OCOM C290.05 – PARTICIPER À UNE RANDONNÉE PÉDESTRE

1. **Rendement** : Participer à une randonnée pédestre

2. **Conditions** :

   a. Éléments fournis :

      (1) une randonnée pédestre prévue d'au plus 3 km;

      (2) une source d'eau;

      (3) un sifflet;

      (4) de la supervision; et

      (5) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Environnement de campagne comportant un terrain de randonnée pédestre de catégorie 1, pendant les heures de clarté.

3. **Norme** : Conformément à l'A-CR-CCP-951/PT-003, *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure*, le cadet doit participer à une randonnée pédestre de 3 km :

   a. adopter l'étiquette appropriée sur les sentiers;

   b. démontrer les techniques utilisées pour marquer un chemin; et

   c. suivre un chef.

4. **Points d'enseignement** :

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer les méthodes d'étiquette écologique à adopter sur les sentiers de randonnée pédestre, y compris : a. décrire l'étiquette à adopter sur les sentiers; et b. porter le matériel de sécurité suivant : 1. un sifflet; 2. un chapeau; 3. un écran solaire; et 4. des chaussures appropriées.	Exposé interactif	10 min	
PE2	Démontrer les techniques utilisées pour se frayer un chemin et demander aux cadets de s'y exercer.	Démonstration et exécution	60 min	A2-001 (p. 7–1/14)
PE3	Diriger une discussion de groupe et effectuer un rétroaction des cadets portant sur leur expérience pendant la randonnée pédestre.	Discussion de groupe	15 min	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-802/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-802-PG-002/A-CR-CCP-802-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

5. **Durée** :

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	10 min
c.	Démonstration et exécution :	60 min
d.	Discussion de groupe :	15 min
e.	Total :	90 min

6. **Justification** :

   a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE1 afin d'expliquer les procédures à suivre pendant la randonnée pédestre.

   b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE2, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets de pratiquer la randonnée pédestre dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances des cadets en matière de randonnée pédestre dans un environnement amusant et stimulant.

   c. Une discussion de groupe a été choisie pour le PE3, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs expériences, leurs opinions et leurs sentiments au sujet de la randonnée pédestre.

7. **Documents de référence** : A2-001 A-CR-CCP-951/PT-003 D Cdts 3. (2006). *Cadets royaux de l'Armée canadienne – Normes de sécurité de l'entraînement par l'aventure.* Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

8. **Matériel d'instruction** : S.O.

9. **Matériel d'apprentissage** : Ruban de signalisation.

10. **Modalités de contrôle** : S.O.

11. **Remarques** : Chaque cadet portera sur lui un sifflet comme mesure de sécurité.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-802/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-802-PG-002/A-CR-CCP-802-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.