OCOM CX05.02 – PARTICIPER À UN TOURNOI

1. **Rendement :** Participer à un tournoi

2. **Conditions :**

   a. Éléments fournis :

      (1) les articles de sport,

      (2) de l’équipement de sécurité,

      (3) de la supervision,

      (4) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : Aucun.

   c. Conditions environnementales : Un terrain de sport, un gymnase ou un secteur d’entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme :** Le cadet doit :

   a. assister à une séance d'information portant sur les règles de jeu du tournoi;

   b. participer à une session d'échauffement;

   c. participer à un tournoi;

   d. participer à une session de récupération.

4. **Points d'enseignement :**

   a. Demander aux cadets de participer à une séance d'information préliminaire, y compris :

      (1) un aperçu du ou des sports qui seront pratiqués durant le tournoi,

      (2) le type de tournoi,

      (3) les règles de jeu du tournoi,

      (4) l'organisation du tableau,

      (5) l'emplacement du poste de premiers soins.

   b. Demander aux cadets de participer à une session d'échauffement comprenant de légers exercices cardiovasculaires et des étirements.

   c. Demander aux cadets de participer à un tournoi.

   d. Demander aux cadets de participer à une session de récupération.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PG-002/A-CR-CCP-701-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

5. **Durée :**

a.	Introduction et conclusion :	5 min
b.	Activité pratique :	25 min
c.	Total partiel :	30 min
d.	Total (9 périodes) :	270 min

6. **Justification :** Une activité pratique a été choisie pour cette leçon parce qu'elle permet aux cadets de participer à un tournoi dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

7. **Documents de référence :**

   a. Direction de l'éducation physique et des loisirs, et des commodités. (1989). A-PD-050-015/PT-002. *Entraînement et conditionnement physique des Forces canadiennes (vol. 2).* Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

   b. San Diego County Office of Education. *After school physical activity: Types of tournaments.* Extrait le 3 octobre 2008 du site http://www.afterschoolpa.com/print/typesoftournaments.htmlTBD

8. **Matériel d'instruction :**

   a. de l'équipement de sport et de sécurité pour le sport choisi,

   b. une trousse de premiers soins,

   c. des sifflets,

   d. un chronomètre.

9. **Matériel d'apprentissage :** L'équipement de sport et de sécurité pour le sport choisi.

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

11. **Remarques :** Voici une liste d'exemples d'activités qui peuvent être choisies pour la leçon :

    a. le baseball,

    b. le basket-ball,

    c. le hockey en salle,

    d. le football (flag-football ou touch-football),

    e. la crosse,

    f. la ringuette,

    g. le soccer,

    h. le ballon canadien,

    i. le disque volant suprême,

    j. le volley-ball.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PG-002/A-CR-CCP-701-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.