, incluant :
 - a. courir un circuit de 500 à 1000 m;
 - b. effectuer un exercice de tir de groupement de huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible BART;
 - c. courir un deuxième circuit de 500 à 1000 m;
 - d. effectuer un exercice de tir de groupement de huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible BART;
 - e. courir un dernier circuit de 500 à 1000 m;
 - f. terminer la course.
4. **Remarques**
 - a. Les cadets doivent avoir complété l'OREN C111 (Participer à une activité de biathlon d'été) avant de participer à une activité compétitive de biathlon d'été.
 - b. Les cadets qui ont de la difficulté à pomper la carabine à air comprimé des cadets peuvent recevoir de l'aide.

- c. Toutes les activités du champ de tir doivent être effectuées par un officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir).

5. **Matière complémentaire**

- a. L'OREN C211 (Participer à des activités compétitives de biathlon d'été) est un ensemble pédagogique qui vise à donner au cadet une occasion de participer à des activités compétitives de biathlon d'été.
- b. Les corps ou les escadrons qui décident de compléter l'OREN C211 à titre d'instruction complémentaire peuvent compléter les OCOM C211.01 à C211.03 ou l'ensemble des OCOM C211.01 à C211.04. Les corps ou les escadrons ne peuvent pas compléter l'OCOM C211.04 (Participer à une activité compétitive de biathlon d'été) si les cadets n'ont pas complété les OCOM C211.01 à C211.03.
- c. L'instruction complémentaire liée à l'OREN C211 se limite à un total de neuf périodes qui peuvent se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée.

OCOM C211.01 – RECONNAÎTRE LES OCCASIONS DE BIATHLON CIVIL

1. **Rendement.** Reconnaître les occasions de biathlon civil.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit reconnaître les occasions de biathlon civil, incluant :
 - a. les occasions d'instruction; et
 - b. les événements compétitifs.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter les occasions d'entraînement pour le biathlon aux échelons local, provincial ou territorial, national et international.	Exposé interactif	10 min	C0-082 C0-148 C0-149
PE2	Présenter les occasions de biathlon compétitif aux échelons local, provincial ou territorial, national et international.	Exposé interactif	10 min	C0-082 C0-148
PE3	Identifier les biathlètes célèbres qui ont été initiés à leur sport grâce au Programme des cadets du Canada.	Exposé interactif	5 min	C0-082 C0-153

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 25 min
 - c. Total : 30 min
6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour initier les cadets aux événements de biathlon civil et stimuler leur intérêt.
7. **Documents de référence**
 - a. 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.

- b. C0-082 Biathlon Canada. (2007). *Biathlon Canada*. Extrait le 12 février 2007 du site <http://www.biathloncanada.ca>.
 - c. C0-148 Union Internationale de Biathlon (2007). *Union Internationale de Biathlon*. Extrait le 18 avril 2007 du site <http://www.biathlonworld.com>.
 - d. C0-149 Biathlon Canada. (2005). *Les Ours du Biathlon : Programme d'entraînement communautaire*. Ottawa, ON, Biathlon Canada.
 - e. 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>.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

OCOM C211.02 – COURIR SUR UN TERRAIN À GÉOGRAPHIE DIFFÉRENTE

1. **Rendement.** Courir sur un terrain à géographie différente.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un secteur d'entraînement composé de terrains à géographie différente assez grand pour y établir un parcours de course de 20 à 40 m.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. participer à un échauffement;
 - b. se pratiquer à courir sur un terrain à géographie différente; et
 - c. participer à une récupération.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire les techniques de course sur un terrain à géographie différente, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la posture et l'alignement du corps; b. la position du pied; et c. l'endurance. 	Exposé interactif	5 min	C0-080
PE2	Diriger une séance d'échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à : <ol style="list-style-type: none"> a. étirer les muscles; b. augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque; c. agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin; et d. augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire. 	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089
PE3	Superviser les cadets pendant qu'ils courent sur un terrain à géographie différente.	Activité pratique	5 min	
PE4	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	a. permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures; b. préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et c. étirer les muscles.			
PE5	Décrire comment créer et mettre en œuvre un programme de course.	Exposé interactif	5 min	C0-146

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Activité pratique :	15 min
d.	Total :	30 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE5 afin d'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 que c'est une façon interactive d'initier les cadets à la course sur un terrain à géographie différente dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

7. 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 16 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 City of Saskatoon, Community Services Department. (aucune date). *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). *Fitness and Performance*. Extrait le 12 février 2007 du site http://www.coolrunning.com/engine/2/2_3/181.shtml.

- h. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- i. 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>.
- j. 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://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#11>.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier) approprié au secteur d'entraînement; et
- b. Un sifflet.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** On peut utiliser des escaliers à la place d'un terrain à géographie différente.

OCOM C211.03 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS EN SE SERVANT D'UNE BRETELLE, APRÈS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

1. **Rendement.** Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en se servant d'une bretelle, après une activité physique.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
 - (3) une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
 - (4) des lunettes de sécurité;
 - (5) un tapis de tir;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en se servant d'une bretelle, après une activité physique.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Conformément à l'OCOM C206.01 (Pratiquer les techniques pour tenir la carabine), réviser les techniques pour tenir la carabine en utilisant la bretelle de la carabine à air comprimé des cadets.	Exposé interactif	5 min	A0-027 (p. 2-7 et 2-8)
PE2	Diriger un échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers.	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089
PE3	Diriger une activité de tir à la carabine à air comprimé des cadets en se servant d'une bretelle, après une activité physique.	Activité pratique	10 min	
PE4	Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers.	Activité pratique	5 min	C0-002 (p. 109 à 113) C0-089

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	5 min
c.	Activité pratique :	20 min
d.	Total :	30 min

6. Justification

- 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 du tir à la carabine à air comprimé des cadets en utilisant la bretelle de la carabine, après une activité physique.

7. Documents de référence

- A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 D Cad 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- 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 16 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 City of 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>.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- b. Des tapis de tir;
- c. Des carabines à air comprimé des cadets; et
- d. Une bretelle pour carabine à air comprimé des cadets.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Une carabine à air comprimé des cadets;
- b. Une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
- c. Des lunettes de sécurité;
- d. Des cadres de cibles; et
- e. Une bretelle pour carabine à air comprimé des cadets.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** L'OCOM C206.01 doit être complété avant cette leçon.

OCOM C211.04 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ

1. **Rendement.** Participer à une activité compétitive de biathlon d'été.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carabine à air comprimé des cadets;
 - (2) une bretelle de carabine à air comprimé des cadets;
 - (3) des lunettes de sécurité;
 - (4) des plombs approuvés de calibre 0.177 pour la carabine à air comprimé;
 - (5) une cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART);
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales :
 - (1) Un champ de tir pour carabine à air comprimé conçu conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002; et
 - (2) Un parcours de course de 500 à 1000 m sur un terrain à géographie différente.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une activité récréative de biathlon d'été, incluant :
 - a. courir un circuit de 500 à 1000 m;
 - b. tirer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible BART;
 - c. courir un deuxième circuit de 500 à 1000 m;
 - d. tirer un exercice de tir de groupement de cinq à huit coups pour tenter d'activer les cinq cibles de la cible BART;
 - e. courir un dernier circuit de 500 à 1000 m; et
 - f. terminer la course.
4. **Points d'enseignement**
 - a. Expliquer les composantes d'une activité compétitive de biathlon d'été, incluant :
 - (1) le déroulement du cours;
 - (2) les règles et règlements;
 - (3) le pointage;
 - (4) les pénalités; et
 - (5) les zones interdites.

- b. Diriger un échauffement qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :
 - (1) étirer les muscles;
 - (2) augmenter graduellement la respiration et le rythme cardiaque;
 - (3) agrandir les capillaires pour compenser l'augmentation du flux sanguin;
 - (4) augmenter la température des muscles pour faciliter la réaction du tissu musculaire.
- c. Diriger une activité compétitive de biathlon d'été conformément au paragraphe 3. Les précisions sur le déroulement du cours et la disposition du champ de tir se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002.
- d. Diriger une récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :
 - (1) permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures;
 - (2) préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et
 - (3) étirer les muscles.

5. Durée

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	15 min
c. Activité pratique :	155 min
d. Total :	180 min

6. Justification

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de montrer l'application des règles, des principes et des concepts d'un biathlon d'été.
- b. 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.

7. Documents de référence

- a. 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.
- b. 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.
- c. A0-036 Cadets Canada. (aucune date). *Mouvement des cadets du Canada : Série de championnats du biathlon*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- d. 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.
- e. C0-057 Martha Jefferson Hospital. (2001). *Warm-ups*. Extrait le 26 octobre 2006 du site <http://www.marthajefferson.org/warmup.php>.

- f. 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>.
- g. 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>.
- h. C0-060 Impacto Protective Products Inc. (1998). *Exercises*. Extrait le 25 octobre 2006 du site <http://www.2protect.com/work3b.htm>.
- i. C0-061 City of 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>.
- j. C0-089 (ISBN 0-936070-22-6) Anderson, B. (2000). *Stretching: 20th Anniversary* (éd. rév.). Bolinas, CA, Shelter Publications, Inc.
- k. 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>.

8. Matériel d'instruction

- a. Des carabines à air comprimé des cadets (une par pas de tir);
- b. Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets (une par pas de tir);
- c. Des lunettes de sécurité (une paire par pas de tir);
- d. Des tapis de tir (deux par pas de tir);
- e. Des cadres de cible (un par pas de tir);
- f. Des cibles BART (une par pas de tir);
- g. Des feuilles de pointage pour le biathlon, qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 9, annexe D;
- h. Des feuilles de contrôle du parcours, qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 9, annexe D;
- i. Des feuilles de notation des tirs, qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 9, annexe D;
- j. Un tableau d'affichage; et
- k. Des chronomètres.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Des carabines à air comprimé des cadets;
- b. Des bretelles de carabine à air comprimé des cadets;
- c. Des lunettes de sécurité;
- d. Des tapis de tir;
- e. Des cadres de cible;

- f. Des plombs approuvés de calibre 0.177 pour la carabine à air comprimé;
- g. Des contenants pour les plombs;
- h. Des cadres de cible; et
- i. Des cibles BART.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Les résultats devraient être affichés pour que les cadets puissent les voir. L'OREN C211 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.
- b. 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 (Reconnaître les occasions de biathlon civil), C211.02 (Courir sur un terrain à géographie différente) et C211.03 (Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets en se servant d'une bretelle, après une activité physique).

SECTION 10**OREN 220 – RECONNAÎTRE LES OPÉRATIONS DE
SOUTIEN DE LA PAIX DES FORCES CANADIENNES (FC)**

1. **Rendement.** Reconnaître les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** Le cadet doit reconnaître le rôle des FC dans les opérations de soutien de la paix.
4. **Remarques.** S.O.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire de l'OREN 220 vise à fournir des occasions supplémentaires pour familiariser les cadets dans les opérations des FC, y compris :
 - (1) OCOM C220.01 (Participer à une visite d'une installation des Forces canadiennes), C220.02 (Participer à une présentation des Forces canadiennes). Ces modules complémentaires sont conçus pour fournir aux cadets les occasions de visiter les installations des FC et de participer aux exposés et causeries des conférenciers; et
 - (2) OCOM C220.03 (Reconnaître le rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire du programme de l'étoile verte comme instruction complémentaire de l'étoile rouge, plus précisément l'OCOM C120.03 (Participer à une discussion à propos de l'expérience d'un soldat).
 - c. Lorsque le personnel d'instruction choisit l'instruction complémentaire de l'étoile verte, il doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique.
 - d. L'instruction complémentaire reliée à l'OREN 220 se limite à neuf périodes qui peuvent se dérouler pendant les séances ou lors d'une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les neuf périodes.

OCOM M220.01 – IDENTIFIER LE RÔLE DES FORCES CANADIENNES (FC) DANS LES INSTITUTIONS INTERNATIONALES

1. **Rendement.** Identifier le rôle des Forces canadiennes (FC) dans les institutions internationales.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit discuter du mandat des institutions internationales et leur relation avec les FC, y compris :
 - a. l'organisation des Nations Unies (ONU);
 - b. l'organisation du Traité de l'Atlantique Nord (OTAN); et
 - c. le Commandement de la défense aérospatiale de l'Amérique du Nord (NORAD).
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer la relation des FC et l'ONU, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le mandat et un bref historique de l'ONU; et b. le rôle des FC dans les opérations de l'ONU. 	Exposé interactif	10 min	C2-047
PE2	Expliquer la relation des FC et l'OTAN, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le mandat et un bref historique de l'OTAN; et b. le rôle des FC dans les opérations de l'OTAN. 	Exposé interactif	15 min	C2-049 C2-050 C0-120 (p. 1-45 à 1-48)
PE3	Expliquer la relation des FC et le NORAD, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le mandat et un bref historique du NORAD; et b. le rôle des FC dans le NORAD. 	Exposé interactif	10 min	C2-048
PE4	Demander aux cadets d'identifier le rôle des FC dans les institutions internationales, choisies parmi les activités suivantes : <ol style="list-style-type: none"> a. un jeu d'association; ou b. un jeu-questionnaire. 	Activité en classe	15 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	35 min
c.	Activité en classe :	15 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 pour présenter aux cadets le rôle des Forces canadiennes dans les institutions internationales.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de renforcer le sujet et de confirmer la compréhension des cadets sur le rôle des FC dans les institutions internationales.

7. Documents de référence

- C0-120 (ISBN 0-9680685-7-X) Association de l'industrie de la défense du Canada. (2004). *Canadian Defence Almanac 2004*. Ottawa, ON, Association de l'industrie de la défense du Canada.
- C2-047 Les affaires étrangères et le commerce international du Canada. (2006). *Le Canada et les Nations Unies*. Extrait le 20 février 2007 du site http://geo.international.gc.ca/canada_un/ottawa/canada_un/default-en.asp.
- C2-048 Commandement de la défense aérospatiale de l'Amérique du Nord. (2007). *La région de NORAD du Canada (RCAN)*. Extrait le 20 février 2007 du site http://www.norad.mil/about_us/canr.htm.
- C2-049 Organisation du Traité de l'Atlantique Nord. (2006). *Questions posées le plus souvent*. Extrait le 20 février 2007 du site <http://www.nato.int/issues/faq/index.html>.
- C2-050 Les affaires étrangères et le commerce international du Canada. (2007). *L'OTAN et le Canada*. Extrait le 20 février 2007 du site http://www.dfait-maeci.gc.ca/foreign_policy/nato/nato_and_canada-en.asp.

- Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. Matériel d'apprentissage

- Une feuille de jeu; et
- Un crayon.

10. Modalités de contrôle. S.O.

- Remarques.** La discussion peut donner lieu à des questions sur des opérations de paix particulières. Les opérations de paix seront abordées plus en détail dans l'OCOM M220.02 (Participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des FC).

OCOM M220.02 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION CONCERNANT LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX DES FORCES CANADIENNES (FC)

1. **Rendement.** Participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des Forces canadiennes (FC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion concernant les opérations de soutien de la paix des FC, y compris :
 - a. les opérations internationales; et
 - b. les opérations domestiques.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	En utilisant la définition des affaires étrangères et le commerce international du Canada (2007), les opérations de soutien de la paix sont définies comme un ensemble d'activités militaires, humanitaires et diplomatiques étroitement liées.	Exposé interactif	5 min	C2-076
PE2	Discuter des opérations internationales et des opérations domestiques, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. une définition des opérations internationales; et b. une définition des opérations domestiques. 	Exposé interactif	10 min	A2-043
PE3	Diriger une activité de groupe où les cadets présentent une mission à leurs pairs. On peut choisir parmi les missions suivantes : <ol style="list-style-type: none"> a. les opérations internationales, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) Chypre (1964 à 1993); (2) Plateau du Golan de la Syrie (1974 à 2006); (3) Les Balkans (1991 à ____); et (4) Afghanistan (2002 à ____). 	Activité en classe	35 min	A2-043 C0-118 (p. 201 à 203, p. 209 à 212) C0-124 C0-125 C0-158 C0-159

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>b. les opérations domestiques, y compris :</p> <p>(1) L'opération « Assistance », Rivière Rouge au Manitoba (1997);</p> <p>(2) L'opération « Récupération », la région de l'Est et du centre du Canada (1999); et</p> <p>(3) L'opération « Peregrine » en Colombie-Britannique (2003).</p> <p>Nota : Diviser les cadets en groupes de trois à quatre personnes. Fournir aux groupes une feuille de renseignements concernant l'opération qu'ils doivent présenter. Les groupes disposent de 10 minutes pour préparer leur présentation et quatre minutes pour présenter leurs constatations aux autres groupes.</p>			

5. Durée

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	15 min
c. Activité en classe :	35 min
d. Total :	60 min

6. Justification

- La méthode d'instruction par exposé interactif a été choisie pour les PE1 et PE2 pour initier les cadets et stimuler l'intérêt pour les opérations canadiennes de soutien de la paix.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE3, qu'il s'agit d'une façon interactive de renforcer et de stimuler l'intérêt des cadets dans les opérations canadiennes de soutien de la paix.

7. Documents de référence

- A2-043 MDN. (2007). *Opérations courantes*. Extrait le 23 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/site/operations/current_ops_e.asp.
- A2-043 MDN. (2007). *Opérations passées*. Extrait le 23 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/site/operations/past_ops_e.asp.
- C0-118 (ISBN 978-1-55365-209-0) Zuehlke, M. (2001). *L'atlas militaire canadien*. Vancouver, C.-B., Douglas & McIntyre Ltd.
- C0-124 (ISBN 0-662-69061-3) Anciens combattants Canada. (2005). *Le Canada se souvient : Les Forces canadiennes dans les Balkans*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-125 (ISBN 0-662-69622-0) Anciens combattants Canada. (2006). *Le Canada se souvient : Les Forces canadiennes en Afghanistan*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-158 Anciens combattants Canada. (2006). *Le Canada se souvient : Les Forces canadiennes à Chypre*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

- g. C0-159 Anciens combattants Canada. (2006). *Le Canada se souvient : Les Forces canadiennes au Golan*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- h. C2-065 Les affaires étrangères et le commerce international du Canada. (2003). *Le Canada et le maintien de la paix*. Extrait le 19 mars 2007 du site <http://www.international.gc.ca/peacekeeping/conflict-en.asp>.
- i. C2-076 Affaires étrangères et Commerce international Canada. (2007). *Le Canada et les opérations de la paix*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.international.gc.ca/peacekeeping/menu-en.asp>.

8. **Matériel d’instruction**

- a. Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d’entraînement; et
- b. Les fiches de renseignements sur *Le Canada se souvient des Anciens combattants Canada*.

9. **Matériel d’apprentissage.** Fiche de renseignements.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Pour renforcer la matière présentée, l’OCOM C220.03 (Reconnaître le rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix) peut être présenté immédiatement après cette leçon.

OCOM C220.01 – PARTICIPER À UNE VISITE D’UNE INSTALLATION DES FORCES CANADIENNES (FC)

1. **Rendement.** Participer à une visite d’une installation des Forces canadiennes (FC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l’aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Toutes les conditions.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une visite d’une installation des FC.
4. **Points d’enseignement.** Cet OCOM offre l’occasion aux cadets de visiter une installation militaire pour mieux comprendre les rôles de l’Armée canadienne. On peut choisir la visite parmi les choix suivants :
 - a. une visite d’une installation des FC (qui peut inclure une base des FC ou l’unité d’affiliation); ou
 - b. une visite de la collection historique ou du musée de l’unité.
5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Expérientielle :	170 min
c.	Total :	180 min
6. **Justification.** Une approche expérientielle a été choisie pour cette leçon, parce qu’elle permet aux cadets d’acquérir de nouvelles connaissances au moyen d’une expérience directe. Cette visite est conçue pour stimuler l’intérêt des cadets aux FC 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 de voir comment cette expérience pourrait se rattacher à des expériences futures.
7. **Documents de référence**
 - a. A2-018 MDN. (2007). *Au sujet du MDN/FC : Notre mission*. Extrait le 20 mars 2007 du site http://www.forces.gc.ca/site/about/mission_e.asp.
 - b. A2-044 MDN. (2007). *Adresses et numéros de téléphone à l’intention des médias – Contacts avec le Bureau des affaires publiques du MDN et des FC*. Extrait le 20 mars 2007 du site http://www.forces.gc.ca/site/contact_pa_f.asp.
 - c. C0-120 (ISBN 0-9680685-7-X) Association de l’industrie de la défense du Canada. (2004). *Canadian Defence Almanac*. 2004. Ottawa, ON, Association de l’industrie de la défense du Canada.
8. **Matériel d’instruction.** Du matériel de présentation selon le cas.
9. **Matériel d’apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Les visites sont prévues seulement pour donner un aperçu des rôles de l'Armée canadienne aux cadets, elles ne doivent donc pas s'attarder à aucun aspect en particulier.
- b. La matière de cet OCOM est semblable à la matière des autres niveaux du programme d'étoiles. Le personnel d'instruction est encouragé à réviser les NQP pertinentes et conduire cette instruction en même temps que les autres niveaux d'étoiles dans la mesure du possible.
- c. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cet OCOM.

OCOM C220.02 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DES FORCES CANADIENNES (FC)

1. **Rendement.** Participer à une présentation des Forces canadiennes (FC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe ou des installations appropriées des FC.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une présentation donnée par un membre des FC.
4. **Points d'enseignement.** Cet OCOM offre aux cadets l'occasion de participer à une présentation concernant les FC pour les aider à mieux comprendre la vie militaire. On peut choisir la présentation parmi les options suivantes :
 - a. une présentation sur les véhicules des FC, choisis de la liste suivante :
 - (1) les véhicules des communications;
 - (2) les véhicules de la logistique;
 - (3) les véhicules du génie;
 - (4) les véhicules de l'artillerie;
 - (5) les véhicules de l'appui tactique;
 - (6) les véhicules blindés;
 - (7) les véhicules de l'infanterie;
 - (8) les aéronefs;
 - b. une présentation sur l'équipement d'un soldat des FC, choisi de la liste suivante :
 - (1) les vêtements saisonniers, y compris :
 - (a) le dessin de camouflage canadien (DCamC) pour les régions boisées ou arides;
 - (b) la veste de combat;
 - (c) le chapeau de combat;
 - (d) les sous-vêtements thermiques légers;
 - (e) les gants pour climat tempéré;
 - (f) les bottes pour climat humide;
 - (g) le parka pour très grands froids (ECW);
 - (h) les gants pour l'hiver;
 - (i) la salopette;

- (j) le chandail et le pantalon de laine polaire;
 - (k) les pantalons de combat (doublés);
 - (l) la veste de combat (doublée);
 - (m) la tuque;
 - (n) les mukluks;
 - (o) le foulard;
 - (p) l'outil polyvalent;
 - (q) les lunettes de vision nocturne (NVG);
 - (r) les lunettes/la visière de protection balistique; et/ou
 - (s) la veste pare-éclats;
- (2) le système de transport, dont :
- (a) la veste tactique;
 - (b) l'ensemble musette et sacs; et
 - (c) le havre-sac;
- (3) l'équipement de campagne, incluant :
- (a) la radio d'assaut légère;
 - (b) le poste radio tactique (HF); et
 - (c) la radio air-sol; ou
- c. une présentation donnée par un membre des FC, incluant :
- (1) les raisons qui ont poussé le membre à s'engager dans les FC;
 - (2) une description de l'unité d'appartenance du membre et son rôle au sein des FC;
 - (3) une description du métier du membre;
 - (4) une description d'une quelconque opération des FC à laquelle le membre a participé (en joignant des photos si possible); et
 - (5) les souvenirs importants que la personne a conservés sur son expérience à titre de membre des FC.

5. **Durée**

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. Activité pratique : | 65 min |
| c. Discussion de groupe: | 15 min |
| d. Total : | 90 min |

6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de présenter l'équipement et les véhicules utilisés par les FC.

7. Documents de référence

- a. A2-011 MDN. (2006). *Habiller le soldat : Articles et vêtements*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.army.forces.gc.ca/chief_land_staff/clothe_the_soldier/hab/2/2_e.asp.
- b. A2-040 MDN. (2006). *L'équipement de l'Armée canadienne*. (2006). Extrait le 16 février 2007 du site http://www.army.forces.gc.ca/lf/English/2_5.asp?cat=1.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. Remarques

- a. Les vêtements et l'équipement ne sont pas limités aux articles susmentionnés.
- b. Le conférencier doit être informé sur le type de souvenirs importants et des histoires appropriées pour les cadets.
- c. Les ressources pour cet OCOM sont limitées à celles disponibles grâce à la collaboration des établissements ou des unités des FC.
- d. La matière de cet OCOM est semblable à la matière des autres niveaux du programme d'étoiles. Le personnel d'instruction est encouragé à réviser les NQP pertinentes et conduire cette instruction en même temps que les autres niveaux d'étoiles dans la mesure du possible.
- e. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cet OCOM.

OCOM C220.03 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DU CANADA DANS LES OPÉRATIONS DE SOUTIEN DE LA PAIX

1. **Rendement.** Reconnaître le rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) le DVD « *Caught in the Crossfire* »;
 - (2) un téléviseur;
 - (3) un lecteur DVD;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Les cadets devront regarder un documentaire et participer à une discussion pour améliorer leurs connaissances du rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix.
4. **Points d'enseignement.** Cet OCOM offre l'occasion aux cadets d'acquérir des nouvelles connaissances dans le cadre d'une expérience directe. La leçon doit être structurée comme suit :
 - a. Présenter brièvement aux cadets le sujet de la vidéo et passer la feuille d'activité.
 - b. Visionner le DVD.
 - c. Réviser les réponses des cadets et diriger une discussion de groupe sur la vidéo, y compris :
 - (1) ce que les cadets ont pensé du documentaire;
 - (2) ce que les cadets ont appris; et
 - (3) comment ils voient le rôle du Canada dans les opérations de soutien de la paix.
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	5 min
b. Expérientielle :	85 min
c. Total :	90 min
6. **Justification.** Une approche expérientielle a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet aux cadets d'acquérir de nouvelles connaissances au moyen d'une expérience directe. Cette leçon est conçue pour stimuler un intérêt aux FC et aux opérations de soutien de la paix, 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 de voir comment cette expérience pourrait se rattacher à des expériences futures.
7. **Documents de référence.** Krepakevich, J. et McCrea, G. (producteurs) et Pritchard, G. (réalisateur). (1995). *Caught in the Crossfire*. [Film]. Canada, Office national du film du Canada.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Du matériel de présentation selon le cas;
- b. Le DVD « *Caught in the Crossfire* »;
- c. Un téléviseur; et
- d. Un lecteur de DVD.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Le DVD « *Caught in the Crossfire* »;
- b. Un téléviseur; et
- c. Un lecteur de DVD.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 11

OREN 221 – EXÉCUTER LES TÂCHES D'UN MEMBRE D'UNE SECTION PENDANT UN EEC – BIVOUAC – LORS D'UNE FIN DE SEMAINE

1. **Rendement.** Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un ensemble de casseroles;
 - (2) une ration individuelle de campagne (RIC);
 - (3) un réchaud à deux brûleurs au naphte;
 - (4) un fanal à deux générateurs;
 - (5) du combustible de naphte;
 - (6) une trousse de premiers soins;
 - (7) de la supervision; et
 - (8) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit, à titre de membre d'une section, participer à un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, y compris :
 - a. allumer un réchaud à deux brûleurs au naphte;
 - b. allumer un fanal à deux générateurs au naphte;
 - c. faire cuire une RIC; et
 - d. administrer les premiers soins, au besoin, dans les cas suivants :
 - (1) les éraflures;
 - (2) les coupures; et
 - (3) les brûlures du premier degré.
4. **Remarques**
 - a. Les expéditions des cadets de l'Armée font appel aux compétences apprises lors de l'entraînement en campagne, de la randonnée en montagne, de la navigation et du leadership en campagne. L'entraînement en campagne aide aux expéditions des cadets de l'Armée en rehaussant leur capacité de vivre à l'aise dans un site de campement.
 - b. Cet OREN sera confirmé conjointement avec l'OREN 224 (Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu) pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.

- c. Les OCOM M221.06 à l'OCOM M221.08 doivent se dérouler pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine. Du temps a été alloué pour ces périodes; cependant, le personnel d'instruction peut planifier plus d'entraînement pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, au besoin.

5. **Matière complémentaire**

- a. La matière complémentaire reliée à l'OREN 221 vise à renforcer l'expérience des cadets en campagne, y compris :
 - (1) OCOM C221.01 (Participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada). Cette instruction complémentaire permet aux cadets de discuter des façons de conserver l'environnement.
 - (2) OCOM C221.02 (Construire des commodités de campagne). Cette instruction complémentaire permet aux cadets de pratiquer les compétences requises pour faire des nœuds.
 - (3) OCOM C221.03 (Identifier les espèces d'arbres). Cette instruction complémentaire permet aux cadets d'apprendre davantage au sujet de leur environnement.
- b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire du programme de l'étoile verte comme instruction complémentaire de l'étoile rouge, plus précisément :
 - (1) OCOM C121.02 (Participer à une discussion sur l'exposition au climat froid);
 - (2) OCOM C121.03 (Choisir les vêtements pour temps froid);
 - (3) OCOM C121.04 (Reconnaître les effets du froid); et/ou
 - (4) OCOM C121.05 (Participer à l'entraînement par temps froid).
- c. Lorsque le personnel d'instruction choisit l'instruction complémentaire de l'étoile verte, il doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique.

OCOM M221.01 – EXÉCUTER LES TÂCHES D'UN MEMBRE D'UNE SECTION EN CAMPAGNE

1. **Rendement.** Exécuter les tâches d'un membre d'une section en campagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine, y compris :
 - a. installer un abri;
 - b. maintenir un site sécuritaire;
 - c. pratiquer une bonne hygiène personnelle et de groupe; et
 - d. recevoir, entretenir et retourner l'équipement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des facteurs environnementaux lors de l'installation d'un site de campement, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les risques environnementaux, tels que : <ol style="list-style-type: none"> (1) les branches d'arbre ou les arbres tombés; (2) les arbres morts; et (3) les plantes toxiques; b. les risques liés aux insectes, tels que : <ol style="list-style-type: none"> (1) les ruches et les nids de frelons; (2) les nids de fourmis; et c. les risques liés aux animaux, tels que : <ol style="list-style-type: none"> (1) les petits sentiers; (2) les tanières; et (3) les trous d'eau. 	Exposé interactif	5 min	C0-011 (p. 94 et 397)
PE2	Discuter du maintien d'un site sécuritaire pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. s'assurer que la distance est adéquate entre les abris; 	Exposé interactif	8 min	A2-036 (p. 3-58 à 3-60) C2-016 (p. 122)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>b. indiquer clairement la disposition du site de campement, incluant :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) le quartier général (QG) et le poste d'approvisionnement; (2) le poste de premiers soins; (3) le poste d'approvisionnement; (4) les toilettes; (5) le site d'ablutions; (6) l'aire de repas; (7) le foyer, s'il y a lieu; (8) le point d'incendie; (9) la route d'entrée et de sortie pour les véhicules de sécurité; (10) l'aire de rassemblement; (11) l'aire des pendoirs à provisions; (12) l'aire de stationnement des véhicules; (13) le point d'eau potable; (14) le point des PHL; (15) les quartiers des femmes et des hommes; et (16) le point des déchets; <p>c. connaître les procédures qui s'appliquent en cas d'incendie; et</p> <p>d. aider les autres cadets à suivre la routine de camp, au besoin, en s'assurant que :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) les cadets connaissent la disposition du site de campement; (2) l'eau potable provient des points d'eau potable; (3) les déchets sont éliminés adéquatement; et (4) le comportement sécuritaire est exercé seul et en groupe. 			
PE3	<p>Discuter de l'importance d'une bonne pratique d'hygiène personnelle et de groupe pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, incluant :</p> <p>a. changer de vêtements régulièrement;</p>	Exposé interactif	7 min	C0-011 (p. 200) C2-016 (p. 32, 33, 88 à 90 et 122)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. éliminer les déchets de façon convenable, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) mettre l'eau usée dans un contenant; (2) creuser un petit trou à une distance d'au moins 60 m ou plus de toute source d'eau; (3) verser l'eau usée dans le trou; (4) remplir le trou avec des minéraux naturels; c. se laver régulièrement;			
	d. utiliser les sites d'ablutions désignés; et			
	e. soigner les blessures aussitôt qu'elles surviennent.			
PE4	Discuter de la façon de recevoir, d'entretenir et de retourner l'équipement lors d'un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. signer pour obtenir l'équipement du quartier-maître désigné; b. garder l'équipement propre; c. entreposer l'équipement lorsqu'il n'est pas utilisé; d. signaler tout dommage ou perte d'équipement aussitôt que cela survient; et e. retourner l'équipement au quartier-maître désigné. 	Exposé interactif	5 min	

5. Durée

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Exposé interactif : | 25 min |
| c. Total : | 30 min |

6. **Justification.** 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 et de survie pendant une fin de semaine.

7. Documents de référence

- a. A2-036 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.
- b. C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. (2^e éd). Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.
- c. 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.

8. Matériel d'instruction. S.O.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** Cet OCOM sera confirmé par le rendement du cadet à titre de membre d'une section dans un environnement de campagne durant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
11. **Remarques.** Cette leçon doit être enseignée avant un EEC – bivouac ou de survie pendant une fin de semaine.

OCOM M221.02 – IDENTIFIER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION

1. **Rendement.** Identifier l'équipement de section.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des réchauds;
 - (2) un ensemble de casseroles;
 - (3) un fanal;
 - (4) des manchons;
 - (5) du naphte;
 - (6) des récipients de stockage de carburant;
 - (7) une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (8) une scie à archet de 24 pouces;
 - (9) une trousse de premiers soins;
 - (10) des contenants d'eau;
 - (11) une trousse de nettoyage pour les déversements;
 - (12) du matériel d'incendie et de secours;
 - (13) de la supervision; et
 - (14) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit, avant un EEC – bivouac ou de survie pendant une fin de semaine, identifier l'équipement de section, y compris :
 - a. les réchauds;
 - b. les fanaux;
 - c. les haches;
 - d. les scies à archet;
 - e. les trousse de premiers soins;
 - f. les combustibles;
 - g. les récipients de stockage de carburant; et
 - h. les contenants d'eau.

4. Points d'enseignement

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Identifier les types de réchauds et de fanaux, y compris :</p> <p>a. les types de systèmes de combustion à carburant, y compris :</p> <p>(1) le combustible liquide;</p> <p>(2) le gaz comprimé; et</p> <p>(3) le carburant en poudre;</p> <p>b. les réchauds de camping, y compris :</p> <p>(1) à brûleur unique; et</p> <p>(2) à deux brûleurs; et</p> <p>c. les fanaux, y compris :</p> <p>(1) à un manchon;</p> <p>(2) à deux manchons; et</p> <p>(3) ceux alimentés par piles.</p>	Exposé interactif	15 min	C2-016 (p. 55 à 58) C2-010 (p. 601 à 604)
PE2	<p>Identifier les types d'outils de campagne, y compris :</p> <p>a. une hache à simple tranchant; et</p> <p>b. une scie à archet.</p>	Exposé interactif	10 min	C0-111 (p. 500)
PE3	<p>Identifier les récipients de stockage de liquide pour les éléments suivants :</p> <p>a. le combustible pour réchaud et fanal, y compris :</p> <p>(1) en aluminium; et</p> <p>(2) en plastique; et</p> <p>b. l'eau, y compris :</p> <p>(1) un contenant d'eau;</p> <p>(2) un sac gourde; et</p> <p>(3) un bidon d'eau.</p>	Exposé interactif	10 min	C2-042 (p. 92) C2-010 (p. 342 à 344)
PE4	Identifier le contenu d'une trousse de premiers soins, y compris :	Exposé interactif	15 min	A2-001 (p. 10D-1/10D-2)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>a. les instruments, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) une paire de ciseaux à bandage; (2) une paire de pince à échardes; (3) 12 épingles de sécurité (de taille assortie); (4) deux attelles; et (5) un appareil respiratoire avec soupape; <p>b. les pansements (ou de tailles équivalentes), y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 25 pansements adhésifs stériles emballés individuellement (25 mm sur 75 mm); (2) 25 compresses de gaze stériles emballés individuellement (101.6 mm sur 101.6 mm); (3) quatre rouleaux de bandage de gaze stérile emballés individuellement (50 mm sur 9 m); (4) quatre rouleaux de bandage de gaze stérile emballés individuellement (101.6 mm sur 9 m); (5) six bandages triangulaires; (6) deux rouleaux de bandages élastiques d'une largeur de 75 mm; (7) quatre pansements compressifs stériles emballés individuellement (101.6 mm sur 101.6 mm); (8) un rouleau de pansement adhésif (25 mm par 9 m); (9) deux rouleaux de ouate de coton de 50 g; <p>c. 25 tampons antiseptiques emballés individuellement;</p> <p>d. sucre (dextrose monoject); et</p> <p>e. l'équipement, incluant :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) une couverture de laine ou un matériel isolant à l'épreuve de l'humidité; (2) un briquet et des allumettes imperméables à l'eau; et (3) deux paires de gants en latex. 			

5. **Durée**

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. Exposé interactif : | 50 min |
| c. Total : | 60 min |

6. **Justification.** 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 et de survie pendant une fin de semaine.

7. **Documents de référence**

- a. 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.
- b. 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.
- c. C2-010 (ISBN 0-375-70323-3) Rawlins, C. et Fletcher, C. (2004). *The Complete Walker IV*. New York, NY, Alfred A. Knopf.
- d. 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.
- e. C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY, DK Publishing, Inc.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Réchaud;
- b. Fanal;
- c. Hache;
- d. Scie à archet;
- e. Trousse de premiers soins;
- f. Récipients de stockage de carburant;
- g. Combustible; et
- h. Contenants d'eau.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Réchaud;
- b. Fanal;
- c. Hache;
- d. Scie à archet;
- e. Trousse de premiers soins;
- f. Combustible;

- g. Récipients de stockage de carburant; et
- h. Contenants d'eau.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Bien que les cadets ne sont pas tenus de choisir le matériel d'incendie et de secours pour un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, il est important pour eux de savoir que le matériel d'incendie et de secours doit être présent pendant toutes les activités.
- b. Le contenu d'une trousse de premiers soins varie selon les facteurs tel que l'activité, le nombre de cadets et la proximité des centres médicaux.

OCOM M221.03 – IDENTIFIER LA FAUNE DES PROVINCES ET DES TERRITOIRES

1. **Rendement.** Identifier la faune des provinces et des territoires.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier quatre espèces de faune, propres à leur province ou territoire, y compris :
 - a. la description générale;
 - b. l'habitat;
 - c. le régime d'alimentation; et
 - d. les caractéristiques uniques.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter aux cadets leur faune provinciale ou territoriale en : <ol style="list-style-type: none"> a. identifiant la faune située dans les provinces de Terre-Neuve et du Labrador : <ol style="list-style-type: none"> (1) le pygargue à tête blanche (Terre-Neuve seulement); (2) l'ours noir; (3) l'orignal; (4) le lynx; (5) le renard; (6) le castor; (7) le caribou; et (8) le coyote (l'Ouest de Terre-Neuve et du Labrador seulement); 	Activité en classe	40 min	C0-121 C0-122 C2-064

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>b. identifiant la faune située dans la province de l'Île du Prince-Édouard :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le pygargue à tête blanche; (2) le raton laveur; (3) la mouffette; (4) le chevreuil; (5) le castor; (6) le coyote; et (7) le porc-épic; <p>c. identifiant la faune située dans les provinces de la Nouvelle-Écosse et du Nouveau-Brunswick :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le pygargue à tête blanche; (2) le raton laveur; (3) la mouffette; (4) le chevreuil; (5) l'ours noir; (6) l'orignal; (7) le renard; (8) le castor; (9) le coyote; et (10) le porc-épic; <p>d. identifiant la faune située dans les provinces de Québec, de l'Ontario, du Manitoba et de la Saskatchewan :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le pygargue à tête blanche; (2) le raton laveur; (3) la mouffette; (4) le chevreuil; (5) l'ours noir; (6) l'orignal; (7) le lynx; (8) le renard; (9) le castor; (10) le caribou; (11) le coyote; et (12) le porc-épic; <p>e. identifiant la faune située dans la province de l'Alberta :</p>			

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>(1) le loup;</p> <p>(2) le pygargue à tête blanche;</p> <p>(3) le raton laveur;</p> <p>(4) la mouffette;</p> <p>(5) le chevreuil;</p> <p>(6) l'ours noir;</p> <p>(7) l'ours grizzly;</p> <p>(8) l'orignal;</p> <p>(9) le lynx;</p> <p>(10) le renard;</p> <p>(11) le castor;</p> <p>(12) le cougar;</p> <p>(13) le caribou;</p> <p>(14) le coyote; et</p> <p>(15) le porc-épic;</p> <p>f. identifiant la faune située dans la province de la Colombie-Britannique :</p> <p>(1) le loup;</p> <p>(2) le pygargue à tête blanche;</p> <p>(3) la mouffette;</p> <p>(4) le chevreuil;</p> <p>(5) l'ours noir;</p> <p>(6) l'ours grizzly;</p> <p>(7) l'orignal;</p> <p>(8) le lynx;</p> <p>(9) le renard;</p> <p>(10) le castor;</p> <p>(11) le cougar;</p> <p>(12) le caribou;</p> <p>(13) le coyote; et</p> <p>(14) le porc-épic;</p>			

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>g. identifiant la faune située dans le territoire du Yukon :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le loup; (2) le pygargue à tête blanche; (3) l'ours noir; (4) l'ours grizzly; (5) l'orignal; (6) le lynx; (7) le renard; (8) le castor; (9) le coyote; et (10) le porc-épic; <p>h. identifiant la faune située dans le territoire du Nunavut :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le loup; (2) l'ours noir; (3) l'ours grizzly; (4) l'orignal; (5) le renard; et (6) l'ours polaire; et <p>i. identifiant la faune située dans les territoires du Nord-Ouest :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) le loup; (2) l'ours noir; (3) l'ours grizzly; (4) l'orignal; (5) le renard; (6) le castor; (7) l'ours polaire; (8) le coyote; et (9) le porc-épic. 			

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>Nota :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Les instructeurs doivent choisir un minimum de quatre espèces d'animal sauvage de la liste donnée pour l'activité en classe reliée à la faune des provinces et des territoires. 2. Un minimum de quatre stations d'apprentissage doivent être installées. Elles doivent comprendre des renseignements sur la description générale, l'habitat, le régime d'alimentation et les caractéristiques uniques de l'animal. 			
PE2	<p>Diriger une discussion sur la faune des provinces et des territoires, en identifiant les mesures qu'une personne peut prendre pour l'aider à se protéger contre les animaux dangereux, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. les ours; b. les loups; c. les coyotes; et d. les couguars. 	Exposé interactif	10 min	C0-111 C2-059 C2-060 C2-061 C2-062 C2-074

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Activité en classe :	40 min
c.	Discussion de groupe :	10 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- a. 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.
- b. 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.

7. Documents de référence

- a. C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness: The Ultimate Outdoors Book*. (2^e éd.). Lebanon, NH: Leonard Paul Tawrell.
- b. C0-121 Service canadien de la faune et Fédération canadienne de la faune. (2007). *Faune et Flore du Pays : Les espèces*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.hww.ca/hww.asp?id=1&pid0>.
- c. 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.

- d. C2-059 Parcs Canada. (2007). *Les ours et les gens : Un guide sur la sécurité et la conservation sur les sentiers*. Extrait le 5 mars 2007 du site http://www.pc.gc.ca/pn-np/inc/PM-MP/visit/visit12a_e.pdf.
- e. 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.
- f. C2-061 Waterton Park Information Services. (2007). *Reference Information Section*. Extrait le 5 mars 2007 du site <http://www.watertoninfo.com/r/pred.html>.
- g. 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_avoiding%20_conflict.pdf.
- h. C2-064 Minnesota Trappers Association. (2007). *Canadian Lynx*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.mntrappers.com/lynx.html>.
- i. 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.
- j. C2-180 The Hunting Outfitters. (2007). *The Hunting Outfitters*. Extrait le 9 février 2007 du site <http://www.huntingoutfitters.com>.

8. **Matériel d’instruction**

- a. Du matériel de présentation selon le cas; et
- b. Des fiches de renseignements sur les animaux sauvages des provinces et des territoires.

9. **Matériel d’apprentissage**

- a. Des fiches de renseignements sur les animaux sauvages des provinces et des territoires; et
- b. Des fiches de travail sur les animaux sauvages des provinces et des territoires.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** L’activité en classe comprend quatre stations d’apprentissage, qui doivent être installées avant le début de cette leçon. Les cadets doivent être divisés en quatre groupes et feront le tour de tous les postes. Une discussion suivra l’activité, par laquelle les cadets partageront leurs constatations avec les autres groupes.

OCOM M221.04 – DONNER LES PREMIERS SOINS DE BASE

1. **Rendement.** Donner les premiers soins de base.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une trousse de premiers soins;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit donner les premiers soins de base pour les blessures suivantes :
 - a. les plaies mineures; et
 - b. les brûlures du premier degré.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire : <ol style="list-style-type: none"> a. les plaies mineures, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les éraflures et les écorchures; et (2) les coupures; et b. le traitement des plaies mineures. 	Démonstration	5 min	C0-102 (p. 15-1) C0-123
PE2	Décrire : <ol style="list-style-type: none"> a. les brûlures du premier degré, du deuxième degré et du troisième degré; b. le traitement des brûlures du premier degré, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les brûlures de chaleur; et (2) les brûlures par irradiation (coups de soleil). 	Démonstration	10 min	C0-102 (p. 19-1 à 19-3, p. 19-5 à 19-8)
PE3	Donner les premiers soins de base. Nota : Demander aux cadets de participer à des mises en situation de premiers soins où les cadets identifient et traitent les blessures.	Exécution	10 min	

5. Durée

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Démonstration : | 15 min |
| c. Exécution : | 10 min |
| d. Total : | 30 min |

6. Justification

- a. La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE1 et PE2 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et démontrer les compétences que le cadet doit acquérir.
- b. 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.

7. Documents de référence

- a. C0-102 (ISBN 1-894070-56-9) L'Ambulance St-Jean. (2006). *First Aid Training: First on the Scene: Student Reference Guide*. Ottawa, ON, St. L'Ambulance St-Jean.
- b. 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/safety_tips/September.asp.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Cette leçon doit être enseignée avant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.

OCOM M221.05 – FAIRE DES NŒUDS

1. **Rendement.** Faire des nœuds.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une corde pour faire les nœuds;
 - (2) une rampe ou une tige;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. faire des nœuds et décrire les différents usages des nœuds suivants :
 - (1) le nœud de chaise;
 - (2) le nœud de pêcheur;
 - (3) le nœud de pêcheur double; et
 - (4) le demi-nœud coulant double; et
 - b. enrouler une corde.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une activité pour réviser la façon de faire les nœuds suivants de l'étoile verte : <ol style="list-style-type: none"> a. le demi-nœud (nœud simple); b. le nœud plat (nœud droit); c. le nœud en huit; d. le nœud en huit double; e. le nœud de demi-clef à capeler; et f. le nœud demi-clé. 	Activité pratique	20 min	C2-007 (p. 38, 44, 58, 98, 104 et p. 167-168)
PE2	Expliquer et démontrer les usages et accorder du temps aux cadets pour pratiquer les nœuds suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. le nœud de chaise; b. le nœud de pêcheur; c. le nœud de pêcheur double; et 	Démonstration et exécution	50 min	C2-007 (p. 116, 117, p. 162-163 et p. 177)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	d. le demi-nœud coulant double. Nota : Fournir aux cadets le document de cours sur les instructions pour faire des nœuds.			
PE3	Expliquer et démontrer les usages et accorder du temps aux cadets pour pratiquer l'enroulement d'une corde.	Démonstration et exécution	10 min	C2-073 (p. 18)

5. **Durée**

- | | | |
|----|------------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Activité pratique : | 20 min |
| c. | Démonstration et exécution : | 60 min |
| d. | Total : | 90 min |

6. **Justification**

- 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.

7. **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, Quill/William Morrow.

8. **Matériel d'instruction**

- Une corde pour faire les nœuds;
- Des feuilles de tableau de papier, tableau au mur et tableau à craie; et
- Un marqueur/une craie.

9. **Matériel d'apprentissage**

- Une corde pour faire les nœuds;
- Une rampe ou une tige; et
- Les documents de cours sur la façon de faire les nœuds.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- La corde utilisée pour faire des nœuds doit être d'un diamètre de 6 ou 7 mm.

- b. Les cadets ont besoin d'au moins 6 mètres (20 pieds) de corde pour l'enroulement.

OCOM M221.06 – CONSTRUIRE UN ABRI DE TYPE « HOUCHIE »

1. **Rendement.** Construire un abri de type « houchie ».
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des tapis de sol;
 - (2) de la ficelle;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, les cadets, par groupes de deux, doivent :
 - a. choisir un emplacement pour l'abri, qui fournit :
 - (1) une couverture;
 - (2) un espace suffisant;
 - (3) un bon drainage; et
 - b. construire un abri de type « houchie », en :
 - (1) s'assurant qu'il y a assez d'espace pour deux personnes pour dormir et s'asseoir droit;
 - (2) s'assurant que les cordes sont sécuritaires; et
 - (3) s'assurant qu'il est à l'épreuve des intempéries.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Il y a plusieurs facteurs à considérer lors du choix d'un emplacement :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Deux arbres espacés d'environ six pieds, fournissent un espace adéquat pour un abri. b. Une couverture procure une protection contre les intempéries. c. Un emplacement surélevé permet l'écoulement de l'eau. d. Un sol plat procure un espace de lit confortable. e. Un endroit protégé offre une protection contre le vent et les rayons directs du soleil. 	Exposé interactif	10 min	C2-004 (p. 96-97)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>f. Vérifier pour voir s'il y a des branches ou des arbres morts au-dessus de l'abri réduira les dangers et les risques potentiels.</p> <p>Nota : Les instructeurs doivent avoir choisi au préalable un emplacement préparé pour construire un abri de type « houchie ». Les différents facteurs de l'endroit choisi doivent correspondre à ceux dont on a tenu compte lors du choix de l'emplacement de tente.</p>			
PE2	<p>Expliquer et démontrer la procédure pour :</p> <p>a. construire un abri de type « houchie », y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) vérifier s'il y a des trous dans le tapis de sol; (2) attacher les deux tapis de sol ensemble; (3) attacher chaque extrémité des tapis de sol aux arbres, en s'assurant qu'ils arrivent à la taille de la personne la plus grande; (4) s'assurer que les tapis de sol sont fixés fermement entre les deux arbres; (5) fixer chaque œillet avec de petits bâtons pour permettre une bonne aération; (6) tirer sur le rebord inférieur pour tendre les tapis de sol, à environ 5 cm au-dessus du sol; <p>b. démonter un abri de type « houchie ».</p>	Démonstration	20 min	C2-004 (p. 96-97) C2-008 (p. 247)
PE3	<p>Expliquer et démontrer l'organisation de l'espace personnel qui comprend la disposition des éléments suivants :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. le matelas gonflable; b. le sac de couchage; c. le sac à dos; et d. les bottes. 	Démonstration	5 min	
PE4	Demander aux cadets de construire un abri de type « houchie », en groupes de deux.	Exécution	45 min	C2-004 (p. 96-97) C2-008 (p. 247)

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|----------------------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Démonstration : | 25 min |
| d. | Exécution : | 45 min |
| e. | Total : | 90 min (EN CAMPAGNE) |

6. **Justification**

- 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.

7. **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.

8. **Matériel d'instruction**

- Deux tapis de sol;
- De la ficelle ou deux sangles élastiques;
- Un couteau;
- Des petits bâtons;
- Des petites branches ou des piquets;
- Un matelas gonflable;
- Un sac de couchage;
- Un sac à dos; et
- Des bottes.

9. **Matériel d'apprentissage**

- Un tapis de sol;
- De la ficelle ou deux sangles élastiques; et
- Des petites branches ou des piquets.

- Modalités de contrôle.** Les instructeurs confirmeront la compréhension de la matière par les cadets pendant le PE4 de cette leçon. Bien qu'il n'y ait pas d'évaluation formelle de cet OCOM, chaque cadet est tenu de dormir dans l'abri de type « houchie » qu'il a construit. Les cadets doivent être évalués de

façon non officielle pour le choix de leur emplacement et la qualité de la construction de leur abri de type « houchie ».

11. **Remarques**

- a. Si les tapis de sol ne sont pas disponibles, on peut utiliser un substitut approprié.
- b. Les instructeurs adjoints doivent être présents pour cette leçon, pour aider dans la construction de l'abri de type « houchie » et pour la supervision pendant le PE4.
- c. Les instructeurs peuvent utiliser un abri de type « houchie » préfabriqué pour enseigner cette leçon.

OCOM M221.07 – UTILISER L'ÉQUIPEMENT DE SECTION

1. **Rendement.** Utiliser l'équipement de section.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un réchaud à deux brûleurs au naphte;
 - (2) un fanal à deux manchons au naphte;
 - (3) une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (4) une scie à archet de 24 pouces;
 - (5) de la supervision; et
 - (6) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. allumer et éteindre un réchaud à deux brûleurs;
 - b. allumer et éteindre un fanal à deux manchons; et
 - c. manipuler de façon sécuritaire les outils de campagne (une hache et une scie à archet).
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les caractéristiques d'un réchaud à deux brûleurs, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la température de fonctionnement; b. le type de combustible; c. les pièces et accessoires; et d. les précautions. 	Exposé interactif	5 min	Voir la section Remarques du para. 11.e.
PE2	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer comment utiliser le réchaud à deux brûleurs, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'assembler; b. l'allumer et l'éteindre, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) pomper le réservoir de combustible; (2) allumer le brûleur principal; (3) allumer le brûleur auxiliaire; et (4) éteindre le brûleur; et c. l'entreposer après son utilisation. 	Démonstration et exécution	15 min	Voir la section Remarques du para. 11.e.

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Identifier les caractéristiques d'un fanal à deux manchons, y compris : a. les pièces et accessoires; et b. les précautions.	Exposé interactif	5 min	Voir la section Remarques du para. 11.e.
PE4	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer comment utiliser le fanal à deux manchons, y compris : a. l'assembler; b. l'allumer et l'éteindre, y compris : (1) pomper le réservoir de combustible; (2) allumer le fanal; et (3) éteindre le fanal; et c. l'entreposer après son utilisation.	Démonstration et exécution	10 min	Voir la section Remarques du para. 11.e.
PE5	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer comment manipuler les outils de campagne, y compris : a. une hache, y compris : (1) vérifier le tranchant; (2) tenir la hache; (3) déterminer l'angle pour couper du bois; et (4) déterminer la direction de la chute; et b. une scie à archet, y compris : (1) tenir et couper un billot; et (2) déterminer la direction de la chute.	Démonstration et exécution	15 min	C0-111 (p. 496 à 500)

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Démonstration et exécution :	40 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE3 pour présenter la façon sécuritaire de manier l'équipement de section lors de la participation à un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
- La méthode par démonstration et exécution a été choisie pour les PE2, PE4 et PE5 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les usages de l'équipement de section, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

7. Documents de référence

- a. A2-010 B-GG-302-002/FP-001 CFT (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.
- b. 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.

8. Matériel d'instruction

- a. Un réchaud à deux brûleurs au naphte;
- b. Un fanal à deux manchons au naphte;
- c. Des manchons;
- d. Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces); et
- e. Une scie à archet de 24 pouces.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Un réchaud à deux brûleurs au naphte;
- b. Un fanal à deux manchons au naphte;
- c. Des manchons;
- d. Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces); et
- e. Une scie à archet de 24 pouces.

10. Modalités de contrôle. S.O.**11. Remarques**

- a. On préfère les appareils au naphte en raison de leur versatilité à opérer dans toutes les températures.
- b. Chaque cadet doit avoir la possibilité de se pratiquer à allumer et éteindre un réchaud et un fanal pendant l'EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
- c. Du personnel supplémentaire peut être nécessaire pour superviser les cadets à allumer les réchauds et les fanaux.
- d. Une supervision supplémentaire est obligatoire quand les cadets apprennent à utiliser une hache.
- e. Les instructeurs doivent consulter le manuel de l'utilisateur pour obtenir les instructions de fonctionnement des réchauds et des fanaux.

OCOM M221.08 – PRÉPARER UNE RATION INDIVIDUELLE DE CAMPAGNE (RIC)

1. **Rendement.** Préparer une ration individuelle de campagne (RIC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une RIC;
 - (2) un réchaud à deux brûleurs au naphte;
 - (3) un ensemble de casseroles;
 - (4) de l'eau;
 - (5) des allumettes;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément au A-85-269-001/FP-003, *Manuel des services d'alimentation : Alimentation en campagne (vol. 1)*, le cadet doit préparer une RIC, y compris :
 - a. identifier les caractéristiques d'une RIC;
 - b. organiser le contenu d'une RIC; et
 - c. faire cuire une RIC.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des repas en campagne, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les types de repas en campagne, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les rations fraîches; (2) les contenants thermos; (3) les boîtes à lunch; et (4) les RIC, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (a) le déjeuner; (b) le dîner; et (c) le souper; et 	Exposé interactif	5 min	A2-042 (p. 2-1 et 2-2)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. les besoins d'eau, y compris : (1) l'importance d'apporter de l'eau à un EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine; (2) ne jamais boire de l'eau utilisée pour faire la cuisson d'une RIC; et (3) l'importance de faire bouillir l'eau ou de filtrer l'eau si les sources d'eau sont inconnues.			
PE2	Discuter des caractéristiques et du contenu d'une RIC, y compris : a. le repas principal; b. le dessert; et c. les aliments supplémentaires inclus.	Exposé interactif	5 min	A2-042 (p. 2-1 et 2-2)
PE3	Expliquer, démontrer et accorder du temps aux cadets, en groupe, pour préparer et cuire des RIC.	Démonstration et exécution	15 min	A2-042 (p. 2-1 et 2-2)

5. Durée

- | | | |
|----|------------------------------|----------------------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Démonstration et exécution : | 15 min |
| d. | Total : | 30 min (EN CAMPAGNE) |

6. Justification

- 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 la compétence que le cadet doit acquérir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

7. Documents de référence. A2-042 A-85-269-001/FP-003 Forces canadiennes. (1986). *Manuel des services d'alimentation : Alimentation en campagne (vol. 1)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. Matériel d'instruction

- Une RIC;
- Un réchaud à deux brûleurs au naphte;
- Un ensemble de casseroles;
- De l'eau; et
- Des allumettes.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. RIC;
- b. Un réchaud à deux brûleurs au naphte;
- c. Un ensemble de casseroles;
- d. De l'eau; et
- e. Des allumettes.

10. **Modalités de contrôle. S.O.**

11. **Remarques**

- a. Cet OCOM doit être enseigné avant le premier repas en campagne. Au cas où une RIC ne soit pas disponible, la leçon peut être enseignée en utilisant un substitut approprié.
- b. Cette leçon peut se dérouler comme une activité à la ronde conjointement avec l'OCOM 221.07 (Utiliser l'équipement de section).
- c. On doit allumer les réchauds à l'extérieur, dans un espace découvert.

OCOM M221.09 – ENTREtenir L'ÉQUIPEMENT DE SECTION À LA SUITE D'UN EXERCICE D'ENTRAÎNEMENT EN CAMPAGNE (EEC)

1. **Rendement.** Entretenir l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un réchaud à deux brûleurs au naphte;
 - (2) un fanal à deux générateurs;
 - (3) un ensemble de casseroles;
 - (4) une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (5) une scie à archet de 24 pouces;
 - (6) un tapis de sol;
 - (7) de la supervision; et
 - (8) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe, après un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément à l'ouvrage de Tawrell, P., *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*, Leonard Paul Tawrell, le cadet doit nettoyer et entreposer les éléments suivants :
 - a. un réchaud;
 - b. un fanal;
 - c. un ensemble de casseroles;
 - d. une hache;
 - e. une scie à archet;
 - f. un tapis de sol.

4. Points d'enseignement

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un réchaud à deux brûleurs, y compris :</p> <p>a. mélanger une solution de nettoyage qui comprend du savon à vaisselle et de l'eau;</p>	Démonstration et exécution	10 min	C0-111 (p. 69)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. pour nettoyer les éléments suivants : (1) le pare-vent intérieur et extérieur; (2) le réservoir de combustible; (3) la grille; et (4) la boîte du réchaud; c. inspecter pour détecter les dommages; d. s'assurer que le réservoir de carburant est vide avant l'entreposage; et e. entreposer.			
PE2	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un fanal à deux manchons, y compris : a. mélanger une solution de nettoyage qui comprend du savon à vaisselle et de l'eau; b. nettoyer, y compris : (1) ventilateur et anse; (2) le globe; et (3) le réservoir de combustible; c. inspecter pour détecter les dommages; d. s'assurer que le réservoir de carburant est vide avant l'entreposage; et e. entreposer.	Démonstration et exécution	10 min	
PE3	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage d'un ensemble de casseroles, y compris : a. mélanger une solution de nettoyage qui comprend du savon à vaisselle et de l'eau; b. nettoyer l'ensemble de casseroles; c. sécher le chaudron et le couvercle; d. inspecter pour détecter les dommages; et e. entreposer.	Démonstration et exécution	10 min	
PE4	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage des outils de campagne, y compris : a. une hache, y compris : (1) laver et sécher les surfaces; (2) appliquer de l'huile d'entreposage; (3) inspecter pour détecter les dommages; et (4) entreposer.	Démonstration et exécution	10 min	C0-111 (p. 497 à 500)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. une scie à archet, y compris : (1) laver et sécher les surfaces; (2) appliquer de l'huile d'entreposage; (3) inspecter pour détecter les dommages; et (4) entreposer.			
PE5	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le nettoyage et l'entreposage des tapis de sol, y compris : a. laver et sécher; b. plier; c. entreposer.	Démonstration et exécution	10 min	

5. Durée

- | | | |
|----|------------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 50 min |
| c. | Total : | 60 min |

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer le nettoyage et l'entreposage de l'équipement de section, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences.

7. **Documents de référence.** C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. (2^e éd). Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

8. Matériel d'instruction

- a. Un réchaud;
- b. Un ensemble de casseroles;
- c. Un fanal;
- d. Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
- e. Une scie à archet de 24 pouces; et
- f. Un tapis de sol.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Un réchaud;
- b. Un ensemble de casseroles;
- c. Un fanal;
- d. Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces); et
- e. Une scie à archet de 24 pouces; et

f. Un tapis de sol.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** L'équipement utilisé lors de la dernière fin de semaine d'EEC – bivouac et de survie peut être utilisé pour une démonstration.

OCOM M221.CA/M224.CA – EEC – BIVOUAC ET DE SURVIE PENDANT UNE FIN DE SEMAINE

1. **Rendement.** EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
2. **Conditions.** S.O.
3. **Norme.** S.O.
4. **Points d'enseignement**
 - a. Les OCOM suivants doivent être enseignés avant l'EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine, et confirmés par des activités pratiques en campagne :
 - (1) M221.01 (Exécuter les tâches d'un membre d'une section en campagne);
 - (2) M221.02 (Identifier l'équipement de section);
 - (3) M221.03 (Identifier la faune des provinces ou des territoires);
 - (4) M221.04 Donner les premiers soins de base);
 - (5) M221.05 (Faire des nœuds);
 - (6) M224.01 Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu); et
 - (7) M224.06 (Identifier les méthodes de signalisation).
 - b. L'instruction en campagne des OCOM suivants doit être enseignée pendant l'EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine :
 - (1) M221.06 (Construire un abri de type « houchie »);
 - (2) M221.07 (Utiliser l'équipement de section);
 - (3) M221.08 (Préparer une ration individuelle de campagne [RIC]);
 - (4) M224.04 (Identifier les abris d'urgence); et
 - (5) M224.05 (Allumer, entretenir et éteindre un feu).
 - (6) M224.06 (Identifier les méthodes de signalisation)
 - c. L'OCOM M221.09 (Entretenir l'équipement de section à la suite d'un exercice d'entraînement en campagne (EEC)) doit se dérouler après l'EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine).
5. **Durée.** Cette activité aura lieu durant une fin de semaine d'instruction assistée de la façon suivante :

a. Instruction en campagne des OCOM :	330 min
b. Activités pratiques en campagne :	210 min
c. Total :	540 min
6. **Justification**
 - a. Les méthodes d'instruction pour les OCOM au paragraphe 4.a. se trouvent dans les descriptions de leçon individuelles.
 - b. La méthode par exécution a été choisie pour les activités pratiques en campagne parce qu'elle permet aux cadets de pratiquer les compétences d'entraînement en campagne et de survie de base sous supervision.

7. **Documents de référence.** S.O.

8. **Modalités de contrôle.** S.O.

9. **Remarques**

- a. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cette activité.
- b. Un total de 18 périodes est accordé pour l'EEC – bivouac et de survie pendant une fin de semaine.
- c. Les officiers d'instruction des unités sont toutefois tenus de produire une directive d'exercice qui comprend tous les OCOM décrits au paragraphe 4.b.
- d. Ressources requises :
 - (1) Un sac de couchage;
 - (2) Un matelas gonflable;
 - (3) Une cuvette;
 - (4) Un sac à dos;
 - (5) Un tapis de sol;
 - (6) Un contenant d'eau;
 - (7) Un réchaud à deux brûleurs;
 - (8) Un entonnoir;
 - (9) Du combustible de naphte;
 - (10) Un fanal à deux générateurs;
 - (11) Des manchons;
 - (12) Un ensemble de casseroles;
 - (13) Un extincteur;
 - (14) Une trousse de premiers soins;
 - (15) Une couverture;
 - (16) Une civière;
 - (17) Une trousse de nettoyage pour les déversements;
 - (18) Des sacs à déchets;
 - (19) Des ustensiles et assiettes nécessaires pour les repas en campagne;
 - (20) Des produits de papier appropriés (papier toilette, essuie-tout, etc.), au besoin;
 - (21) Des piles de lampe de poche;
 - (22) Une RIC;
 - (23) Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (24) Une scie à archet de 24 pouces;

- (25) Une pelle;
- (26) Un seau;
- (27) Des pommes de terre;
- (28) Des allumettes;
- (29) Un sifflet; et
- (30) Un miroir.

OCOM C221.01 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR LES EFFORTS DE CONSERVATION EN MILIEU SAUVAGE AU CANADA

1. **Rendement.** Participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion sur les efforts de conservation en milieu sauvage au Canada, y compris :
 - a. définir la conservation;
 - b. identifier les types d'espace et de parcs en milieu sauvage;
 - c. discuter des effets des utilisateurs de parc et du milieu sauvage sur les espaces naturels;
 - d. discuter des politiques environnementales actuelles du Canada; et
 - e. discuter du rôle et de la responsabilité des agents de conservation des parcs.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir et expliquer les termes environnementaux suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. la conservation; b. l'éthique de la terre; c. l'écosystème; d. l'intégrité écologique; e. Ressources naturelles Canada; f. les parcs provinciaux et nationaux; et g. les terres publiques; et h. les territoires protégés. 	Exposé interactif	10 min	C2-052 C2-067
PE2	Discuter de l'impact humain sur l'environnement des parcs, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la gestion de l'écosystème; b. le développement durable; c. les aires protégées d'Environnement Canada; et 	Exposé interactif	15 min	C2-052 C2-053 C2-054 C2-066 C2-070 C2-071

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	d. les préoccupations locales, régionales et globales, y compris : (1) le mouvement des espèces exotiques; (2) la pollution de l'air et de l'eau; (3) les émissions de gaz à effet de serre; (4) la gestion des déchets solides; (5) la gestion de l'eau usée; et (6) la conservation de l'eau.			
PE3	Diriger une activité de conservation.	Activité en classe	15 min	
PE4	Discuter des tâches des agents de conservation des parcs, y compris : a. étudier, surveiller et gérer les écosystèmes; b. servir en tant que porte-parole du public; c. conduire des recherches et des opérations de sauvetage, au besoin; d. maintenir la sécurité du public; et e. faire respecter les lois et les règles particulières des parcs, au besoin.	Exposé interactif	10 min	C2-052

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	35 min
c.	Activité en classe :	15 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1, PE2 et PE4 pour présenter aux cadets la conservation environnementale 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.

7. 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>.

- d. 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>.
 - e. C2-067 Ressources naturelles Canada. (2007). *À propos de nous*. Extrait le 21 mars 2007 du site http://www.nrcan-rncan.gc.ca/inter/aboutus_e.html.
 - f. 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.
 - g. 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.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
- a. Cet OCOM peut être enseigné par un agent des parcs local ou un représentant du ministère des Ressources naturelles.
 - b. Si un conférencier invité enseigne cet OCOM, ce dernier peut être adapté particulièrement aux parcs; cependant, le thème de l'impact humain doit rester. Le conférencier invité doit présenter les tâches spécifiques pour lesquelles il est responsable.

OCOM C221.02 – CONSTRUIRE DES COMMODITÉS DE CAMPAGNE

1. **Rendement.** Construire des commodités de campagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une corde de nylon;
 - (2) de la ficelle;
 - (3) une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (4) une scie à archet de 24 pouces;
 - (5) les schémas décrivant la construction des commodités de campagne;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne, pendant les heures de clarté.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, par groupes de trois ou quatre, le cadet doit construire deux commodités de campagne :
 - a. un banc avec appui-dos;
 - b. une table de campement;
 - c. un babillard; ou
 - d. un lutrin.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer, démontrer et accorder du temps aux cadets pour pratiquer les nœuds et les brêlages suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. un brêlage de bigue; b. un brêlage carré; c. un nœud d'anguille; d. un brêlage diagonal; et e. un brêlage en huit. 	Démonstration et exécution	40 min	C2-007 (p. 180 à 188)
PE2	Donner à chaque groupe les diagrammes et inciter les cadets à créer, deux des commodités de campagne suivantes : <ol style="list-style-type: none"> a. un banc avec appui-dos; b. une table de campement; 	Activité pratique	130 min	C2-008 (p. 381) C2-046

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	c. un babillard; et d. un lutrin.			

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Démonstration et exécution :	40 min
c.	Activité pratique :	130 min
d.	Total :	180 min

6. Justification

- 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 brêlages, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer la façon de faire des brêlages sous supervision.
- Une activité pratique a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive qui permet 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.

7. 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, HarperCollins Publishers.
- C2-046 PioneeringProjects.org (2004). *PioneeringProjects.org*. Extrait le 20 février 2007, du site <http://www.pioneeringprojects.org/projects/index.htm>.

8. Matériel d'instruction

- Corde pour faire les brêlages; et
- Pôles ou bâtons pour faire les brêlages.

9. Matériel d'apprentissage

- Corde pour faire les brêlages;
- Pôles ou bâtons pour faire les brêlages;
- Hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
- Scie à archet de 24 pouces;
- Documents de cours sur la façon de faire des brêlages; et
- Schémas décrivant la construction des commodités de campagne.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. 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 peuvent utiliser des ressources naturelles pour l'activité.
- b. Chaque cadet doit recueillir trois bâtons ou perches d'environ un pouce de diamètre avant cette leçon.
- c. Si les commodités de campagne sont évaluées, elles doivent être jugées selon la stabilité, la qualité des brêlages et l'apparence générale.
- d. Il peut être nécessaire de démonter les commodités de campagne, selon l'emplacement de la construction.
- e. La matière de cet OCOM est semblable à la matière du C121.01 (Construire des commodités de campagne). Il est recommandé que ces leçons soient conduites simultanément.

OCOM C221.03 – IDENTIFIER LES ESPÈCES D'ARBRES

1. **Rendement.** Identifier les espèces d'arbres.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier un feuillu et un conifère en l'identifiant par la feuille ou l'écorce.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les caractéristiques d'un feuillu, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'environnement; b. les graines; c. la fixation de la feuille; d. le type de feuille; e. l'écorce; f. l'utilisation; et g. le bois de chauffage. 	Exposé interactif	20 min	C0-117 (p. 22 à 35) C2-004 (p. 124) C2-016 (p. 213 à 218) C2-068 (p. 79)
PE2	Identifier les caractéristiques d'un conifère, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'environnement; b. les graines; c. les types d'aiguilles; d. l'écorce; e. l'utilisation; et f. le bois de chauffage. 	Exposé interactif	20 min	C0-117 (p. 14) C0-137 C2-004 (p. 123, 288-289) C2-068 (p. 79)
PE3	Demander aux cadets de participer à une activité d'identification où les cadets identifient les types d'arbres, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le feuillu; et b. le conifère. 	Activité pratique	10 min	C0-117 C0-137

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	40 min
c.	Activité pratique :	10 min
d.	Total :	60 min

6. **Justification**

- 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 que les cadets ont compris la matière.

7. **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, É.-U., 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.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. with Morgan B. (1993). *Tom Brown Field Guide: Wilderness Survival*. New York, NY, The Bertley Publishing Group.

- Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

- Matériel d'apprentissage.** S.O.

- Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- Pendant l'activité d'identification, si le temps et les ressources le permettent, chaque cadet peut identifier plus d'un arbre.
- Même si l'activité peut être effectuée en classe, il est recommandé qu'elle se déroule à l'extérieur. Si la leçon est enseignée en classe, elle doit être révisée dans un environnement de campagne.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 12**OREN 222 – NAVIGUER LE LONG D'UN ITINÉRAIRE EN UTILISANT UNE CARTE ET UNE BOUSSOLE**

1. **Rendement.** Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un itinéraire déjà préparé;
 - (2) une carte militaire/topographique de la région utilisée;
 - (3) une boussole;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet devra naviguer le long d'un itinéraire à l'aide d'une carte et d'une boussole, y compris :
 - a. calculer la distance et l'azimut magnétique entre deux points;
 - b. orienter une carte à l'aide d'une boussole; et
 - c. compter les pas d'un itinéraire en suivant un azimut magnétique, à l'aide d'une boussole.
4. **Remarques :**
 - a. Les expéditions des cadets de l'Armée font appel aux compétences apprises lors de l'entraînement en campagne, de la randonnée en montagne, de la navigation et du leadership en campagne. La navigation aide les cadets de l'Armée dans leurs expéditions en rehaussant leur capacité de naviguer durant les déplacements au cours des expéditions.
 - b. Cet OREN sera confirmé conjointement avec l'OREN 223 (Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit) pendant un exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine.
 - c. Les OCOM M222.04 à l'OCOM M222.07 doivent se dérouler pendant l'exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine. Du temps a été alloué pour ces périodes; toutefois, le personnel d'instruction peut planifier plus d'instruction au besoin.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire reliée à l'OREN 222 vise à donner plus de pratique à utiliser une carte et une boussole durant une activité de navigation, particulièrement C222.01(Pratiquer la navigation à titre de membre d'un petit groupe).
 - b. L'instruction complémentaire de l'OREN 222 se limite à un total de neuf périodes qui se déroulent pendant les séances ou lors d'une journée d'instruction assistée. Les corps de cadets ne sont pas tenus d'utiliser les neuf périodes.

OCOM M222.01 – RÉVISER LA NAVIGATION DE L'ÉTOILE VERTE

1. **Rendement.** Réviser la navigation de l'étoile verte.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carte topographique;
 - (2) une équerre;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, *Cartes, dessins topographiques, boussoles et le système global de positionnement*, le cadet doit réviser la navigation de l'étoile verte en :
 - a. identifiant des objets importants sur une carte;
 - b. orientant une carte par inspection; et
 - c. déterminant une position à l'aide des coordonnées de quadrillage à six chiffres (à une précision de 100 mètres).
4. **Points d'enseignement.** Le but de cette leçon est :
 - a. d'effectuer une révision de l'OREN 122 (Identifier un emplacement à l'aide d'une carte), y compris :
 - (1) entretenir et plier une carte;
 - (2) identifier les données en marge;
 - (3) identifier les signes conventionnels;
 - (4) interpréter les courbes de niveau;
 - (5) déterminer des coordonnées de quadrillage; et
 - (6) orienter une carte par inspection; et
 - b. diriger une activité de navigation, en incluant les éléments suivants :
 - (1) compléter une feuille d'activité;
 - (2) identifier un objet ou un détail sur une carte situé à des coordonnées de quadrillage établies;
 - (3) orienter une carte par inspection; et
 - (4) plier une carte.

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Activité pratique :	40 min
d.	Total :	60 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter des renseignements généraux.
- b. 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.

7. **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.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Une carte topographique; et
- b. Une équerre.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Une carte topographique; et
- b. Une équerre.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** 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 aux cadets l'occasion de pratiquer les compétences qu'ils ont apprises antérieurement dans le programme du corps de cadets.

OCOM M222.02 – DÉCRIRE DES AZIMUTS

1. **Rendement.** Décrire des azimuts.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une rose des vents;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit décrire des azimuts en :
 - a. identifiant les 16 points d'une boussole;
 - b. définissant les millièmes et les degrés;
 - c. identifiant le vrai nord (géographique), le nord de quadrillage et le nord magnétique; et
 - d. définissant des azimuts.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier et expliquer les 16 points d'une boussole, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les 4 points cardinaux; b. les 4 points intercardinaux; et c. les 8 points intermédiaires. 	Exposé interactif	10 min	A2-041 (p. 47)
PE2	Expliquer les échelles sur une boussole, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le système de degrés; et b. le système de millièmes. 	Exposé interactif	5 min	A2-041 (p. 47)
PE3	Identifier et expliquer les trois nords, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le vrai nord (géographique); b. le nord de quadrillage; et c. le nord magnétique. 	Exposé interactif	10 min	A2-041 (p. 50-51)
PE4	Expliquer les azimuts, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la définition d'un azimut; et b. les types d'azimuts. 	Exposé interactif	10 min	A2-041 (p. 48-50)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE5	Compléter une activité sur la rose des vents, pour confirmer les éléments suivants : a. les points d'une boussole; et b. les degrés et les millièmes de chaque point.	Activité pratique	15 min	

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 35 min |
| c. | Activité pratique : | 15 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. **Justification**

- 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 pour présenter les azimuts aux cadets. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances de navigation dans un environnement amusant et stimulant.

7. **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.

8. **Matériel d'instruction**

- Du matériel de présentation (c.-à-d., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement;
- Une carte topographique; et
- Une rose des vents.

9. **Matériel d'apprentissage**

- Un crayon; et
- Une rose des vents.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M222.03 – IDENTIFIER LES PARTIES DE LA BOUSSOLE

1. **Rendement.** Identifier les parties de la boussole.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une boussole;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit :
 - a. identifier les parties de la boussole; et
 - b. régler une déclinaison prédéterminée.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer les principes du mécanisme d'une boussole.	Exposé interactif	5 min	A2-036 (p. 5-29 et 5-30)
PE2	Identifier et décrire les parties d'une boussole, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le viseur; b. le boîtier de la boussole; c. le miroir de visée; d. la ligne de visée; e. le point lumineux de direction; f. le cadran de la boussole; g. la graduation; h. la flèche d'orientation; i. l'équerre de 1:25 000; j. le plateau de la boussole; k. l'échelle de déclinaison; l. les lignes de méridien de la boussole; m. l'aiguille magnétique; n. les points lumineux d'orientation; o. le point lumineux; p. l'équerre de 1:50 000; 	Exposé interactif	10 min	A2-041 (p. 66 et 67)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	q. le cordon de sécurité ou cordon; r. le dispositif de blocage réglable; s. le tournevis; et t. la vis de réglage de déclinaison.			
PE3	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le réglage de la déclinaison, y compris : a. définir la déclinaison; et b. régler la déclinaison sur une boussole.	Démonstration et exécution	10 min	A2-041 (p. 67 et 68)

5. **Durée**

- | | | |
|----|------------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 15 min |
| c. | Démonstration et exécution : | 10 min |
| d. | Total : | 30 min |

6. **Justification**

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 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 PE3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la compétence que le cadet doit acquérir, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer la navigation sous supervision.

7. **Documents de référence**

- A2-036 A-CR-CCP-121/PT-001 D Cad (2003). *Livre de référence des cadets royaux de l'Armée canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- 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.

8. **Matériel d'instruction**

- Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement; et
- Une boussole.

9. **Matériel d'apprentissage.** Une boussole.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M222.04 – DÉTERMINER LA DISTANCE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE

1. **Rendement.** Déterminer la distance le long d'un itinéraire.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carte topographique;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un exercice de navigation et randonnée en montagne.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit déterminer la distance le long d'un itinéraire, y compris :
 - a. déterminer la distance sur une carte;
 - b. déterminer la distance en utilisant le comptage de pas individuel; et
 - c. identifier les facteurs qui affectent le comptage de pas.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer et démontrer les méthodes pour déterminer la distance sur une carte, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. mesurer de point à point; et b. mesurer le long d'un itinéraire entre deux points. 	Démonstration et exécution	25 min	A2-041 (p. 16 et 18) C2-041 (p. 50)
PE2	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à déterminer la distance en utilisant la méthode de comptage de pas.	Démonstration et exécution	40 min	C2-041 (p. 106) C0-011 (p. 19 à 21)
PE3	Discuter des facteurs qui affectent le comptage de pas, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la topographie; b. les pentes; c. la fatigue; d. l'équipement; et e. le temps. 	Exposé interactif	15 min	C2-045 (p. 52 et 53)

5. **Durée**

- | | | |
|----|------------------------------|----------------------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 65 min |
| c. | Exposé interactif : | 15 min |
| d. | Total : | 90 min (EN CAMPAGNE) |

6. **Justification**

- a. 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.
- b. Un exposé interactif a été choisi pour le PE3 pour clarifier et souligner les limitations du comptage de pas individuel.

7. **Documents de référence**

- a. 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.
- b. C0-011 Canadian Orienteering Federation. (1985). *Orienteering Level Two Coaching Certification*. Ottawa, ON, Canadian Orienteering Federation.
- c. C2-041 (ISBN 0-07-136110-3) Seidman, D. et Cleveland, P. (1995). *The Essential Wilderness Navigator*. Camden, ME, Ragged Mountain Press.
- d. C2-045 (ISBN 1-4018-0961-8) Ford, H.L. (2003). *Landscape Surveying*. Florence, KY, Thomson Delmar Learning.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Une carte topographique;
- b. Un ruban de mesure; et
- c. Du papier.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. Une carte topographique;
- b. Du papier; et
- c. Un crayon.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M222.05 – ORIENTER UNE CARTE EN UTILISANT UNE BOUSSOLE

1. **Rendement.** Orienter une carte en utilisant une boussole.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une carte topographique;
 - (2) une boussole;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant la navigation ou un EEC de randonnée en montagne.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit orienter une carte en utilisant une boussole.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer l'orientation d'une carte en utilisant une boussole en :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. réglant la déclinaison magnétique; b. réglant le cadran de la boussole pour repérer le nord; c. étendant la boussole à plat sur la carte avec le couvercle ouvert; d. pointant le miroir vers le nord (le haut de la carte); e. en alignant les lignes méridiennes de la boussole avec les abscisses de la carte; et f. en tournant la carte jusqu'à ce que l'aiguille magnétique s'aligne avec la flèche d'orientation. 	Démonstration et exécution	25 min	A2-041 (p. 76)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Démonstration et exécution : 25 min
 - c. Total : 30 min (EN CAMPAGNE)
6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer 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.

7. **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.
8. **Matériel d'instruction**
 - a. Une carte topographique; et
 - b. Une boussole.
9. **Matériel d'apprentissage**
 - a. Une carte topographique; et
 - b. Une boussole.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Cette leçon se déroule avec l'OREN M223 (Participer à une randonnée pédestre de deux jours avec quelques terrains et obstacles de classe 2).

OCOM M222.06 – SUIVRE UN AZIMUT MAGNÉTIQUE DE POINT À POINT

1. **Rendement.** Suivre un azimut magnétique de point à point.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un itinéraire déjà préparé;
 - (2) une carte topographique;
 - (3) une boussole;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un exercice de navigation et randonnée en montagne.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit suivre un azimut de point à point, y compris :
 - a. déterminer l'azimut magnétique d'un objet important;
 - b. tracer et mesurer un azimut magnétique sur une carte; et
 - c. suivre un ensemble d'azimuts magnétiques de point à point.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Pratiquer comment déterminer l'azimut magnétique d'un objet visible, en suivant les étapes suivantes :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Vérifier et régler la déclinaison prédéterminée sur la boussole. b. Tenir la boussole à la hauteur des yeux, à la longueur de bras et se tourner pour faire face à l'objet important. c. 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. d. Ajuster le boîtier de la boussole pour qu'on puisse voir le cadran de la boussole dans le miroir de visée. e. 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. 	Démonstration et exécution	10 min	A2-041 (p. 69 et 70)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	f. Lire le chiffre sur le cadran de la boussole au point lumineux de direction.			
PE2	<p>Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer à prendre un azimut magnétique sur une carte en :</p> <p>a. réglant la déclinaison prédéterminée sur la boussole;</p> <p>b. identifiant et marquant le point de départ (point A) et le point d'arrivée (point B) sur une carte;</p> <p>c. traçant un rayon de pointage du point A au point B;</p> <p>d. étendant 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);</p> <p>e. tenant 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; et</p> <p>f. lisant l'azimut sur le point lumineux de direction.</p>	Démonstration et exécution	15 min	A2-041 (p. 70)
PE3	En utilisant une carte et une boussole, en groupe de quatre à six, les cadets suivront un azimut magnétique de point à point pendant le jour. Le parcours doit consister en un minimum de six circuits, séparés d'environ 100 m. Chaque cadet à tour de rôle suivra un azimut magnétique de point à point.	Activité pratique	25 min	

5. Durée

- | | | |
|----|------------------------------|----------------------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Démonstration et exécution : | 25 min |
| c. | Activité pratique : | 25 min |
| d. | Total : | 60 min (EN CAMPAGNE) |

6. Justification

- a. 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.

- b. 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 azimuth 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.
7. **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.
8. **Matériel d'instruction**
- a. Une carte topographique; et
 - b. Une boussole.
9. **Matériel d'apprentissage**
- a. Une carte topographique; et
 - b. Une boussole.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Avant cette leçon, en utilisant une carte topographique, l'instructeur doit préparer un itinéraire de navigation, qui comporte un minimum de six parcours espacés de 100 m ou moins.

OCOM M222.CA/M223.CA – EXERCICE DE NAVIGATION ET RANDONNÉE EN MONTAGNE

1. **Rendement.** Exercice de navigation et randonnée en montagne.
2. **Conditions.** S.O.
3. **Norme.** S.O.
4. **Points d'enseignement**
 - a. Les OCOM suivants doivent être enseignés avant l'exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine et confirmés par des activités pratiques de navigation et randonnée en montagne.
 - (1) M222.01 (Réviser la navigation de l'étoile verte);
 - (2) M222.02 (Décrire des azimuts);
 - (3) M222.03 (Identifier les parties de la boussole);
 - (4) M223.01 (Préparation pour une randonnée en montagne); et
 - (5) M223.02 (Identifier les associations de randonnée pédestre et de montagne).
 - b. Les OCOM suivants doivent être enseignés pendant l'exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine :
 - (1) M222.04 (Déterminer la distance le long d'un itinéraire);
 - (2) M222.05 (Orienter une carte en utilisant une boussole); et
 - (3) M222.06 (Suivre un azimut magnétique de point à point).
5. **Durée.** Cette activité aura lieu durant une fin de semaine d'instruction assistée de la façon suivante :

a. Instruction des OCOM :	270 min
b. Activités pratiques :	270 min
c. Total :	540 min
6. **Justification**
 - a. Les méthodes d'instruction pour les OCOM au paragraphe 4.a. se trouvent dans les descriptions de leçon individuelles.
 - b. La méthode par exécution a été choisi pour les activités pratiques parce qu'elle donne l'occasion aux cadets de pratiquer la navigation et les compétences de la randonnée en montagne sous supervision.
7. **Documents de référence.** S.O.
8. **Modalités de contrôle.** S.O.
9. **Remarques**
 - a. Aucun guide pédagogique n'est fourni pour cette activité.
 - b. Un total de 18 périodes est accordé pour l'exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine.

- c. Les officiers d'instruction des unités sont toutefois tenus de produire une directive d'exercice qui comprend tous les OCOM décrits au paragraphe 4.b.
- d. Ressources requises :
 - (1) Un sac de couchage;
 - (2) Un matelas gonflable;
 - (3) Une cuvette;
 - (4) Un sac à dos;
 - (5) Un tapis de sol;
 - (6) Un contenant d'eau;
 - (7) Un réchaud à deux brûleurs;
 - (8) Un entonnoir;
 - (9) Du combustible de naphte;
 - (10) Un fanal à deux générateurs;
 - (11) Des manchons;
 - (12) Un ensemble de casseroles;
 - (13) Un extincteur;
 - (14) Une trousse de premiers soins;
 - (15) Une couverture;
 - (16) Une civière;
 - (17) Une trousse de nettoyage pour les déversements;
 - (18) Des sacs à déchets;
 - (19) Une carte topographique;
 - (20) Une boussole; et
 - (21) Tout équipement facultatif nécessaire.

OCOM C222.01 – PRATIQUER LA NAVIGATION À L'AIDE D'UNE CARTE ET D'UNE BOUSSOLE

1. **Rendement.** Pratiquer la navigation à l'aide d'une carte et d'une boussole.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un itinéraire déjà préparé;
 - (2) une carte topographique;
 - (3) une boussole;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté.
3. **Norme.** Conformément à la B-GL-382-005/PT-001, le cadet doit pratiquer la navigation à l'aide d'une carte et d'une boussole.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Donner une séance d'information de sécurité, en incluant les éléments suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. les mesures à prendre si un cadet se perd; b. un temps limite pour l'activité; c. les limites; et d. un exposé des faits portant particulièrement sur l'activité en cours. 	Exposé interactif	10 min	
PE2	Participer à une activité de navigation, parmi les choix suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. une énigme de navigation; b. un travail sur boussole et de comptage de pas; et c. un casse-tête de navigation. 	Activité pratique	55 min	A2-041 (p. 124)
PE3	Donner une rétroaction.	Discussion de groupe	15 min	

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Activité pratique : | 55 min |
| d. | Discussion de groupe : | 15 min |
| e. | Total : | 90 min |

6. **Justification**

- 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.
- Une 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 au sujet de l'instruction de navigation.

7. **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.

8. **Matériel d'instruction**

- Un itinéraire déjà préparé;
- Une carte topographique; et
- Une boussole.

9. **Matériel d'apprentissage**

- Un itinéraire déjà préparé;
- Une carte topographique; et
- Une boussole.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- Cette activité vise à donner aux cadets l'expérience de la navigation avec une carte et une boussole, de déterminer la distance et de suivre un azimut de point à point.
- Cette activité peut être réalisée à l'aide de n'importe quelle carte disponible convenant à l'activité.
- Cette activité complémentaire peut se dérouler jusqu'à trois fois durant les journées complémentaires assistées ou les séances. Toutefois, la participation se limite à un maximum de neuf périodes.

SECTION 13**OREN 223 – EFFECTUER UNE RANDONNÉE PÉDESTRE LE LONG D'UN ITINÉRAIRE DANS LE CADRE D'UN EXERCICE INCLUANT UNE NUIT**

1. **Rendement.** Effectuer une randonnée pédestre le long d'un itinéraire dans le cadre d'un exercice incluant une nuit.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des bouteilles d'eau;
 - (2) une source d'eau;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne comportant un terrain de randonnée pédestre de catégorie 2, pendant les heures de clarté.
3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, le cadet doit participer à une randonnée pédestre de 8 à 12 kilomètres, de deux jours avec des terrains de classe 2.
4. **Remarques**
 - a. Les expéditions des cadets de l'Armée font appel aux compétences apprises lors de l'entraînement en campagne, de la randonnée en montagne, de la navigation et du leadership en campagne. La randonnée en montagne aide les cadets de l'Armée dans leurs expéditions en rehaussant leur capacité de se déplacer durant les expéditions.
 - b. Cet OREN sera confirmé conjointement avec l'OREN 222 (Naviguer le long d'un itinéraire en utilisant une carte et une boussole) pendant un exercice de navigation et randonnée en montagne de fin de semaine.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire reliée à l'OREN 223 vise à permettre aux cadets de pratiquer d'autres méthodes de déplacement, et d'améliorer leur capacité à surmonter les obstacles rencontrés pendant les déplacements durant une expédition.
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire du programme de l'étoile verte comme instruction complémentaire de l'étoile rouge, plus précisément :
 - (1) OCOM C123.01 (Participer à la formation par l'aventure);
 - (2) OCOM C123.02 (Se conformer à la discipline de marche en raquette); et
 - (3) OCOM C123.03 (Participer à une activité de raquette).
 - c. Lorsque le personnel d'instruction choisit l'instruction complémentaire de l'étoile verte, il doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et le guide pédagogique.

- d. Dans l'OREN 223, deux journées d'instruction complémentaire assistée sont prévues pour la réalisation d'une activité choisie par le commandant parmi les options offertes dans l'A-CR-CCP-951/PT-003.

OCOM M223.01 – PRÉPARATION POUR UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE

1. **Rendement.** Préparation pour une randonnée en montagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit se préparer pour une randonnée en montagne en :
 - a. révisant l'équipement pour la randonnée en montagne de l'étoile verte et les techniques de randonnée pédestre;
 - b. créant une liste d'équipement personnel; et
 - c. discutant des exigences physiques de la randonnée en montagne et comment se préparer.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Diriger une activité sur l'équipement pour la randonnée en montagne, en incluant les éléments suivants :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Expliquer les caractéristiques d'un sac de promenade, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les types de sacs; (2) le rembourrage; (3) la ceinture; et (4) la capacité; b. Expliquer les caractéristiques des chaussures de randonnée, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les bottes; et (2) les chaussettes; c. Expliquer les caractéristiques des contenants d'eau, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les types de contenants; et (2) la capacité; 	Activité en classe	15 min	C2-017 (p. 20) C2-042 (p. 70 à 75) C2-051 (p. 36 à 37) C2-042 (p. 62 à 65) C2-051 (p. 34 et 35) C2-042 (p. 92) C2-042 (p. 55 à 57 et p. 102-103)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>d. Expliquer les caractéristiques de l'équipement facultatif de la randonnée en montagne, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) un vêtement imperméable; (2) un chapeau; (3) une couche isolante supplémentaire; (4) des lunettes de soleil; (5) un écran solaire; (6) un insectifuge; (7) un appareil photo et une pellicule; (8) un maillot de bain et une serviette; et (9) des jumelles. 			
PE2	<p>Diriger une activité où les cadets doivent :</p> <p>a. identifier la liste d'articles permanents, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) les articles personnels; (2) les six articles essentiels; et (3) une liste de vérification de dernière minute; et <p>b. créer une liste d'équipement personnel basée sur les prévisions météorologiques, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) une journée ensoleillée; (2) une journée pluvieuse; et (3) une journée froide et enneigée. 	Activité en classe	15 min	C2-042 (p. 104-105, 112-113, 116-117)
PE3	<p>Discuter des exigences physiques d'une randonnée en montagne, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. l'endurance cardiovasculaire; b. la force; et c. l'équilibre. 	Exposé interactif	5 min	C2-051 (p. 12 à 14)
PE4	<p>Discuter comment se préparer physiquement pour une randonnée en montagne, y compris :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. les exercices pour renforcer la musculation, tels que : <ul style="list-style-type: none"> (1) les exercices d'aérobic; et (2) les exercices d'endurance musculaire; et b. les exercices d'étirement avant et pendant la randonnée en montagne. 	Exposé interactif	15 min	C2-016 (p. 169-170) C2-051 (p. 12 à 14 et p. 17 à 21) C2-042 (p. 132-133 et p. 144-145) C0-089 (p. 152-153)

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	20 min
c.	Activité en classe :	30 min
d.	Total :	60 min

6. **Justification**

- 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.
- L'exposé interactif a été choisi pour le PE3 et le PE4 pour présenter la préparation pour une randonnée en montagne.

7. **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 0-517-8878-5) 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. (Ed.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, OH, David & Charles.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les instructeurs doivent confirmer la capacité des cadets à créer une liste d'équipement personnel selon les diverses mises en situation des prévisions météorologiques. Les cadets doivent comparer leur choix avec les choix du groupe.

OCOM M223.02 – IDENTIFIER LES ASSOCIATIONS DE RANDONNÉE PÉDESTRE ET DE MONTAGNE

1. **Rendement.** Identifier les associations de randonnée pédestre et de montagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Une salle de classe appropriée ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion sur le mandat des organismes civils dans la randonnée pédestre et en montagne.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les organisations civiles suivantes dans la randonnée pédestre et en montagne et leur mandat : <ol style="list-style-type: none"> a. les associations nationales, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) Le Club Alpin du Canada; (2) Sentiers Canada; et (3) Le Sentier transcanadien; et b. les associations provinciales, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) Le Kootenay Mountaineering Club (CB); (2) La Piste de la côte Ouest (CB); (3) Le Edmonton Outdoor Club (AB); (4) La Manitoba Recreational Trails Association Inc. (MB); (5) L'organisme Hike Ontario (ON); (6) Le Ontario Trails Council (ON); (7) Le Toronto Outdoor Club (ON); (8) La Bruce Trail Association (ON); (9) La Fédération québécoise de la marche (QC); (10) Le club de montagne Le Canadien (QC); (11) Le Sentier International des Appalaches (QC); 	Exposé interactif	20 min	C0-078 C2-055 C2-056 C2-057

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(12) Le Conseil Sentiers Nouveau-Brunswick inc. (NB); (13) La Nova Scotia Trails Federation (NS); (14) L'organisme Island Trails (PE); et (15) Le Sentier de la côte Est (NL); Nota : Les instructeurs peuvent choisir de la liste d'exemples selon leur province ou rechercher des associations dans leurs communautés.			
PE2	Identifier les ressources gouvernementales de randonnée pédestre et de randonnée en montagne, y compris : a. Parcs Canada; et b. les parcs provinciaux.	Exposé interactif	5 min	C2-052

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. | Exposé interactif : | 25 min |
| c. | Total : | 30 min |

6. **Justification.** Un exposé interactif a été choisi pour cette leçon pour donner un aperçu des organismes civils de randonnée pédestre et en montagne, leur mandat et les ressources gouvernementales disponibles.

7. **Documents de référence**

- a. C0-078 Mountain Equipment Co-op. (2007). *Connect*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.mec.ca>.
- b. C2-052 Parcs Canada. (2007). *Les parcs nationaux du Canada*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.pc.gc.ca>.
- c. 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>.
- d. C2-056 Sentiers Canada. (2007). *Sentiers Canada*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.trailscanada.com>.
- e. C2-057 Le Sentier transcanadien. (2007). *Bienvenue au sentier transcanadien*. Extrait le 28 février 2007, du site <http://www.tctrail.ca>.
- f. C2-058 Hike Ontario. (2007). *Hike Ontario*. Extrait le 28 février 2007, du site <http://www.hikeontario.com>.

8. **Matériel d'instruction.** S.O.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Pour compléter cette introduction sur les associations de randonnée pédestre et de randonnée en montagne, les instructeurs peuvent vouloir présenter des cartes de sentiers locaux aux cadets.

OCOM M223.03 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR COMMENT FRANCHIR DES OBSTACLES AU COURS D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE

1. **Rendement.** Participer à une discussion sur comment franchir des obstacles au cours d'une randonnée en montagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion sur les méthodes sécuritaires pour franchir des obstacles naturels, y compris :
 - a. utiliser des bâtons de marche;
 - b. effectuer la grimpée;
 - c. sauter d'une roche à l'autre;
 - d. traverser, escalader et descendre un éboulis; et
 - e. traverser des cours d'eau, la neige et la glace.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des éléments suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. identifier les types de pôles et de bâtons; b. identifier les critères pour choisir les pôles, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) le réglage télescopique; (2) la poignée; (3) un système antichoc; (4) les paniers; et (5) les pointes; et c. utiliser des bâtons de marche, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) monter une pente en randonnée en montagne; et (2) descendre une pente en randonnée en montagne. 	Exposé interactif	15 min	C0-078 C0-145 C2-042 (p. 160) C2-042 (p. 98) C2-051 (p. 80)
PE2	Expliquer la grimpée.	Exposé interactif	5 min	C2-042 (p. 161)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Expliquer comment sauter d'une roche à l'autre.	Exposé interactif	5 min	C2-042 (p. 162)
PE4	Expliquer les méthodes pour traverser un éboulis, y compris : a. traverser un éboulis; b. escalader un éboulis; et c. descendre un éboulis.	Exposé interactif	15 min	C2-042 (p. 163) C2-051 (p. 81-82) C0-111 (p. 241)
PE5	Expliquer comment franchir les obstacles d'eau, y compris : a. les rivières, y compris : (1) choisir un endroit pour traverser; (2) identifier le meilleur temps pour traverser; (3) traverser à gué une rivière; (4) sauter; et (5) traverser en utilisant un pont de bois et des cordes; et b. les sols saturés d'eau, y compris : (1) en utilisant les points durs naturels; et (2) en utilisant les sentiers; et c. traverser sur l'eau, la neige et la glace, y compris : (1) déchiffrer la neige pour un itinéraire sécuritaire; (2) monter sur la neige; et (3) traverser sur un plan d'eau gelé.	Exposé interactif	10 min	C2-042 (p. 164 à 169) C0-111 (p. 243)

5. Durée

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. Exposé interactif : | 50 min |
| c. Total : | 60 min |

6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon, afin de présenter les méthodes sécuritaires pour franchir des obstacles naturels, expliquer les procédures et montrer l'application des concepts.

7. Documents de référence

- C0-078 Mountain Equipment Co-op. (2007). *Learn 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* (2nd ed.). Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

- c. C0-145 OutdoorPlaces.com. (2004). *Buying Guides, Trekking Poles*. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.outdoorplaces.com/gear/buying_guide.htm.
 - d. C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY, DK Publishing, Inc.
 - e. C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (Ed.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, OH, David & Charles.
8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** Les cadets doivent participer à une activité de confirmation de l'apprentissage de cet OCOM pendant l'exercice de navigation et randonnée en montagne.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 14**OREN 224 – DÉTERMINER LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU**

1. **Rendement.** Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit décrire les mesures à prendre quand il est perdu, y compris :
 - a. stopper, traiter, observer et planifier;
 - b. localiser un abri;
 - c. allumer un feu; et
 - d. employer les techniques de signalisation.
4. **Remarques**
 - a. Les expéditions des cadets de l'Armée font appel aux compétences apprises lors de l'entraînement en campagne, de la randonnée en montagne, de la navigation et du leadership en campagne. La survie en milieu sauvage appuie indirectement les expéditions des cadets de l'Armée grâce au perfectionnement de compétences qui permet aux cadets de survivre dans un milieu sauvage, dans une situation d'urgence, et d'aider le personnel de recherche et de sauvetage à déterminer leur position.
 - b. Cet OREN sera confirmé conjointement avec l'OREN 221 (Exécuter les tâches d'un membre d'une section pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine).
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire reliée à l'OREN 224 (Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu) est conçue pour fournir aux cadets une plus grande connaissance des techniques de survie à l'aide des OCOM suivants :
 - (1) OCOM C224.01 (La cuisson en campagne); et
 - (2) OCOM C224.02 (Préparer un feu de signalisation).
 - b. Étant donné que c'est la première fois que l'OREN 224 est présenté, il n'y a pas d'instruction complémentaire précédente du programme de l'étoile verte.

OCOM M224.01 – DÉTERMINER LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU

1. **Rendement.** Déterminer les mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit décrire les mesures à prendre quand il est perdu, y compris :
 - a. stopper, traiter, observer et planifier;
 - b. contrôler la peur et la panique; et
 - c. discuter des cinq éléments de survie.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter l'acronyme « S.T.O.P. » comme mesure à prendre lorsqu'on est perdu : <ol style="list-style-type: none"> a. stopper; b. traiter; c. observer; et d. planifier. 	Exposé interactif	10 min	C2-016 (p. 238 à 240)
PE2	Discuter comment contrôler la peur et la panique lorsqu'on est perdu, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les effets de la panique; b. les facteurs qui contribuent à la peur; et c. comment faire face à la peur. 	Exposé interactif	10 min	C2-004 (p. 7)
PE3	Indiquer les cinq éléments de survie, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'attitude; b. l'abri; c. l'eau; d. le feu; et e. la nourriture. 	Exposé interactif	10 min	C2-016 (p. 250-251)
PE4	Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes. Donner une mise en situation où les	Activité en classe	20 min	

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>cadets se sont perdus dans un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine. Demander aux cadets de développer un plan en utilisant l'acronyme « S.T.O.P. » et les cinq éléments de survie.</p> <p>Les cadets doivent présenter leur plan aux autres groupes.</p>			

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 30 min |
| c. | Activité en classe : | 20 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. **Justification**

- 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.

7. **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 0-517-88783-50) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual: A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, NY, Three Rivers Press.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M224.02 – IDENTIFIER LES SEPT ENNEMIS DE LA SURVIE

1. **Rendement.** Identifier les sept ennemis de la survie.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet participera à une discussion sur les sujets suivants :
 - a. la psychologie de survie en milieu sauvage; et
 - b. les sept ennemis de la survie.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer la psychologie de survie en milieu sauvage et son importance.	Exposé interactif	5 min	C2-069 (p. 19-20)
PE2	Identifier et expliquer comment combattre les sept ennemis de la survie, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la douleur; b. le froid; c. la soif; d. la faim; e. la fatigue; et f. l'ennui et la solitude. 	Exposé interactif	20 min	A3-016 (p. 12-13) C2-069 (p. 21-22)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 25 min
 - c. Total : 30 min
6. **Justification.** 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.
7. **Documents de référence**
 - a. A2-046 B-GA-217-001/PT-001 *La survie sous tous les climats.* (aucune date). Ottawa, ON, La Défense nationale.

- b. 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.
 - c. C2-069 Ferri, G. (2000). *The Psychology of Wilderness Survival*. Hanover, ON, Skyway Printing.
- 8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.
 - 9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
 - 10. **Modalités de contrôle.** S.O.
 - 11. **Remarques.** S.O.

OCOM M224.03 – PRÉDIRE LE TEMPS À L'AIDE DES FORMATIONS DE NUAGES

1. **Rendement.** Prédire le temps à l'aide des formations de nuages.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit apprendre à prédire le temps à l'aide des formations de nuages.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les nuages, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les types de formations de nuages, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les cumulus; et (2) les stratus; et b. les quatre familles de nuages, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) les nuages de l'étage supérieur; (2) les nuages de l'étage moyen; (3) les nuages de l'étage inférieur; et (4) les nuages à développement vertical. 	Exposé interactif	15 min	A2-045 (p. 124-125) C2-016 (p. 196 à 198)
PE2	Discuter comment les formations de nuages peuvent aider à prédire le temps, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le mauvais temps; b. le beau temps; et c. les orages. 	Exposé interactif	10 min	A0-036 (p. 3-87) C2-016 (p. 99 à 101)

5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	5 min
b. Exposé interactif :	25 min
c. Total :	30 min
6. **Justification.** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon, afin de présenter la façon 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.

7. Documents de référence

- a. 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.
- b. A2-045 A-CR-CCP-263/PT-001/(ISBN 0-9680390-5-7) MacDonald, A.F. et Pepler, I.L. (2000). *Entre ciel et terre*. Édition du millénaire. Ottawa, ON, Aviation Publishers Co. Limited.
- c. 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.
- d. 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.

8. **Matériel d'instruction.** Photos des nuages.

9. **Matériel d'apprentissage.** Photos des nuages.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M224.04 – IDENTIFIER LES ABRIS D'URGENCE

1. **Rendement.** Identifier les abris d'urgence.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la supervision; et
 - (2) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit identifier les abris d'urgence, y compris :
 - a. les facteurs qui influencent le choix d'un site;
 - b. les types d'abris naturels; et
 - c. les types d'abris improvisés.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Expliquer les facteurs à considérer lors de la sélection d'un site pour un abri d'urgence, incluant :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. les considérations du terrain, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) sélectionner un endroit qui est assez vaste pour l'abri planifié; (2) sélectionner un endroit qui est élevé et permet un bon drainage; et (3) identifier les endroits abrités qui protègent contre le vent, la pluie et le soleil; et 	Exposé interactif	15 min	C2-004 (p. 96-97)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	b. les considérations d'emplacement, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) la proximité d'une source d'eau qui fournit de l'eau potable et des aliments de la pêche; (2) la proximité d'une source de carburant pour le feu pendant le temps froid; (3) la proximité de matériaux de construction; (4) la proximité des sentiers d'animaux ou des trous; (5) un endroit qui peut être vu par un aéronef des airs; (6) le temps requis pour bâtir un abri avant la tombée de la nuit; et (7) une entrée qui est abritée contre le vent et de préférence orienter vers le soleil. 			
PE2	Identifier les types d'abris naturels, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. un arbre creux; b. une caverne; et c. un abri de racines. 	Exposé interactif	5 min	C2-042 (p. 203) C2-004 (p. 113) C2-004 (p. 98)
PE3	Identifier les types d'abris improvisés, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. un abri de rameau; b. un tronc tombé; c. un abri en appentis; d. une caverne de neige; et e. un tipi. 	Exposé interactif	10 min	C2-008 (p. 244-245) C2-042 (p. 203)
PE4	Diviser les cadets en groupes de trois à quatre personnes. Demander aux cadets de rechercher des abris naturels et improvisés adéquats.	Activité pratique	20 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|----------------------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 30 min |
| c. | Activité pratique : | 20 min |
| d. | Total : | 60 min (EN CAMPAGNE) |

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3, afin de présenter les facteurs dont il faut tenir compte lors de l'identification des abris d'urgence comme un nouveau sujet et de présenter la matière de base ou des renseignements généraux.
- b. Une activité pratique a été choisie pour le PE4, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de chercher des abris d'urgence dans un milieu naturel.

7. **Documents de référence**

- a. C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY, DK Publishing, Inc.
- b. C2-008 (ISBN 0-00-265314-7/0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *SAS Survival Handbook*. London: HarperCollins Publishers.
- c. C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (2002). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON, Tawrell.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Avant de donner cette leçon, l'instructeur doit localiser des exemples de chaque type d'abri.
- b. Il est compris que les différences saisonnières et l'emplacement peut restreindre la capacité d'identifier tous les abris mentionnés; cependant, il faut fournir aux cadets le plus grand nombre possible d'exemples visuels.
- c. Les corps de cadets peuvent vouloir allouer plus de temps de pratique pendant les périodes réservées au M121.CA (Participer à un exercice de campement d'une durée d'une nuit ou plus à titre de membre d'une section) afin de donner suffisamment de temps aux groupes pour construire un abri improvisé.

OCOM M224.05 – PRÉPARER, ALLUMER, ENTRETENIR ET ÉTEINDRE UN FEU

1. **Rendement.** Préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des allumettes;
 - (2) un hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
 - (3) une scie à archet de 24 pouces;
 - (4) une pelle;
 - (5) un seau rempli d'eau ou de sable;
 - (6) un extincteur;
 - (7) de la supervision; et
 - (8) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne, pendant un exercice d'entraînement en campagne (EEC) – bivouac – lors d'une fin de semaine, dans des conditions de danger faibles ou modérées suivant la Méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF).
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés et à titre de membre d'un groupe d'au plus quatre personnes, le cadet doit :
 - a. respecter les principes de la sécurité-incendie;
 - b. préparer un feu;
 - c. allumer un feu;
 - d. entretenir un feu pendant 10 minutes; et
 - e. éteindre un feu.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des mesures de sécurité-incendie et les étapes à suivre pour allumer un feu, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. réviser les règlements relatifs aux incendies de la région, tel que : <ol style="list-style-type: none"> (1) l'indice forêt-météo; et (2) le système de la Méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF); 	Exposé interactif	10 min	Se reporter aux règlements provinciaux et nationaux C2-004 (p. 122) C2-068 (p. 61 et 62)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>b. maintenir un emplacement de feu sécuritaire en s'assurant que le matériel d'incendie et de secours est disponible, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) une pelle; (2) un râteau; (3) un seau rempli d'eau ou de sable; et (4) un extincteur; <p>c. choisir un emplacement de feu qui est :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) élevé et sec; (2) à l'abri du vent; (3) exempt de branches qui pendent; (4) dégagé de matériaux combustibles; et (5) situé entre quatre à six pieds de l'entrée de l'abri; et <p>d. préparer un coupe-feu, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) un foyer circulaire; et (2) un foyer. 			
PE2	<p>Indiquer les caractéristiques d'un feu, y compris :</p> <p>a. discuter des éléments d'un feu qui font partie du triangle de feu, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) l'air; (2) le combustible; et (3) la chaleur; <p>b. identifier les types de combustible, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) l'amadou; (2) le petit bois; (3) le bois à brûler; et (4) le gros bois de chauffage; et <p>c. identifier les types de feux, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) un feu en forme de tipi; (2) un feu en rectangle; et (3) un feu en forme de pyramide et entrecroisé. 	Exposé interactif	10 min	C2-068 (p. 64)
PE3	Démontrer la façon de préparer, allumer, entretenir et éteindre un feu, y compris :	Démonstration	10 min	C2-004 (p. 122) A2-040 (p. 3-17 à 3-21) C2-042 (p. 194-195)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>a. préparer un feu en :</p> <p>(1) préparant l'amadou;</p> <p>(2) préparant le petit bois;</p> <p>(3) préparant le combustible; et</p> <p>(4) s'assurant d'une bonne aération;</p> <p>b. allumer un feu en utilisant une allumette;</p> <p>c. entretenir un feu en :</p> <p>(1) mettant du combustible;</p> <p>(2) s'assurant d'une bonne aération; et</p> <p>(3) s'assurant que la taille du feu permet de le garder sous contrôle; et</p> <p>d. éteindre un feu en :</p> <p>(1) s'assurant d'éteindre toutes les étincelles en étouffant complètement le feu avec de la terre humide et/ou de l'eau; et</p> <p>(2) remplissant le foyer de terre humide ou de sable.</p>			C0-111 (p. 433)
PE4	<p>Demander aux cadets, en groupes de quatre cadets, de préparer, d'allumer, d'entretenir et d'éteindre un feu.</p> <p>Nota :</p> <p>1. Les cadets peuvent tenter de préparer le feu de leur choix. Chaque feu doit être entretenu pendant 10 minutes. Tous les feux doivent être éteints, s'assurer qu'il ne reste pas de braise de charbons.</p> <p>2. Le matériel d'incendie et de secours doit être à portée de la main au cours de l'activité. Une supervision supplémentaire, par un instructeur, est nécessaire durant l'allumage réel des feux de signalisation.</p>	Activité pratique	50 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	20 min
c.	Démonstration :	10 min
d.	Activité pratique :	50 min
e.	Total :	90 min (EN CAMPAGNE)

6. Justification

- a. 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.
- b. 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.
- c. 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.

7. Documents de référence

- a. 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.
- b. 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.
- c. C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON, Paul Tawrell.
- d. C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY: DK Publishing, Inc.
- e. C2-068 (ISBN 0-425-10572-5) Brown, T., Jr. with Morgan, B. (1983). *Tom Brown's Field Guide to Wilderness Survival*. New York, NY, The Berkley Publishing Group.

8. Matériel d'instruction

- a. Des allumettes;
- b. Une hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
- c. Une scie à archet de 24 pouces;
- d. Une pelle;
- e. Un seau rempli d'eau ou de sable;
- f. De l'amadou; et
- g. Du petit bois.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Des allumettes;
- b. Un hache de 4 lb (manche de 36 pouces);
- c. Une scie à archet de 24 pouces;
- d. Une pelle; et
- e. Un seau rempli d'eau ou de sable.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. **Remarques.** S.O.

OCOM M224.06 – IDENTIFIER LES MÉTHODES DE SIGNALISATION

1. **Rendement.** Identifier les méthodes de signalisation.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un miroir;
 - (2) des sifflets;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne pendant les heures de clarté, pendant un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. identifier les dispositifs de signalisation, y compris :
 - (1) les fusées éclairantes;
 - (2) les miroirs;
 - (3) les sifflets;
 - (4) les radios et téléphones cellulaires; et
 - (5) le feu et la fumée; et
 - b. identifier des signaux sol-air, y compris :
 - (1) besoin d'aide;
 - (2) besoin d'aide médicale;
 - (3) on se dirige dans cette direction;
 - (4) tout est bien; et
 - (5) besoin de nourriture et d'eau.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des dispositifs de signalisation, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les fusées éclairantes; b. les miroirs; c. les sifflets; d. les radios et téléphones cellulaires; et e. le feu et la fumée. 	Exposé interactif	10 min	C2-016 (p. 240) C2-004 (p. 231 à 235)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE2	Discuter des signaux sol-air utilisés pour communiquer avec un aéronef, y compris : a. les dimensions du signal; b. la création de couleurs ou d'ombrages contrastants; et c. les signaux, y compris : (1) besoin d'aide; (2) besoin d'aide médicale; (3) on se dirige dans cette direction; (4) tout est bien; et (5) besoin de nourriture et d'eau.	Exposé interactif	15 min	C2-044
PE3	Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes. Attribuer un des cinq signaux sol-air à construire aux groupes.	Activité pratique	25 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	25 min
c.	Activité pratique :	25 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- 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.

7. 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.
- 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>.

8. **Matériel d'instruction.** Du matériel de présentation (p. ex. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié au secteur d'entraînement en campagne.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. Tous les matériaux utilisés pour la construction des signaux sol-air proviendront du milieu environnant.
- b. Les autorités locales devront être avisées qu'un entraînement de signalisation air-sol aura lieu sur leur territoire.

OCOM C224.01 – LA CUISSON EN CAMPAGNE

1. **Rendement.** La cuisson en campagne.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une pomme de terre;
 - (2) du papier d'aluminium;
 - (3) une pelle;
 - (4) des allumettes.
 - (5) de l'eau;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe, dans des conditions de danger faibles ou modérées suivant la Méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF).
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit cuisiner en campagne, incluant :
 - a. déterminer une méthode de cuisson, y compris :
 - (1) la cuisson au four;
 - (2) le rôtissage;
 - (3) l'ébullition; ou
 - (4) la friture; et
 - b. préparer la nourriture.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter d'une méthode de cuisson en campagne, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la cuisson dans un foyer peu profond doublé avec des roches; b. le rôtissage avec un bâton; c. l'ébullition dans un chaudron; ou d. la friture. 	Exposé interactif	15 min	A2-046 (p. 127 à 130) C0-011 (p. 440 à 442, 444 and 448)
PE2	Demander aux cadets de préparer une pomme de terre pour la cuisson dans un foyer peu profond	Activité pratique	35 min	

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	doublé avec des roches. Les foyers doivent être marqués pour s'assurer qu'aucun foyer n'est oublié.			

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 15 min |
| c. | Activité pratique : | 35 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. **Justification**

- 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.

7. **Documents de référence**

- A2-046 B-GA-217-001/PT-001 *La survie sous tous les climats*. (aucune date). 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.

8. **Matériel d'instruction**

- Du matériel de présentation (p. ex., documents de cours, tableau de papier) approprié au secteur d'entraînement;
- Une pomme de terre;
- Du papier d'aluminium;
- De l'eau;
- Une pelle; et
- Des allumettes.

9. **Matériel d'apprentissage**

- Une pomme de terre;
- Du papier d'aluminium;
- De l'eau;
- Une pelle; et
- Des allumettes.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- a. 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.
- b. Pour s'assurer que les foyers ont suffisamment de chaleur pour la cuisson, il est d'accorder suffisamment de temps pour la préparation.

OCOM C224.02 – PRÉPARER UN FEU DE SIGNALISATION

1. **Rendement.** Préparer un feu de signalisation.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des allumettes;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe, dans des conditions de danger faibles ou modérées suivant la Méthode canadienne d'évaluation des dangers d'incendie de forêt (MCEDIF).
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés et à titre de membre d'un groupe d'au plus quinze personnes, le cadet devra préparer un feu de signalisation en :
 - a. déterminant le type de signal;
 - b. identifiant l'emplacement du signal; et
 - c. en préparant l'amadou, le petit bois et le combustible.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Déterminer les types de feux de signalisation d'urgence, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. trois feux disposés en triangle; b. un arbre-flambeau; et c. un feu en cône lumineux. <p>Nota : À des fins de démonstration, les feux de signalisation devraient être construits au préalable.</p>	Exposé interactif	5 min	C2-008 (p. 504 à 507)
PE2	Localiser un emplacement pour être vu des airs et qui comporte : <ol style="list-style-type: none"> a. un terrain surélevé; b. un emplacement très visible; et c. près d'une source de combustible. 	Exposé interactif	5 min	C2-016 (p. 240)
PE3	Préparer un feu de signalisation en :	Démonstration	20 min	C2-042 (p. 194-195)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	a. ramassant des matières combustibles, tels que : (1) le petit bois; (2) l'amadou; et (3) le combustible; et b. construisant un feu de signalisation.			
PE4	À titre de membre d'un groupe d'au plus quinze personnes, le cadet devra préparer un feu de signalisation. Le feu de signalisation qui est le mieux conçu sera allumé par l'instructeur. Nota : Le matériel d'incendie et de secours doit être à portée de la main au cours de l'activité. Une supervision supplémentaire, par un instructeur, est nécessaire durant l'allumage d'un feu de signalisation.	Activité pratique	20 min	

5. Durée

a. Introduction/Conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	10 min
c. Démonstration :	20 min
d. Activité pratique :	20 min
e. Total :	60 min

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 pour présenter les types de feux de signalisation et identifier les emplacements à préparer pour 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.

7. 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.
- C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY, DK Publishing, Inc.
- C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *SAS Survival Handbook*. London: HarperCollins Publishers.

- d. C3-118 *Survie en milieu sauvage*. (2007). *Techniques de signalisation*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.wilderness-survival.net/chpt19.php>.

8. Matériel d’instruction

- a. Trois feux disposés en triangle;
- b. Un arbre-flambeau; et
- c. Un feu en cône lumineux.

9. Matériel d’apprentissage

- a. Du petit bois;
- b. De l’amadou; et
- c. Du combustible.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. À des fins de démonstration dans le PE1, les feux de signalisation devraient être construits au préalable.
- b. L’instructeur allumera le feu de signalisation qui est le mieux préparé.
- c. 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 la personne-ressource;
 - (3) un numéro de téléphone à contacter;
 - (4) l’emplacement incluant les coordonnées de quadrillage;
 - (5) l’heure d’allumage prévue; et
 - (6) la durée que le feu est prévu de brûler.

MÉTHODOLOGIES D'INSTRUCTION ET LEURS UTILISATIONS

Les diverses méthodes d'instruction les plus couramment considérées comme appropriées pour l'instruction des cadets sont énumérées ci-dessous.

Méthode	Période de développement un – Âge 12 à 14 Basé sur l'expérience	Période de développement deux – Âge 15 à 16 Perfectionnement	Période de développement trois – Âge 17 à 18 Compétence
Étude de cas	S.O.	Applicable	Applicable
Démonstration et exécution	Applicable	Applicable	Applicable
Apprentissage expérientiel	Applicable	Applicable	Applicable
Sorties éducatives	Applicable	Applicable	Applicable
Jeux	Applicable	Applicable	Applicable
Discussion de groupe	Applicable	Applicable	Applicable
Discussion dirigée	S.O.	S.O.	Applicable
Activité en classe	Applicable	Applicable	Applicable
Exposé interactif	Applicable	Applicable	Applicable
Exposé	Applicable	Applicable	Applicable
Formation en cours d'emploi (FCE)	S.O.	S.O.	Applicable
Apprentissage entre pairs	S.O.	S.O.	Applicable
Activité pratique	Applicable	Applicable	Applicable
Jeu de rôles	S.O.	Applicable	Applicable
Autoformation	S.O.	S.O.	Applicable
Simulation	S.O.	S.O.	Applicable
Tutorat	S.O.	S.O.	Applicable

Voici de l'information générale sur chaque méthode contenant son âge cible, une définition, son utilisation, ses avantages et ses désavantages.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>DÉMONSTRATION ET EXÉCUTION</p> <p>Les cadets observent l'instructeur exécuter la tâche qu'il démontre, et ils pratiquent cette tâche sous la supervision de l'instructeur.</p> <p>Méthode par démonstration</p> <p>Une méthode d'instruction où l'instructeur, en exécutant lui-même une opération ou une tâche, montre au cadet quoi faire, comment le faire et, avec des explications, pourquoi, où et quand le faire.</p>	<p>Méthode par démonstration</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Enseigner les opérations ou les procédures d'ordre pratique. 2. Enseigner la résolution de problème. 3. Illustrer les principes. 4. Enseigner l'opération ou le fonctionnement d'une pièce d'équipement. 5. Établir des normes pour l'exécution du travail. 6. Enseigner les consignes de sécurité. 	<p>Méthode par démonstration</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Minimise les dommages et le gaspillage. 2. Permet de gagner du temps. 3. Peut être présentée devant de grands groupes. 	<p>Méthode par démonstration</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite une préparation soignée et de la répétition. 2. Nécessite des dispositions particulières de la salle de classe. 3. Nécessite de l'équipement et du matériel.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>Méthode par exécution</p> <p>Une méthode où le cadet doit exécuter, dans des conditions contrôlées, l'opération, la compétence ou le mouvement enseignés.</p>	<p>Méthode par exécution</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Enseigner les opérations ou les procédures d'ordre pratique. 2. Enseigner l'opération ou le fonctionnement d'une pièce d'équipement. 3. Enseigner des compétences d'équipe. 4. Enseigner les consignes de sécurité. 	<p>Méthode par exécution</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Augmente de la confiance en soi. 2. Permet l'évaluation de l'apprentissage. 3. Réduit les dommages et le gaspillage. 4. Fait la promotion de la sécurité. 	<p>Méthode par exécution</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite des outils et de l'équipement. 2. Nécessite de longues périodes d'instruction. 3. Nécessite plus d'instructeurs.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>APPRENTISSAGE EXPÉRIENTIEL</p> <p>L'apprentissage au sein du programme des cadets se concentre sur l'apprentissage expérientiel.</p> <p>Cela implique l'apprentissage des connaissances et des compétences à partir d'une expérience directe. Les personnes apprennent mieux en expérimentant et peuvent ensuite mettre leurs connaissances et compétences en pratique dans de nouvelles situations. Les quatre étapes du cycle peuvent être considérées et appliquées à toutes les activités du programme des cadets, peu importe la méthode choisie.</p> <p>1^{re} étape : Expérience concrète : Les cadets font l'expérience de quelque chose et prennent le temps d'identifier et de définir cette expérience. Des exemples d'activités : observations directes, simulations, sorties éducatives et lecture.</p> <p>2^e étape : Réflexion : Les cadets doivent réfléchir sur ce qu'ils ont vu, ressenti et pensé lors de cette expérience et en faire un examen. Des exemples d'activités : discussion, journaux et graphiques.</p> <p>3^e étape : Conceptualisation abstraite : Les cadets tentent de comprendre et de faire des connexions entre l'expérience et de nouvelles ou différentes situations. Des exemples d'activités : entrevue, discussion, fabrication de modèles, analogies et planification.</p> <p>4^e étape : Expérience active : Les cadets projettent et planifient la mise en pratique des compétences et connaissances acquises lors d'expériences futures. Des exemples d'activités : simulation et étude sur le terrain.</p> <p>Nota : Le cycle est continu puisque chaque expérience d'apprentissage repose sur une autre.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enseigner des compétences pratiques. 2. Apprendre à apprendre. 3. Enseigner des compétences transversales. 4. Enseigner un processus ou un principe. 5. Enseigner la résolution de problème. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Partage et développement des connaissances de façon collective par tous les participants 2. Tout le monde s'implique activement dans le processus d'enseignement et d'apprentissage. 3. Plait à de nombreux styles d'apprentissage. 4. Centré sur l'apprenant. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exige de nombreuses ressources. 2. Nécessite une quantité significative de planification, de préparation et d'organisation avant l'activité. 3. L'instructeur doit maîtriser le sujet élaboré. 4. L'instructeur doit être un bon pédagogue. 5. Peut s'avérer ne pas être une bonne méthode d'apprentissage pour les détails. 6. L'instructeur doit être un bon animateur afin de donner une séance de réflexion efficace aux étapes 2. et 3. de cette méthode.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>SORTIES ÉDUCATIVES</p> <p>Les connaissances théoriques sont renforcées grâce à une participation à une activité qui se déroule dans un environnement réel. La planification permet de s'assurer que toutes les normes de sécurité et les normes pertinentes sont atteintes. Les activités de sortie éducative sont planifiées et dirigées de façon à atteindre des objectifs d'instruction clairs que les cadets comprennent. On compte parmi les exemples des visites à des endroits d'intérêt local, le vol et le vol à voile, la randonnée pédestre et la voile.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Présenter, démontrer et confirmer les sujets. 2. Permettre des activités de familiarisation. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Immerge les cadets dans un environnement spécifique. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peut nécessiter du personnel supplémentaire afin d'assurer une supervision adéquate. 2. Nécessite une importante étape de planification, de préparation et d'organisation avant l'activité. 3. Peut générer des coûts.
<p>JEUX</p> <p>Les jeux comportent un participant ou plus et visent à pratiquer des compétences, mettre en pratique des stratégies et améliorer les équipes. Il est essentiel que le jeu contribue à l'apprentissage grâce à des activités stimulantes qui permettent de pratiquer les compétences ou de confirmer les connaissances.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Présenter un sujet. 2. Découvrir des concepts et des principes. 3. Réviser et confirmer. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Amusant et intéressant. 2. Créer un sens d'appartenance. 3. Niveau de participation élevé. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peut séparer le groupe en créant un gagnant et un perdant. 2. Peut s'avérer difficile de donner des rétroactions à l'instructeur.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>DISCUSSION DE GROUPE Les cadets discutent des enjeux et partagent leurs connaissances, leurs opinions et leurs sentiments sur un sujet dans de petits groupes afin d'atteindre un but spécifique. Les questions de l'instructeur sont flexibles et minimes et visent à encourager les cadets à explorer leurs expériences et leurs opinions grâce à l'interaction avec les pairs.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Élaborer des solutions imaginatives à des problèmes. 2. Stimuler la pensée et l'intérêt et s'assurer de la participation du cadet. 3. Insister sur les points d'enseignement principaux. 4. Compléter les exposés et les séminaires. 5. Déterminer jusqu'à quel point les cadets comprennent les concepts et les principes. 6. Préparer les cadets à la mise en pratique de la théorie ou de la procédure. 7. Résumer, clarifier, renforcer et réviser la matière. 8. Préparer les cadets aux instructions qui suivront. 9. Déterminer le progrès du cadet et l'efficacité de l'instruction précédente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Augmente l'intérêt du cadet. 2. Augmente l'acceptation et l'engagement du cadet. 3. Emploie les connaissances et les expériences du cadet. 4. Résulte en un apprentissage plus permanent à cause du degré de participation élevé et de l'engagement cognitif du cadet. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite des instructeurs très compétents. 2. Coûteux en temps. 3. Restreint la taille du groupe. 4. Nécessite une composition de groupes sélective.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>ACTIVITÉ EN CLASSE</p> <p>Les activités en classe comprennent un large éventail d'occasions d'apprentissage fondées sur les activités qui peut servir à renforcer les sujets d'instruction ou présenter aux cadets de nouvelles expériences. Les activités en classe doivent stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets, tout en demeurant pertinentes aux objectifs de rendement.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Renforcer les sujets d'instruction. 2. Initier les cadets aux sujets. 3. Donner des directives concernant les procédures. 4. Démontrer la mise en application des règlements, des principes ou des concepts. 5. Réviser, clarifier et résumer la matière. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stimule l'esprit et l'intérêt des cadets. 2. Plait aux apprenants kinesthésiques. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Difficulté à évaluer la réaction des cadets. 2. Nécessite du temps pour la préparation.
<p>EXPOSÉ INTERACTIF</p> <p>La méthodologie donnée par l'instructeur combine l'exposé et l'interaction dans le but d'atteindre les objectifs de la leçon. Les parties « exposé » de la leçon sont entrecoupées par des vidéos suivies de discussion, de jeux à déterminer et des documents à remplir.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Initier les cadets aux sujets. 2. Donner des directives concernant les procédures. 3. Démontrer la mise en application des règlements, des principes ou des concepts. 4. Réviser, clarifier et résumer la matière. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Permet de gagner du temps. 2. Permet une flexibilité dans la taille du groupe. 3. Nécessite des besoins en espace moins rigoureux. 4. Permet un meilleur contrôle sur le contenu et sur l'ordre. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Difficulté à évaluer la réaction des cadets.

Méthode(s)	Utilisation	Avantages	Désavantages
<p>EXPOSÉ</p> <p>Un exposé est un discours formel ou semi-formel durant lequel l'instructeur présente une série d'événements, de faits ou de principes, explore un problème ou explique une relation.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Initier les cadets aux sujets. 2. Donner des directives concernant les procédures. 3. Démontrer la mise en application des règlements, des principes ou des concepts. 4. Réviser, clarifier et résumer la matière. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite des habiletés d'expression verbale. 2. Pratique pour les grands groupes. 3. Permet de gagner du temps à cause des interruptions mineures. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite de la préparation et du dynamisme de la part du conférencier. 2. Les cadets peuvent être passifs et ne pas s'impliquer.
<p>ACTIVITÉ PRATIQUE</p> <p>Les activités pratiques comprennent un large éventail d'occasions d'apprentissage fondées sur les activités qui peuvent servir à renforcer et mettre en pratique les sujets d'instruction ou présenter aux cadets de nouvelles expériences. Les activités pratiques doivent stimuler l'intérêt des cadets et les encourager à participer, tout en demeurant pertinentes aux objectifs de rendement.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Présenter un sujet. 2. Pratiquer les compétences. 3. Réviser ou renforcer. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Encourage la participation. 2. Stimule un intérêt envers le sujet. 3. Amusant et intéressant. 4. Crée un sens d'appartenance. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nécessite une quantité significative de planification, de préparation et d'organisation. 2. Peut nécessiter du personnel supplémentaire afin d'assurer une supervision adéquate.