



CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE

NORME DE QUALIFICATION ET PLAN DE LA PHASE DEUX

(FRANÇAIS)

This publication is available in English as A-CR-CCP-602/PG-001.

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



CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE

NORME DE QUALIFICATION ET PLAN DE LA PHASE DEUX

(FRANÇAIS)

This publication is available in English as A-CR-CCP-602/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 295 pages réparties de la façon suivante :

Numéro de page	Numéro de modificatif	Numéro de page	Numéro de modificatif
Couverture.....	0	4-4-1 à 4-4-20.....	0
Titre.....	0	4-5-1 à 4-5-4.....	0
A.....	0	4-6-1 à 4-6-14.....	0
i à viii.....	0	4-7-1 à 4-7-18.....	0
1-1 à 1-6.....	0	4-8-1 à 4-8-8.....	0
2-1 à 2-6.....	0	4-9-1 à 4-9-14.....	0
2A-1 à 2A-8.....	0	4-10-1 à 4-10-20.....	0
2B-1 à 2B-12.....	0	4-11-1 à 4-11-22.....	0
2C-1 à 2C-6.....	0	4-12-1 à 4-12-22.....	0
2D-1 à 2D-12.....	0	4-13-1 à 4-13-18.....	0
3-1 à 3-2.....	0	4-14-1 à 4-14-8.....	0
3A-1 à 3A-2.....	0	4-15-1 à 4-15-6.....	0
3B-1 à 3B-2.....	0	4A-1 à 4A-8.....	0
4-1-1 à 4-1-14.....	0		
4-2-1 à 4-2-6.....	0		
4-3-1 à 4-3-26.....	0		

**Personne responsable : D Cad 3-2-4 – Officier d'état-major
de l'élaboration de l'instruction des Cadets de la Marine**

© 2007 DND/MDN Canada

AVANT-PROPOS ET PRÉFACE

1. **Autorité compétente.** La présente norme de qualification et plan (NQP) A-CR-CCP-602/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 31-03, *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*, 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.
3. **But de la NQP.** Le corps de cadets de la Marine royale canadienne doit utiliser cette NQP pour diriger la phase deux du programme d'instruction, tel qu'énoncé dans l'OAIC 11-04, *Aperçu du Programme des cadets*, et l'OAIC 31-03, *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*.
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 voie hiérarchique 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 la Marine (D Cad 3-2-4), ou par courriel à sea.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	2-4
	QUALIFICATION	2-4
	DOCUMENTS CONNEXES	2-4
	INSTRUCTIONS SPÉCIALES	2-4
	DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE	2-5
	Annexe A – RÉSUMÉ DE L'INSTRUCTION DE LA PHASE DEUX 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 LA PHASE DEUX	3-1
	NORME DE QUALIFICATION DE LA PHASE DEUX	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 LA PHASE DEUX	3-2
	Annexe A – PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT (PD) DU PROGRAMME DES CADETS (PC) DE LA MARINE	3A-1
	Annexe B – DOSSIER DE QUALIFICATION DU PROGRAMME DE LA PHASE DEUX	3B-1
CHAPITRE 4	OBJECTIFS DE RENDEMENT	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	4-1-6
OCOM C201.02 – VISITER UNE INSTITUTION POLITIQUE MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION	4-1-9
OCOM C201.03 – VISITER UNE INSTALLATION DE PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT MUNICIPALE, PROVINCIALE OU FÉDÉRALE DE LA RÉGION	4-1-11
OCOM C201.04 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN CONFÉRENCIER DU DOMAINE DE L'ENVIRONNEMENT	4-1-13
OCOM C201.05 – PARTICIPER À UNE PRÉSENTATION DONNÉE PAR UN REPRÉSENTANT DU GOUVERNEMENT	4-1-14
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 AUPRÈS DES 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
	4-4-13
	4-4-16
	4-4-19
SECTION 5	4-5-1
	4-5-2
SECTION 6	4-6-1
	4-6-3
	4-6-6
	4-6-9
	4-6-12
SECTION 7	4-7-1
	4-7-2
	4-7-5
	4-7-7
	4-7-9
	4-7-11
	4-7-13
	4-7-15
	4-7-17
SECTION 8	4-8-1
	4-8-2
	4-8-4
	4-8-6
	4-8-7
SECTION 9	4-9-1
	4-9-3
	4-9-5

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
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
OCOM C211.04 – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ COMPÉTITIVE DE BIATHLON D'ÉTÉ	4-9-11
SECTION 10	
OREN 220 – RECONNAÎTRE LES ASPECTS HISTORIQUES DE LA MARINE CANADIENNE ET DU MILIEU MARITIME	4-10-1
OCOM M220.01 – RECONNAÎTRE LE RÔLE JOUÉ PAR LES FORCES CANADIENNES (FC) DANS LES CONFLITS INTERNATIONAUX HISTORIQUES	4-10-3
OCOM M220.02 – RECONNAÎTRE LES LIEUX HISTORIQUES NAVALS/MARITIMES ET LEUR IMPORTANCE	4-10-6
OCOM M220.03 – RECONNAÎTRE LES TRADITIONS DE NAVIRE DE GUERRE	4-10-10
OCOM M220.04 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION OU UNE PRÉSENTATION SUR UN ÉVÉNEMENT COMMÉMORATIF DE LA MARINE	4-10-12
OCOM C220.01 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DE LA MARINE MARCHANDE	4-10-14
OCOM C220.02 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DU CANADA DANS LA BATAILLE DE L'ATLANTIQUE	4-10-16
OCOM C220.03 – RECONNAÎTRE LES ACTIVITÉS DE LA MARINE AU COURS DE LA DEUXIÈME GUERRE MONDIALE	4-10-18
SECTION 11	
OREN 221 – GRÉER LES PALANS	4-11-1
OCOM M221.01 – UTILISER UNE ESTROPE POUR L'ÉLINGAGE	4-11-3
OCOM M221.02 – MOUCHETER UN CROC	4-11-5
OCOM M221.03 – CAPELER DES POULIES	4-11-7
OCOM M221.04 – IDENTIFIER LES COMPOSANTS DES PALANS	4-11-10
OCOM M221.05 – GRÉER LES PALANS	4-11-13
OCOM C221.01 – FAIRE UNE ÉPISSURE RENVERSÉE	4-11-16
OCOM C221.02 – FAIRE UNE ÉPISSURE À CŒIL	4-11-18
OCOM C221.03 – FAIRE UNE ÉPISSURE LONGUE	4-11-20
SECTION 12	
OREN 223 – SERVIR DANS UN ENVIRONNEMENT NAVAL	4-12-1
OCOM M223.01 – DÉFINIR LES TERMES LIÉS AUX NAVIRES	4-12-3
OCOM M223.02 – IDENTIFIER LE SYSTÈME DE BORDÉE	4-12-5
OCOM M223.03 – EXÉCUTER DES NOTES AVEC LE SIFFLET DE MANŒUVRIER	4-12-7
OCOM M223.04 – LANCER L'APPEL « GÉNÉRAL »	4-12-9
OCOM M223.05 – LANCER L'APPEL DU SILENCE	4-12-11
OCOM M223.06 – LANCER L'APPEL « CONTINUEZ »	4-12-13
OCOM M223.07 – IDENTIFIER LA PROCÉDURE D'ACCOSTAGE D'UN NAVIRE	4-12-15
OCOM C223.01 – DÉFINIR LA TERMINOLOGIE NAVALE	4-12-18
OCOM C223.02 – LANCER L'APPEL DU BORD	4-12-20

TABLE DES MATIÈRES (suite)

	PAGE
SECTION 13	
OREN 224 – NAVIGUER EN VOILIER CONFORMÉMENT AU NIVEAU I DE LA VOILE BLANCHE DE L'ASSOCIATION CANADIENNE DE YACHTING (ACY)	4-13-1
OCOM M224.01 – SE PRÉPARER POUR UNE FIN DE SEMAINE DE NAVIGATION À LA VOILE	4-13-2
OCOM M224.02 – SE PRÉPARER POUR L'INSTRUCTION DE LA NAVIGATION À LA VOILE	4-13-5
OCOM M224.03 – GRÉER UN VOILIER	4-13-11
OCOM M224.04 – NAVIGUER EN VOILIER	4-13-14
OCOM M224.05 – DÉGRÉER UN VOILIER	4-13-16
SECTION 14	
OREN 225 – PARTICIPER À UNE FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION NAUTIQUE	4-14-1
OCOM C225.01 – SE PRÉPARER À UNE FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION NAUTIQUE	4-14-2
OCOM C225.02A – EFFECTUER DES TÂCHES LIÉES AUX OPÉRATIONS DE PETITES EMBARCATIONS OU DE PETITS NAVIRES FAISANT ROUTE	4-14-4
OCOM C225.02B – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ NAUTIQUE	4-14-6
SECTION 15	
COMPÉTITION DE MATELOTAGE INTERDIVISIONS (CMI)	4-15-1
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 la phase deux vise à fournir au cadet de la Marine 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 de la phase deux est un programme dirigé, offert au corps de cadets, qui vise à donner à tous les cadets une instruction et des occasions de perfectionner leurs connaissances et compétences dans une variété de domaines tout en les initiant à 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 phase est répartie en objectifs de rendement (OREN), lesquels sont subdivisés en objectifs de compétence (OCOM).

CONCEPTION DU PROGRAMME

8. Le programme de la phase deux 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 terminé avec succès la phase un;
 - 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'instruction expérientielle et fondée 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. Voici les résumés des OREN qui sont communs à tous les éléments du Programme des cadets (les OREN communs sont numérotés de 201 à 219) et des OREN qui s'appliquent au programme de la phase deux :

- a. **Civisme.** OREN 201 – Identifier les principes de gérance de l'environnement.
 - (1) Le but du civisme de la phase deux est de fournir une compréhension de base du rôle d'un bon citoyen en matière de gérance de l'environnement.
 - (2) Le civisme de la phase deux contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme, et un sens civique proactif comme résultat pour les participants.
- b. **Service communautaire.** OREN 202 – Effectuer un service communautaire.
 - (1) Le but du service communautaire de la phase deux est d'encourager le cadet à devenir un citoyen plus actif en participant à une activité de service communautaire local à titre de membre d'une section.
 - (2) Le service communautaire de la phase deux contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme, et un sens civique proactif comme résultat pour les participants.
- c. **Leadership.** OREN 203 – Démontrer des qualités de leadership auprès des pairs.
 - (1) Le but du leadership de la phase deux est d'initier le cadet aux façons dont les pairs leaders peuvent influencer le comportement de leur groupe.
 - (2) Le leadership de la phase deux contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de leadership, et un comportement social comme résultat pour 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 forme physique et du mode de vie sain de la phase deux est d'encourager le cadet à établir 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 de la phase deux contribuent directement à atteindre le but du programme qui consiste à promouvoir la bonne forme physique, et le bien-être physique comme résultat pour les participants.
- e. **Sports récréatifs.** OREN 205 – Participer à des sports récréatifs.

- (1) Le but des sports récréatifs de la phase deux est d'encourager le cadet à participer activement à des activités de sports récréatifs.
 - (2) Les sports récréatifs de la phase deux contribuent directement à atteindre le but du programme qui consiste à promouvoir la bonne la forme physique, et le bien-être physique comme résultat pour les participants.
- f. **Tir de précision avec la carabine à air comprimé.** OREN 206 – Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé.
- (1) Le but du tir de précision avec la carabine à air comprimé de la phase deux est de perfectionner les habilités en tir de précision du cadet par sa participation à des activités récréatives de tir de précision.
 - (2) Le tir de précision avec la carabine à air comprimé de la phase deux contribue indirectement à atteindre le but du programme qui consiste à développer les qualités de civisme et de leadership par l'entremise des compétitions de tir de précision servant de réseau pour le perfectionnement de l'autodiscipline et du travail d'équipe. Il contribue aussi indirectement à favoriser le bien-être émotionnel et physique, comme résultat pour 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 la Marine.
- (1) Le but de la connaissance générale des cadets de la phase deux est de fournir aux cadets des connaissances préalables sur les occasions inhérentes au Programme des Cadets de la Marine et sur les compétences et les connaissances pour leur permettre de bien s'intégrer dans les organisations de cadets.
 - (2) La connaissance générale des cadets de la phase deux contribue à atteindre le but du programme qui consiste à stimuler un intérêt dans les activités maritimes des FC, et le comportement social et la compréhension des FC comme résultat pour les participants.
- h. **Exercice militaire.** OREN 208 – Exécuter l'exercice militaire à titre de membre d'une escouade.
- (1) Le but de l'exercice militaire de la phase deux est d'enseigner aux cadets les mouvements d'exercice militaire visant à améliorer le rendement d'une escouade en marche.
 - (2) L'exercice militaire du cours de la phase deux contribue directement à atteindre le but du programme, qui consiste à stimuler un intérêt pour les activités maritimes des FC, et un comportement social, comme résultat pour les participants, en prenant part à une activité d'équipe.
- i. **Biathlon.** OREN 211 – Participer à des activités récréatives de biathlon d'été.
- (1) Le but du biathlon de la phase deux est de donner au cadet une occasion de perfectionner les compétences individuelles en tir de précision et la forme physique, tout en initiant les cadets au biathlon.
 - (2) Le biathlon de la phase deux contribue directement à atteindre le but du programme qui consiste à promouvoir la forme physique, et le bien-être physique comme résultat pour les participants.
- j. **Marine canadienne et milieu maritime.** OREN 220 – Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime.

- (1) Le but de la Marine canadienne et du milieu maritime de la phase deux est de présenter aux cadets la Marine canadienne et son rôle au sein des Forces canadiennes, et le Canada comme pays maritime.
 - (2) La Marine canadienne et le milieu maritime de la phase deux contribuent directement à atteindre le but du programme qui consiste à stimuler un intérêt aux activités maritimes des FC, et à la compréhension des FC comme résultat pour les participants.
- k. **Travail de cordages.** OREN 221 – Gréer les palans.
- (1) Le but du travail de cordages de la phase deux est de fournir aux cadets les compétences de base en travail de cordages pour leur permettre de participer à des activités de matelotage, telles que l'opération de petites embarcations et la navigation à la voile.
 - (2) L'instruction du travail de cordages de la phase deux complémente les opérations à flot des Cadets de la Marine en fournissant l'ensemble des compétences de base nécessaires pour effectuer les tâches de matelotage à titre de membre d'équipage à bord de divers types de navires. Les opérations à flot des Cadets de la Marine regroupent les compétences perfectionnées grâce au travail de cordages, l'opération de petites embarcations, l'opération d'un navire et la navigation à la voile. De plus, elles 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 comme résultats pour les participants.
- l. **Opération d'un navire.** OREN 223 – Servir dans un environnement naval.
- (1) Le but de l'opération d'un navire de la phase deux est de fournir aux cadets les connaissances élémentaires nécessaires pour communiquer dans un milieu naval ou nautique.
 - (2) L'instruction de l'opération d'un navire de la phase un complémente les opérations à flot des Cadets de la Marine en fournissant l'ensemble des compétences de base nécessaires pour effectuer les tâches de matelotage à titre de membre d'équipage à bord de divers types de navires. Les opérations à flot des Cadets de la Marine regroupent les compétences perfectionnées grâce au travail de cordages, l'opération de petites embarcations, l'opération d'un navire et la navigation à la voile. De plus, elles 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 comme résultats pour les participants.
- m. **Navigation à la voile.** OREN 224 – Naviguer en voilier conformément au niveau I de la Voile blanche de l'Association canadienne de yachting (ACY).
- (1) Le but de l'instruction de la navigation à la voile de la phase deux est de présenter les connaissances et les compétences de base nécessaires pour l'équipage d'un voilier.
 - (2) L'instruction de la navigation à la voile de la phase deux complémente les opérations à flot des Cadets de la Marine en fournissant l'ensemble des compétences de base nécessaires pour effectuer les tâches de matelotage à titre de membre d'équipage à bord de divers types de petites embarcations. Les opérations à flot des Cadets de la Marine regroupent les compétences perfectionnées grâce au travail de cordages, l'opération de

petites embarcations, l'opération d'un navire et la navigation à la voile. De plus, elles 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 comme résultats pour les participants.

- n. **Instruction nautique.** OREN 225 – Participer à une fin de semaine d'instruction nautique.
- (1) Le but de l'instruction nautique de la phase deux est d'offrir aux cadets d'autres occasions pour participer à une activité nautique qui :
 - (a) renforce l'instruction obligatoire et l'instruction complémentaire;
 - (b) permet aux cadets de participer aux aspects navals des FC ou de la communauté maritime; et
 - (c) donne une occasion d'expérience pratique qui introduit de nouvelles compétences et connaissances.
 - (2) L'instruction nautique de la phase deux complète les opérations à flot des Cadets de la Marine en fournissant l'ensemble des compétences de base nécessaires pour effectuer les tâches de matelotage à titre de membre d'équipage à bord de divers types de petites embarcations. Les opérations à flot des Cadets de la Marine regroupent les compétences perfectionnées grâce au travail de cordages, l'opération de petites embarcations, l'opération d'un navire et la navigation à la voile. De plus, elles 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 comme résultats pour les participants.

MÉTHODE POUR ATTEINDRE LES OBJECTIFS

10. La plupart des OREN de la phase deux 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 Phase deux :

- a. Un peu de théorie est nécessaire pour des raisons de sécurité et pour présenter la nouvelle matière. Par contre, la plus grande partie de la matière peut être enseignée à l'aide de méthodes 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'instruction expérientielle 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. Pour participer au programme Phase deux, les jeunes doivent être membres d'un corps de cadets, tel que précisé 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 Phase deux doivent généralement être âgés de 13 et 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 de la phase deux. 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 de la phase deux.
14. Le programme Phase deux doit être donné en se servant de cette NQP comme document de contrôle de l'instruction conjointement avec le document A-CR-CCP-602/PF-002, *Cadets de la Marine royale canadienne – Guides pédagogiques de la phase deux*.

CHAPITRE 2

DÉTAILS DE GESTION DE L'INSTRUCTION

ORGANISME RESPONSABLE ET ÉTABLISSEMENTS D'INSTRUCTION

1. L'autorité de gestion du programme d'instruction de phase des cadets de la Marine est le Directeur – Cadets et Rangers juniors canadiens (D Cad et 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 de la Marine royale canadienne (CCMRC) ; et
- b. des établissements d'instruction technique, tels que :
 - (1) l'école régionale de voile des cadets (ERVC) ou les centres de voile; 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 à l'OAIC 31-03, *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*, le programme d'instruction de phase se déroule entre le 1er septembre et le 30 juin de chaque année d'instruction par l'entremise d'une combinaison de séances d'instruction et de journées et fins de semaine d'instruction assistée. Tous les cadets doivent compléter les deux éléments obligatoires du programme d'instruction de phase. Ces éléments sont les suivants :

- a. **Instruction obligatoire.** L'instruction obligatoire est un éventail d'activités que les corps de cadets et, dans certains cas, les EI spécialisés doivent conduire et que les cadets doivent accomplir afin de compléter le programme d'instruction de phase; et
- b. **Instruction complémentaire.** L'instruction complémentaire est un éventail d'activités que les corps et, dans certains cas, les EI spécialisés doivent conduire et que les cadets doivent accomplir afin de compléter le programme d'instruction de phase. Ces activités complètent les activités obligatoires et font partie intégrante du programme d'instruction de phase. Les cmdt ont la possibilité de choisir les activités parmi un éventail de choix, ce qui leur permet d'ajuster le programme d'instruction de phases par rapport aux intérêts et aux ressources du corps.

3. **Aperçu de l'instruction de phase deux.** La répartition de l'instruction obligatoire et de l'instruction complémentaire de la phase deux 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) deux (2) jours pour une compétition de matelotage interdivisions; et
 - (4) une fin de semaine pour la conduite des OCOM M224.02 à M224.04 (voile).
- 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 complémentaires (9 périodes par jour) pour un total de deux jours; et
- (3) une fin de semaine pour la conduite de l'OCOM C225.02A ou C225.02B (instruction nautique).

4. **Répartition des périodes d'instruction.** Les périodes d'instruction durent 30 minutes. 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	Jours d'instruction obligatoires spécifiques	Fins de semaine d'instruction obligatoires spécifiques	Périodes d'instruction complémentaires	Fins de semaine d'instruction complémentaires spécifiques
Civisme	201	Situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement	2	-	-	11	-
Service communautaire	202	Effectuer un service communautaire	9	-	-	12	-
Leadership	203	Démontrer des qualités de leadership auprès des pairs	10	-	-	12	-
Bonne forme physique et mode de vie sain	204	Mettre à jour le 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	Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé des cadets	3	-	-	10	-
Connaissance générale des cadets	207	Servir dans un corps de cadets de la Marine	4	-	-	9	-
Exercice militaire	208	Exécuter l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade	3	-	-	16	-
Biathlon	211	Participer à des activités de biathlon d'été	0	-	-	9	-
Marine canadienne et milieu maritime	220	Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime	6	-	-	8	-
Travail de cordages	221	Gréer les palans	11	-	-	11	-
Opération d'un navire	223	Servir dans un environnement naval	9	-	-	6	-
Voile	224	Naviguer en voilier conformément au niveau I de Voile blanche de l'Association canadienne de yachting (ACY)	1	-	1	0	-
Instruction nautique	225	Participer à une fin de semaine d'instruction nautique	-	-	-	1	1
Compétition de matelotage interdivisions	S.O.	S.O.	1	2	-	0	-
Cérémonie militaire de la revue annuelle	S.O.	S.O.	3	-	-	-	-
Total			78	2	1	135	1

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, aux quotas établis.

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

a. Officier d'instruction du corps (O Instr) :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
ltv	00232-01	1	Minimum : Qualification de capitaine; ou Officier subalterne EP2 du CIC Qualification Préférable : Cours d'instructeur principal; et Cours d'officier d'instruction du CIC

b. Officier de cours de la phase deux (O Cours Phase Deux) :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
ens 2/ ens 1	00232-01	1	Minimum : Qualification élémentaire d'officier; ou Qualification élémentaire d'officier militaire (CIC commun) Préférable : Cours de développement professionnel (Mer); ou Qualification élémentaire d'officier militaire (CIC Mer) Nota : Un aspm peut remplir ce poste si les circonstances le justifie.

c. Instructeurs :

Grade	ID SGPM	Nombre	Qualification
M2 et supérieur	S.O.	1 par 10 cadets	Minimum : Avoir réussi le programme d'instruction de la phase quatre Préférable : Réalisation d'un cours au CIEC de six semaines.

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

comme la structure pour le cadre de support d'instruction ou d'entraînement l'est également. Voici une liste des postes d'instructeurs spécialisés nécessaires pour le cours de la phase deux :

- a. officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir) (carabine à air comprimé), pour les OREN 106 et 211, selon les besoins;
- b. un ou plusieurs instructeurs de tir de précision avec la carabine à air comprimé, pour l'OREN 206 et l'OREN 211, selon les besoins;
- c. un ou plusieurs instructeurs de conditionnement physique et de sports, pour l'OREN 204 et l'OREN 205, selon les besoins;
- d. un ou plusieurs instructeurs d'exercice militaire et de cérémonial, pour l'OREN 208, selon les besoins;
- e. un ou plusieurs conducteurs de bateau, pour l'OREN 225, selon les besoins;
- f. un ou plusieurs instructeurs de voile, pour l'OREN 224, 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 de cette NQP.

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 d'instruction de la phase deux (chapitre 3, [annexe B](#)). Les dossiers d'instruction sont des documents temporaires dont on peut se défaire lors de la migration des dossiers du programme de qualification de l'instruction de la phase deux au dossier personnel du cadet (DND 2399).

QUALIFICATION

11. À la fin du programme d'instruction de la phase deux, le cadet est qualifié pour la promotion au grade de matelot de 1^{re} classe (mat 1). Toutefois, seul l'achèvement de l'instruction ne garantit pas une promotion. Les cadets doivent satisfaire à tous les critères de promotion tel qu'inscrits dans l'OAIC 33-01, *Critères de promotion des Cadets de la Marine*.

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. l'A-CR-CCP-602/PF-002.

INSTRUCTIONS SPÉCIALES

13. **Horaire.** Pendant la planification de l'instruction, les O Instr doivent se familiariser avec les descriptions des leçons du 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 est :

- 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 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, par exemple 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 de la conduite des journées d'instruction. La journée d'instruction doit se dérouler à l'emplacement de rassemblement du corps de cadets ou, s'il n'y a pas d'installations appropriées à l'emplacement de rassemblement du corps de cadets, dans la communauté.
- b. La responsabilité de la conduite des fins de semaine d'instruction nautique ou de navigation à la voile revient habituellement aux établissements d'instruction technique. La planification de ces activités doit être faite parallèlement avec le détachement de cadets du secteur, l'URSC et les EI techniques applicables.
- c. Conformément à l'OAIC 11-04, *Aperçu du Programme des cadets*, l'instruction de fin de semaine doit se dérouler dans un rayon de trois cents kilomètres de l'emplacement de rassemblement du corps de cadets.
- d. 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 31-03, *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*, et aux ordonnances régionales pour obtenir plus d'information sur le soutien offert par les URSC.
- e. Les journées et les fins de semaine d'instruction doivent être structurées de façon à inclure les cadets de tous les niveaux d'instruction de phase, à moins d'indication contraire dans la NQP de chaque phase individuelle.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

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

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

RÉSUMÉ DE L'INSTRUCTION DE LA PHASE DEUX ET RÉPARTITION DU TEMPS

RÉPARTITION DES PÉRIODES D'INSTRUCTION

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd	
201	Situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement	M201.01	Discuter des droits et responsabilités d'un citoyen canadien	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			12
203	Démontrer des qualités de leadership auprès des pairs	M203.01	Discuter du leadership entre pairs	1	
		M203.02	Discuter des principes de leadership	1	
		M203.03	Discuter de la communication efficace entre pairs	1	
		M203.04	Démontrer la 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	2	
		OREN 203 – Total des périodes d'instruction obligatoires			10
		OREN 203 – Total des périodes d'instruction complémentaires			12
204	Mettre à jour le plan d'activité personnel	M204.01	Faire le test PACER (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 le 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 intra-muros organisée	9	
		C105.03	Participer à une activité de course d'orientation	9	
		OREN 205 – Total des périodes d'instruction obligatoires			9
		OREN 205 – Total des périodes d'instruction complémentaires			27
206	Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets pendant une activité récréative de tir de précision	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 avec la carabine à air comprimé	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 la Marine	M207.01	Identifier les occasions d’instruction de la phase deux	1	
		M207.02	Reconnaître les aspects historiques des Cadets de la Marine royale canadienne	1	
		M207.03	Reconnaître les rôles et responsabilités du répondant local	1	
		M207.04	Identifier les occasions d’instruction de deuxième année du CIEC	1	
		C207.01	Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l’Armée canadienne et des Cadets de l’Aviation royale du Canada	1	
		C207.02	Visiter un corps ou un escadron de cadets local	3	
		C207.03	Décrire l’unité d’affiliation	1	
		C207.04	Participer à une visite de l’unité d’affiliation	3	
		C107.03	Participer à une activité relative à l’histoire du corps de cadets	1	
		OREN 207 – Total des périodes d’instruction obligatoires			4
		OREN 207 – Total des périodes d’instruction complémentaires			9
208	Exécuter 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 la cérémonie militaire dans le cadre d’une revue	2	
		C208.02	Exécuter l’exercice militaire avec des armes	8	
		C108.01	Exécuter des mouvements d’exercice militaire supplémentaires	6	
		OREN 208 – Total des périodes d’instruction obligatoires			3
		OREN 208 – Total des périodes d’instruction complémentaires			16
211	Participer à des activités récréatives 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	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd		
		OREN 211 – Total des périodes d’instruction obligatoires		0		
		OREN 211 – Total des périodes d’instruction complémentaires		9		
220	Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime	M220.01	Reconnaître le rôle joué par les Forces canadiennes (FC) dans les conflits internationaux historiques	2		
		M220.02	Reconnaître les lieux historiques navals/ maritimes et leur importance	1		
		M220.03	Reconnaître les traditions des navires de guerre	2		
		M220.04	Participer à une discussion ou une présentation sur un événement commémoratif de la Marine	1		
		C220.01	Reconnaître le rôle de la marine marchande	1		
		C220.02	Reconnaître le rôle du Canada dans la bataille de l’Atlantique	1		
		C220.03	Reconnaître les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale	1		
		C220.04	Reconnaître les lieux historiques navals/ maritimes et leur importance	1		
		C120.01	Visiter les sites Web de la Marine canadienne	2		
		C120.02	Identifier les types de navires civils	1		
		C120.03	Examiner l’histoire de la Marine canadienne	1		
				OREN 220 – Total des périodes d’instruction obligatoires		6
				OREN 220 – Total des périodes d’instruction complémentaires		8
		221	Gréer les palans	M221.01	Utiliser une estrope pour l’élingage	3
M221.02	Moucheter un croc			2		
M221.03	Capeler des poulies			1		
M221.04	Identifier les composants des palans			2		
M221.05	Gréer les palans			3		
C221.01	Faire une épissure renversée			2		
C221.02	Faire une épissure à œil			2		
C221.03	Faire une épissure longue			2		
C121.01	Surlier l’extrémité d’un cordage à l’aide d’une surliure à demi-nœuds			1		
C121.02	Surlier l’extrémité d’un cordage à l’aide d’une surliure bridée			2		
C121.03	Effectuer un nœud de fouet			1		
C121.04	Effectuer une demi-clé à transfiler			1		

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd		
		OREN 221 – Total des périodes d’instruction obligatoires		11		
		OREN 221 – Total des périodes d’instruction complémentaires		11		
223	Servir dans un environnement naval	M223.01	Définir les termes liés aux navires	1		
		M223.02	Identifier le système de bordée	1		
		M223.03	Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier	2		
		M223.04	Lancer l’appel « général »	1		
		M223.05	Lancer l’appel du silence	1		
		M223.06	Lancer l’appel « continuez »	1		
		M223.07	Identifier la procédure d’accostage d’un navire	2		
		C223.01	Définir la terminologie navale	1		
		C223.02	Lancer l’appel du bord	1		
		C123.01	Lire l’horloge de 24 heures	1		
		C123.02	Réciter l’alphabet phonétique	2		
				OREN 223 – Total des périodes d’instruction obligatoires		9
				OREN 223 – Total des périodes d’instruction complémentaires		6
224	Naviguer en voilier conformément au niveau I de Voile blanche de l’Association canadienne de yachting (ACY)	M224.01	Se préparer pour une fin de semaine de navigation à la voile	1		
		M224.02	Se préparer pour l’instruction de la navigation à la voile	S.O. (Fin de semaine)		
		M224.03	Gréer un voilier	S.O. (Fin de semaine)		
		M224.04	Naviguer en voilier	S.O. (Fin de semaine)		
		M224.05	Dégréer un voilier	S.O. (Fin de semaine)		
				OREN 224 – Total des périodes d’instruction obligatoires		1
				OREN 224 – Total des périodes d’instruction complémentaires		0
225	Participer à une fin de semaine d’instruction nautique	C225.01	Se préparer pour une fin de semaine d’instruction nautique	1		
		C225.02A	Effectuer des tâches liées aux opérations de petites embarcations ou de petits navires faisant route	S.O. (Fin de semaine)		

OREN	Objectif de rendement	OCOM	Objectif de compétence	Nbre de pd
		C225.02B	Participer à une activité nautique	S.O. (Fin de semaine)
		OREN 225 – Total des périodes d’instruction obligatoires		0
		OREN 225 – Total des périodes d’instruction complémentaires		1
S.O.	Se préparer pour la compétition de matelotage interdivisions			1
S.O.	Cérémonie militaire de la revue annuelle			3
		Total des périodes d’instruction obligatoires		78
		Total des périodes d’instruction complémentaires		135

RÉPARTITION DE LA JOURNÉE ET DE LA FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION

OBLIGATOIRE

Activité	Description	Durée
Périodes d'instruction obligatoires	18 périodes d'instruction (9 par jour) choisies à partir des OCOM obligatoires devant être enseignées durant une journée complète d'instruction. Il est préférable d'enseigner les OREN 202, 205 et/ou 206 pendant les journées d'instruction; par contre, le corps a la possibilité d'enseigner les OREN qui conviennent le mieux aux circonstances (p. ex. l'infrastructure, la disponibilité des ressources, etc.).	2 jours
Voile	Une fin de semaine d'entraînement à la voile qui se déroule conformément à l'OREN 224.	1 fin de semaine
Compétition de matelotage interdivisions	Une compétition de deux jours à l'appui de l'OREN 203 et des OREN 220 à 224. Cette activité se déroulera sur une période de deux jours conformément à la description de leçon et au guide pédagogique associés.	2 jours
Total des périodes d'instruction obligatoires		6 jours

COMPLÉMENTAIRE

Activité	Description	Durée
Périodes d'instruction complémentaires	18 périodes d'instruction (9 par jour) choisies à partir des OCOM complémentaires devant être enseignés durant une journée complète d'instruction. Il est préférable d'enseigner les OREN 202, 205 et/ou 211 pendant les journées d'instruction; par contre, le corps a la possibilité d'enseigner les OREN qui conviennent le mieux aux circonstances (p. ex. l'infrastructure, la disponibilité des ressources, etc.).	2 jours
Instruction nautique	Une fin de semaine d'entraînement à la voile qui se déroule conformément à l'OREN 225.	1 fin de semaine
Total des périodes d'instruction complémentaires		4 jours

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

EXEMPLE D'HORAIRE D'INSTRUCTION

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 1	OCOM	M203.08 Participer à des activités de promotion du travail d'équipe	M207.01 Participer à une discussion sur l'instruction de la phase deux	M223.01 Définir les termes liés aux navires
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 2	OCOM	M224.01 Se préparer pour une fin de semaine de navigation à la voile	M204.01 Faire le test PACER	M204.01 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 3	OCOM	M203.01 Discuter du leadership entre pairs	M204.02 Reconnaître les choix d'aliments sains	M208.01 Tourner à gauche et à droite en marchant
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 4	OCOM	M223.02 Identifier le système de bordée	M204.03 Reconnaître les bienfaits d'un mode de vie sain	M208.01 Tourner à gauche et à droite en marchant
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 5	OCOM	M204.04 Mettre à jour le plan d'activité personnel	M207.02 Reconnaître l'histoire des CMRC	M203.02 Discuter des principes de leadership
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 6	OCOM	M203.03 Discuter de la communication efficace entre pairs	C201.01 Participer à une discussion sur les questions environnementales au niveau local, provincial et national	M220.02 Reconnaître les lieux historiques navals/maritimes et leur importance
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 7	OCOM	M201.01 Participer à une discussion sur les droits et responsabilités d'un citoyen canadien	M223.03 Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier	M223.03 Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 8	OCOM	M221.01 Élinguer une estrope	M221.01 Élinguer une estrope	M221.01 Élinguer une estrope
	Instructeur			
	Endroit			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 9	OCOM	M203.04 Démontrer la dynamique de groupe positive	M203.04 Démontrer la dynamique de groupe positive	M208.02 Former une file indienne de la halte
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 10	OCOM	M223.04 Lancer l'appel « général »	M221.02 Moucheter un croc	M221.02 Moucheter un croc
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 11	OCOM	M203.05 Discuter des comportements influents	C207.01 Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada	C220.03 Reconnaître les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 12	OCOM	C206.01 Pratiquer les techniques pour tenir la carabine	C206.02 Pratiquer les techniques de visée	C206.02 Pratiquer les techniques de visée
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 13	OCOM	M201.02 Participer à une discussion sur les principes de gérance de l'environnement	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 14	OCOM	M207.04 Identifier les occasions d'instruction de deuxième année du CIEC	M220.01 Reconnaître le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques	M220.01 Reconnaître le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 15	OCOM	M203.06 Utiliser la résolution de problème	M203.06 Utiliser la résolution de problème	C204.01 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 16	OCOM	M220.03 Reconnaître les traditions des navires de guerre	M220.03 Reconnaître les traditions des navires de guerre	M223.05 Lancer l'appel du silence
	Instructeur			
	Endroit			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 17	OCOM	M221.03 Capeler des poulies	M221.04 Identifier les composants des palans	M221.04 Identifier les composants des palans
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 18	OCOM	M203.07 Discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership	C221.01 Faire une épissure renversée	C221.01 Faire une épissure renversée
	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	M221.05 Gréer les palans	M221.05 Gréer les palans	M221.05 Gréer les palans
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 21	OCOM	M223.06 Lancer l'appel « continuez »	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 22	OCOM	M223.07 Accoster un navire	M223.07 Accoster un navire	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 23	OCOM	C121.01 Surlier l'extrémité d'un cordage à l'aide d'une surliure à demi nœuds	M207.03 Reconnaître le rôle du répondant local	Préparation pour la CMI
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 24	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			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 25	OCOM	C223.02 Lancer l'appel du bord	C220.01 Reconnaître le rôle de la marine marchande	C203.05 Participer à des activités de renforcement de la confiance
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 26	OCOM	C203.02 Utiliser la résolution de problème	C203.02 Utiliser la résolution de problème	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 27	OCOM	C203.03 Discuter des caractéristiques d'un chef	C203.03 Discuter des caractéristiques d'un chef	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 28	OCOM	C221.02 Faire une épissure à œil	C221.02 Faire une épissure à œil	M204.05 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 29	OCOM	M220.04 Participer à une discussion ou une présentation sur un événement commémoratif de la Marine	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	C225.01 Se préparer pour une fin de semaine d'instruction nautique
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 30	OCOM	Revue annuelle	Revue annuelle	Revue annuelle
	Instructeur			
	Endroit			

JOURNÉES D'INSTRUCTION OCOM obligatoires (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	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	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	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé
		Instructeur Endroit								
Jour 2	OCOM	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire
		Instructeur Endroit								

JOURNÉES D'INSTRUCTION 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	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire	C102.02 Effectuer un service commu- nautaire
		Instructeur Endroit								
Jour 2	OCOM	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive
		Instructeur Endroit								

EXEMPLE D'HORAIRE D'INSTRUCTION No 2

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 1	OCOM	M203.08 Participer à des activités de promotion du travail d'équipe	M207.01 Identifier les occasions d'instruction de la phase deux	M203.01 Discuter du leadership entre pairs
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 2	OCOM	M203.02 Discuter des principes de leadership	M207.02 Reconnaître l'histoire des CMRC	M224.01 Se préparer pour une fin de semaine de navigation à la voile
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 3	OCOM	M203.03 Discuter de la communication efficace entre pairs	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	M208.02 Former une file indienne de la halte	M204.01 Faire le test PACER	M204.01 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 5	OCOM	M204.04 Mettre à jour le plan d'activité personnel	M203.04 Démontrer la dynamique de groupe positive	M203.04 Démontrer la dynamique de groupe positive
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 6	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M203.05 Discuter des comportements influents	M207.03 Reconnaître le rôle du répondant local
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 7	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M203.06 Utiliser la résolution de problème	M203.06 Utiliser la résolution de problème
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 8	OCOM	M221.01 Élinguer une estrope	M221.01 Élinguer une estrope	M221.01 Élinguer une estrope
	Instructeur			
	Endroit			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 9	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M221.02 Moucheter un croc	M221.02 Moucheter un croc
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 10	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M203.07 Discuter de l'intégrité personnelle comme qualité de leadership	M221.03 Capeler des poulies
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 11	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M221.04 Identifier les composants des palans	M221.04 Identifier les composants des palans
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 12	OCOM	M221.05 Gréer les palans	M221.05 Gréer les palans	M221.05 Gréer les palans
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 13	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M204.02 Reconnaître les choix d'aliments sains	M204.03 Reconnaître les bienfaits d'un mode de vie sain
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 14	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 15	OCOM	M207.04 Identifier les occasions d'instruction d'été de deuxième année du CIEC	M203.08 Participer à des activités de promotion du travail d'équipe	C204.01 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 16	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M223.01 Définir les termes reliés aux navires	M201.01 Participer à une discussion sur les droits et responsabilités d'un citoyen canadien
	Instructeur			
	Endroit			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 17	OCOM	C208.02 Exécuter l'exercice militaire avec des armes	M223.02 Identifier le système de bordée	M201.02 Participer à une discussion sur les principes de gérance de l'environnement
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 18	OCOM	M223.03 Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier	M223.03 Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier	C207.01 Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 19	OCOM	M220.01 Reconnaître le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques	M220.01 Reconnaître le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques	M223.04 Lancer l'appel « général »
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 20	OCOM	M223.05 Lancer l'appel du silence	M220.02 Reconnaître les lieux historiques navals/maritimes et leur importance	C223.01 Définir la terminologie navale
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 21	OCOM	M220.03 Reconnaître les traditions des navires de guerre	M220.03 Reconnaître les traditions des navires de guerre	M223.06 Lancer l'appel « continuez »
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 22	OCOM	C223.02 Lancer l'appel du bord	M223.07 Accoster un navire	M223.07 Accoster un navire
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 23	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 24	OCOM	C220.03 Reconnaître les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale	C221.02 Faire une épissure à œil	C221.02 Faire une épissure à œil
	Instructeur			
	Endroit			

SÉANCES D'INSTRUCTION		Période 1	Période 2	Période 3
Séance 25	OCOM	C203.02 Utiliser la résolution de problème	C203.02 Utiliser la résolution de problème	C207.03 Décrire l'unité d'affiliation
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 26	OCOM	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive	C105.01 Participer à une rencontre omnisportive
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 27	OCOM	C221.01 Faire une épissure renversée	C221.01 Faire une épissure renversée	Préparation pour la CMI
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 28	OCOM	C220.02 Reconnaître le rôle du Canada dans la bataille de l'Atlantique	C203.05 Participer à des activités de renforcement de la confiance	M204.05 Faire le test PACER
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 29	OCOM	M220.04 Participer à une discussion ou une présentation sur un événement commémoratif de la Marine	C220.01 Reconnaître le rôle de la marine marchande	C225.01 Se préparer pour une fin de semaine d'instruction nautique
	Instructeur			
	Endroit			
Séance 30	OCOM	Revue annuelle	Revue annuelle	Revue annuelle
	Instructeur			
	Endroit			

JOURNÉES D'INSTRUCTION OCOM obligatoires (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	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé	M206.01 Participer à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé	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	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	M205.01 Participer à des sports d'équipe récréatifs organisés
		Instructeur Endroit									
Jour 2	OCOM	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire	M202.01 Effectuer un service commu- nautaire
		Instructeur Endroit									

JOURNÉES D'INSTRUCTION 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	C211.01 Reconnaître les occasions de biathlon civil	C211.02 Participer à des exercices de course	C211.03 Démontrer les compétences de tir de précision pour le biathlon d'été en utilisant la carabine à air comprimé des cadets	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été	C211.04 Participer à une activité compétitive de biathlon d'été
		Instructeur Endroit								
Jour 2	OCOM	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation	C105.03 Participer à une activité de course d'orientation
		Instructeur Endroit								

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

RESSOURCES REQUISES

Nota : L'équipement de sport requis dépendra des sports choisis par le corps.

INSTRUCTION OBLIGATOIRE

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Stylos ou crayons	1 par cadet	M204.01 à M204.05
Lecteur de CD ou de cassette	1	M204.01 et M204.05
Lecteur DVD	1	M204.01 et M204.05
Trousse d'épreuve autonome Fitnessgram 8.0	1	M204.01 et M204.05
Ruban à mesurer	1	M204.01 et M204.05
Cônes	4 par couloir	M204.01 et M204.05
Téléviseur	1	M204.01 et M204.05
Chronomètre	1	M204.01 et M205.01
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
Bâtons de crosse pour joueurs	24	M205.01
Trousse de premiers soins	1	M205.01
Drapeaux ou ruban	18	M205.01
Ballons de football	2	M205.01
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

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Bâtons de gardien de but (ringuette)	2	M205.01
Protège-gorge et plastron de gardien de but (crosse)	2	M205.01
Balle de hockey	2	M205.01
Filet de hockey	2	M205.01
Bâtons de hockey	12	M205.01
Balle de crosse	2	M205.01
Filet de crosse	2	M205.01
Protège-dents	1 par cadet	M205.01
Disque de plastique (disque volant)	2	M205.01
Filet de ringuette	2	M205.01
Anneau en caoutchouc (ringuette)	2	M205.01
Ballons de soccer	2	M205.01
Filet de soccer	2	M205.01
Balle molle	3	M205.01
Ballons de volley-ball	2	M205.01
Filet de volley-ball	1	M205.01
Sifflet	1	M205.01
Balle de hockey en salle	1	M207.01
Disque volant	1	M207.01
Tableau des nœuds	1	M207.01
Modèle de voilier	1	M207.01
CD ou cassette du test PACER	1	M207.01
Affiche pour l'activité de la prévention contre la pollution	1	M207.01
Affiche du Code de gérance de l'environnement	1	M207.01
Affiche des droits et responsabilités des citoyens canadiens	1	M207.01
Affiche des différents symboles du Canada	1 par cadet	M207.01

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Ballon de volley-ball	1	M207.01
Poulie double	1	M207.01 et M221.03 à M221.05
Ligne à pêche	26 mètres	M207.01 et M221.03 à M221.05
Carton bristol	1 par groupe	M220.02
Marqueurs	1 boîte par groupe	M220.02
Boîte	2	M221.01
Épisssoirs	2	M221.01
Espar	2	M221.01
Corde à trois brins	10 mètres	M221.01
Ficelle de surliure	2 rouleaux	M221.01 à M221.03
Outil coupant	1	M221.01 à M221.05
Hameçons	1 par cadet	M221.02
Poules simples	4	M221.03 à M221.05
Charge	50 lb ou moins	M221.04 et M221.05
Estrope	2	M221.05
Sifflet de manoeuvrier	1 par 2 cadets	M223.03 à M223.06
Produits de nettoyage	1 contenant	M223.03 à M223.06
Bollards	5	M223.07
Lance-amarre	1 par 3 cadets	M223.07
Ballons	Minimum de 30	M224.01
Sacs à déchets	2	M224.01
V.F.I.	1 par cadet	M224.01 à M224.05
Écope	1	M224.02
Fiches (fiches aide-mémoire)	2 paquets	M224.02
Pagaie	1	M224.02
Lampe de poche imperméable	1	M224.02
Voiliers tout équipés	1 par 2 cadets	M224.02 à M224.05

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Casques	1 par cadet	M224.02 à M224.05
Dispositif de signalisation sonore	1	M224.02 et M224.04
Bouées (munies de corde et de poids)	6	M224.04
Bateau de sécurité	Selon les Ordonnances de sécurité nautique	M224.04
Ruban	6 rouleaux	Tous

INSTRUCTION COMPLÉMENTAIRE

Élément	Quantité	OREN/OCOM
Lecteur de CD ou de cassette	1	C204.01
Lecteur DVD	1	C204.01
Trousse d'épreuve autonome Fitnessgram 8.0	1	C204.01
Ruban à mesurer	1	C204.01
Cônes	4 par couloir	C204.01
Téléviseur	1	C204.01
Stylos ou crayons	1 par cadet	C204.01 à C204.04
Ciseaux	1 par cadet	C204.02
Ruban/colle	1 par 2 cadets	C204.02
Carabine à air comprimé des cadets	1 par couloir	C206.01 à C206.03 et C211.03 à C211.04
Bretelle pour carabine à air comprimé des cadets	1 par carabine à air comprimé des cadets	C206.01 à C206.03 et C211.03 à C211.04
Tapis de tir (si disponible)	1 par couloir	C206.01 à C206.03 et C211.03 et C211.04
Cible de groupement CCT2000GRTD	1 par couloir	C206.02
Cible appropriée	Selon les besoins	C206.03
Ruban	1 rouleau	C207.01
Carton bristol	1 par cadet	C207.03
Papier ou papier de construction	1 paquet	C207.03
Sifflet	1	C211.02
Tapis de tir	2 par position de tir	C211.03

Élément	Quantité	OREN/OCOM
BART	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Lunettes de sécurité	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Cadre de cible	1 par position de tir	C211.03 et C211.04
Plombs de calibre 0.177 pour carabine à air comprimé	Minimum de 700	C211.04
Chronomètre	5	C211.04
Ciseaux	1 par 2 cadets	C220.01
Outil coupant	1	C221.01 à C221.03
Épissaires	2	C221.01 à C221.03
Corde à trois brins	40 mètres	C221.01 à C221.03
Ficelle de surliure	2 rouleaux	C221.01 à C221.03
Sifflet de manœuvrier	1 par 2 cadets	C223.02
Produits de nettoyage	1 contenant	C223.02

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

DOCUMENTS DISPONIBLES AUPRÈS DU CORPS DE CADETS

- A0-001 A-AD-265-000/AG-001 DHH 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 : Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-003 A-CR-005-001/AG-001 D Cad (2006). *Instructions sur la tenue des Cadets de la Marine royale canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4 (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-021 A-CR-CCP-053/PT-001 D Cad 3 (2000). *Manuel de l'exercice militaire et du cérémonial des cadets royaux de la Marine canadienne*. 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 Historica Foundation of Canada (aucune date). *Historica Minutes*. Toronto, ON, Foundation Historica du Canada.
- C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, Sven (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.

DOCUMENTS SUPPLÉMENTAIRES AUXQUELS IL EST FAIT RÉFÉRENCE PENDANT LE DÉVELOPPEMENT

- A0-009 A-AA-100-000/AA-003 Canadian-Forces (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.
- A1-002 CMS/SO Heritage (2004). *Manuel du cérémonial des navires canadiens de Sa majesté, des sous-marins et des divisions de la Réserve navale*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

- A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 CMS (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-007 A-CR-CCP-004/PT-002 D Cad (1983). *Manuel des Cadets de la Marine royale canadienne, Volume 2*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-008 A-CR-CCP-004/PT-001 CCP-1004 D Cad (1977). *Manuel des Cadets de la Marine royale canadienne*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-009 A-CR-CCP-004/PT-001 D Cad (1983). *Manuel des Cadets de la Marine royale canadienne, Volume 1*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-015 A-CR-050-SCO/PH-001 D Cad (2005). *Programme d'opérateurs d'embarcation légère (POEL) des cadets Modules 2-7*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-016 A-CR-050-009/PH-001 D Cad (2003). *Boatswain Trade Qualification Standard and Plan (QSP)*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A1-019 OAIC 31-03 D Cad (2006). *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*. 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.
- C0-003 (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). *Carte et boussole : Sport d'orientation, chasse et pêche, ski de fond, excursions, camping*. 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 Canadian Orienteering Federation (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*. London, England, Hillside Printing & Publishing Co.
- C0-024 (ISBN 0-19-541731-3) Barber, Katherine (Ed.) (2001). *The Canadian Oxford Dictionary*. Don Mills, ON, Oxford University Press.

- C0-025 (ISBN 1-895465-33-8) Gifford, Doug (Ed.) (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 Teampay*. 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.
- C1-002 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, Des (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*. Edison, New Jersey, Charwell Books, Inc.
- C1-003 (ISBN II 770973 5) Marine royale (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 Volume 1*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- C1-016 Forces canadiennes (2004). *Canadian Defence Almanac 2004*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C1-020 (ISBN 0-7737-2160-6) Schull, Joseph (1987). *Far Distant Ships*. Toronto, ON, Stoddart.
- C1-021 (ISBN 1-55013-121-4) MacBeth, Jack (1989). *Ready Aye Ready*. Toronto, ON, Key Porter Books.

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.

- A1-001 *Anciens Combattants Canada*. (2006). Extrait le 24 mars 2006 du site www.vac-acc.gc.ca.
- A1-005 *CFB Esquimalt Naval & Military Museum Home Page*. (2006). Extrait le 24 mars 2006 du site www.navalandmilitarymuseum.org.
- A1-011 *Forces canadiennes Insignes de grade et de fonction*. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.forces.gc.ca/site/about/insignia/nava_f.asp.
- A1-012 *OAIC Vol 3*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.cadets.ca/support/cato-oaic/intro_f.asp?vol=3.
- A1-013 *Marine canadienne : Section jeunesse*. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.navy.forces.gc.ca/cms_youth/youth-home_f.asp.
- A1-014 *Canadian Naval Reserve/La Réserve navale du Canada*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.navres.forces.gc.ca.
- A1-017 *Base de données audiovisuelles du ministère de la Défense*. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site http://www.forces.gc.ca/site/avdb/searchProd_f.asp?txtSearchProd=battle+of+atlantic+video&txtSearchCatalog=&submit=Go+Find+It.
- A1-018 *Bienvenue à la Marine canadienne*. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.navy.gc.ca.
- A1-022 *Section jeunesse – Appels au sifflet*. (2006). Extrait le 29 février 2007 du site http://www.navy.forces.gc.ca/marlant/about/marlant_about_f.asp.
- A1-025 *Cadets Canada-3 Terra Nova*. (2006). Extrait le 29 mars 2007 du site http://cadets.net/3sea/percy_e.htm.
- A1-026 *The Commander-In-Chief's Unit Commendation*. (2006). Extrait le 13 mars 2007 du site http://www.army.forces.gc.ca/2ppcli/history/medak_e.htm.
- A1-027 *HMCS Toronto-Ship Departments*. (2006). Extrait le 29 mars 2007 du site http://navy.dnd.ca/Toronto/home/index_e.asp.
- A1-028 *HMCS Montreal-About the Ship*. (2006). Extrait le 29 mars 2007 du site http://navy.dnd.ca/Toronto/home/index_e.asp.
- A1-029 *Directorate of History and Heritage: National Inventory of Canadian Military Memorials*. (2006). Extrait le 28 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/hr/dhh/memorial/engraph/home_e.asp?cat=2.
- A1-030 *11th November-Remembrance Day Aide Memoire*. (2006). Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.forces.ca/dnn/Portals/0/NMR/Remembrance_ceremonies-History&Etiquette.pdf.
- 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 *Histoire de Lions Clubs International.* (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site <http://www.lionsclubs.org/FR/index.shtml>.
- C0-017 *About 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.* (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 *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 *The Battle of the Atlantic.* (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.marthajeffeson.org/warmup.php>.
- C0-058 *Running Exercises.* (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 *Clothing Info: Layering Your Clothing.* (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 *Droits et responsabilités des citoyens canadiens.* (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 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 www.city.red-deer.ab.ca/Keeping+You+Informed/Enviromental+Tips+and+Initiatives/Household+Tips+to+Reduce+Greenhouse+Gas+Emissions.htm.
- C0-094 *High-level Radioactive Waste in Canada.* (2006). Extrait le 19 février 2007 du site <http://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 *Fréquence cardiaque cible.* (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 *Moon.* (2006). Extrait le 21 février 2007 du site <http://luna.eightplanets.net/>.
- C0-110 *Moon.* (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-con-e.htm>.
- C0-121 *Hinterland Who's Who Species.* (2006). Extrait le 26 février 2007 du site http://www.hww.ca/index_e.asp.
- C0-123 *Seasonal Safety Tips: Be Causal, 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 *Nos dossiers chauds actuels.* (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://www.cahperd.ca/fra/revendication/index.cfm>.
- C0-129 *Clips sur les sucres : Série de fiches de renseignements donnant de l'information pratique sur le sucre.* (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-simon-jackson-interview>.
- C0-136 *RCMP Recruiting – Physical Abilities Requirement Evaluation (PARE).* (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://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#l1>.*
- C1-001 *Welcome to DiscoverySchool.com!. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.discoveryschool.com.*
- C1-008 *Bienvenue à l'association canadienne de yachting. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.sailing.ca.*
- C1-009 *Bienvenue à l'ACD. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.dermatology.ca/french.*
- C1-010 *Office Supplies – Shoplet.com. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.shoplet.com.*
- C1-012 *Boattalk.com – Your Personal Boating Community!. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.boattalk.com.*
- C1-013 *Marine Institute – A Marine Fisheries and Marine Educational Institute. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.mi.mun.ca.*
- C1-014 *Phonetic Alphabet. (2006). Extrait le 21 avril 2006 du site www.grc.nasa.gov/www/mael/ag/phonetic.htm.*
- C1-015 *International Code Flags. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.boatingandmarineinfo.org/alpha.html.*
- C1-017 *Organisation du Traité de l'Atlantique Nord – Page d'accueil officielle. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.nato.int/home-fr.htm.*
- C1-018 *Commandement de la défense aérospatiale de l'Amérique du Nord. (2006). Extrait le 25 mai 2006 du site www.norad.mil.*
- C1-019 *Semaphore. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.seacadetsignals.org.uk/Google%20and%20pud/Anim%20sea%20Lets/Attn300.gif.*
- C1-023 *Haze Gray and Underway. (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.hazegray.org.*
- C1-025 *http://www.jcommops.org/graph_ref/cargo_ship-3.jpg. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.jcommops.org/graph_ref/cargo_ship-3.jpg.*
- C1-026 *http://www.sankoline.co.jp/img/02_2.jpg. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.sankoline.co.jp/img/02_2.jpg.*
- C1-027 *<http://www.boatnerd.com/news/newpictures03/Joseph-M.-Frantz-6-03.jpg>. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.boatnerd.com/news/newpictures03/Joseph-M.-Frantz-6-03.jpg>.*
- C1-028 *RINA Events. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.rina.org.uk/rimages/events/Picture2.jpg>.*
- C1-029 *Moss Maritime. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.mossw.com/mossmaritime/>.*
- C1-030 *<http://www.cbsnews.com/images/2006/03/24/imageSJU10103232114.jpg>. (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.cbsnews.com/images/2006/03/24/imageSJU10103232114.jpg>.*

- C1-031 *Ramsey Postcards.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.simplonpc.co.uk/Ramsey/UlsterQueen_Ramsey133.jpg.
- C1-032 *52' Fishing Trawler – Trawler Yachts – Workboats.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.mahasagarboats.com/52ottched.jpg>.
- C1-033 *For Sale Fresh Fish Stern Trawler.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.alasund.is/images/fft5160.jpg>.
- C1-034 (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://ioeb.who.edu/pics%5Cccgib.jpg>.
- C1-035 *Thermax Project Photos.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.thermaxmarine.com/images/photos/tender1.jpg>.
- C1-036 *West Coast Marine Services.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://members.shaw.ca/rcmpwcmd/graphics/Pearkes.jpg>.
- C1-037 *Mandat.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.atlantic.drdc-rddc.gc.ca/images/photos/quest_01_e.jpg.
- C1-038 *Merchant Ship Pictures – Research Vessel.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.wellandcanal.ca/shiparc/misc/kiyi/kiyi.htm>.
- C1-039 (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.iamaw.ca/lodges/memberprofiles/LL1934/Malena-4-three-boats.jpg>.
- C1-040 *Photo Gallery.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.portofcork.ie/photo_archive.htm.
- C1-041 *The Terra Nova Oil Spill – Protected From Scrutiny.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site <http://www.mun.ca/serg/acwern/TerraNova.html>.
- C1-042 *Photo Gallery.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site http://www.mdslimited.ca/images/photos_online/typesofrigs/pages/typesofrigs_0029.htm.
- C1-043 *ReadyAyeReady.com – The Canadian Navy.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.readyayeready.com.
- C1-044 *Research Vessel – Wikipedia, the Free Encyclopedia.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.wikipedia.org/wiki/Research_vessel.
- C1-045 *Semaphore Flags.* (2006). Extrait le 19 mai 2006 du site www.anbg.gov.au/images/flags/misc/semaphore.gif.
- C1-046 *ROROs.* (2006). Extrait le 12 mai 2006 du site www.geocities.com/uksteve.geo/roro.html.
- C1-050 *Projet de loi C-62 : Modifications aux lois sur les avantages destinés aux anciens combattants.* (2006). Extrait le 14 mars 2007 du site <http://dsp-psd.pwgsc.gc.ca/Collection-R/LoPBdP/LS/bp338-f.htm>.
- C1-055 *Canadian Women's Army Corps (CWAC).* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site http://www.navalandmilitarymuseum.org/info_pages/about__index.html#CWAC.
- C1-058 *WRENS – A Proud Heritage.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.naval-museum.mb.ca/history/exhib10.htm>.

- C1-059 *Toile de fond du dossier de la marine marchande.* (2006). Extrait le 14 mars 2007 du site <http://waramps.ca/news/merchant/back.html>.
- C1-060 *Canada in Afganistan.* (2006). Extrait le 13 mars 2007 du site <http://cbc.ca/news/background/Afganistan/Canada.html>.
- C1-061 *Middle East.* (2006). Extrait le 12 mars 2007 du site <http://worldatlas.com/webimage/countrys/me.htm>.
- C1-062 *Indemnité spéciale d'ancien combattant de la marine marchande.* (2006). Extrait le 14 mars 2007 du site <http://vac-acc.gc.ca/general/sub.cfm?source=feature/mnvnback>.
- C1-065 *History, Memory and Monuments: An Overview of Scholarly Literature on Commemoration.* (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.cr.nps.gov/history/resedu/savage.htm>.
- C1-066 *Do We Need a Holocaust Memorial Day?.* (2006). Extrait le 28 février 2007 du site http://news.bbc.co.uk/1/hi/talking_point/1774160.stm.
- C1-067 *The Battle of Britain: Important Days in the Battle: 15 September.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.iwm.org.uk/upload/package/27/battleofbritain/intro>.
- C1-070 *The Battle of the Atlantic-Timeline.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://navynews.co.uk/boa/time1939.asp>.
- C1-071 *The Battle of the Atlantic: Royal Canadian Navy.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/Canadian.htm>.
- C1-072 *The Battle of the Atlantic: Overview.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/overview.htm>.
- C1-073 *The Battle of the Atlantic: Campaign.* (2006). Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/campaign.htm>.
- C1-076 *War Comes to Bell Island.* (2006). Extrait le 3 avril 2007 du site http://www.virtualmuseum.ca/pm.php?id=story_line&lg=English&fl=0&ex=00000252&sl=5100&pos=1.
- C1-078 *HMCS Athabaskan.* (2006). Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/ships/destroyer/athabas.jpg>.
- C1-079 *HMCS Fort Francis.* (2006). Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/ships/fortfran.htm>.
- C1-080 *HMCS Sackville.* (2006). Extrait le 4 avril 2007 du site <http://steelnavy.com/Sackville.htm>.
- C1-081 *HMCS Fort Francis.* (2006). Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/new-quiz/index.htm>.
- C1-082 *Welcome to HMCS Haida National Historic Site and Historical Naval Ship.* (2006). Extrait le 23 avril 2007 du site <http://hmcshaida.ca>.
- C1-083 *"We Will Remember" War Monuments in Canada.* (2006). Extrait du site <http://www.cdi.ca/monuments/>.
- C1-084 *Réconciliation : Monument au maintien de la paix.* (2006). Extrait le 29 juin 1905 du site http://www.canadascapital.gc.ca/bins/ncc_web_content_page.asp?cid=16297-24563-24552&lang=1&bhcp=1.

- C1-085 *Women's Royal Canadian Naval Service.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.navalmuseum.ab.ca/Explore.htm#>.
- C1-086 *Last Remaining Tribal Class Destroyer.* (2006). Extrait le 23 avril 2007 du site http://www.pc.gc.ca/lhn-nhs/on/haida/natcul/index_f.asp.
- C1-087 *Plaines d'Abraham.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.rtsq.qc.ca/quebec/dc011.htm>.
- C1-088 *Peacekeepers Cairn.* (2006). Extrait le 25 avril 2007 du site <http://www.cavunp-winnipeg.com/cairn.html>.
- C1-089 *One Street, Three Great Men.* (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://forums.army.ca/forums/index.php?topic=30220.0;all>.
- C1-090 *Le chemin de la bravoure.* (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.histori.ca/minutes/minute.do?id=10192>.
- C1-091 *Nelson Column.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.aboutnelson.co.uk/0347Canada.htm>.
- C1-092 *The Two Fronts of War.* (2006). Extrait le 25 avril 2007 du site http://city.vancouver.bc.ca/ctyclerk/archives/exhibits/Two_Fronts.htm.
- C1-093 *Les monuments Vauquelin et Nelson.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.vieux.montreal.qc.ca/tour/etape2/2texte2.htm>.
- C1-094 *Historic Naval Ships Visitors Guide – RCMPV St. Roch.* (2006). Extrait le 28 février 2007 du site <http://hnsa.org/ships/stroch.htm>.
- C1-095 *Jean Vauquelin.* (2006). Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www2.marianopolis.edu/quebechistory/encyclopedia/JeanVauquelin-QuebecHistory.htm>.
- C1-097 *Ligue navale du Canada.* (2006). Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.navyleague.ca/fra/index.asp>.

CHAPITRE 3

ÉVALUATION DES CADETS

OBJET

1. Le but du présent chapitre est d'exposer brièvement les exigences d'évaluation particulières du programme de la phase deux des Cadets de la Marine royale 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 la phase deux sont de nature participative. Un aperçu général des caractéristiques des PD se trouve à l'[annexe A](#).

ÉVALUATION DES CADETS DE LA PHASE DEUX

5. Le but de l'évaluation des cadets de la phase deux 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 LA PHASE DEUX

6. La norme minimale de qualification du programme de la phase deux 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 la phase deux 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-601/PG-002, *Cadets de la Marine royale canadienne – Norme de qualification et plan de la phase un*, 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 la phase deux. 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 la phase deux, 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 la phase deux, qui se trouve à l'[annexe B](#), laquelle sert également à déterminer la réussite du programme de la phase deux. 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 la phase deux. Par contre, il passera à la phase trois 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 la phase deux.

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

CERTIFICAT DE QUALIFICATION DE LA PHASE DEUX

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 la phase deux. Les cadets auxquels on a accordé une dérogation de la norme de qualification minimale ne recevront pas le Brevet d'aptitude de cadet.

PÉRIODES DE DÉVELOPPEMENT (PD) DU PROGRAMME DES CADETS (PC) DE LA MARINE

(En conception)

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

DOSSIER DE QUALIFICATION DU PROGRAMME DE LA PHASE DEUX

Nom du cadet : _____

Sujet	OREN	Énoncé de rendement	Évaluation des OREN		Dérogation du cmdt
			A participé	N'a pas participé	
Civisme	201	Situer le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement			
Service communautaire	202	Effectuer un service communautaire			
Leadership	203	Démontrer des qualités de leadership entre pairs			
Bonne forme physique et mode de vie sain	204	Mettre à jour le plan d'activité personnel			
Sports récréatifs	205	Participer à des sports récréatifs			
Tir de précision avec la carabine à air comprimé	206	Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets pendant une activité récréative de tir de précision			
Connaissance générale des cadets	207	Servir dans un corps de Cadets de la Marine			
Exercice militaire	208	Exécuter l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade			
Marine canadienne et milieu maritime	220	Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime			
Travail de cordages	221	Gréer les palans			
Navigation d'un navire	223	Servir dans un environnement naval			
Voile	224	Naviguer en voilier conformément au niveau I de Voile blanche de l'Association canadienne de yachting (ACY)			
Instruction nautique	224	Participer à une fin de semaine d'instruction nautique			

Nota : La colonne « Dérogation du cmdt » nécessite les initiales du commandant du corps de cadets, s'il y a lieu.

Qualification du programme de la phase deux réussie	Oui	
	Non	

Signature de l'O Instr : _____

Date : _____

NORMES D'OBJECTIFS DE RENDEMENT (OREN) NÉCESSAIRES

OREN	Énoncé de rendement.	Norme abrégée
201	Définir les principes de gérance de l'environnement	Le cadet a situé le rôle d'un citoyen canadien sensibilisé à l'environnement, y compris les droits et responsabilités d'un citoyen canadien et le code de gérance de l'environnement du gouvernement du Canada.
202	Effectuer un service communautaire	Le cadet a participé à une activité de service communautaire.
203	Démontrer des qualités de leadership entre pairs	Le cadet a démontré des qualités de leadership auprès de ses pairs en contribuant de façon positive à un groupe, en manifestant une attitude positive envers l'apprentissage, et en étant responsable de ses actions et choix personnels.
204	Mettre à jour le plan d'activité personnel	Le cadet a participé au test PACER et a mis à jour son plan d'activité personnel.
205	Participer à des sports récréatifs	Le cadet a participé à une activité de sports récréatifs.
206	Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets pendant une activité récréative de tir de précision	Le cadet a participé à une activité récréative de tir de précision avec la carabine à air comprimé des cadets.
207	Servir dans un corps de Cadets de la Marine	Le cadet a participé aux discussions portant sur : l'instruction de la phase deux, l'historique du Programme des Cadets de la Marine, le rôle du répondant local et les occasions d'instruction offertes au CIEC.
208	Exécuter l'exercice militaire en tant que membre d'une escouade	Le cadet a exécuté l'exercice militaire à titre de membre d'une escouade.
220	Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime	Le cadet reconnaît les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu civil maritime, y compris : les traditions à bord d'un navire, le rôle historique des FC dans les affaires internationales, les lieux historiques navals/maritimes et leur importance, et la participation à un événement commémoratif, à une discussion ou à une présentation portant sur la marine.
221	Gréer les palans	Le cadet a gréé les quatre palans, élingué une estrope et moucheté un croc.
223	Servir dans un environnement naval	Le cadet a été en mesure de définir la terminologie de la Marine et de démontrer son habileté de lancer les trois principaux appels à l'aide du sifflet de manœuvrier.
224	Naviguer en voilier conformément au niveau I de Voile blanche de l'Association canadienne de yachting (ACY)	Le cadet a participé à une fin de semaine de navigation à la voile et progresse vers la réalisation du niveau I de Voile blanche.
225	Participer à une fin de semaine d'instruction nautique	Le cadet a participé à l'activité de fin de semaine.
Nota : Les normes abrégées se fondent sur les descriptions de leçons présentées en détail au chapitre 4.		

CHAPITRE 4 OBJECTIFS DE RENDEMENT

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 gérance 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 gérance 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-602/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. augmenter la sensibilisation 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; b. la possibilité pour un membre des FC qui ne se conforme pas au Code de devoir personnellement déboursier les 	Exposé interactif	5 min	A0-039

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>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 ou à l'escadron; et</p> <p>b. l'amélioration de la sensibilisation à l'environnement :</p> <p>(1) au corps ou à l'escadron;</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

- a. 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.
- 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 la gérance de l'environnement.

7. Documents de référence

- a. A0-039 OAIC 11-08 D Cad 3. (1997). *Protection et gérance de l'environnement*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. 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; 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
	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	Diriger une discussion de groupe sur les lieux d'élimination des déchets dangereux, à l'échelle locale, provinciale, territoriale ou nationale, incluant : a. une liste des articles ménagers dangereux; et b. les lieux d'élimination pour : (1) les déchets nucléaires; (2) les déchets biomédicaux; (3) les déchets ménagers dangereux; et (4) les déchets chimiques.	Discussion de groupe	10 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

- 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>.
- 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/ccc/search/navigate.do;jsessionid=0000K8PZAlm_AQ8PI5d5jWCrLLZ:vr8s5a6?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://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 gérance 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 assistée 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 assistée 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 des 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.

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 assistée 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 des 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 la phase deux.
 - c. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire de la phase deux, 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 la phase un, 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 assistée. 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 (trois fois trois périodes) 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 phases, 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 AUPRÈS DES PAIRS**

1. **Rendement.** Démontrer des qualités de leadership auprès des 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	<p>Expliquer le leadership entre pairs, incluant :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. les responsabilités d'un cadet de la phase deux, 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 la phase deux spécifiques au corps de cadets. 	Exposé interactif	15 min	C0-134
PE2	<p>Diriger une activité sur l'établissement des buts en demandant aux cadets de prendre en note :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. les buts à court terme réalisable au corps, comme : <ol style="list-style-type: none"> (1) améliorer le port de l'uniforme; (2) améliorer l'exercice militaire; (3) assister à toutes les soirées d'instruction, etc.; (4) les buts à long terme pour l'année d'instruction comme : <ol style="list-style-type: none"> (a) obtenir une promotion; 	Activité en classe	10 min	C0-022 (p. 39 à 42)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(b) obtenir le prix de présence parfaite; et (c) participer à l'instruction d'été, etc.; et b. les étapes que les cadets doivent suivre pour atteindre ces buts.			

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-602/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 la phase deux 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	Jeux de rôles pour démontrer le comportement influent directif.	Activité en classe	5 min	A0-047 A0-048
PE2	Jeux de rôles pour démontrer le comportement influent persuasif.	Activité en classe	5 min	A0-047 A0-048
PE3	Jeux 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	5 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-602/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

- L'exposé interactif a été choisi pour le PE1, pour initier les cadets à l'intégrité personnelle comme qualité de leadership.
- Une activité en classe a été choisie pour 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

- A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du Programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C0-112 (ISBN 0-8407-6744-7) Maxwell, J.C. (1993). *Developing the Leader Within You*. Nashville, Tennessee, Thomas Nelson Inc. Publishers.

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

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

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://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 trois 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.
- 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 instructeur, 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. Le personnel du corps de cadets ne doit pas conduire cet OCOM afin de présenter d'autres chefs aux cadets.
 - 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	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 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.** 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.** 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	C1-006 (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.** 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.** 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 la phase un peut être choisie comme instruction complémentaire de la phase deux, 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 la phase un, 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 la publication de 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 la publication de 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 la publication de 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-602/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 la publication 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.** Le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/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-602/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 la phase un) 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. (Ed.). (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 la phase un; et
- d. des copies d'un plan d'activité en blanc, qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/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)*, Agence de santé publique 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://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://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 d'un plan de repas hebdomadaire en blanc;
 - (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 la publication de 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 la publication de 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 : 5 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-602/PF-002, chapitre 4, annexe E; et
- e. le plan de nutrition personnel qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/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 assistée ou en trois séances de trois périodes chacune.
5. **Matière complémentaire**
 - a. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire à la phase deux, 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 activité de course d'orientation).
 - b. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de la phase un, 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 assistée. 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	<p>Diriger une séance de récupération qui consiste à faire des exercices cardiovasculaires légers destinés à :</p> <p>a. permettre au corps de récupérer lentement après une activité physique afin d'aider à prévenir les blessures;</p> <p>b. préparer les appareils respiratoire et cardiovasculaire à retourner à leur rythme normal; et</p> <p>c. étirer les muscles.</p>	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-602/PF-002, chapitre 5, annexe A.
- b. Les sports récréatifs peuvent se dérouler en neuf périodes pendant une journée d'instruction assistée ou en trois séances de trois périodes chacune.

SECTION 6**OREN 206 – TIRER AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES
CADETS PENDANT UNE ACTIVITÉ RÉCRÉATIVE DE TIR DE PRÉCISION**

1. **Rendement.** Tirer avec la carabine à air comprimé des cadets pendant 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) 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 la phase un comme instruction complémentaire à la phase deux, 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 la phase un, 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 assistée. 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://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-601/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. trouver la bonne utilisation des yeux;
 - 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 la bonne utilisation des yeux 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) la hausse; 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	<p>Expliquer et démontrer l'alignement naturel et demander aux cadets de le pratiquer :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. prendre une position de tir couchée confortable; b. trouver 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 à un moment confortable; 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	<p>Démontrer et expliquer le contrôle de la détente, y compris :</p> <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. presser la détente. 	Démonstration	5 min	A0-027 (p. 1-5-9 et 1-5-10)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Définir le maintien de la visée comme le fait de maintenir une position couchée stable pour deux secondes et de retrouver une image de visée après avoir tiré avec la carabine à air comprimé.	Exposé interactif	5 min	A0-027 (p. 1-5-10)

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 LA MARINE**

1. **Rendement.** Servir dans un corps de Cadets de la Marine.
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 de la Marine, y compris :
 - a. identifier les occasions d'instruction disponibles dans la phase deux;
 - b. reconnaître les aspects historiques des Cadets de la Marine royale canadienne;
 - c. reconnaître le rôle et les responsabilités du répondant local; et
 - d. identifier les occasions d'instruction en été de la deuxième année.
4. **Remarques**
 - a. L'OCOM M207.01 (Identifier les occasions d'instruction de la phase deux) doit se dérouler au début de l'année d'instruction.
 - b. L'OCOM M207.04 (Reconnaître les occasions d'instruction du CIEC de la phase deux) doit se dérouler avant l'échéance des candidatures au CIEC.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 207 est conçue pour augmenter les connaissances des cadets pour servir dans un corps de Cadets de la Marine :
 - (1) l'OCOM C207.01 (Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada);
 - (2) l'OCOM C207.02 (Visiter un corps ou un escadron de cadets local);
 - (3) l'OCOM C207.03 (Reconnaître l'histoire de l'unité d'affiliation); et
 - (4) l'OCOM C207.04 (Participer à une visite de l'unité d'affiliation).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire pour la phase deux, plus précisément l'OCOM C107.03 (Participer à une activité relative à l'histoire du corps de cadets).
 - c. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 207 se limite à un total de huit périodes qui peuvent se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Le corps de cadets n'est pas obligé d'utiliser toutes les huit périodes.

OCOM M207.01 – IDENTIFIER LES OCCASIONS D’INSTRUCTION DE LA PHASE DEUX

1. **Rendement.** Identifier les occasions d’instruction de la phase deux.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) des documents de cours sur les objectifs de rendement (OREN) et les objectifs de compétence (OCOM) des occasions d’instruction de la phase deux;
 - (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 les occasions d’instruction de la phase deux, incluant :
 - a. l’instruction obligatoire; et
 - b. l’instruction complémentaire.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier l’instruction obligatoire de la phase deux, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l’instruction commune aux éléments marine, armée et aérien des OCC, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) le civisme; (2) le service communautaire; (3) le leadership; (4) la bonne 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. b. l’instruction propre à l’élément marine, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) la Marine canadienne et milieu maritime; (2) le travail de cordages; (3) l’opération de petites embarcations; 	Activité en classe	15 min	A0-010

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(4) les opérations sur un bâtiment; et (5) la navigation à voile.			
PE2	Identifier les occasions d'instruction complémentaire de la phase deux.	Exposé interactif	5 min	Voir les Remarques au para. 11
PE3	Diriger une activité sur les occasions d'instruction de la phase deux.	Activité en classe	5 min	

5. Durée

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

6. Justification

- Une activité en classe a été choisie pour les PE1 et PE3, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.
- L'exposé interactif a été choisi pour le PE2 afin de présenter aux cadets l'instruction de la phase deux et de susciter leur intérêt sur les sujets.

7. Documents de référence

- A0-010 OAIC 11-03 D Cad 2. (2006). *Mandat du programme des cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- A0-045 Cadets Canada. (2007). *À propos du programme*. Extrait le 19 février 2007 du site http://www.cadets.ca/about-nous/histo_e.asp.
- C0-013 Patrimoine canadien. *Cérémonial et promotion des symboles canadiens*. (2007). Extrait le 4 mai 2007 du site http://www.canadianheritage.gc.ca/progs/cpsc-ccsp/sc-cs/index_f.cfm.
- C0-081 Citoyenneté et Immigration Canada. (aucune date). *Droits et responsabilités des citoyens canadiens*. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://cic.gc.ca/English/citizen/rights-fs.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;
- des documents de cours des OCOM et OREN de l'instruction de la phase deux qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe A;
- du ruban;
- des affiches qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexes C et D.

9. Matériel d'apprentissage

- des documents des OCOM et OREN de l'instruction de la phase deux qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe A;

- b. une activité en classe qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe B; et
- c. des affiches qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexes C et D.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Consulter le plan d'instruction annuel du corps de cadets pour obtenir les occasions d'instruction complémentaire de la phase deux pour le PE2.

OCOM M207.02 – RECONNAÎTRE LES ASPECTS HISTORIQUES DES CADETS DE LA MARINE ROYALE CANADIENNE (CMRC)

1. **Rendement.** Reconnaître les aspects historiques des Cadets de la Marine royale canadienne (CMRC).
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 aspects historiques des CMRC, incluant :
 - a. les dates importantes du Programme des Cadets de la Marine; et
 - b. la Ligue navale du Canada (LNC).
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Introduire des événements importants dans le Programme des Cadets de la Marine, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la formation d'associations d'exercice militaire; b. la fondation de la LNC; c. le cadre d'officiers; d. les répercussions de la Première Guerre Mondiale; e. les répercussions de la Seconde Guerre Mondiale; f. l'ajout de « Royal » au titre; g. l'unification des Forces canadiennes; et h. l'inclusion des filles dans le Programme des cadets. 	Exposé interactif	10 min	A0-045 C1-058
PE2	Présenter des dates importantes au sein de la Ligue navale du Canada, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la formation et les débuts; b. les répercussions de la Première Guerre Mondiale; c. les répercussions de la Seconde Guerre Mondiale; et 	Exposé interactif	10 min	C1-058

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	d. la formation du Corps de cadets de la Ligue navale.			
PE3	Diriger une activité sur les aspects historiques des CMRC.	Activité en classe	5 min	

5. **Durée**

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

6. **Justification**

- L'exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin de présenter aux cadets les aspects historiques des CMRC.
- 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**

- 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.
- C1-097 La Ligue navale du Canada. (2007). *Historique*. Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.navyleague.ca/fra/bienvenue/historique.asp>.
- C1-097 La Ligue navale du Canada. (2007). *Critical Dates*. Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.navyleague.ca/fra/bienvenue/dates.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.
- Le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe F.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le jeu de mots croisés qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe E.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

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

1. **Rendement.** Reconnaître les rôles et 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 répondant et comité et succursale répondant.	Exposé interactif	5 min	A0-040 (p. 6/40)
PE2	Décrire l'organisme répondant local, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la division locale de la Ligue navale du Canada (LNC) à titre de premier répondant; b. les postes; c. le corps de cadets peut avoir un répondant secondaire, comme : <ol style="list-style-type: none"> (1) les comités de parents; (2) la Légion royale canadienne; (3) le Lion Clubs; et (4) les Rotary Clubs; etc. 	Exposé interactif	10 min	C1-068 C1-069
PE3	Expliquer le rôle et les responsabilités du comité ou de la succursale répondant, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. faire des campagnes de financement; b. recruter des cadets; c. attirer des officiers au corps de cadets; d. présélectionner les bénévoles; e. fournir des bureaux et des installations de formation appropriées; f. participer aux nominations des grades des cadets supérieurs; g. participer à la sélection des échanges/CIEC; et 	Exposé interactif	10 min	C1-058

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	h. participer aux sélections pour les décorations et les prix.			

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 au rôle et aux responsabilités du répondant local et de leur présenter la matière de base sur le répondant local du corps de cadets.

7. **Documents de référence**

- A0-040 2005-113124 D Cad. (2005). *Protocole d'entente entre le MDN et les ligues*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C1-068 La Ligue navale du Canada. (2002). *Guide à l'intention des succursales : Partie un*. Ottawa, ON, La Ligue navale du Canada.
- C1-069 La Ligue navale du Canada. (2002). *Guide à l'intention des succursales : Partie deux*. Ottawa, ON, La Ligue navale du Canada.

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.** Un membre de la LNC locale peut présenter cet OCOM. Le conférencier doit être informé des PE avant la leçon.

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

1. **Rendement.** Identifier les occasions d’instruction de deuxième année du 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, incluant :
 - a. les domaines d’intérêt;
 - b. les cours offerts dans chaque domaine d’intérêt; et
 - c. les conditions préalables au cours pour chaque domaine d’intérêt.
4. **Points d’enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des domaines spécialisés pour l’instruction de la deuxième année au CIEC, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le leadership; b. le tir de précision; c. l’exercice militaire et les activités du cérémonial; d. le conditionnement physique et les sports; e. la musique; f. la navigation en voilier; et g. le matelotage. 	Discussion de groupe	10 min	A0-010 A1-019
PE2	Décrire les cours de la deuxième année au CIEC, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les cours communs : <ol style="list-style-type: none"> (1) conditionnement physique et sports de base; et (2) musique militaire – musicien élémentaire; b. cours élémentaires : <ol style="list-style-type: none"> (1) le leadership de niveau élémentaire; (2) la voile élémentaire; et 	Exposé interactif	10 min	A0-010 A0-033 A1-019

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(3) le matelotage élémentaire; et c. les conditions 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**

- La discussion de groupe a été choisie pour le PE1, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments sur les occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC.
- L'exposé interactif a été choisi pour le PE2 afin d'initier les cadets aux occasions d'instruction de la deuxième année au CIEC et de stimuler leur intérêt.

7. **Documents de référence.** A1-019 OAIC 31-03. D Cad 2. (2006). *Aperçu du Programme des Cadets de la Marine*. 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.

9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques**

- Cette OCOM doit se dérouler avant l'échéance des candidatures de l'instruction d'été du détachement de cadets ou de la région applicable.
- Il est fortement recommandé de remplir les formulaires de demande d'instruction d'été (CF 51) pendant une séance d'instruction après la conduite de cet OCOM.
- Les corps de cadets peuvent choisir de consacrer deux périodes d'instruction complémentaire additionnelles afin de prolonger l'OCOM en une séance qui inclut un séminaire informatif pour les parents, etc.

OCOM C207.01 – DÉCRIRE LA STRUCTURE DES GRADES DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE ET DES CADETS DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA

1. **Rendement.** Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets 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 décrire la structure des grades suivants :
 - a. les Cadets royaux de l'Armée canadienne; et
 - b. les Cadets de l'Aviation royale du Canada.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la structure des grades des cadets de l'Armée et des cadets de l'Air, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. soldat (sdt); b. caporal (cpl); c. caporal-chef (cplc); d. sergent (sgt); e. adjudant (adj); f. adjudant-maître (adjum); g. adjudant-chef (adjuc); h. Cadet de l'Air (CA); i. cadet de l'air de de 1^{re} classe (cdt 1); j. caporal (cpl); k. caporal de section (cpl s); l. sergent (sgt); m. sergent de section (sgt s); n. adjudant de 2^e classe (adj 2); et o. adjudant de 1^{re} classe (adj 1). 	Exposé interactif	10 min	A3-004 (p. 1 à 9) A2-030 (p. 1/5 à 5/5, A-1/1, et B-1/2)
PE2	Diriger une activité afin de familiariser les cadets à la structure des grades des cadets de l'Armée et des cadets de l'Air.	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**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'initier les cadets à la structure des grades des cadets de l'Armée et des cadets de l'Air, de stimuler leur intérêt et de 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 l'intérêt des cadets.

7. **Documents de référence**

- a. A2-030 OAIC 40-03 D Cad 4. (2005). *Grades des Cadets de l'Armée et effectif des corps de cadets*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. A3-004 OAIC 51-02 D Cad 4. (2007). *Promotions des Cadets de l'Air*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

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 documents de cours qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexes H à J.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 7, annexe G.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

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

1. **Rendement.** Visiter un corps ou un escadron de cadets 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 déterminera les conditions environnementales appropriées à cette instruction.
3. **Norme.** Le cadet doit visiter un corps ou un escadron de cadets afin de se familiariser avec les différences dans l'instruction des cadets au sein d'un élément et entre les éléments.
4. **Points d'enseignement.** Diriger une visite à un corps ou à un escadron de cadets et ses installations, en mettant en évidence les points suivants :
 - a. préciser le nombre de membres du personnel et de cadets; et
 - b. décrire les éléments suivants :
 - (1) l'instruction obligatoire élémentaire;
 - (2) les choix d'instruction complémentaire du corps ou de l'escadron de cadets;
 - (3) l'histoire et les traditions :
 - (a) de l'élément;
 - (b) du corps ou de l'escadron de cadets; et
 - (c) de l'unité d'affiliation; et
 - (4) quelques voyages ou échanges auxquels a participé le corps ou l'escadron de cadets.
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 puisqu'elle renforce les connaissances par le cadet de la matière déjà enseignée à l'OCOM C207.01 (Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada) et initie le cadet à l'instruction donnée par les autres éléments, par la participation à une activité qui se déroule dans un environnement 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. On recommande que l'OCOM C207.01 (Décrire la structure des grades des Cadets royaux de l'Armée canadienne et des Cadets de l'Aviation royale du Canada) se déroule avant cette visite.
- b. Une visite à un corps de cadets de la Ligue navale peut également se dérouler pour cet OCOM.
- c. Cette sortie éducative peut aussi se dérouler lors d'une journée d'instruction assistée ou lors d'une séance complémentaire.
- d. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cette leçon.

OCOM C207.03 – DÉCRIRE L'UNITÉ D'AFFILIATION

1. **Rendement.** Décrire l'unité d'affiliation.
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 décrire l'unité d'affiliation.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire l'unité d'affiliation, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. sa taille; b. son emplacement; c. son rôle au sein des FC; d. la date de sa formation; e. les immeubles qu'elle occupe; f. les traditions de l'unité; g. ses anciens et futurs déploiements; h. ses membres honorés ou médaillés; i. son rôle par rapport au corps de cadets; et j. d'autres faits intéressants. 	Exposé interactif	15 min	
PE2	Diriger une activité sur l'unité d'affiliation.	Activité en classe	10 min	

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 à l'histoire de l'unité d'affiliation et de stimuler l'intérêt.
 - b. 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 pour l'histoire de l'unité d'affiliation.

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. Un membre du corps de cadets ou de l’unité d’affiliation peut enseigner cette leçon.
 - b. Si l’unité d’affiliation a accès au matériel de promotion, elle peut l’utiliser comme référence ou comme matériel d’apprentissage.
 - c. Les sujets qui se trouvent au PE1 peuvent être différents pour chaque unité d’affiliation. L’instructeur doit trouver des faits intéressants de l’unité d’affiliation avant la leçon.
 - d. Les affiches créées au cours de cette leçon peuvent être exposées lors de la cérémonie militaire de la revue annuelle.

OCOM C207.04 – PARTICIPER À UNE VISITE DE L'UNITÉ D’AFFILIATION

1. **Rendement.** Participer à une visite de l'unité d'affiliation.
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 l'unité d'affiliation afin de se familiariser à la relation entre les Forces canadiennes (FC) et le Programme des cadets.
4. **Points d'enseignement.** Diriger une visite à l'unité d'affiliation et ses installations, en mettant en évidence les points suivants :
 - a. la taille de l'unité d'affiliation;
 - b. le rôle que l'unité d'affiliation joue au sein des FC;
 - c. la date de formation de l'unité d'affiliation;
 - d. les immeubles que l'unité d'affiliation occupe;
 - e. tout déploiement auquel a participé l'unité d'affiliation;
 - f. tout membre honoré ou médaillé de l'unité d'affiliation;
 - g. son rôle au sein du corps de cadets; et
 - h. d'autres faits intéressants.
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 puisqu'elle renforce les connaissances du cadet sur l'unité d'affiliation tout en l'informant du rôle de l'unité d'affiliation au sein du corps ou de l'escadron de cadets.
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. Si un instructeur du corps de cadets est responsable de la visite, il doit faire une recherche à l'avance sur tous les points d'enseignement.
- b. Cette sortie éducative peut aussi se dérouler lors d'une journée d'instruction assistée ou lors d'une séance complémentaire.
- c. Si l'unité d'affiliation a accès au matériel de promotion, elle peut l'utiliser comme référence ou comme matériel d'apprentissage.
- d. Il n'y a pas de guide pédagogique pour cet OCOM.

SECTION 8**OREN 208 – EXÉCUTER L'EXERCICE MILITAIRE EN TANT QUE MEMBRE D'UNE ESCOUADE**

1. **Rendement.** Exécuter 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 la cérémonie militaire dans le cadre d'une revue) permet la pratique de l'instruction obligatoire de la phase un; et
 - (2) l'OCOM C208.02 (Exécuter l'exercice militaire avec des armes).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire pour la phase deux, 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 la 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 LA CÉRÉMONIE MILITAIRE DANS LE CADRE D'UNE REVUE

1. **Rendement.** S'exercer à la 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 de cérémonie militaire 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 de cérémonie militaire, 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 cérémonies militaires.
 - 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 L'EXERCICE MILITAIRE AVEC DES ARMES

1. **Rendement.** Exécuter l'exercice militaire avec des armes.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) les commandements;
 - (2) un fusil pour l'exercice;
 - (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 des 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 des 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 211 – 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 supervisées par un officier de sécurité du champ de tir (O Sécur Tir).

5. **Matière complémentaire**

- a. L'OREN 211 (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 211 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 211 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 biathlons célèbres qui ont été initiés à leur sport grâce au Programme des cadets du Canada.	Exposé interactif	5 min	A0-049 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://lin.ca/resource/html/dn3.htm#1>.

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). *Programme de tir de précision des cadets : Manuel de référence*. 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 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;
 - (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. effectuer 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. effectuer 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;
 - 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-602/PF-002, chapitre 9, annexe C.
- 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;
 - (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). *Programme de tir de précision des cadets: manuel de référence*. 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-602/PF-002, chapitre 9, annexe D;
- h. des feuilles de contrôle du parcours, qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 9, annexe D;
- i. des feuilles de notation des tirs, qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/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 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 211 correspond à une activité d'instruction complémentaire. L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de participer à une activité compétitive de biathlon d'été.
- 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 ASPECTS HISTORIQUES
DE LA MARINE CANADIENNE ET DU MILIEU MARITIME**

1. **Rendement.** Reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu maritime.
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 reconnaître les aspects historiques de la Marine canadienne et du milieu civil maritime en :
 - a. identifiant les traditions à bord d'un navire;
 - b. identifiant le rôle historique des FC dans les affaires internationales;
 - c. identifiant les lieux historiques navals/maritimes et leur importance; et
 - d. participant à un événement commémoratif, à une discussion ou à une présentation portant sur la marine.
4. **Remarques.** S.O.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 220 est conçue de façon à perfectionner les connaissances du cadet en ce qui a trait à la Marine canadienne et au milieu maritime par l'entremise d'un éventail d'activités :
 - (1) l'OCOM C220.01 (Reconnaître le rôle de la marine marchande);
 - (2) l'OCOM C220.02 (Reconnaître le rôle du Canada dans la bataille de l'Atlantique); et
 - (3) l'OCOM C220.03 (Reconnaître les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale).
 - b. On peut donner une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire de la phase deux, plus précisément :
 - (1) l'OCOM C120.01 (Visiter les sites Web de la Marine canadienne);
 - (2) l'OCOM C120.02 (Identifier les types de navires civils); et
 - (3) l'OCOM C120.03 (Examiner l'histoire de la Marine canadienne);
 - c. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de la phase un, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et l'A-CR-CCP-602/PF-002.

- d. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 220 se limite à un total de quatre périodes, qui peuvent se dérouler pendant les séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Le corps de cadets n'est pas tenu d'utiliser les quatre périodes.

OCOM M220.01 – RECONNAÎTRE LE RÔLE JOUÉ PAR LES FORCES CANADIENNES (FC) DANS LES CONFLITS INTERNATIONAUX HISTORIQUES

1. **Rendement.** Reconnaître le rôle joué par les Forces canadiennes (FC) dans les conflits internationaux historiques.
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 joué par les FC dans les conflits internationaux historiques, y compris :
 - a. la Guerre d'Afrique du Sud (Guerre des Boers);
 - b. la Première Guerre mondiale;
 - c. la Seconde Guerre mondiale; et
 - d. les Opérations de paix.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Présenter la chronologie de la participation des FC aux événements historiques internationaux, de la Guerre d'Afrique du Sud à l'Afghanistan, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. le nom de l'événement; b. la date de l'événement; c. l'endroit où l'événement a eu lieu; et d. l'origine de l'événement. 	Exposé interactif	10 min	C1-051
PE2	Diriger une activité de groupe durant laquelle les cadets devront faire une recherche sur un des événements suivants : <ol style="list-style-type: none"> a. la Guerre d'Afrique du Sud (Guerre des Boers); b. la Première Guerre mondiale; c. la Seconde Guerre mondiale; ou d. les opérations de soutien de paix, parmi les suivantes : <ol style="list-style-type: none"> (1) la guerre de Corée; (2) le Moyen-Orient; 	Activité en classe	20 min	C1-051 (p. 103 à 215)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(3) l'Afrique; (4) les Balkans; et (5) l'Afghanistan.			
PE3	Demander à chaque groupe de donner une séance d'information de deux minutes sur l'événement qui était l'objet de la recherche au PE2.	Activité en classe	20 min	

5. Durée

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 10 min |
| c. | Activité en classe : | 40 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. Justification

- L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter l'information de base sur le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques.
- 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 pour le rôle joué par les FC dans les conflits internationaux historiques.

7. Documents de référence

- A1-026 Ministère de la Défense nationale. (2007). *The Commander-in-chief's Unit Commendation*. Extrait le 13 mars 2007 du site http://www.army.forces.gc.ca/2ppcli/history/medak_e.htm.
- C0-083 Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Ethiopia and Eritrea*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-086 Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Rwanda*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-087 Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in the Golan Heights of Syria*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-088 Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Cyprus*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-116 Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Egypt*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-124 (ISBN 0-662-69061-3) Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in the Balkans*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-125 (ISBN 0-662-69622-0) Anciens combattants Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Afghanistan*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- C0-137 (ISBN 0-662-69062-1) Veterans Affairs Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces and the Persian Gulf War*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

- j. C0-139 (ISBN 0-662-69059-1) Veterans Affairs Canada. (2006). *Canada Remembers: The Canadian Forces in Somalia*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
 - k. C1-051 (ISBN 1-55365-209-0) Zuehlke, M. (2001). *Canadian Military Atlas*. Vancouver, BC, Douglas and MacIntyre Ltd.
 - l. C1-057 (ISBN 2-920718-51-7) Bernier, Serge. (2000). *Canadian Military Heritage (Volume III, 1872-2000)*. Montréal, QC, Art Global Inc.
 - m. C1-060 Société Radio-Canada. (2006). *Canada in Afghanistan*. Extrait le 13 mars 2007 du site <http://www.cbc.ca/news/background/Afghanistan/Canada.html>.
 - n. C1-061 World Atlas. (aucune date). *Middle East*. Extrait le 12 mars 2007 du site <http://worldatlas.com/webimage/countrys/me.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**
- a. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe A ou B;
 - b. le document de cours portant sur les événements, qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe C; et
 - c. Des stylos ou des crayons.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

OCOM M220.02 – RECONNAÎTRE LES LIEUX HISTORIQUES NAVALS/MARITIMES ET LEUR IMPORTANCE

1. **Rendement.** Reconnaître les lieux historiques navals/maritimes et leur importance.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe D;
 - (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 reconnaître un site historique naval/maritime et son importance, parmi les sites suivants :
 - a. Région de l'Atlantique, y compris :
 - (1) le Sailors' Memorial (Halifax, N.-É.);
 - (2) le NCSM Sackville (Halifax, N.-É.);
 - (3) le Halifax Explosion Memorial (Halifax, N.-É.); ou
 - (4) le Allied Merchant Navy Memorial (St. John's, T.-N.);
 - b. Région de l'Est, y compris :
 - (1) la Colonne Nelson (ville de Québec, QC);
 - (2) le Monument Vauquelin (ville de Québec, QC);
 - (3) les Plaines d'Abraham (ville de Québec, QC); ou
 - (4) le Montreal War Memorial (Montréal, QC);
 - c. Région du Centre, y compris :
 - (1) le NCSM Haida (Hamilton, ON);
 - (2) le Monument commémoratif de guerre du Canada (Ottawa, ON); ou
 - (3) Réconciliation, Monument au maintien de la paix (Ottawa, ON);
 - d. Région des Prairies, y compris :
 - (1) le Women's Tri Service Memorial (Winnipeg, MB);
 - (2) le Peacekeepers Cairn (Winnipeg, MB); ou
 - (3) le Valour Road (Winnipeg, MB);
 - e. Région du Pacifique, y compris :
 - (1) The Cenotaph (Vancouver, C.-B.);

- (2) le Sailor's Memorial (Vancouver-Nord, C.-B.); ou
 - (3) le patrouilleur de la Gendarmerie royale du Canada de St. Roch (Vancouver, C.-B.); et
- f. International, y compris :
- (1) le Centre Juno Beach (Normandie, France);
 - (2) le Monument commémoratif du Canada à Vimy (crête de Vimy, France); ou
 - (3) le Mémorial terre-neuvien de Beaumont-Hamel (Beaumont-Hamel, France).

4. **Points d'enseignement.** Diriger une activité en classe où les cadets devront créer une affiche représentant un site régional, national ou international.

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 stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets au sujet des sites historiques navals/maritimes.

7. **Documents de référence**

- a. A1-001 Anciens combattants Canada. (1998). *The Memorial*. Extrait le 26 février du site <http://www.vac-acc.gc.ca/remembers/sub.cfm?source=memorials/memcan/national/Mem>.
- b. A1-001 Anciens combattants Canada. (aucune date). *À la mémoire des disparus : Le Monument commémoratif du Canada à Vimy*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.vac-acc.gc.ca/remembers/sub.cfm?source=history/firstwar/vimy/vimy7>.
- c. A1-001 Anciens combattants Canada. *Le Monument commémoratif du Canada à Vimy est un lieu historique national du Canada depuis 1997*. Extrait le 24 avril 2007 du site <http://www.vac-acc.gc.ca/remembers/sub.cfm?source=memorials/ww1mem/vimy/vimycerm>.
- d. A1-001 Anciens combattants Canada. (2001). *Mémorial terre-neuvien de Beaumont-Hamel*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.vac-acc.gc.ca/remembers/sub.cfm?source=memorials/ww1mem/beaumont-hamel>.
- e. A1-029 Ministère de la Défense nationale. (2004). *Directorate of History and Heritage*. Extrait le 28 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/hr/dhh/memorial/engraph/home_e.asp?Cat=2.
- f. A1-029 Ministère de la Défense nationale. (2004). *Directorate of History and Heritage: National Inventory of Canadian Military Memorials*. Extrait le 28 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/hr/dhh/memorial/engraph/display_e.asp?PID=3889&Cat=2.
- g. A1-029 Ministère de la Défense nationale. (2004). *Directorate of History and Heritage*. Extrait le 28 février 2007 du site http://www.forces.gc.ca/hr/dhh/memorial/engraph/display_e.asp?PID=3861&Cat=2.
- h. C1-041 Centre Juno Beach. (aucune date). *Centre Juno Beach – Le seul musée canadien en Normandie*. Extrait le 27 février 2007 du site <http://junobeach.org/Centre/index.html>.
- i. C1-041 Centre Juno Beach. (aucune date). *Centre Juno Beach*. Extrait le 27 février 2007 du site http://junobeach.org/Centre/pdf/JBC_School_Group_Package_2007.pdf.

- j. C1-041 Centre Juno Beach. (2006). *Royal Canadian Air Force Women's Division*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://history.aviation.ca/content/view/426/75/>.
- k. C1-055 CFB Esquimalt Naval and Military Museum. (2006). *Canadian Women's Army Corps (CWAC)*. Extrait le 30 avril du site http://www.navalandmilitarymuseum.org/info_pages/about_index.html#CWAC.
- l. C1-058 The Naval Museum of Manitoba. (aucune date). *WRENS – A Proud Heritage*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.naval-museum.mb.ca/history/exhib10.htm>.
- m. C1-063 Hume, C. (2007, April 1). *Vimy's Monumental Artist*. The Toronto Star, p. A8-A9.
- n. C1-082 Friends of H.M.C.S. HAIDA. (2006). *Welcome to HMCS Haida National Historic Site and Historic Naval Ship*. Extrait le 23 avril 2007 du site <http://hmcshaida.ca/>.
- o. C1-082 Friends of H.M.C.S. HAIDA. (2006). *Welcome to HMCS HAIDA National Historic Site and Historic Naval Ship-HAIDA'S History*. Extrait le 23 avril 2007 du site <http://hmcshaida.ca/history.html>.
- p. C1-082 Friends of H.M.C.S. HAIDA. (2006). *Welcome to HMCS HAIDA National Historic Site and Historic Naval Ship-HAIDA'S History – WW II Actions*. Extrait le 23 avril 2007 du site <http://hmcshaida.ca/action.html>.
- q. C1-083 Shapleigh, P et Moss, R. (aucune date). *"We Will Remember" War Monuments in Canada: National War Memorial*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.stemnet.nf.ca/monuments/on/nationalwar.htm>.
- r. C1-083 Shapleigh, P. et Moss, R. (aucune date). *"We Will Remember" War Monuments in Canada: Women's Tri Service Memorial*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.stemnet.nf.ca/monuments/mb/winnipegwtsm.htm>.
- s. C1-083 Shapleigh, P. et Moss, R. (aucune date). *"We Will Remember" War Monuments in Canada: Victory Square Cenotaph*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.stemnet.nf.ca/monuments/bc/victory.htm>.
- t. C1-083 Shapleigh, P. et Moss, R. (aucune date). *"We Will Remember" War Monuments in Canada: The Sailors' Memorial*. Extrait le 26 février 2007 du site <http://www.stemnet.nf.ca/monuments/bc/northvan3.htm>.
- u. C1-084 Commission de la capitale nationale. (2007). *Réconciliation, Monument au maintien de la paix*. Extrait le 4 avril 2007 du site http://www.canadascapital.gc.ca/bins/ncc_web_content_page.asp?cid=16297-24563-24548-24552&lang=1&bhcp=1.
- v. C1-085 The Naval Museum of Alberta. (aucune date). *Women's Royal Canadian Naval Service*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.navalmuseum.ab.ca/Explore.htm#>.
- w. C1-086 Parcs Canada. (2007). *Le dernier destroyer de classe Tribal*. Extrait le 23 avril 2007 du site http://www.pc.gc.ca/lhn-nhs/on/haida/natcul/index_f.asp.
- x. C1-087 Commission des champs de bataille nationaux. (aucune date). *Plaines d'Abraham*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.rtsq.qc.ca/quebec/dc011.htm>.
- y. C1-088 Canadian Association of Veterans in United Nations Peacekeeping. (2006). *Peacekeepers Cairn*. Extrait le 25 avril 2007 du site <http://www.cavunp-winnipeg.com/cairn.html>.
- z. C1-089 Santin, A. (2005). *One Street, Three Great Men*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://forums.army.ca/forums/index.php?topic=30220.0;all>.

- aa. C1-090 Minutes Historica. (aucune date). *Le chemin de la bravoure*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.histori.ca/minutes/minute.do?id=10192>.
 - ab. C1-091 Inconnu. (aucune date). *Nelson Column*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.aboutnelson.co.uk/0347Canada.htm>.
 - ac. C1-092 City of Vancouver Archives. (aucune date). *The Two Fronts of War*. Extrait le 25 avril 2007 du site http://city.vancouver.bc.ca/ctyclerk/archives/exhibits/Two_Fronts.htm.
 - ad. C1-093 Société de développement de Montréal. (2001). *Les monuments Vauquelin et Nelson*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www.vieux.montreal.qc.ca/tour/etape2/eng/2text2a.htm>.
 - ae. C1-094 Vancouver Maritime Museum. (aucune date). *Historic Naval Ships Visitors Guide – RCMPV St. Roch*. Retrieved February 28, 2007, from <http://hnsa.org/ships/stroch.htm>.
 - af. C1-095 L'Encyclopédie de l'histoire du Québec. (2005). *Jean Vauquelin*. Extrait le 30 avril 2007 du site <http://www2.marianopolis.edu/quebechistory/encyclopedia/JeanVauquelin-QuebecHistory.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**
- a. les documents de cours qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe D;
 - b. du carton bristol;
 - c. des marqueurs de couleur; et
 - d. du ruban ou de la colle.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques.** S.O.

OCOM M220.03 – RECONNAÎTRE LES TRADITIONS DE NAVIRE DE GUERRE

1. **Rendement.** Reconnaître les traditions de navire de guerre.
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 traditions de navire de guerre, y compris :
 - a. la mise en service d'un navire;
 - b. les toasts de la Marine; et
 - c. les traditions de la Marine.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer la façon dont un navire de guerre est mis en service par la Marine royale du Canada (MRC), y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la mise sur cale; b. le baptême et la mise à l'eau; et c. la mise en service. 	Exposé interactif	10 min	A1-028 C1-053 (p. 168 à 178)
PE2	Décrire les toasts de la Marine, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le but des toasts; b. la façon de porter un toast; c. le toast à sa majesté; et d. les toasts du jour. 	Exposé interactif	5 min	C1-053 (p. 38 à 48)
PE3	Décrire les traditions de la Marine, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'après-midi de congé; b. le Baptême de la Ligne; c. les rondes; d. la cérémonie du coucher du soleil; et e. les mascottes. 	Exposé interactif	10 min	A1-021 A1-029 C1-053 (p. 87 à 130)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE4	Diriger une activité qui explore la façon de mettre un navire de guerre en service, de porter un toast et de respecter les traditions de la Marine.	Activité en classe	25 min	

5. **Durée**

- | | | |
|----|---------------------------|--------|
| a. | Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. | Exposé interactif : | 25 min |
| c. | Activité en classe : | 25 min |
| d. | Total : | 60 min |

6. **Justification**

- Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 afin de présenter l'information de base, tout en permettant aux cadets de s'impliquer dans les traditions du navire en répondant à des questions et en en posant.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de stimuler l'esprit et stimuler l'intérêt des cadets envers les traditions de navire de guerre.

7. **Documents de référence**

- A1-027 Ministère de la Défense nationale. (2006). *HMCS Toronto – Ship Departments*. Extrait le 29 mars 2007 du site http://navy.dnd.ca/Toronto/home/index_e.asp.
- A1-028 Ministère de la Défense nationale. (2006). *HMCS Montreal – About the Ship*. Extrait le 29 mars 2007 du site http://navy.dnd.ca/Toronto/home/index_e.asp.
- A1-029 Ministère de la Défense nationale. (2007). *Cadets Canada – 3 Terra Nova*. Extrait le 29 mars 2007 du site http://cadets.net/3sea/percy_e.htm.
- C1-053 (ISBN 0-88879-027-9) Russell, E.C. (1980). *Customs and Traditions of the Canadian Armed Forces*. Ottawa, ON, Deneau and Greenberg.

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-602/PF-002, chapitre 10, annexe E.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

OCOM M220.04 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION OU UNE PRÉSENTATION SUR UN ÉVÉNEMENT COMMÉMORATIF DE LA MARINE

1. **Rendement.** Participer à une discussion ou une présentation sur un événement commémoratif de la Marine.
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 indiqués, le cadet doit participer à une discussion ou une présentation sur un événement commémoratif de la Marine.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer l'importance d'une commémoration de la Marine.	Exposé interactif	5 min	C1-056 (p. 3 à 26) C1-074 (p. 3 à 26)
PE2	Discuter de commémorations de la Marine nationale, provinciale et locale.	Discussion de groupe	10 min	C1-056 (p. 3 à 26) C1-064 C1-065 (p. 1 à 13) C1-067 (p. 1)
PE3	Discuter des implications envers les commémorations de la Marine futures.	Discussion de groupe	10 min	C1-066 (p. 1 à 20)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Discussion de groupe : 20 min
 - d. Total : 30 min
6. **Justification**
 - a. Un exposé interactif a été choisi pour le PE1 parce qu'il permet à l'instructeur d'expliquer l'importance des commémorations de la Marine et de créer de l'intérêt auprès des cadets.

- b. Une discussion de groupe a été choisie pour les PE2 et 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 un événement commémoratif de la Marine.

7. **Documents de référence**

- a. A1-030 Directorate of History and Heritage 3. (aucune date). *11th November-Remembrance Day Aide Memoire*. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.forces.ca/dnn/Portals/0/NMR/Remembrance_ceremonies-History&Etiquette.pdf.
- b. C1-056 (ISBN 0-662-68646-2) Veterans Affairs Canada. (2005). *A Day of Remembrance*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- c. C1-065 Savage, K. (aucune date). *History, Memory and Monuments: An Overview of Scholarly Literature on Commemoration*. Extrait le 28 février 2007 du site <http://www.cr.nps.gov/history/resedu/savage.htm>.
- d. C1-066 British Broadcasting Corporation. (aucune date). *Do We Need a Holocaust Memorial Day?* Extrait le 28 février 2007 du site http://news.bbc.co.uk/1/hi/talking_point/1774160.stm.
- e. C1-067 Imperial War Museum. (2007). *The Battle of Britain: Important Days in the Battle: 15 September*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.iwm.org.uk/upload/package/27/battleofbritain/intro>.
- f. C1-074 (ISBN 0-662-69037-0) Anciens combattants Canada. (2005). *The Battle of the Atlantic*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.

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. Cet OCOM devrait être conduit conjointement avec l'OCOM C220.01 (Participer à une cérémonie militaire) là où c'est applicable.
- b. On peut faire appel à un conférencier pour diriger cette leçon.

OCOM C220.01 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DE LA MARINE MARCHANDE

1. **Rendement.** Reconnaître le rôle de la marine marchande.
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 de la marine marchande dans la Seconde Guerre mondiale.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la marine marchande et la façon dont elle a contribué à la victoire lors de la Seconde Guerre mondiale, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la flotte marchande; b. les équipages marchands; et c. les reconnaissances du gouvernement fédéral. 	Exposé interactif	10 min	C1-050 (p. 1 à 12) C1-054 (p. 9 à 16 et 30 à 36) C1-059 (p. 3) C1-062 (p. 1)
PE2	Décrire l'organisation d'un convoi.	Exposé interactif	5 min	C1-054 (p. 18 à 28)
PE3	Diriger une activité visant à organiser un convoi.	Activité en classe	10 min	A1-001

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. Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin d'orienter les cadets vers la marine marchande et de stimuler leur intérêt.
 - 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 de stimuler l'intérêt des cadets envers le système de convoi.

7. Documents de référence

- a. C0-119 Juno Beach Centre. (2007). *Convoys*. Extrait le 23 février 2007 du site <http://www.junobeach.org/e/4/can-tac-con-e.htm>.
- b. C1-050 Gouvernement du Canada. (aucune date). *Bill C-61: Amendments to the Veterans Benefits Legislation*. Extrait le 14 mars 2007 du site <http://dsp-psd.pwgsc.gc.ca/Collection-R/LoPBdP/LS/bp338-f.htm>.
- c. C1-054 (ISBN 0-69010-9) Anciens combattants Canada. (2005). *Valour at Sea*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- d. C1-059 Les Amputés de guerre. (aucune date). *Toile de fond du dossier de la marine marchande – Faits saillants et chronologie*. Extrait le 14 mars 2007 du site <http://waramps.ca/news/merchant/back.html>.
- e. C1-062 Anciens combattants Canada. (aucune date). *Merchant Navy Veteran Special Benefit*. Extrait le 14 mars 2007 du site <http://vac-acc.gc.ca/general/sub.cfm?source=feature/mnvback>.

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. Le document de cours qui se trouve dans l’A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe I;
- b. du ruban ou de la colle; et
- c. des ciseaux.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

OCOM C220.02 – RECONNAÎTRE LE RÔLE DU CANADA DANS LA BATAILLE DE L'ATLANTIQUE

1. **Rendement.** Reconnaître le rôle du Canada dans la bataille de l'Atlantique.
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 du Canada dans la bataille de l'Atlantique, y compris :
 - a. la date de l'événement;
 - b. les succès et les échecs;
 - c. l'implication de la Marine royale du Canada (MRC); et
 - d. la signification.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la chronologie de la bataille de l'Atlantique.	Exposé interactif	5 min	C1-070 (p. 1)
PE2	Expliquer l'implication de la MRC dans la bataille de l'Atlantique, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la croissance de la flotte; b. les responsabilités de la flotte; et c. les succès et les échecs. 	Exposé interactif	15 min	C0-141 (p. 1 et 2) C1-071 (p. 1) C1-072 (p. 1) C1-074 (p. 3 à 26)
PE3	Expliquer la signification de la bataille de l'Atlantique, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. fournir le personnel et le matériel pour l'effort de guerre; et b. approvisionner les citoyens canadiens en denrées pour l'effort de guerre. 	Exposé interactif	5 min	A1-029 (p. 1 à 3)

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 afin d'initier les cadets aux rôle du Canada dans la bataille de l'Atlantique et stimuler leur intérêt.
7. **Documents de référence**
 - a. A1-025 Ministère de la Défense nationale. (2007). *Cadets Canada-3 Terra Nova*. Extrait le 29 mars 2007 du site http://cadets.net/3sea/percy_e.htm.
 - b. C0-141 Juno Beach Centre. (2007). *Victory in the Atlantic*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://www.junobeach.org/e/2/can-tac-con-e.htm>.
 - c. C1-070 Navy News. (2007). *The Battle of the Atlantic – Duréeline*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://navynews.co.uk/boa/time1939.asp>.
 - d. C1-071 Imperial War Museum. (2007). *The Battle of the Atlantic: Royal Canadian Navy*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/Canadian.htm>.
 - e. C1-072 Imperial War Museum. (2007). *The Battle of the Atlantic: Overview*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/overview.htm>.
 - f. C1-073 Imperial War Museum. (2007). *The Battle of the Atlantic: Campaign*. Extrait le 30 mars 2007 du site <http://iwm.org.uk/package/8/atlantic/campaign.htm>.
 - g. C1-074 (ISBN 0-662-69037-0) Anciens combattants Canada. (2005). *The Battle of the Atlantic. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada*.
 - h. C1-078 Naval Museum of Manitoba. (2005). *HMCS Athabaskan*. Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/ships/destroyer/athabas.jpg>.
 - i. C1-079 Naval Museum of Manitoba. (2005). *HMCS Fort Francis*. Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/ships/fortfran.htm>.
 - j. C1-080 Steel Navy. (2007). *HMCS Sackville*. Extrait le 4 avril 2007 du site <http://steelnavy.com/Sackville.htm>.
 - k. C1-081 Naval Museum of Manitoba. (2005). *HMCS Fort Francis*. Extrait le 16 avril 2007 du site <http://naval-museum.mb.ca/new-quiz/index.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.** S.O.

OCOM C220.03 – RECONNAÎTRE LES ACTIVITÉS DE LA MARINE AU COURS DE LA DEUXIÈME GUERRE MONDIALE

1. **Rendement.** Reconnaître les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale.
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 activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale, y compris :
 - a. la bataille du Golfe du Saint-Laurent; et
 - b. l'invasion de la Normandie.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer la bataille du Golfe du Saint-Laurent, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les dates; b. l'emplacement; c. le rôle du Canada; et d. la signification. 	Exposé interactif	5 min	C1-052 (p. 15 à 235) C1-075 (p. 3 à 32) C1-076 (p. 1 et 2)
PE2	Expliquer l'invasion de la Normandie, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les dates; b. l'emplacement; c. le rôle du Canada; et d. la signification. 	Exposé interactif	5 min	C1-051 (p. 163 à 166) C1-057 (p. 171 à 174)
PE3	Diriger une activité où les cadets doivent compléter un mots-croisés.	Activité en classe	15 min	C1-077 (p. 20 à 58)

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

6. **Justification**

- a. Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 afin d'orienter les cadets vers les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale et leur signification.
- 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 de stimuler l'intérêt des cadets envers les activités de la Marine au cours de la Deuxième Guerre mondiale.

7. **Documents de référence**

- a. C1-051 (ISBN 1-55365-209-0) Zuehlke, M. (2001). *Canadian Military Atlas*. Vancouver, C.-B., Douglas and MacIntyre Ltd.
- b. C1-052 (ISBN 978-0-00-639450-1) Greenfield, N.M. (2004). *Battle of the St. Lawrence*. Toronto, ON, HarperCollins Publishers Ltd.
- c. C1-057 (ISBN 2-920718-51-7) Bernier, S. (2000). *Canadian Military Heritage (Vol. 3)*. Montréal, PQ, Art Global Inc.
- d. C1-075 Anciens combattants Canada. (2005). *The Battle of the Gulf of St. Lawrence*. Canada, Sa Majesté la Reine du chef du Canada.
- e. C1-076 Virtual Museum of Canada. (2207). *War Comes to Bell Island*. Extrait le 3 avril 2007 du site http://www.virtualmuseum.ca/pm.php?id=story_line&lg=English&fl=0&ex=00000252&sl=5100&pos=1.
- f. C1-077 Anciens combattants Canada. (1999). *Normandy 1944-1999*. Canada, 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. le jeu de mots croisés qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe J; et
- c. des stylos ou des crayons.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le jeu de mots croisés qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 10, annexe J.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 11
OREN 221 – GRÉER LES PALANS

1. **Rendement.** Gréer les palans.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la ficelle de surliure;
 - (2) du cordage à trois brins;
 - (3) des outils de coupe;
 - (4) des épissoirs;
 - (5) des crocs;
 - (6) des poulies simples;
 - (7) des poulies doubles;
 - (8) un espar;
 - (9) une boîte;
 - (10) une charge de 22 kg (50 livres [lb]) ou moins;
 - (11) de la supervision; et
 - (12) 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 gréer des palans, y compris :
 - a. utiliser une estrope pour élinguer;
 - b. moucheter un croc;
 - c. capeler des poulies; et
 - d. gréer les palans suivants :
 - (1) un cartahu simple;
 - (2) un cartahu double;
 - (3) un palan double en trois; et
 - (4) un palan double.
4. **Remarques**
 - a. L'évaluation de l'OREN 221 sera effectuée lors de M321.02 (Gréer une bigue) de la phase trois.
 - b. Du cordage à trois brins est nécessaire pour compléter l'estrope de l'OREN 221.

5. Matière complémentaire

- a. La matière complémentaire liée à l'OREN 221 est conçue pour augmenter les compétences du travail de cordages grâce à un éventail d'activités :
 - (1) l'OCOM C221.01 (Faire une épissure renversée);
 - (2) l'OCOM C221.02 (Faire une épissure à œil); et
 - (3) l'OCOM C221.03 (Faire une épissure longue).
- b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire de la phase un comme instruction complémentaire de la phase deux, plus précisément :
 - (1) l'OCOM C121.01 (Surlier l'extrémité d'un cordage à l'aide d'une surliure à demi nœuds);
 - (2) l'OCOM C121.02 (Surlier l'extrémité d'un cordage à l'aide d'une surliure bridée);
 - (3) l'OCOM C121.03 (Effectuer un nœud de fouet); et
 - (4) l'OCOM C121.04 (Effectuer une demi-clé à transfiler).
- c. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de la phase un, 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 221 se limite à un total de six 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 six périodes.

OCOM M221.01 – UTILISER UNE ESTROPE POUR L'ÉLINGAGE

1. **Rendement.** Utiliser une estrope pour l'élingage.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage à trois brins;
 - (2) des épissoirs;
 - (3) un espar;
 - (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.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit élinguer une estrope en effectuant une épissure carrée dans le cordage.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire une estrope, y compris : a. ce que c'est; et b. son utilisation.	Exposé interactif	5 min	C1-003 (p. 192 et 193)
PE2	Démontrer la façon d'effectuer une estrope en faisant une épissure carrée dans le cordage et demander aux cadets d'en effectuer.	Démonstration et exécution	60 min	A1-004 (p. 5-57, 5-58, 5-10 et 5-11)
PE3	Démontrer la façon d'utiliser une estrope pour élinguer les objets suivants et demander aux cadets de répéter l'exercice : a. un espar; et b. une boîte.	Démonstration et exécution	20 min	C1-003 (p. 193 à 195)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Démonstration et exécution : 80 min
 - d. Total : 90 min

6. **Justification**

- a. Un exposé interactif a été choisi pour le PE1 parce qu'il permet à l'instructeur de stimuler l'intérêt pour l'élingage d'une estrope.

- b. 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 de démontrer comment utiliser une estrope pour l’élingage, tout en donnant aux cadets l’occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

7. Documents de référence

- a. A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d’état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. C1-003 (ISBN II 770973 5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty’s Stationery Office.

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 cordage à trois brins;
- c. des épissoirs;
- d. un espar;
- e. une boîte;
- f. une estrope munie d’une épissure carrée;
- g. de la ficelle de surliure; et
- h. un outil de coupe.

9. Matériel d’apprentissage

- a. les documents de cours qui se trouvent dans l’A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe A et à l’annexe B ou C;
- b. deux mètres de cordage à trois brins;
- c. des épissoirs;
- d. un espar;
- e. une boîte;
- f. une estrope munie d’une épissure carrée; et
- g. de la ficelle de surliure.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques. S.O.

OCOM M221.02 – MOUCHETER UN CROC

1. **Rendement.** Moucheter un croc.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de la ficelle de surliure;
 - (2) des outils de coupe;
 - (3) un croc;
 - (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.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit moucheter un croc afin d'empêcher une corde ou une charge de glisser d'un croc ouvert.

4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la façon de moucheter un croc, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. ce que c'est; et b. son utilisation. 	Exposé interactif	5 min	A1-004 (p. 5-45 et 5-46) C1-003 (p. 171 et 154)
PE2	Démontrer comment moucheter un croc et demander aux cadets de répéter.	Démonstration et exécution	50 min	A1-004 (p. 5-45 et 5-46)

5. **Durée**

- | | |
|---------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Exposé interactif : | 5 min |
| c. Démonstration et exécution : | 50 min |
| d. Total : | 60 min |

6. **Justification**

- a. Un exposé interactif a été choisi pour le PE1 parce qu'il permet à l'instructeur de stimuler l'intérêt de moucheter un croc.
- b. 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 de démontrer comment moucheter un croc, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

7. Documents de référence

- a. A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. C1-003 (ISBN II 770973 5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.

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. un croc;
- c. de la ficelle de surliure; et
- d. un outil de coupe.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un croc;
- b. de la ficelle de surliure; et
- c. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe D.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. **Remarques.** On peut utiliser des cintres au lieu des crocs. Plier une extrémité du cintre afin qu'elle serve de pointe du croc.

OCOM M221.03 – CAPELER DES POULIES

1. **Rendement.** Capeler des poulies.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage;
 - (2) une poulie simple;
 - (3) une poulie double;
 - (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.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit capeler des poulies, y compris :
 - a. identifier les parties d'une poulie; et
 - b. identifier les types de poulie.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire les parties d'une poulie, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le collet; b. la joue; c. l'essieu; d. le ringot; e. le col; f. le réa; g. le clan; h. le raccord supérieur (œil); et i. la plaque de marquage. 	Exposé interactif	5 min	A1-004 (p. 5-94) C1-003 (p. 210)
PE2	Décrire les poulies pour capeler, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. les poulies simples; et b. les poulies doubles. 	Exposé interactif	5 min	A1-004 (p. 5-94 et 5-95) C1-003 (p. 218)
PE3	Démontrer comment capeler un cordage dans une poulie et demander aux cadets de répéter.	Démonstration et exécution	10 min	A1-004 (p. 5-94) C1-003 (p. 216)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE4	Diriger une activité visant à capeler des poulies.	Activité en classe	5 min	

5. Durée

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

6. Justification

- Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 et PE2 parce qu'il permet à l'instructeur de présenter les poulies 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 façon de capeler une corde dans une poulie, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce que c'est une façon interactive de renforcer la façon de capeler une poulie et de confirmer la compréhension de la matière.

7. Documents de référence

- A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C1-003 (ISBN II 770973 5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.

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;
- deux mètres de cordage;
- une poulie simple;
- une poulie double; et
- un outil de coupe.

9. Matériel d'apprentissage

- deux mètres de cordage;
- une poulie simple;
- une poulie double;
- des étiquettes de poulie qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe E;
- du ruban; et

f. un sac.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

OCOM M221.04 – IDENTIFIER LES COMPOSANTS DES PALANS

1. **Rendement.** Identifier les composants des palans.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un palan à cartahu simple;
 - (2) un palan à cartahu double;
 - (3) un palan double en trois;
 - (4) un palan double;
 - (5) des étiquettes;
 - (6) une charge de 22 kg (50 livres [lb]) ou moins;
 - (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.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit :
 - a. identifier les parties d'un palan;
 - b. trouver la démultiplication; et
 - c. déterminer si un palan est assemblé en avantage ou en désavantage.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire les palans, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les types, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) un cartahu simple; (2) un cartahu double; (3) un palan double en trois; et (4) un palan double; et b. leur utilisation. 	Exposé interactif	10 min	C1-047 (p. 3-153 à 3-155)
PE2	Décrire les parties d'un palan, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la poulie fixe; b. le dormant; c. le courant de halage; d. la poulie mobile; 	Activité en classe	10 min	C1-047 (p. 3-151)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	e. le courant; et f. la charge. Diriger une activité où les cadets doivent étiqueter les parties d'un palan.			
PE3	Décrire la démultiplication mécanique, y compris : a. ce que c'est; b. comment le déterminer; et c. comment déterminer si un palan est assemblé en avantage ou en désavantage.	Exposé interactif	20 min	C1-047 (p. 3-150 et 3-151)
PE4	Décrire le rapport de vitesse, y compris : a. ce que c'est; et b. comment le déterminer.	Exposé interactif	10 min	C1-047 (p. 3-151)

5. Durée

- | | |
|------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 10 min |
| b. Exposé interactif : | 40 min |
| c. Activité en classe : | 10 min |
| d. Total : | 60 min |

6. Justification

- Un exposé interactif a été choisi pour les PE1, PE3 et PE4 parce qu'il permet à l'instructeur de présenter les composants des palans et de stimuler l'intérêt dans le travail de cordages.
- 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 confirmer la compréhension des parties d'un palan.

7. Documents de référence

- C1-003 (ISBN 11-770973-5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery.
- C1-047 (ISBN 0-11-772695-8)/BON-050-002/PT-004 Command of the Defence Council. (1995). *BR 67 Admiralty Manual of Seamanship*. Londres, Angleterre, HMSO Publications Centre.

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;
- un palan à cartahu simple, y compris :
 - une poulie simple;
 - deux mètres de cordage; et
 - une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- un palan à cartahu double, y compris :

- (1) deux poulies simples;
- (2) six mètres de cordage; et
- (3) une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- d. un palan double en trois, y compris :
 - (1) une poulie simple;
 - (2) une poulie double;
 - (3) huit mètres de cordage; et
 - (4) une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- e. un palan double, y compris :
 - (1) deux poulies doubles;
 - (2) 10 mètres de cordage; et
 - (3) une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- f. des étiquettes sur lesquelles sont écrits : courant, dormant, courant de halage, poulie fixe, poulie mobile et charge qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe F; et
- g. la clé de correction qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe H.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un palan à cartahu simple;
- b. un palan à cartahu double;
- c. un palan double en trois;
- d. un palan double;
- e. du ruban;
- f. des étiquettes sur lesquelles sont écrits : courant, dormant, courant de halage, poulie fixe, poulie mobile et charge qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe F; et
- g. le document de cours sur la révision des palans qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe G.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. L'instructeur doit gréer la cartahu simple, le cartahu double, le palan double en trois et le palan double avant le début de la leçon.
- b. Cet OCOM doit avoir lieu avant le M221.05 (Gréer les palans). Ces OCOM doivent être enseignés consécutivement.

OCOM M221.05 – GRÉER LES PALANS

1. **Rendement.** Gréer les palans.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) vingt-six mètres de cordage;
 - (2) des poulies simples;
 - (3) des poulies doubles;
 - (4) une charge de 22 kg (50 livres [lb]) ou moins;
 - (5) une estrope;
 - (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 gréer des palans, y compris :
 - a. un cartahu simple;
 - b. un cartahu double;
 - c. un palan double en trois; et
 - d. un palan double.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Démontrer la façon de gréer un cartahu simple, expliquer son utilisation et demander aux cadets de répéter l'exercice. Nota : Le cartahu simple apporte une démultiplication mécanique de un et est principalement utilisé pour changer la direction de la traction sur le courant du halage d'un palan.	Démonstration et exécution	5 min	C1-047 (p. 3-153)
PE2	Démontrer la façon de gréer un cartahu double, expliquer son utilisation et demander aux cadets de répéter l'exercice, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. trouver la démultiplication mécanique; b. assembler en avantage; et c. assembler en désavantage. 	Démonstration et exécution	15 min	C1-047 (p. 3-150 à 3-153)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Démontrer la façon de gréer un palan double en trois, expliquer son utilisation et demander aux cadets de répéter l'exercice, y compris : a. trouver la démultiplication mécanique; b. assembler en avantage; et c. assembler en désavantage.	Démonstration et exécution	20 min	C1-047 (p. 3-150 à 3-155)
PE4	Démontrer la façon de gréer un palan double, expliquer son utilisation et demander aux cadets de répéter l'exercice, y compris : a. trouver la démultiplication mécanique; b. assembler en avantage; et c. assembler en désavantage.	Démonstration et exécution	20 min	C1-047 (p. 3-150 à 3-155)
PE5	Diriger une activité visant à gréer des palans.	Activité en classe	20 min	

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Démonstration et exécution :	80 min
c.	Activité en classe :	20 min
d.	Total :	90 min

6. Justification

- La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE1 à PE4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de gréer divers palans, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE5, parce que c'est une façon interactive de renforcer la façon de gréer des palans et de confirmer la compréhension de la matière.

7. **Documents de référence.** C1-047 (ISBN 0 11 772695 8)/B-ON-050-002/PT-004 Command of the Defence Council. (1995). *BR 67 Admiralty Manual of Seamanship*. Londres, Angleterre, HMSO Publications Centre.

8. Matériel d'instruction

- vingt-six mètres de cordage;
- des poulies simples;
- des poulies doubles;
- une estrope;
- une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- un outil de coupe;

- g. un sifflet; et
- h. un chronomètre.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. vingt-six mètres de cordage;
- b. des poulies simples;
- c. des poulies doubles;
- d. une estrope;
- e. une charge de 22 kg (50 lb) ou moins;
- f. un sac; et
- g. des cartes de station qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe I.

10. **Modalités de contrôle.** Les cadets doivent gréer des palans dans le but de soulever une charge de 22 kg (50 lb) ou moins.

11. **Remarques.** Si des crocs avec pince à ressort ne sont pas disponibles, le croc existant doit être moucheté avant de hisser la charge.

OCOM C221.01 – FAIRE UNE ÉPISSURE RENVERSÉE

1. **Rendement.** Faire une épissure renversée.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage à trois brins;
 - (2) des épissoirs;
 - (3) de la ficelle de surliure;
 - (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.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit faire une épissure renversée.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer l'utilisation d'une tête d'alouette, en faire la démonstration et demander aux cadets de pratiquer ce nœud.	Démonstration et exécution	25 min	A1-004 (p. 5-38 et 5-39)
PE2	Expliquer l'utilisation d'une épissure renversée, en faire la démonstration et demander aux cadets de pratiquer ce nœud.	Démonstration et exécution	30 min	A1-004 (p. 5-55)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Démonstration et exécution : 55 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 comment faire une tête d'alouette et une épissure renversée, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.
7. **Documents de référence.** A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
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 cordage à trois brins;
- c. des épissoirs;
- d. de la ficelle de surliure;
- e. une épissure de bout de câble; et
- f. un outil de coupe.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. du cordage à trois brins;
- b. des épissoirs;
- c. de la ficelle de surliure;
- d. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe J; et
- e. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe K.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** On doit utiliser la ficelle de surliure afin de surlier les extrémités de chaque brin du cordage avant de pratiquer l'épissure sur le cordage. On peut aussi coller à l'aide de ruban adhésif ou faire fondre les extrémités des brins si la ficelle de surliure n'est pas disponible.

OCOM C221.02 – FAIRE UNE ÉPISSURE À ŒIL

1. **Rendement.** Faire une épissure à œil.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage à trois brins;
 - (2) des épissoirs;
 - (3) de la ficelle de surliure;
 - (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.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit faire une épissure à œil.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer l'utilisation d'une épissure à œil, en faire la démonstration et demander aux cadets de pratiquer ce nœud.	Démonstration et exécution	55 min	C1-047 (p. 3-90 à 3-93)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Démonstration et exécution : 55 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 faire une épissure à œil, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.
7. **Documents de référence.** C1-047 (ISBN 0 11 772695 8)/B-ON-050-002/PT-004 Command of the Defence Council. (1995). *BR 67 Admiralty Manual of Seamanship*. Londres, Angleterre, HMSO Publications Centre.
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 cordage à trois brins;
 - c. des épissoirs;
 - d. de la ficelle de surliure;

- e. un outil de coupe; et
- f. une épissure à œil complétée.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. du cordage à trois brins;
- b. des épissoirs;
- c. de la ficelle de surliure; et
- d. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe L.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** On doit utiliser la ficelle de surliure afin de surlier les extrémités de chaque brin du cordage avant de pratiquer l'épissure sur le cordage. On peut aussi coller à l'aide de ruban adhésif ou faire fondre les extrémités des brins si la ficelle de surliure n'est pas disponible.

OCOM C221.03 – FAIRE UNE ÉPISSURE LONGUE

1. **Rendement.** Faire une épissure longue.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage à trois brins;
 - (2) des épissoirs;
 - (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 faire une épissure longue pour qu'elle puisse passer dans une poulie.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer l'utilisation d'une épissure longue, en faire la démonstration et demander aux cadets de pratiquer ce nœud.	Démonstration et exécution	55 min	A1-004 (p. 5-59 à 5-61)

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Démonstration et exécution : 55 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 faire une épissure longue, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.
7. **Documents de référence**
 - a. A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
 - b. C1-047 (ISBN 0 11 772695 8)/B-ON-050-002/PT-004 Command of the Defence Council. (1995). *BR 67 Admiralty Manual of Seamanship*. Londres, Angleterre, HMSO Publications Centre.
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 cordage à trois brins;
 - c. des épissoirs;

- d. de la ficelle de surliure;
- e. un outil de coupe; et
- f. une épissure longue complétée.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. du cordage à trois brins;
- b. des épissoirs;
- c. de la ficelle de surliure; et
- d. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 11, annexe M.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** On doit utiliser la ficelle de surliure afin de surlier les extrémités de chaque brin du cordage avant de pratiquer l'épissure sur le cordage. On peut aussi coller à l'aide de ruban adhésif ou faire fondre les extrémités des brins si la ficelle de surliure n'est pas disponible.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 12
OREN 223 – SERVIR DANS UN ENVIRONNEMENT NAVAL

1. **Rendement.** Servir dans un environnement naval.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (3) de la supervision; et
 - (4) 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 :
 - a. définir la terminologie navale;
 - b. prendre le quart; et
 - c. lancer les appels, incluant :
 - (1) Appel « général »;
 - (2) Appel du « silence »; et
 - (3) Appel « continuez ».
4. **Remarques.** Les corps de cadets doivent suivre la routine du navire afin de renforcer cet OREN.
5. **Matière complémentaire**
 - a. La matière complémentaire liée à l'OREN 223 est conçue pour donner aux cadets des occasions de reconnaître les traditions de la Marine canadienne par l'entremise d'un éventail d'activités :
 - (1) l'OCOM C223.01 (Définir la terminologie navale); et
 - (2) l'OCOM C223.02 (Lancer l'appel du bord).
 - b. On peut choisir une partie de l'instruction complémentaire du programme de la phase un comme instruction complémentaire de la phase deux, plus précisément :
 - (1) l'OCOM C123.01 (Lire l'horloge de 24 heures);
 - (2) l'OCOM C123.02 (Réciter l'alphabet phonétique); et
 - (3) l'OCOM C123.03 (Participer à un exercice de sémaphore).
 - c. Lorsqu'il choisit la matière complémentaire de l'instruction de la phase un, le personnel d'instruction doit réviser l'objectif de rendement, la description de la leçon et l'A-CR-CCP-602/PF-002.

- d. L'instruction complémentaire liée à l'OREN 223 se limite à un total de trois périodes tenues pendant des séances ou pendant une journée d'instruction assistée. Le corps de cadets n'est pas tenu d'utiliser les trois périodes.

OCOM M223.01 – DÉFINIR LES TERMES LIÉS AUX NAVIRES

1. **Rendement.** Définir les termes liés aux navires.
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 la B-GN-181-105/FP-E00, *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*, le cadet doit définir les termes liés aux navires.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une activité qui vise à identifier les parties suivantes de la coque d'un navire : <ol style="list-style-type: none"> a. la partie arrière; b. la proue; c. la partie avant; d. la partie médiane; e. l'étrave; f. la poupe; g. le tirant d'eau; h. le franc-bord; i. la largeur; j. la cale; k. la quille de roulis; l. la bouge; et m. la quille. 	Activité en classe	15 min	A1-004 (p. 3-3 à 3-6 et 3-21 à 3-28)
PE2	Diriger une activité qui vise à identifier les directions suivantes d'un navire : <ol style="list-style-type: none"> a. sur l'arrière; b. à l'arrière; c. l'axe longitudinal; d. avancer vers l'avant; e. le milieu du navire; f. par le travers; 	Activité en classe	10 min	A1-004 (p. 3-8 à 3-12 et 3-21 à 3-28)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	g. à l'avant; h. en haut; i. à l'arrière; j. en bas; k. en haut; l. en travers; m. en-bord; et n. extérieur.			

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 stimuler l'esprit et de stimuler l'intérêt des cadets.

7. **Documents de référence.** A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. 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.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexes A et B.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

OCOM M223.02 – IDENTIFIER LE SYSTÈME DE BORDÉE

1. **Rendement.** Identifier le système de bordée.
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 le système de bordée, y compris :
 - a. le fonctionnement du système de bordée;
 - b. les postes du personnel de service; et
 - c. les responsabilités du personnel de service.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire la façon dont le système de bordée est organisé, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. le bâbord et le tribord; et b. rouge, blanc et bleu. 	Exposé interactif	5 min	A1-024 (p. 7-4)
PE2	Décrire la division du temps du système de bordée, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la durée : <ol style="list-style-type: none"> (1) quart de nuit (0000 h à 0400 h); (2) quart de jour (0400 h à 0800 h); (3) quart d'avant-midi (0800 h à 1200 h); (4) quart d'après-midi (1200 h à 1600 h); (5) premier petit quart (1600 h à 1800 h); (6) dernier petit quart (1800 h à 2000 h); et (7) premier quart (2000 h à 0000 h); b. les cloches. 	Exposé interactif	10 min	A1-024 (p. 7-2)
PE3	Décrire les responsabilités du personnel de service, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. l'officier de quart; b. l'officier de quart en second; 	Exposé interactif	10 min	A1-024 (p. 7-5 à 7-8)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	c. le maître de quart; d. le quartier-maître; e. le timonier; f. la vigie; et g. la vigie de sauvetage.			

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 afin de présenter la matière de base et d'initier les cadets au système de bordée, à la durée et aux responsabilités du personnel de service.

7. **Documents de référence.** A1-024 Centre d'instruction des officiers la marine de Venture. (2005). *Naval Environmental Training Programme – Officers Handbook*. Esquimalt, C.-B., Centre d'instruction des officiers la marine de Venture.

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 M223.03 – EXÉCUTER DES NOTES AVEC LE SIFFLET DE MANŒUVRIER

1. **Rendement.** Exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (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 références précisés, le cadet doit exécuter des notes aiguës et graves à l'aide du sifflet de manœuvrier.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Décrire les parties d'un sifflet de manœuvrier, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. le canon; b. l'anneau de la chaînette; c. la quille; d. le tonnelet; et e. la perce. 	Exposé interactif	10 min	C1-003
PE2	Démontrer la façon de tenir le sifflet de manœuvrier et demander aux cadets de le pratiquer.	Démonstration et exécution	10 min	C1-043 C1-003
PE3	Démontrer la façon d'exécuter des notes avec le sifflet de manœuvrier et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. notes graves; et b. notes aiguës. 	Démonstration et exécution	30 min	C1-043

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

6. Justification

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'initier les cadets au sifflet de manœuvrier.
- b. 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 de démontrer la façon de tenir le sifflet de manœuvrier, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

7. Documents de référence

- a. C1-003 (ISBN 11-770973-5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- b. C1-043 Ready Aye Ready. (aucune date). *The Boatswain's Call*. Extrait le 19 février 2008 du site <http://www.readyayeready.com/navy-life/boatswains-call.htm>.

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. un sifflet de manœuvrier; et
- c. des produits de nettoyage.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un sifflet de manœuvrier;
- b. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexes C et D.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques. S.O.

OCOM M223.04 – LANCER L'APPEL « GÉNÉRAL »

1. **Rendement.** Lancer l'appel « général ».
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (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 lancer l'appel « général ».
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir le but de l'appel « général ».	Exposé interactif	5 min	C1-003 C1-043
PE2	Démontrer et expliquer la façon de lancer l'appel « général » et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la séquence des notes; et b. la durée. 	Démonstration et exécution	20 min	C1-043 A1-022

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Démonstration et exécution : 20 min
 - d. Total : 30 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter l'appel « général » et de donner un aperçu de son but.
- b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de lancer l'appel « général », tout en donnant aux cadets l'occasion de s'y pratiquer sous supervision.

7. **Documents de référence**

- a. A1-022 Marine canadienne. (2006). *Section jeunesse – Appels au sifflet*. Extrait le 29 février 2007 du site http://www.navy.forces.gc.ca/cms_youth/youth_articles_f.asp?id=506.
- b. C1-003 (ISBN II 770973 5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- c. C1-043 Ready Aye Ready. (aucune date). *The Boatswain's Call*. Extrait le 19 février 2008 du site <http://www.readyayeready.com/navy-life/boatswains-call.htm>.

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. un sifflet de manœuvrier; et
- c. des produits de nettoyage.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. un sifflet de manœuvrier; et
- b. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe E.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les instructeurs peuvent se procurer des exemples sonores de l'appel « général », au document de référence A1-022, qu'ils peuvent faire entendre aux cadets lors de cette leçon.

OCOM M223.05 – LANCER L'APPEL DU SILENCE

1. **Rendement.** Lancer l'appel du silence.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (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 lancer l'appel du silence.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir le but de l'appel du silence.	Exposé interactif	5 min	C1-043 C1-003
PE2	Démontrer et expliquer la façon de lancer l'appel du silence et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la note; et b. la durée. 	Démonstration et exécution	20 min	C1-043 A1-022

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Démonstration et exécution : 20 min
 - d. Total : 30 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter l'appel du silence et de donner un aperçu de son but.
- b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de lancer l'appel du silence, tout en donnant aux cadets l'occasion de s'y pratiquer sous supervision.

7. Documents de référence

- a. A1-022 Marine canadienne. (2006). *Section jeunesse – Appels au sifflet*. Extrait le 29 février 2007 du site http://www.navy.forces.gc.ca/cms_youth/youth_articles_f.asp?id=506.
- b. C1-003 (ISBN 11-770973-5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- c. C1-043 Ready Aye Ready. (aucune date). *The Boatswain's Call*. Extrait le 19 février 2008 du site <http://www.readyayeready.com/navy-life/boatswains-call.htm>.

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. un sifflet de manœuvrier; et
- c. des produits de nettoyage.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un sifflet de manœuvrier; et
- b. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe F.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. Les instructeurs peuvent se procurer des exemples sonores de l'appel du silence, au document de référence A1-022, qu'ils peuvent faire entendre aux cadets lors de cette leçon.
- b. Il faut s'assurer que les sifflets de manœuvrier sont nettoyés avec un produit de nettoyage entre chaque utilisation.

OCOM M223.06 – LANCER L'APPEL « CONTINUEZ »

1. **Rendement.** Lancer l'appel « continuez ».
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (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 lancer l'appel « continuez ».
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir le but de l'appel « continuez ».	Exposé interactif	5 min	C1-003 C1-043
PE2	Démontrer et expliquer la façon de lancer l'appel « continuez » et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la séquence des notes; et b. la durée. 	Démonstration et exécution	20 min	C1-043 A1-022

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Démonstration et exécution : 20 min
 - d. Total : 30 min

6. **Justification**

- a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter l'appel « continuez » et de donner un aperçu de son but.
- b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de lancer l'appel « continuez », tout en donnant aux cadets l'occasion de s'y pratiquer sous supervision.

7. **Documents de référence**

- a. A1-022 Marine canadienne. (2006). *Section jeunesse – Appels au sifflet*. Extrait le 29 février 2007 du site http://www.navy.forces.gc.ca/cms_youth/youth_articles_f.asp?id=506.
- b. C1-003 (ISBN 11-770973-5) Marine royale. (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 1)*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- c. C1-043 Ready Aye Ready. (aucune date). *The Boatswain's Call*. Extrait le 19 février 2008 du site <http://www.readyayeready.com/navy-life/boatswains-call.htm>.

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. un sifflet de manœuvrier; et
- c. des produits de nettoyage.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. un sifflet de manœuvrier; et
- b. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe G.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les instructeurs peuvent se procurer des exemples sonores de l'appel « continuez », au document de référence A1-022, qu'ils peuvent faire entendre aux cadets lors de cette leçon.

OCOM M223.07 – IDENTIFIER LA PROCÉDURE D'ACCOSTAGE D'UN NAVIRE

1. **Rendement.** Identifier la procédure d'accostage d'un navire.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) du cordage;
 - (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 la procédure d'accostage d'un navire, y compris :
 - a. les lignes d'amarrage; et
 - b. la manipulation des cordages.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les lignes d'amarrage, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. les types de lignes; et b. l'emplacement des lignes. 	Exposé interactif	10 min	A1-004 (p. 6-10 et 6-11)
PE2	Démontrer et expliquer la manipulation des cordages et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. lancer des cordages et des aussières; b. lover un cordage; et c. fixer un cordage à un bollard double. 	Démonstration et exécution	10 min	A1-004 (p. 6-11) C1-047 (p. 3-31 et 3-5)
PE3	Décrire les procédures d'accostage d'un navire, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. approcher la jetée; et b. la séquence d'accostage des lignes d'amarrage. 	Exposé interactif	5 min	A1-004 (p. 6-3) C1-047 (p. 2-21)
PE4	Décrire les procédures d'appareillage d'un navire, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la séquence de largage des lignes d'amarrage; et b. quitter la jetée. 	Exposé interactif	5 min	A1-004 (p. 6-3 et 6-4)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE5	Superviser les cadets lors de leur participation à l'activité de simulation d'accostage et d'appareillage d'un navire.	Activité pratique	20 min	

5. Durée

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

6. Justification

- Un exposé interactif a été choisi pour les PE1, PE2 et PE4 afin d'initier les cadets aux lignes d'amarrage et de donner un aperçu des procédures d'accostage et d'appareillage d'un navire.
- 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 manipulation des cordages, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.
- Une activité pratique a été choisie pour le PE5 parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de la procédure d'accostage d'un navire dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances en accostage dans un environnement amusant et stimulant.

7. Documents de référence

- A1-004 B-GN-181-105/FP-E00 Chef d'état-major de la Force maritime. (1997). *CFCD 105 Manuel de matelotage, gréage et procédures*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- C1-047 (ISBN 0-11-772695-8)/B-ON-050-002/PT-004 Command of the Defence Council. (1995). *BR 67 Admiralty Manual of Seamanship*. Londres, Angleterre, HMSO Publications Centre.

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;
- des bollards doubles (cinq);
- des lance-amarres (5 morceaux de 20 pi chacun); et
- du cordage.

9. Matériel d'apprentissage

- des bollards doubles;
- un lance-amarre; et
- du cordage.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. **Remarques**

- a. Les instructions sur la façon de fabriquer un bollard simulé se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe H.
- b. Si les corps de cadets ont accès aux lignes d'aussière, on recommande qu'ils les utilisent dans les activités pratiques des PE3 et PE5. Permettre aux cadets de manipuler les lignes d'aussière leur fournira une meilleure compréhension de la manipulation des cordages lors de l'accostage et de l'appareillage d'un navire.

OCOM C223.01 – DÉFINIR LA TERMINOLOGIE NAVALE

1. **Rendement.** Définir la terminologie navale.
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 définir la terminologie navale, y compris :
 - a. les postes et les nominations;
 - b. les termes; et
 - c. les ordres.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir les postes et les nominations navals, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. le manœuvrier; b. le maître de manœuvre; c. le barreur; d. le second; e. killick (matelot de 1^{re} classe); f. le maître timonier; g. l'adjoint médical; et h. le timonier. 	Exposé interactif	5 min	C1-049
PE2	Définir la terminologie navale, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. l'habitacle; b. le bravo zulu; c. le dhobey; d. emmêler; e. les fanions « irish »; f. l'après-midi de congé; g. pousser; h. les heures creuses; et 	Exposé interactif	5 min	C1-049 C1-053 (p. 95)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	i. « astiquer ».			
PE3	Définir les ordres navals, incluant : a. ohé; b. tiens bon; c. condamner; d. larguer les amarres; e. filer; f. embraquer; et g. dévirer.	Exposé interactif	5 min	C1-049
PE4	Diriger une activité permettant aux cadets de définir les postes et les nominations, la terminologie et les ordres navals.	Activité en classe	10 min	

5. Durée

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

6. Justification

- Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 afin de présenter les postes et nominations, la terminologie et les ordres navals et d'en donner un aperçu.
- Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets, et de confirmer que les cadets comprennent la terminologie navale.

7. Documents de référence

- C1-043 Ready Aye Ready. *JackSpeak*. Extrait le 16 février 2007 du site <http://www.readyayeready.com/jackspeak/index.htm>.
- C1-053 (ISBN 0-88879-027-9) Russell, E.C. (1980). *Customs and Traditions of the Canadian Armed Forces*. Ottawa, ON, Deneau and Greenberg.

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.** Le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe I.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

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

OCOM C223.02 – LANCER L'APPEL DU BORD

1. **Rendement.** Lancer l'appel du bord.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un sifflet de manœuvrier;
 - (2) des produits de nettoyage;
 - (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 lancer l'appel du bord.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Définir le but de l'appel du bord.	Exposé interactif	5 min	C1-043 C1-046 (p. 454)
PE2	Démontrer et expliquer la façon de lancer l'appel du bord et demander aux cadets de s'y pratiquer, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. la séquence des notes; et b. la durée. 	Démonstration et exécution	20 min	C1-043 A1-022

5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 5 min
 - b. Exposé interactif : 5 min
 - c. Démonstration et exécution : 20 min
 - d. Total : 30 min
6. **Justification**
 - a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin de présenter l'appel du bord et de donner un aperçu de son but.
 - b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de lancer l'appel du bord, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer à lancer l'appel sous supervision.

7. Documents de référence

- a. A1-022 Marine canadienne. (2006). *Section jeunesse – Appels au sifflet*. Extrait le 29 février 2007 du site http://www.navy.forces.gc.ca/cms_youth/youth_articles_f.asp?id=506.
- b. C1-043 Ready Aye Ready. (aucune date). *The Boatswain's Call*. Extrait le 19 février 2008 du site <http://www.readyayeready.com/navy-life/boatswains-call.htm>.
- c. C1-049 (ISBN 0 II 771958 7) Royal Navy. (1967). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 (Vol. 2)*. Cambridge, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.

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. un sifflet de manœuvrier; et
- c. des produits de nettoyage.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un sifflet de manœuvrier; et
- b. le document de cours qui se trouve dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 12, annexe J.

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

- a. Les instructeurs peuvent se procurer des exemples sonores de l'appel du bord, au document de référence A1-022, qu'ils peuvent faire entendre aux cadets lors de cette leçon.
- b. Il faut s'assurer que les sifflets de manœuvrier sont nettoyés avec un produit de nettoyage entre chaque utilisation.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 13**OREN 224 – NAVIGUER EN VOILIER CONFORMÉMENT AU NIVEAU I DE LA VOILE BLANCHE DE L'ASSOCIATION CANADIENNE DE YACHTING (ACY)**

1. **Rendement.** Naviguer en voilier conformément au niveau I de la Voile blanche de l'Association canadienne de yachting (ACY).
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une *liste de contrôle de niveau I de Voile blanche de l'ACY*;
 - (2) un voilier tout équipé;
 - (3) des casques;
 - (4) des accessoires pour temps pluvieux;
 - (5) un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.);
 - (6) de l'écran solaire;
 - (7) de la supervision; et
 - (8) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un centre voile avec des vents forts de 4 à 9 nœuds (8 à 15 km/h).
3. **Norme.** Conformément à la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche*, le cadet doit opérer un voilier.
4. **Remarques.** S.O.
5. **Matière complémentaire.** Aucune nouvelle instruction complémentaire ne sera ajoutée au programme de la phase deux.

OCOM M224.01 – SE PRÉPARER POUR UNE FIN DE SEMAINE DE NAVIGATION À LA VOILE

1. **Rendement.** Se préparer pour une fin de semaine de navigation à la voile.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) une *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de la Voile blanche de l'ACY*;
 - (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 se préparer à une fin de semaine de navigation à la voile, y compris :
 - a. les compétences nécessaires pour obtenir le niveau I de la Voile blanche de l'ACY;
 - b. un horaire de fin de semaine de voile; et
 - c. les instructions permanentes d'opération (IPO) du centre de voile.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	<p>Réviser les habiletés de la <i>liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY</i>, y compris :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. les habiletés qui se trouvent dans la liste de contrôle, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (1) le gréement, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (a) faire les nœuds; (b) manipuler les cordages; et (c) gréer un voilier; (2) la sécurité, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (a) un V.F.I.; (b) l'habillement; et (c) les exigences de Transport Canada relatives à l'équipement; (3) le dégréement, incluant : <ol style="list-style-type: none"> (a) dégréer un voilier; (b) plier les voiles; et (c) arrimer; et (4) les habiletés en mer, incluant : 	Exposé interactif	15 min	C1-007 (p. 105 à 107) C1-008

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	(a) l'autodépannage; (b) les indicateurs de vent; (c) le maniement du voilier; et (d) l'équilibre du voilier; et b. obtenir le niveau I de la Voile blanche.			
PE2	Réviser les IPO du centre de voile en soulignant : a. l'emplacement; b. les règles de base; et c. les attentes de la fin de semaine (la température, le chavirement, la nourriture, etc.).	Exposé interactif	5 min	Les IPO du centre voile
PE3	Donner un aperçu de l'horaire de voile de la fin de semaine, y compris : a. l'horaire (le départ et l'arrivée); et b. la routine quotidienne.	Exposé interactif	5 min	

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 afin de présenter les compétences nécessaires à l'obtention du niveau I de Voile blanche de l'ACY, de discuter des attentes de la fin de semaine et de donner des directives sur les procédures à suivre lors de l'instruction.

7. Documents de référence

- C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, S. (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.
- C1-008 Association canadienne de yachting. (2006). *Association canadienne de yachting. Liste de contrôle d'habileté pratique Voile blanche de niveau I*. Extrait le 3 avril 2006 du site <http://www.sailing.ca/fr/cbet/content/WIChecklist-fr.doc>.

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 *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY*; et
- les IPO du centre voile.

9. **Matériel d'apprentissage.** Un document de cours ou la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY* qui se trouve dans le document de référence C1-008.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Le corps de cadets doit communiquer avec le centre de voile local pour obtenir un exemplaire des IPO du centre.

OCOM M224.02 – SE PRÉPARER POUR L'INSTRUCTION DE LA NAVIGATION À LA VOILE

1. **Rendement.** Se préparer pour l'instruction de la navigation à la voile.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un voilier tout équipé;
 - (2) des casques;
 - (3) des V.F.I.;
 - (4) de la supervision; et
 - (5) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un centre voile.
3. **Norme.** Conformément à la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche*, le cadet doit :
 - a. sélectionner des vêtements appropriés selon les prévisions météorologiques pour le jour d'instruction de la navigation à la voile (p. ex. journée pluvieuse, chaude, froide);
 - b. choisir son équipement de sécurité personnel, incluant :
 - (1) un V.F.I.;
 - (2) un casque; et
 - (3) des chaussures;
 - c. nommer l'équipement de sécurité nécessaire conformément au Règlement sur les petites embarcations de Transport Canada;
 - d. nommer les indicateurs du vent; et
 - e. reconnaître la procédure de chavirement d'un voilier.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer la façon de se protéger des coups de soleil et de l'hypothermie, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. porter de l'écran solaire; b. porter un chapeau; c. nommer les signes de l'hypothermie; et d. traiter l'hypothermie. 	Exposé interactif	5 min	C1-007 (p. 24 et 25) C0-027
PE2	Expliquer l'habillement que l'on doit porter lors des activités de voile, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. un V.F.I. (sélection et port); 	Exposé interactif	5 min	C1-007 (p. 24 et 25)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<ul style="list-style-type: none"> b. les chaussures; et c. un casque. 			A1-010 (chapitre 1, par. 17) C0-027
PE3	<p>Diriger une activité où les cadets doivent indiquer les vêtements à porter selon les prévisions météorologiques, incluant :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. une journée pluvieuse : <ul style="list-style-type: none"> (1) un V.F.I.; (2) des bottes; (3) des pantalons et un manteau de pluie; (4) un chapeau; (5) des lunettes de soleil; et (6) de l'écran solaire; b. une journée chaude et ensoleillée : <ul style="list-style-type: none"> (1) un V.F.I.; (2) des chaussures; (3) des vêtements légers; (4) un chapeau; (5) de l'écran solaire; et (6) une combinaison humide ou étanche; et c. une journée froide : <ul style="list-style-type: none"> (1) un V.F.I.; (2) des vêtements en couches; (3) des bottes chaudes; (4) un chapeau chaud; (5) de l'écran solaire; et (6) une combinaison humide ou étanche. 	Activité en classe	10 min	C1-007 (p. 24 et 25)
PE4	<p>Nommer l'équipement de sécurité nécessaire conformément au Règlement sur les petites embarcations de Transport Canada, incluant :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. un V.F.I. pour chaque personne à bord; b. un lance-amarre flottant; c. un dispositif de propulsion manuelle ou une ancre; d. une écope ou une pompe à eau manuelle; e. une lampe de poche étanche ou des fusées éclairantes; et 	Exposé interactif	5 min	C0-116 (p. 34)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	f. un dispositif de signalisation sonore.			
PE5	Nommer les indicateurs de direction de vent courants, incluant : a. la fumée; b. les petits arbres; c. les grandes herbes; d. les manches à air; e. les drapeaux; f. les petites ondulations; g. les bateaux amarrés; h. les nuages à basse altitude; i. les girouettes; et j. les méthodes inefficaces pour déterminer la direction du vent, incluant : (1) un doigt mouillé en l'air; (2) les grosses vagues; (3) la girouette de tête de mat; et (4) les penons.	Exposé interactif	5 min	C1-007 (p. 28 et 29)
PE6	Diriger une activité où les cadets doivent nommer les indicateurs de direction du vent courants que l'on trouve au centre voile.	Activité en classe	5 min	
PE7	Expliquer les éléments suivants par rapport au chavirement : a. Il y a une différence entre le chavirement et la cloche : (1) le chavirement – le voilier est sur le côté et ses voiles sont horizontales à l'eau; et (2) la cloche – le voilier est à l'envers dans l'eau. b. Il s'agit d'une partie normale de la navigation à la voile. c. Il y a du personnel qualifié à proximité dans les bateaux de sécurité pour venir en aide, au besoin.	Exposé interactif	5 min	C1-007 (p. 90 à 93)
PE8	Expliquer et démontrer la façon de redresser un voilier chaviré, incluant : a. les étapes de redressement du voilier, incluant : (1) faire attention à soi;	Démonstration	15 min	C1-007 (p. 90 à 93)

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	<p>(2) faire attention aux membres de l'équipage;</p> <p>(3) relâcher les écoutes qui sont taquées;</p> <p>(4) les membres de l'équipage manœuvrent jusqu'à la proue;</p> <p>(5) le barreur manœuvre jusqu'à la dérive;</p> <p>(6) l'équipage tourne la proue à la nage vers le vent debout (fers);</p> <p>(7) le barreur :</p> <p>(a) met ses pieds sur la dérive centrale;</p> <p>(b) tient les plats-bords et recule jusqu'à ce que le voilier soit droit; et</p> <p>(c) manœuvre jusqu'à la poupe et monte à bord.</p> <p>(8) les membres de l'équipage manœuvrent jusqu'à la poupe et montent à bord une fois le voilier redressé; et</p> <p>(9) écopper l'eau et continuer de naviguer; et</p> <p>b. Discuter de la sécurité, y compris :</p> <p>(1) rester avec le voilier;</p> <p>(2) ne pas paniquer;</p> <p>(3) utiliser la technique « main sur main » lorsqu'on manœuvre autour du voilier;</p> <p>(4) utiliser un V.F.I. pour flotter; et</p> <p>(5) communiquer.</p>			

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	25 min
c.	Activité en classe :	15 min
d.	Démonstration :	15 min
e.	Total :	60 min

6. Justification

- a. Un exposé interactif a été choisi pour les PE1, PE2, PE4, PE5 et PE7 pour présenter la matière de base et initier les cadets aux aspects de l'instruction de la navigation à la voile nécessaires avant leur participation à l'instruction pratique.

- b. Une activité en classe a été choisie pour les PE3 et PE6, parce que c'est une façon interactive de confirmer la compréhension des indicateurs de vent.
- c. La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE8, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la compétence que le cadet doit acquérir.

7. Documents de référence

- a. A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. C0-027 Croix-Rouge canadienne. (1999-2006). *Vérification de l'état d'un V.F.I.* Vérification de l'état d'un V.F.I. Extrait le 2 octobre 2006 du site <http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=001040&tid=024>.
- c. C0-027 Croix-Rouge canadienne. (1999-2006). *Tableau comparatif des gilets de sauvetage*. Extrait le 8 novembre 2006 du site <http://www.laviesurleau.com/article.asp?id=013630&tid=014>.
- d. C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, S. (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.
- e. C1-008 Association canadienne de yachting. (2006). *Association canadienne de yachting. Liste de contrôle d'habileté pratique Voile blanche de niveau I*. Extrait le 3 avril 2006 du site <http://www.sailing.ca/fr/cbet/content/WIChecklist-fr.doc>.
- f. C1-009 Association canadienne de dermatologie. (aucune date). *Facts About Sun Exposure: Prevention*. Extrait le 4 avril 2006 du site http://www.dermatology.ca/sun/facts_e.html.
- g. C1-098 Bureau de la sécurité nautique. (2006). *Guide de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par Transport 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. des marqueurs;
- c. des V.F.I.;
- d. des casques;
- e. des fiches aide-mémoire;
- f. un sac pour les fiches de vêtement;
- g. divers articles d'habillement;
- h. un voilier tout équipé;
- i. du ruban;
- j. une *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY*; et
- k. des articles de TC (une pagaie, un V.F.I., une lampe de poche étanche, un dispositif de signalisation sonore et une écope).

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. divers types de vêtement qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 13, annexes A et B;
 - b. des fiches aide-mémoire;
 - c. des V.F.I.;
 - d. des casques;
 - e. un sac pour les fiches de vêtement;
 - f. du papier;
 - g. des crayons et des stylos;
 - h. un voilier tout équipé; et
 - i. des articles de TC (une pagaie, un V.F.I., une lampe de poche étanche, un dispositif de signalisation sonore et une écope).
10. **Modalités de contrôle.** Les cadets seront évalués conformément à la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY* lors de la fin de semaine de navigation à la voile obligatoire.
11. **Remarques.** Les instructeurs doivent s'assurer que les cadets sont habillés adéquatement, selon les conditions climatiques, avant leur participation à cet OCOM.

OCOM M224.03 – GRÉER UN VOILIER

1. **Rendement.** Gréer un voilier.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un voilier tout équipé;
 - (2) des casques;
 - (3) des accessoires pour temps pluvieux;
 - (4) des V.F.I.;
 - (5) de l'écran solaire;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un centre voile avec des vents forts de 4 à 9 nœuds (8 à 15 km/h).
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit gréer un voilier.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Diriger une activité où les cadets doivent nommer l'emplacement et la fonction des parties principales d'un voilier, incluant : <ol style="list-style-type: none"> a. la coque; b. la proue; c. la poupe; d. la dérive centrale; e. le banc de nage; f. la bôme; g. le mât; h. les taquets; i. les chaumards; j. la grand-voile; k. le foc; l. l'écoute de grand-voile; m. les écoutes de foc; n. le vit-de-mulet; o. le hale-bas de bôme; p. le gouvernail; 	Activité en classe	20 min	C1-007 (p. 108 et 109) C1-008

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	q. la barre du gouvernail; et r. les drisses.			
PE2	Démontrer et demander aux cadets de pratiquer le gréement d'un voilier, y compris : a. faire des nœuds incluant : (1) un nœud plat; (2) un nœud en huit; (3) un tour mort et deux demi-clés; et (4) nœud de chaise; b. plier et fixer un cordage; et c. gréer un voilier, y compris : (1) l'équipement nécessaire; (2) attacher les voiles; (3) attacher le gréement; (4) lever les voiles; et (5) fixer le gouvernail et la barre.	Démonstration et exécution	30 min	C1-007 (p. 105 à 107) C1-008

5. Durée

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Activité en classe :	20 min
c.	Démonstration et exécution :	30 min
d.	Total :	60 min

6. Justification

- Une activité en classe a été choisie pour le PE1 parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit, de stimuler l'intérêt des cadets et de présenter les parties principales d'un voilier et leurs fonctions.
- La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de gréer un voilier, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer à gréer le voilier sous supervision.

7. Documents de référence

- C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, S. (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.
- C1-008 Association canadienne de yachting. (2006). *Association canadienne de yachting. Liste de contrôle d'habileté pratique Voile blanche de niveau I*. Extrait le 3 avril 2006 du site <http://www.sailing.ca/fr/cbet/content/WIChecklist-fr.doc>.

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;

- b. deux ensembles d'étiquettes des parties d'un voilier qui se trouvent dans l'A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 13, annexe C;
- c. un voilier tout équipé;
- d. des V.F.I.;
- e. une *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY*; et
- f. des casques.

9. **Matériel d'apprentissage**

- a. le document de cours qui se trouve dans le document A-CR-CCP-602/PF-002, chapitre 13, annexe C;
- b. un voilier tout équipé;
- c. des ballons;
- d. des sacs à déchets;
- e. du ruban;
- f. des V.F.I.; et
- g. des casques.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les cadets auront de nombreuses occasions de pratiquer les compétences de gréement tout au long de la fin de semaine.

OCOM M224.04 – NAVIGUER EN VOILIER

1. **Rendement.** Naviguer en voilier.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un voilier tout équipé;
 - (2) des casques;
 - (3) des accessoires pour temps pluvieux;
 - (4) des V.F.I.;
 - (5) de l'écran solaire;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un centre voile avec des vents forts de 4 à 9 nœuds (8 à 15 km/h).
3. **Norme.** Conformément à la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche*, le cadet doit naviguer en voilier.
4. **Points d'enseignement.** Le cadet doit naviguer en voilier, en étant évalué pour les habiletés suivantes :
 - a. la manipulation du voilier, y compris :
 - (1) effectuer des réglages d'écoute simples; et
 - (2) effectuer des réglages de gouvernail simples afin de suivre un parcours en ligne;
 - b. l'équilibre du voilier, incluant :
 - (1) maintenir le voilier en équilibre; et
 - (2) embarquer dans un voilier et en débarquer, sur un quai;
 - c. l'OCOM M224.03 (Gréer un voilier);
 - d. l'OCOM M224.05 (Dégréer un voilier); et
 - e. redresser un voilier chaviré qui se trouve dans l'OCOM M224.02 (Se préparer pour l'instruction de la navigation à la voile).
5. **Durée**

a. Introduction/Conclusion :	20 min
b. Activité pratique :	Une fin de semaine
c. Total :	Une fin de semaine
6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive d'initier les cadets à la navigation à la voile et de leur permettre d'en faire l'expérience dans un

environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances de manipulation et d'équilibre du voilier dans un environnement amusant et stimulant.

7. Documents de référence

- a. A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, S. (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.
- c. C1-008 Association canadienne de yachting. (2003). *Association canadienne de yachting. Liste de contrôle d'habileté pratique Voile blanche de niveau I*. Extrait le 3 avril 2006 du site <http://www.sailing.ca/fr/cbet/content/WIChecklist-fr.doc>.
- d. C1-096 Association canadienne de yachting. (aucune date). *Level 1 Technical Coach Manual*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.

8. Matériel d'instruction

- a. un voilier tout équipé;
- b. des V.F.I.;
- c. des casques;
- d. un bateau de sécurité;
- e. des circuits prédéterminés;
- f. une *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY*; et
- g. un dispositif de signalisation sonore.

9. Matériel d'apprentissage

- a. un voilier tout équipé;
- b. des V.F.I.; et
- c. des casques.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. Remarques

- a. Les compétences spécifiques nécessaires à l'obtention du niveau I de Voile blanche de l'ACY se trouvent sur la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche de l'ACY*.
- b. Si les cadets ont de la difficulté à acquérir une compétence, l'instructeur doit y consacrer plus de temps.

OCOM M224.05 – DÉGRÉER UN VOILIER

1. **Rendement.** Dégréer un voilier.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un voilier tout équipé;
 - (2) des casques;
 - (3) des accessoires pour temps pluvieux;
 - (4) des V.F.I.;
 - (5) de l'écran solaire;
 - (6) de la supervision; et
 - (7) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : Un centre voile avec des vents forts de 4 à 9 nœuds (8 à 15 km/h).
3. **Norme.** Conformément à la *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de Voile blanche*, le cadet doit dégréer un voilier, y compris :
 - a. fixer un voilier;
 - b. plier les voiles; et
 - c. ranger l'équipement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Démontrer et demander aux cadets de participer au dégréement d'un voilier, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. le fixer à une jetée ou à un quai; b. abaisser la grand-voile et le foc; c. détacher la voile, y compris : <ol style="list-style-type: none"> (1) détacher les drisses de la grand-voile et du foc; (2) sortir la bôme du vit-de-mulet; (3) enlever la grand-voile du tangon; (4) enlever le foc de la plaque de l'étrave; (5) détacher les écoutes; (6) déplacer le gouvernail et la barre; (7) enlever l'équipement; et (8) sécuriser la bôme et les cordages; et 	Démonstration et exécution	35 min	C1-007 (p. 105 à 107) C1-008

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
	d. remonter la dérive centrale ou enlever la dérive sabre.			
PE2	Démontrer le rangement de l'équipement et y faire participer les cadets, y compris : a. enlever tout l'équipement de la coque; b. enlever les voiles du voilier; c. ranger les voiles, y compris : (1) rouler les voiles ou les plier en utilisant la méthode accordéon; et (2) ranger les voiles dans un sac à voile; et d. remettre l'équipement dans l'aire d'entreposage.	Démonstration et exécution	20 min	C1-007 (p. 105 à 107) C1-008

5. Durée

- | | |
|---------------------------------|--------|
| a. Introduction/Conclusion : | 5 min |
| b. Démonstration et exécution : | 55 min |
| c. Total : | 60 min |

6. **Justification.** La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le cette leçon, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de dégréer un voilier, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer à dégréer le voilier sous supervision.

7. Documents de référence

- C1-007 (ISBN 0-920232-17-5)/A-CR-CCP-009/PT-001 Donaldson, S. (1994). *Basic Sailing Skills*. Gloucester, ON, Association canadienne de yachting.
- C1-008 Association canadienne de yachting. (2006). *Association canadienne de yachting. Liste de contrôle d'habileté pratique Voile blanche de niveau I*. Extrait le 3 avril 2006 du site <http://www.sailing.ca/fr/cbet/content/WIChecklist-fr.doc>.

8. Matériel d'instruction

- un voilier tout équipé;
- des V.F.I.;
- une *liste de contrôle d'habileté pratique de niveau I de la Voile blanche de l'ACY*; et
- des casques.

9. Matériel d'apprentissage

- un voilier tout équipé;
- des V.F.I.; et
- des casques.

10. Modalités de contrôle. S.O.

11. **Remarques.** Les cadets doivent pouvoir pratiquer le dégréement d'un voilier à de nombreuses reprises tout au long de la fin de semaine.

SECTION 14**OREN 225 – PARTICIPER À UNE FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION NAUTIQUE**

1. **Rendement.** Participer à une fin de semaine d'instruction nautique.
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 endroit approprié pour l'activité conformément à l'OCOM C225.02A ou à l'OCOM C225.02B.
3. **Norme.** Les cadets doivent participer à une fin de semaine d'instruction nautique afin :
 - a. de renforcer l'instruction obligatoire et l'instruction complémentaire;
 - b. de permettre aux cadets de participer à des activités nautiques des FC ou des milieux et industries maritimes; et
 - c. de donner une occasion d'expérience pratique qui introduit de nouvelles compétences et connaissances.
4. **Remarques**
 - a. Il faut avoir complété l'un des deux OCOM suivants pour réussir cet OREN :
 - (1) l'OCOM C225.02A (Exécuter des tâches liées aux opérations de petites embarcations ou de petits navires faisant route). Cette option semble celle qui satisfait le plus au but de cet OREN et on devrait lui accorder la priorité; ou
 - (2) l'OCOM C225.02B (Participer à une activité nautique). On peut choisir cette option pour compléter l'OREN si une activité qui satisfait au critère de l'OCOM C225.02A n'est pas disponible.
 - b. L'activité qui doit avoir lieu cette fin de semaine doit être déterminée par le cmdt du corps de cadets en collaboration avec le personnel du détachement ou de l'URSC.
5. **Matière complémentaire.** L'OREN 225 est un ensemble complémentaire conçu pour donner aux cadets des occasions additionnelles de pratiquer et d'augmenter leurs compétences et leurs connaissances nautiques.

OCOM C225.01 – SE PRÉPARER À UNE FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION NAUTIQUE

1. **Rendement.** Se préparer à une fin de semaine d'instruction nautique.
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 se préparer à une fin de semaine d'instruction nautique, y compris :
 - a. les activités à faire et les compétences à acquérir; et
 - b. la structure générale de la fin de semaine, y compris :
 - (1) l'horaire de fin de semaine; et
 - (2) les instructions permanentes d'opération (IPO) du site d'entraînement.
4. **Points d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Réviser les compétences à pratiquer lors de la fin de semaine d'instruction nautique.	Exposé interactif	15 min	
PE2	Réviser les IPO du site d'entraînement en soulignant : <ol style="list-style-type: none"> a. l'emplacement; b. les règles de base; et c. les attentes de la fin de semaine (les conditions climatiques, les dispositions de l'hébergement pour la nuit, la nourriture, etc.). 	Exposé interactif	5 min	
PE3	Donner un aperçu de l'horaire de la fin de semaine d'instruction nautique, y compris : <ol style="list-style-type: none"> a. l'horaire (le départ et l'arrivée); et b. la routine quotidienne. 	Exposé interactif	5 min	

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 afin d'initier les cadets à la fin de semaine d'instruction nautique et de leur donner un aperçu des attentes et de l'instruction à compléter.
7. **Documents de référence**
 - a. A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
 - b. A1-023 A-CR-CCP-601/PG-002 D Cad 4. (2006). *NQP de la phase un*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
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 les IPO du secteur d'entraînement.
9. **Matériel d'apprentissage.** S.O.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Le contenu de cet OCOM dépend des activités choisies à l'OCOM C225.01A (Effectuer des tâches liées aux opérations de petites embarcations ou de petits navires faisant route) ou de l'OCOM C225.01B (Participer à une activité nautique).
 - b. Les instructeurs doivent communiquer avec le site d'entraînement avant la leçon afin d'obtenir un exemplaire des IPO.

OCOM C225.02A – EFFECTUER DES TÂCHES LIÉES AUX OPÉRATIONS DE PETITES EMBARCATIONS OU DE PETITS NAVIRES FAISANT ROUTE

1. **Rendement.** Effectuer des tâches liées aux opérations de petites embarcations ou de petits navires faisant route.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) de petites embarcations ou de petits navires;
 - (2) de la supervision; et
 - (3) de l'aide au besoin.
 - b. Éléments non permis : S.O.
 - c. Conditions environnementales : À bord d'une petite embarcation ou d'un petit navire faisant route.
3. **Norme.** Les cadets doivent effectuer des tâches liées à l'opération d'une petite embarcation ou d'un petit navire.
4. **Points d'enseignement**
 - a. Les PE dépendent de la petite embarcation ou du petit navire et y sont spécifiques. Les instructeurs doivent s'assurer que tous les PE contribuent à la norme de cet OCOM.
 - b. Voici des exemples de PE, qui ne se limitent pas à cette liste :
 - (1) les tâches à la barre;
 - (2) les tâches d'équipage (pont, vigie, etc.);
 - (3) les interventions d'urgence (POB, feu, inondation, etc.);
 - (4) l'accostage et l'appareillage;
 - (5) la manipulation de l'ancre;
 - (6) la manipulation des cordages;
 - (7) le travail de cordages (les nœuds, les amarrages, les ajuts, les surliures, etc.); et
 - (8) l'instruction d'introduction au navire.
5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 20 min
 - b. Activité pratique : (4 h à 6 h par jour)
 - c. Total : Une fin de semaine
6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce qu'il s'agit d'une façon interactive d'initier les cadets aux tâches de petites embarcations ou de petits navires et de leur permettre d'en faire l'expérience dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité nautique contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances liées aux petites embarcations ou aux petits navires dans un environnement amusant et stimulant.

7. Documents de référence

- a. A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
- b. A1-023 A-CR-CCP-601/PG-002 D Cad 4. (2006). *NQP de la phase un*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction.** Le matériel d'instruction nécessaire dépend de l'activité choisie pour cet OCOM.

9. **Matériel d'apprentissage.** Le matériel d'apprentissage nécessaire dépend de l'activité choisie pour cet OCOM.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. Remarques

- a. Les activités appropriées pour cet OCOM peuvent comprendre les éléments suivants, mais il ne faut pas s'y limiter :
 - (1) l'OREN 122 (Participer à une fin de semaine d'opération de petites embarcations);
 - (2) l'instruction du programme de l'opération de petites embarcations (à l'exception des modules 1 et 2);
 - (3) une journée de navigation à bord d'un navire de la Garde côtière canadienne, des Forces canadiennes ou commercial;
 - (4) une journée de navigation à bord d'un navire affrété;
 - (5) la navigation à bord d'un quillard à un club de navigation de plaisance et de voile;
 - (6) faire du canot ou du kayak;
 - (7) faire de la planche à voile; et
 - (8) la navigation à bord d'un voilier de glace.
- b. Les activités qui ne satisfont pas aux critères de cet OCOM comprennent, mais ne se limitent pas aux activités suivantes :
 - (1) le surf;
 - (2) le ski nautique;
 - (3) la plongée;
 - (4) les voiliers radio-guidés; et
 - (5) les visites guidées de navires et de bateaux.
- c. Les instructeurs doivent vérifier le matériel d'instruction et le matériel d'apprentissage nécessaires avant le déroulement de l'activité.

OCOM C225.02B – PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ NAUTIQUE

1. **Rendement.** Participer à une activité nautique.
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 installations appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.
3. **Norme.** Les cadets doivent participer à une activité nautique afin :
 - a. de renforcer l'instruction obligatoire et l'instruction complémentaire;
 - b. de permettre aux cadets de participer à des activités nautiques des FC ou des milieux et industries maritimes; et
 - c. d'offrir une occasion d'expérience pratique qui introduit de nouvelles compétences et connaissances.
4. **Points d'enseignement.** Les PE dépendent de la petite embarcation ou du navire et y sont spécifiques. Les instructeurs doivent s'assurer que tous les PE contribuent à la norme de cet OCOM.
5. **Durée**
 - a. Introduction/Conclusion : 20 min
 - b. Activité pratique : (4 h à 6 h par jour)
 - c. Total : Une fin de semaine
6. **Justification.** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive d'initier les cadets à une activité nautique et de leur permettre de faire l'expérience de cette activité dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité nautique contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances dans un environnement amusant et stimulant.
7. **Documents de référence.** A1-010 A-CR-CCP-030/PT-001 D Cad 4. (2005). *Ordonnances de sécurité nautique*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.
8. **Matériel d'instruction.** Le matériel d'instruction nécessaire dépend de l'activité choisie pour cet OCOM.
9. **Matériel d'apprentissage.** Le matériel d'apprentissage nécessaire dépend de l'activité choisie pour cet OCOM.
10. **Modalités de contrôle.** S.O.
11. **Remarques**
 - a. Cet OCOM doit se dérouler seulement si l'instruction, conformément à l'OCOM C225.02A (Exécuter des tâches liées aux opérations de petites embarcations ou de petits navires faisant route), n'est pas disponible.

- b. Les activités appropriées pour cet OCOM peuvent comprendre les éléments suivants, mais il ne faut pas s'y limiter :
- (1) l'instruction le long du bord d'un navire;
 - (2) l'instruction sur la lutte contre les avaries;
 - (3) les simulateurs (pont, la voile, etc.);
 - (4) la plongée en scaphandre autonome (conformément à l'OAIC 14-10, *Cours facultatif pour cadets – La plongée sous-marine*);
 - (5) les exercices de recherche et de sauvetage maritime (SAR);
 - (6) les séminaires de formation en matelotage spécialisé (p. ex. la réparation au haubanage, fabrication ou la réparation de voile, l'entretien de base d'un moteur marin, etc.);
 - (7) la formation en cours d'emploi (l'arsenal maritime, la division de la Réserve navale, la GCC, etc.); et
 - (8) l'instruction sur la survie en mer (la GCC, les FC, etc.).
- c. Les activités qui ne satisfont pas aux critères de cet OCOM comprennent, mais ne se limitent pas aux activités suivantes :
- (1) les visites;
 - (2) la natation;
 - (3) les salons nautiques;
 - (4) l'assemblage de modèles réduits; et
 - (5) visionner des compétitions ou des événements.
- d. Les instructeurs doivent vérifier le matériel d'instruction et le matériel d'apprentissage nécessaires avant le déroulement de l'activité.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SECTION 15
COMPÉTITION DE MATELOTAGE INTERDIVISIONS (CMI)

1. **Rendement.** Participer à une compétition de matelotage interdivisions.
2. **Conditions**
 - a. Éléments fournis :
 - (1) un minimum d'une période pendant la séance d'instruction avant l'événement pour que les divisions planifient et se préparent en équipes;
 - (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 accommoder tout le groupe.
3. **Norme.** Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une compétition de matelotage interdivisions, y compris :
 - a. lover et lancer un cordage;
 - b. lancer des appels et y répondre;
 - c. faire des nœuds, des ajuts et des demi-clés;
 - d. effectuer une épissure carrée;
 - e. effectuer une surliure ordinaire;
 - f. répondre à des questions;
 - g. gréer une bigue;
 - h. fabriquer une maquette de navire; et
 - i. des activités de promotion de travail d'équipe.
4. **Points d'enseignement.** S.O.
5. **Durée**

a. Planification et préparation de la division :	30 min
b. Activité :	540 min (2 jours)
c. Total :	570 min
6. **Justification.** L'activité pratique permettra de vérifier si les cadets ont bien compris la matière, et leur permettra de mettre en pratique les connaissances acquises. Les cadets doivent effectuer l'exercice sous la direction et la supervision de l'instructeur.
7. **Documents de référence**
 - a. A1-007 A-CR-CCP-004/PT-002 D Cad (1983). *Manuel des Cadets de la Marine royale canadienne, Volume 2.* Ottawa, ON.

- b. A1-013 La Marine. www.navy.gc.ca.
- c. C1-002 (ISBN 0-7858-1446-9) Pawson, D. (2001). *Pocket Guide to Knots and Splices*. Edison, NJ, Charwell Books, Inc.
- d. C1-003 (ISBN 11-770973-5) (1972). *Admiralty Manual of Seamanship 1964 Volume 1*. Londres, Angleterre, Her Majesty's Stationery Office.
- e. C1-005 (ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers: Quick, Fun Activities for Energizing Meetings and Workshops*. New York, McGraw-Hill, Inc.
- f. C1-006 (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.

8. **Matériel d'instruction**

- a. Le lance-amarre :
 - (1) un lance-amarre;
 - (2) deux cibles;
 - (3) un sifflet;
 - (4) une feuille de pointage; et
 - (5) un crayon.
- b. Les surliures et les épissures :
 - (1) un sifflet;
 - (2) une feuille de pointage; et
 - (3) un crayon; et
- c. Fait anecdotique :
 - (1) Option Un :
 - (a) une table de 6 pieds de long (ou des places appropriées);
 - (b) des chaises (ou des places appropriées);
 - (c) un sifflet;
 - (d) une liste de questions;
 - (e) une feuille de pointage; et
 - (f) un crayon.
 - (2) Option Deux :
 - (a) deux tables de 6 pieds de long (ou des places appropriées);
 - (b) des chaises (ou des places appropriées);
 - (c) un avertisseur sonore;
 - (d) un tableau de questions;

- (e) une liste de questions;
 - (f) un sifflet;
 - (g) une feuille de pointage; et
 - (h) un crayon.
- d. Le sifflet de manœuvrier :
- (1) des cartes d'instruction de sifflet de manœuvrier;
 - (2) un sac ou un chapeau;
 - (3) un sifflet;
 - (4) une feuille de pointage; et
 - (5) un crayon.
- e. Les nœuds, ajuts et demi-clés :
- (1) une table de 6 pieds de long;
 - (2) un sac ou un chapeau;
 - (3) des cartes de tâches;
 - (4) un sifflet;
 - (5) une feuille de pointage; et
 - (6) un crayon.
- f. La bigue :
- (1) une feuille de pointage; et
 - (2) un crayon.
- g. La maquette de navire :
- (1) une feuille de pointage; et
 - (2) un crayon.
- h. Les activités de promotion de travail d'équipe :
- (1) deux morceaux de corde (4 m); et
 - (2) des bandeaux (un par cadet).
- i. L'événement final :
- (1) sifflet de manœuvrier (nombre égal à celui des divisions);
 - (2) corde d'un mètre (nombre égal à celui des divisions);
 - (3) fiches de tâches (nombre de jeux égal à celui des divisions);
 - (4) lance-amarre (nombre égal à celui des divisions);

- (5) poulies simples (nombre égal à celui des divisions);
- (6) poulies doubles (nombre égal à celui des divisions);
- (7) 17 m de cordage en manille de 12 mm (nombre égal à celui des divisions);
- (8) petite boîte (nombre égal à celui des divisions);
- (9) cible (nombre égal à celui des divisions);
- (10) fiches de messages secrets (nombre de jeux égal à celui des divisions); et
- (11) un membre du personnel ou un cadet supérieur par station et par équipe.

9. Matériel d'apprentissage

- a. Le lance-amarre :
 - (1) un lance-amarre.
- b. Les surliures et les épissures :
 - (1) un mètre de corde par cadet de phase un et phase deux;
 - (2) un rouleau de fil à surlier;
 - (3) un couteau; et
 - (4) un mètre de corde à trois brins par cadet de phase un et phase deux.
- c. Le sifflet de manœuvrier :
 - (1) un sifflet de manœuvrier; et
 - (2) des cartes d'instruction de sifflet de manœuvrier.
- d. Les nœuds, ajuts et demi-clés :
 - (1) un mètre de corde; et
 - (2) un petit espar ou une petite tige.
- e. La bigue :
 - (1) un chapeau dur (un par cadet);
 - (2) deux espars de bois (4 à 4.5 m);
 - (3) une manille de 12 mm (9 m);
 - (4) cinq tiges d'aciers dotés d'œillets à 5 cm du haut (1 m);
 - (5) un rouleau de corde à surlier;
 - (6) une charge adéquate (minimum de 18 kg);
 - (7) une tige d'acier dotée de deux œillets (1.2 m);
 - (8) un membre du personnel ou un cadet supérieur;
 - (9) deux poulies simples (12.5 cm);

- (10) une manille de 16 mm (68 m);
 - (11) une estrope de cordage en manille de 12 mm (12 mm);
 - (12) une poulie double (10 cm);
 - (13) une poulie simple munie de ringot (10 cm);
 - (14) une manille de 12 mm (17 m);
 - (15) deux estropes en manille de 12 mm (0.5 m);
 - (16) quatre poulies doubles (10 cm);
 - (17) quatre poulies simples (12.5 cm);
 - (18) quatre estropes en manille de 12 mm;
 - (19) deux poulies doubles (12.5 cm);
 - (20) une poulie simple munie de ringot (12.5 cm);
 - (21) une manille de 12 mm (30 m); et
 - (22) une estrope en manille de 12 mm (0.5 m).
- f. La maquette de navire :
- (1) une feuille de carton bristol noir;
 - (2) une feuille de carton bristol gris;
 - (3) une paire de ciseaux;
 - (4) un rouleau de ruban à coller;
 - (5) des trombones;
 - (6) des photos de navires;
 - (7) un paquet de marqueurs permanents; et
 - (8) un bâton de colle pour papier.
- g. Les activités de promotion de travail d'équipe :
- (1) une feuille d'activité de ressemblance (une par cadet);
 - (2) un crayon (un par cadet);
 - (3) deux morceaux de corde (4 m); et
 - (4) des bandeaux (un par cadet).
- h. L'événement final :
- (1) un sifflet de manœuvrier (nombre égal à celui des divisions);
 - (2) une corde d'un mètre (nombre égal à celui des divisions);
 - (3) des fiches de tâches (nombre de jeux égal à celui des divisions);

- (4) un lance-amarre (nombre égal à celui des divisions);
- (5) des poulies simples (nombre égal à celui des divisions);
- (6) des poulies doubles (nombre égal à celui des divisions);
- (7) 17 m de cordage en manille de 12 mm (nombre égal à celui des divisions);
- (8) une petite boîte (nombre égal à celui des divisions);
- (9) une cible (nombre égal à celui des divisions);
- (10) des fiches de messages secrets (nombre de jeux égal à celui des divisions); et
- (11) un membre du personnel ou un cadet supérieur par station et par équipe.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les sites Web suivants ont été consultés pour élaborer la présente leçon :

- a. C1-025 JCOMMOPS (2001-2005). Extrait le 12 mai 2006. http://www.jcommops.org/graph_ref/cargo_ship-3.jpg.
- b. C1-030 CBS News. Extrait le 12 mai 2006. <http://www.cbsnews.com/images/2006/03/24/imageSJU10103232114.jpg>.
- c. C1-043 Galerie de photos de Terre-Neuve. Page 1 – Images miniatures et descriptions. Extrait le 12 mai 2006. <http://www.geocities.com/Heartland/Pointe/5181/nfld/smallwood.jpg>.
- d. C1-044 CMGmbH Consulting Measurement Technology. Extrait le 12 mai 2006. <http://www.cmt-gmbh.de/tanker%20ship.jpg>.
- e. C1-040 Port of Cork. Galerie de photos. Extrait le 12 mai 2006 http://www.portofcork.ie/web_images/archive/Gerry_o_sullivan.gif.

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 le dépannage. 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. 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 polyvalentes. 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'étudiant. 	<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 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> <p>ACTIVITÉ PRATIQUE Les activités pratique comprennent un large éventail d'occasions d'apprentissage fondées sur les activités qui peut servir à renforcer et mettre en pratique les sujets d'instruction ou présenter aux cadets de nouvelles expériences. Les activités pratiques doivent stimuler l'intérêt des cadets et les encourager à participer, tout en demeurant pertinentes aux objectifs de rendement.</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.
	<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. Créer 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.