CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ARGENT

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 6

OCOM C324.01 – IDENTIFIER LES SOURCES DE NOURRITURE À BASE D'ANIMAUX ET D'INSECTES

Durée totale : 60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Faire une reconnaissance du lieu utilisé pour enseigner la leçon. Trouver différents signes de la présence d'animaux et leurs pistes pour le PE3.

Photocopier les documents de cours qui se trouvent aux annexes F et G.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 et 2, afin de présenter les besoins énergétiques quotidiens et d'initier les cadets aux sources de nourriture dans les cas où on se perd.

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de trouver des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 4, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de démontrer la façon d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au développement des compétences de survie en plein air dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables d'identifier les sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes en campagne. Pour ceux qui participent à l'instruction sur les expéditions, la nécessité de vivre des ressources naturelles en campagne peut devenir une situation réelle. Dans une situation de survie, le cadet peut avoir à faire des choix appropriés, et en dépendre, pour compléter son alimentation et éviter de s'empoisonner ou de se rendre malade accidentellement.

Point d'enseignement 1 — **Discuter des besoins énergétiques quotidiens pour une personne moyenne qui tente de survivre en campagne**

Durée : 10 min — Méthode : Exposé interactif

GLUCIDES

Le corps a besoin de nourriture pour :

- fournir de la chaleur,
- fournir de l'énergie,
- accélérer la récupération avec un dur labeur ou une blessure,
- aider à résister aux maladies et à maintenir ses capacités mentales et physiques.

Un corps en santé peut survivre plusieurs jours, voire des semaines, sans nourriture, selon les conditions environnementales. La nourriture réapprovisionne les substances nutritives que le corps utilise. Elle procure les vitamines, les minéraux, les sels et les autres éléments essentiels à une bonne santé.



La calorie est une unité de mesure de quantité de chaleur – une calorie équivaut à la quantité de chaleur nécessaire pour élever la température d'un litre d'eau d'un degré Celsius. C'est la façon d'exprimer l'énergie lorsqu'on parle de nutrition.

Une personne moyenne dans un état de repos complet nécessite 70 calories par heure pour maintenir son métabolisme de base. Les activités les plus simples qui composent une journée ordinaire demandent 45 calories par heure de plus (p. ex., se mettre debout, s'asseoir, allumer un feu, etc.). Cela fait un total d'environ 2040 calories par jour, sans compter d'activités ardues. L'exercice d'une activité ardue pourrait brûler 3500 calories de plus par jour. Même l'effort mental ou l'anxiété peut brûler des calories.

Tous les aliments ne produisent pas une quantité égale de calories. En général, les aliments de base possèdent les valeurs énergétiques suivantes :

- **Glucides.** 1 g produit 4 calories,
- **Lipides.** 1 g produit 9 calories,
- **Protéines.** 1 g produit 4 calories.

La consommation de plus d'une source de nourriture évitera la possibilité de carences nutritives. Parmi les nutriments, on doit retrouver une combinaison de glucides, de lipides et de protéines, des minéraux et d'autres oligoéléments, et des vitamines. Un régime alimentaire équilibré est important pour une survie à long terme. Ne pas dépendre de la source de nourriture la plus facile d'accès pour assurer un régime alimentaire équilibré.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

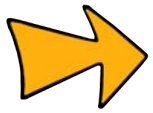
Glucides

Les glucides forment l'essentiel de notre régime alimentaire et ils représentent une des principales sources d'énergie pour le corps, non seulement pour aider à l'effort physique, mais également pour alimenter le corps et assurer le bon fonctionnement du système nerveux. Il existe deux types de glucides :

- **les fibres :** un glucide complexe,
- **le sucre :** un glucide simple.

Matières grasses

Les lipides contiennent les mêmes éléments que les glucides, mais ils sont combinés différemment. Ils sont une source concentrée d'énergie, procurant deux fois plus de calories que les glucides. Ils sont emmagasinés dans le corps en une couche sous la peau et autour des organes. Les lipides gardent la chaleur du corps et l'isolent, protègent les organes, lubrifient le tube digestif et constituent une réserve d'énergie. Ils se trouvent dans la viande, les œufs, le lait et les noix.



Le tube digestif est le passage qu'emprunte la nourriture pour se rendre de la bouche à l'anus pendant la digestion.

Protéines

Les protéines constituent les muscles, les os et les dents et se trouvent dans une variété d'aliments, comme la viande, la volaille, le poisson, les légumes, les noix, les produits laitiers et les produits céréaliers. Les protéines sont le seul ingrédient alimentaire qui contient de l'azote, et c'est pour cela qu'elles sont essentielles à la croissance et à la réparation du corps. S'il manque des glucides et des lipides dans l'alimentation, le corps utilisera les protéines pour produire de l'énergie, mais aux dépens des autres besoins du corps; c'est-à-dire que le corps puisera son énergie dans son propre tissu musculaire.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Quels nutriments procurent des calories pour produire de l'énergie?

Q2. Combien de calories par jour brûle une personne moyenne dans un état de repos complet?

Q3. Combien de calories le corps pourrait-il brûler pendant une activité ardue?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les glucides, les lipides et les protéines.

R2. Une personne moyenne au repos brûle environ 2040 calories.

R3. Le corps peut brûler jusqu'à 3500 calories pendant une activité ardue.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 2 **Identifier les insectes comestibles, leur valeur nutritive et leur habitat**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif



Ce PE devrait être donné à un endroit à proximité de souches pourries, de roches, de planches de bois ou de tout autre matériau se trouvant au sol qui sont propices aux nids d'insectes. Au cours du PE, donner des exemples d'insectes et de larves que l'on peut trouver sous les objets énumérés précédemment.

Faire attention en retournant les objets; des insectes ou animaux dangereux ou venimeux (serpents, araignées, abeilles, guêpes, etc.) peuvent s'y trouver.

INSECTES COMESTIBLES

Les insectes sont les formes de vie les plus abondantes sur Terre et ils sont faciles à attraper. Ils sont une bonne source de protéines, de lipides, de glucides, de calcium et de fer. Cela en fait une source de nourriture précieuse pour la survie.

Bien qu'un nombre relativement important d'insectes puissent se manger crus, il est préférable de les cuire pour éviter d'ingérer des parasites. Ne ramasser que les spécimens vivants. Éviter ceux qui ont l'air malade ou mort, qui sentent mauvais, ou qui irritent la peau ou donnent des rougeurs quand on les manipule. La valeur nutritive par 100 g de divers insectes est illustrée dans le tableau de la figure 1.



Les personnes qui sont allergiques aux insectes ou aux arthropodes doivent faire preuve de prudence. Les insectes et les crustacés sont dans la même catégorie. Les personnes qui ont des réactions allergiques au homard, à la crevette, à l'écrevisse ou à la langouste ou langoustine ou aliments similaires doivent éviter de manger des insectes.

VALEUR NUTRITIVE

Un gramme de glucides équivaut à quatre calories. Ce calcul est utile pour établir la quantité de calories que l'on doit consommer pour maintenir sa force et ses fonctions de base dans une situation de survie en campagne. À noter que les insectes sont une source importante de protéines.



Distribuer le document de cours qui se trouve à l'annexe G.

Demander aux cadets de nommer deux insectes qu'ils mangeraient, en se basant sur le tableau suivant. Leur demander de calculer la quantité d'insectes qu'ils auraient à manger pour obtenir la moitié de leur apport calorique quotidien (environ 1020 calories).

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Insecte (par 100 g)	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)	Calcium (mg)	Fer (mg)
Sauterelles	12.9	5.5	5.1	75.8	9.5
Petites sauterelles	20.6	6.1	3.9	35.2	5.0
Coléoptères aquatiques géants	19.8	8.3	2.1	43.5	13.6
Fourmis rouges	13.9	3.5	2.9	47.8	5.7
Chrysalides de vers à soie	9.6	s.o.	2.3	41.7	1.8
Termites	14.2	S.O.	S.O.	0.050	35.5
Charançons	6.7	S.O.	S.O.	0.186	13.1

G. Davenport, Wilderness Survival, Stackpole Books (page 161)

Figure 1 Valeur nutritive

HABITAT DES INSECTES

Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes, comme des fourmis, des termites, des coléoptères et des larves. Les zones herbeuses sont de bons endroits où chercher parce que les insectes y sont faciles à voir. Les insectes suivants sont faciles à trouver dans la plupart des endroits.

Sauterelles. Se trouvent le plus souvent dans les champs à découvert. On les voit sauter du chemin quand on marche. Elles se mangent crues ou cuites, sans les pattes.



Discover Entomology, par Carl D. Patrick, Grasshoppers and Their Control, Droit d'auteur par le département d'entomologie de Texas A&M University, 2008. Extrait le 5 mars 2008 du site http://insects.tamu.edu/extension/bulletins/l-5201.html

Figure 2 Sauterelle

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Coléoptères. Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol. Les insectes à carapace dure ont des parasites; il faut donc les cuire avant de les manger.



Système canadien d'information sur la biodiversité, Les Carabidés du Canada. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.cbif.gc.ca/spp_pages/carabids/phps/image1_f.php

Figure 3 Coléoptères

Vers. Les vers sont une excellente source de protéines, ont une teneur importante en acides aminés essentiels et sont faciles à ramasser. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie. Après les avoir ramassés, les mettre dans de l'eau propre et potable pendant quelques minutes. Ils se purgeront ou se laveront naturellement; après quoi on peut les manger crus.



Cheshire Wildlife Trust, Find Out About Earth Worms, Droit d'auteur par Cheshire Wildlife Trust, 2004. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.wildlifetrust.org.uk/cheshire/watch_earthworms.htm

Figure 4 Ver de terre

Larves. Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Green Smiths, Grub Worms. Extrait le 5 mars 2008, du site http://www.greensmiths.com/grubs.htm

Figure 5 Larves

Insectes aquatiques. On trouve de nombreuses espèces d'insectes comestibles au bord des lacs, des étangs et des océans. Tous les insectes à carapace dure doivent être cuits.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 912)

Figure 6 Insectes aquatiques

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. Quelle valeur nutritive les insectes procurent-ils pour la survie?

Q2. Où trouve-t-on habituellement des insectes?

Q3. Comment trouve-t-on des vers?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les insectes sont une bonne source de protéines, de lipides, de glucides, de calcium et de fer.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

R2. Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes.

R3. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie.

Point d'enseignement 3 **Discuter de la façon de trouver de petits animaux**

Durée : 15 min Méthode : Démonstration



Au cours de ce PE, circuler dans le secteur d'entraînement en attirant l'attention sur différents signes de la présence d'animaux. Indiquer leurs empreintes et habitats aux cadets.

IDENTIFIER LES PISTES ET L'HABITAT DES ANIMAUX

Tous les animaux peuvent être une source d'alimentation. Plus on sait de choses sur les animaux, meilleures seront nos chances d'en trouver un. Pour trouver un animal dans la nature, on doit être à l'affût de signes de leur présence. Une fois qu'on reconnaît les signes laissés par un animal et qu'on peut les identifier, il est alors possible d'imaginer une méthode pour le chasser et le piéger.

La plupart des mammifères se déplacent à l'aube et au crépuscule (premières lueurs du jour, dernières lueurs du jour), en empruntant les mêmes trajets entre leurs points d'eau, aires de nourriture et habitats. On peut identifier les empreintes et pistes d'animaux en recherchant des signes particuliers.

Les conseils suivants permettent de trouver et d'identifier les animaux :

- les empreintes sont plus faciles à voir sur de la neige, au sol mouillée ou du sable humide,
- la dimension de l'empreinte laissée,
- on peut déterminer le temps écoulé depuis la formation des empreintes en examinant leur netteté et degré d'humidité,
- plus l'empreinte est nette, plus elle est récente. Si de l'eau ou de la pluie s'y est infiltrée, elle peut dater d'un certain temps,
- une végétation dense laisse voir les trajets ou chemins utilisés régulièrement,
- certains animaux ne se déplacent jamais très loin; alors, la présence d'empreintes signifie qu'ils se trouvent probablement dans le secteur,
- les petits animaux creusent des tunnels dans les broussailles denses,
- des brindilles cassées le long d'un trajet indiquent la direction de déplacement et la taille de l'animal.

Lapins et lièvres

Les lapins et les lièvres sont faciles à attraper. Ils vivent soit dans des terriers ou au-dessus du sol et empruntent souvent le même trajet qu'ils utilisent pour revenir sur leurs pas. Ils ont de longues pattes arrière et de petites pattes avant. Quand on cherche des lapins ou des lièvres, se rappeler ce qui suit :

- ils ne laissent que de légères empreintes sur un sol mou,
- ils ont des pattes arrière étroites avec quatre orteils,
- leurs empreintes montrent que les pattes arrière sont à l'avant des pattes de devant au lieu d'être côte à côte,

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- ils mangent des écorces d'arbre et peuvent ronger la base des arbres,
- ils avertissent les autres lapins et lièvres en se servant de leurs pattes pour produire des sons. Le son émis ressemble à un bruit lourd et sourd ou à quelqu'un qui frappe un coussin.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 35)

Figure 7 Lapin et empreintes

Écureuils

Les écureuils sont alertes et très agiles. La plupart sont actifs jour et nuit – s'alimentant de noix, de fruits, de pousses et des œufs de certains oiseaux. Leur nid est habituellement de la taille d'un petit sac à dos pour une journée, se compose de brindilles et de feuilles et se trouve haut dans les arbres. Toutefois, durant l'hiver, les écureuils recherchent les trous dans les arbres pour s'en faire des tanières. Ils sont petits et leurs empreintes sont à peine visibles. Voici des signes de la présence d'un écureuil :

- des cônes mâchés,
- des écailles de cône empilées çà et là,
- des pépiements et sifflements forts et aigus presque continus.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 49)

Figure 8 Écureuil et empreintes

Marmottes

Les marmottes se trouvent le plus souvent dans les prés, au bord des routes et dans les champs abandonnés. Elles vivent seules dans des terriers d'une longueur allant jusqu'à 9 m (30 pi), creusés sous des souches, des roches ou le bord des bâtiments. Les terriers comportent habituellement trois entrées. Celles-ci sont visibles, mesurent entre 20 et 30 cm (8 et 12 po) de largeur et se trouvent à proximité de gros monticules de terre.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



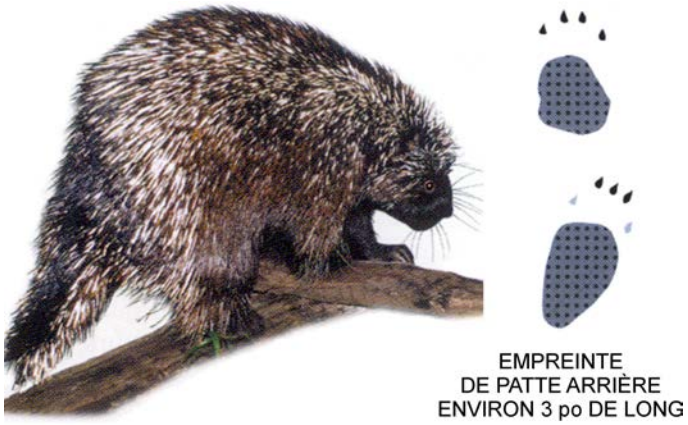
N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 91)

Figure 9 Marmotte et empreintes

Porcs-épics

Le porc-épic est le deuxième plus grand rongeur. Il possède des piquants pointus, qui sont solides à la base et barbelés au bout. Cet animal se nourrit principalement d'herbes, de glands et de brindilles et aime beaucoup le sel. Il laisse les traces et signes suivants :

- ses empreintes : les pattes avant ont quatre orteils et les pattes arrière en ont cinq,
- l'écorce des arbres est arrachée en plaques irrégulières,
- des brindilles mordillées jonchent le sol.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 109)

Figure 10 Porc-épic et empreintes

Castors

On connaît les castors comme des bâtisseurs de barrages. Ce sont des animaux aquatiques qui ont une queue qui semble couverte d'écailles et matelassée. On les voit régulièrement parcourir les cours d'eau, les lacs et les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, qu'on appelle une « hutte de castor », où on peut les piéger. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes avant ont cinq orteils et des marques de griffes, mais on n'en voit souvent que quatre,
- les empreintes des pattes arrière sont palmées, arrondies et plus larges,

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- les niveaux d’eau dans les lacs, les marais ou les marécages sont plus élevés que la normale,
- la présence de barrages de castor, de huttes, de jeunes arbres tombés et rongés,
- la présence de copeaux d’écorce près de l’eau.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 110)

Figure 11 Castor et empreintes

Ratons laveurs

Le « bandit masqué » vit dans une variété d’habitats : des forêts aux prairies, en passant par les parcs urbains. Ces animaux préfèrent la proximité de l’eau et des arbres et sont répandus dans les marécages boisés. Ils résident dans des terriers situés le plus souvent dans une souche ou un arbre creux, une crevasse dans une roche, une caverne ou un bâtiment abandonné. Le régime alimentaire terrestre des ratons laveurs comprend des noix, des fruits, des insectes, de petits rongeurs et des oiseaux. Prêts de l’eau, ils peuvent manger des grenouilles, des poissons, des mollusques et des insectes. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes arrière font environ 7.62 cm (3 po) de longueur et ont 5 orteils,
- les pattes avant ressemblent à de petites mains avec cinq doigts.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 99)

Figure 12 Raton laveur et empreintes

RECONNAÎTRE LES SIGNES D'ALIMENTATION

Avec un œil exercé, on peut souvent identifier les espèces animales par les marques laissées par leurs dents ou bec sur une noix, ou par la façon dont une noix de pin a été épluchée pour en extraire les graines. Voici certains signes d'alimentation qu'on peut trouver dans la nature :

- des arbres écorcés,
- des coquilles de noix rongées,
- des fruits partiellement mangés,
- des pousses arrachées,
- des restants de proie,
- des animaux laissés par des carnivores ou la destruction de nids.

On trouve souvent des fruits ou des noix abandonnés lorsque la nourriture est abondante - il arrive qu'un animal trouve un morceau qu'il n'aime pas, il le rejette alors pour en essayer un autre. Ces signes révèlent non seulement la présence d'un animal, mais permettent aussi d'établir les appâts pour les pièges.

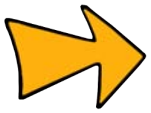
TROUVER DES EXCRÉMENTS

L'examen des excréments est l'un des meilleurs moyens de savoir s'il s'agit d'un animal herbivore ou carnivore. Leur masse et quantité permettent d'estimer la taille de l'animal. Leur degré de sécheresse est un indicateur du temps écoulé depuis la défécation. Les vieux excréments seront durs et inodores, tandis que les excréments récents seront humides, sentiront encore et peuvent être couverts de mouches.

La composition des excréments peut servir à trouver de quel type d'animal ils proviennent. Des morceaux de végétaux (tiges, graines, écales et piles) indiquent la présence d'un herbivore. Les excréments des herbivores n'ont presque aucune odeur, bien que ceux des animaux qui se sont gorgés de baies aient une odeur sucrée.

Des excréments remplis de matières animales (écailles, os et fourrure) qui proviennent d'un carnivore ont habituellement une odeur fétide. La présence de mouches indique que les excréments sont récents.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Si l'on entend le bourdonnement de mouches, mais qu'on n'arrive pas à les trouver, cela indique la présence possible d'un animal récemment tué par un animal féroce. Quitter immédiatement les lieux.

IDENTIFIER LES DÉRACINEMENTS

Certains animaux fouillent le sol à la recherche d'insectes et de tubercules. Si le sol est encore friable et récemment dérangé, il est probable qu'un animal y soit passé, il y a peu de temps. Des petits coups de griffe peuvent indiquer l'endroit où un écureuil ou un autre rongeur a creusé le sol à la recherche de pousses.

DÉTECTER LES ODEURS ET LES FUMETS

Il faut être vigilant si l'on sent quelque chose d'inhabituel. Essayer de noter les odeurs. Ils offrent des indices sur les espèces animales et végétales présentes à cet endroit. Là où se trouve une espèce animale, d'autres s'y trouveront.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

Q1. À quel moment la plupart des animaux se déplacent-ils dans leur environnement?

Q2. Quel trajet le lapin suit-il habituellement?

Q3. Si vous vous perdez dans une région boisée près d'un lac, quels animaux y trouveriez-vous?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La plupart des animaux se déplacent dans leur environnement à l'aube et au crépuscule.

R2. Le lapin suit habituellement le même trajet qu'il utilise pour revenir sur ses pas.

R3. Des castors et des ratons laveurs.

Point d'enseignement 4 — **Diriger une activité où les cadets, en groupes de deux, doivent examiner la zone locale pour trouver les sources de nourriture animales et d'insectes en identifiant deux signes d'activités récentes qui les guideront vers la nourriture**

Durée : 20 min — Méthode : Activité pratique

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets d'identifier des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes en trouvant des signes d'activités récentes en campagne.

RESSOURCES

Document de cours sur les animaux et les insectes.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.

2. Distribuer le document de cours qui se trouve à l’annexe F.

3. Demander aux cadets de fouiller le secteur d’entraînement et d’identifier les sources de nourriture à base d’animaux et d’insectes en trouvant des signes d’activités récentes en campagne.

4. Demander aux cadets de décrire les signes d’activités récentes, y compris :

   a. le type d’animal ou d’insecte,

   b. la taille estimée de l’animal ou de l’insecte.

MESURES DE SÉCURITÉ

- Établir des limites autour des secteurs utilisés.
- On peut demander à du personnel supplémentaire d’aider à la supervision durant cette tâche.

CONFIRMATION DU POINT D’ENSEIGNEMENT 4

La participation des cadets à l’activité servira de confirmation de l’apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

Q1. Si une personne consomme 1 g de glucides, combien de calories cela produirait-il?

Q2. Quel danger y a-t-il à ne consommer qu’un seul type de nourriture dans une situation de survie?

Q3. Où trouve-t-on le plus souvent les castors?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un gramme de glucides équivaut à quatre calories.

R2. Si on ne consomme qu’un seul type de nourriture, le corps peut souffrir d’une carence en nutriments essentiels.

R3. On les voit régulièrement parcourir les cours d’eau, les lacs et les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, que l’on appelle une « hutte de castor ».

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D’ÉVALUATION

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

OBSERVATIONS FINALES

Une personne qui se perd en campagne se trouvera dans une situation angoissante et dangereuse si elle ne sait pas comment gérer la situation. Les cadets ont été informés de l'endroit où trouver des sources de nourriture à base d'animaux et d'insectes comestibles qui leur procureront les nutriments essentiels à la survie, et de la façon s'y prendre.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2e éd). Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.

C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

C2-148 (ISBN 978-0-8117-3292-5) Davenport, G. (2006). *Wilderness Survival*. Mechanicsburg, Pennsylvanie, Stackpole Books.

C2-155 (ISBN 978-1-58574-556-2) The Lyons Press. (2002). *U.S. Army Survival Handbook*. Guilford, Connecticut, The Lyons Press.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.