OCOM CX04.04 – ASSISTER À UNE PRÉSENTATION SUR LA CONDITION PHYSIQUE PERSONNELLE ET LES SAINES HABITUDES DE VIE

1. **Rendement** : Assister à une présentation sur la condition physique personnelle et les saines habitudes de vie

2. **Conditions** :

   a. Éléments fournis :

      (1) Supervision;

      (2) Aide, au besoin.

   b. Éléments non permis : Aucun.

   c. Environnement : Salle de classe ou secteur d'entraînement assez grand pour accueillir un groupe complet.

3. **Norme :** Le cadet doit assister à une présentation sur la condition physique personnelle et les saines habitudes de vie.

4. **Points d'enseignement** :

   a. Informer le conférencier à propos du public (les cadets), notamment sur des intérêts particuliers qui pourraient servir, et lui demander de garder du temps pour répondre aux questions. Il pourrait être utile de demander aux cadets de dresser une liste de ce qu'ils aimeraient connaître ou de leurs questions, qui serait remise à l'avance au conférencier.

   b. Demander au conférencier d'inclure des renseignements susceptibles d'intéresser les cadets dans son introduction.

   c. Collaborer avec le conférencier afin de lui fournir le matériel nécessaire (p. ex., projecteur, télévision, lecteur DVD, microphone) et préparer la salle de façon à répondre à ses besoins.

   d. Prévoir une bouteille d'eau pour le conférencier et demander aux cadets de lui préparer une carte de remerciement.

   e. Veiller à ce qu'un cadet fasse la présentation du conférencier et qu'un autre présente les remerciements et lui remette la carte.

   f. S'assurer que le conférencier est accueilli par un cadet à son arrivée, lui donner une bouteille d'eau et l'aider à régler les derniers détails de la préparation, comme l'installation du matériel visuel et l'orientation de la salle de présentation.

   g. Demander à un cadet de présenter le conférencier.

   h. Faire en sorte que les cadets participent à la présentation, notamment :

      (1) en écoutant le récit du conférencier;

      (2) en prenant part à une période de questions et réponses.

   i. Demander à un cadet de remercier le conférencier au nom de l'ensemble des cadets et de lui remettre une carte de remerciements.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PG-002/A-CR-CCP-801-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

j. Après le départ du conférencier, demander aux cadets de s'arrêter sur ce qu'ils ont appris. Activités possibles :

(1) Points saillants. Demander aux cadets d'énumérer individuellement les trois éléments les plus intéressants ou étonnants qu'ils ont appris au cours de la présentation et d'en discuter avec un compagnon ou en petits groupes. S'il y a suffisamment de temps, demander aux cadets de faire part de ces points saillants à l'ensemble du groupe.

(2) Journal. Demander aux cadets d'écrire quelques mots dans un journal à propos de la présentation.

(3) Représentation visuelle. Demander aux cadets de créer une représentation visuelle de leur expérience.

5. **Durée** : Une séance (3 périodes) = 90 min

6. **Justification** : Pour cette leçon, un exposé interactif a été retenu; il s'agit d'une méthode plaisante et interactive pour approfondir les connaissances des cadets à propos de la condition physique personnelle et des saines habitudes de vie.

7. **Références** : Aucune.

8. **Matériel didactique** :

a. Bouteille d'eau;

b. Matériel demandé par le conférencier.

9. **Matériel d'apprentissage** : Matériel pour la carte de remerciement.

10. **Modalités de contrôle** : Aucune.

11. **Remarques** :

a. Exemples de conférenciers :

(1) Entraîneur personnel;

(2) Athlète professionnel;

(3) Nutritionniste;

(4) Moniteur.

b. Il n'y a pas de guide d'instruction pour cet OCOM.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PG-002/A-CR-CCP-801-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.