OCOM C306.03 – ADOPTER LA POSITION DEBOUT AVEC LA CARABINE À AIR COMPRIMÉ DES CADETS

1. **Rendement.** Adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) une carabine à air comprimé des cadets,

      (2) un support à carabine,

      (3) un cadre de cible,

      (4) une cible appropriée,

      (5) une plate-forme surélevée pour les cibles,

      (6) des lunettes de sécurité,

      (7) de la supervision, et

      (8) 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, partie 1, section 8.

3. **Norme.** Conformément à l'A-CR-CCP-177/PT-002, le cadet doit :

   a. adopter la position debout avec la carabine à air comprimé des cadets, y compris :

      (1) se tenir debout à 90 degrés de la cible avec les pieds écartés de la distance de la largeur des épaules; et

      (2) tenir la carabine à air comprimé des cadets pointée vers la cible en plaçant :

         (a) la plaque de couche dans le haut de l'épaule,

         (b) la main gauche sous le fût, et

         (c) la main droite sur la poignée de crosse; et

   b. modifier sa position au besoin.

4. **Point d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Expliquer les motifs de la position debout, y compris : a. obtenir une bonne position; b. utiliser un support à carabine; et c. maintenir le centre de gravité.	Exposé interactif	5 min	A0-027 (p. 1-6-1 et 1-6-2)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PG-002/A-CR-CCP-803-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE2	Expliquer et démontrer comment adopter la position debout en positionnant : a. le corps, b. les pieds, c. les jambes, d. les hanches, e. le dos, f. les bras, g. la tête, et h. la carabine à air comprimé des cadets.	Démonstration	5 min	C2-146 (p. 171, p. 192 à 197)
PE3	Expliquer et démontrer comment régler la visée, y compris : a. le réglage vers le haut, b. le réglage vers le bas, et c. le réglage vers la gauche et vers la droite.	Démonstration	5 min	A0-027 (p. 1-6-7) C2-146 (p. 196)
PE4	Expliquer et démontrer l'alignement naturel, y compris : a. adopter la position debout; b. trouver une image de visée; c. fermer les deux yeux; d. prendre 3 à 4 respirations normales afin de relâcher les muscles; e. après 10 secondes, ouvrir les yeux et regarder l'image de visée; et f. modifier la position de son corps jusqu'à l'obtention d'une bonne image de visée.	Démonstration	5 min	A0-027 (p. 1-6-7)
PE5	Demander aux cadets d'adopter la position debout en positionnant : a. le corps; b. les pieds, c. les jambes, d. les hanches, e. le dos, f. les bras, g. la tête, et h. la carabine à air comprimé des cadets.	Activité pratique	30 min	C2-146 (p. 192 à 197)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PG-002/A-CR-CCP-803-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	5 min
c.	Démonstration :	15 min
d.	Activité pratique :	30 min
e.	Total :	60 min

6. **Justification**

a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin donner un aperçu des motifs de la position debout.

b. La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE 2 à 4, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les aspects de la position debout.

c. Une activité pratique a été choisie pour le PE 5, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience de la position debout dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances relatives au tir de précision dans un environnement amusant et stimulant.

7. **Documents de référence**

a. A0-027 A-CR-CCP-177/PT-002 Directeur - Cadets 3. (2001). *Mouvement des cadets du Canada, Manuel de référence – Programme de tir de précision des cadets*. Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale.

b. C2-146 (ISBN 0-9655780-0-3) Pullum, B., & Hanenkrat, F. (1997). *The New Position Rifle Shooting: A Comprehensive Guide to Better Target Shooting*. Oak Harbor, Ohio, Target Sports Education Center.

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. une carabine à air comprimé des cadets,

c. un support à carabine,

d. un cadre de cible,

e. une cible appropriée,

f. une plate-forme surélevée pour les cibles,

g. des lunettes de sécurité, et

h. une table de six pieds.

9. **Matériel d'apprentissage**

a. une carabine à air comprimé des cadets,

b. un support à carabine,

c. un cadre de cible,

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PG-002/A-CR-CCP-803-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

d. une plate-forme surélevée pour les cibles, et

e. des lunettes de sécurité.

10. **Modalités de contrôle.** S.O.

11. **Remarques.** Les cadets, qui ont terminé cette leçon, peuvent participer à l'OCOM M306.01 (Participer à une activité récréative de tir de précision) et à l'OCOM C106.01 (Participer à un exercice de tir récréatif avec la carabine à air comprimé des cadets, A-CR-CCP-801/PG-002, chapitre 4, section 6) en adoptant la position debout.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-803/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-803-PG-002/A-CR-CCP-803-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.