OCOM M223.03 – PARTICIPER À UNE DISCUSSION SUR COMMENT FRANCHIR DES OBSTACLES AU COURS D'UNE RANDONNÉE EN MONTAGNE

1. **Rendement** :Participer à une discussion sur comment franchir des obstacles au cours d'une randonnée en montagne

2. **Conditions** :

   a. Éléments fournis :

      (1) de la supervision; et

      (2) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Des salles de classe appropriées ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme** :Conformément aux documents de référence précisés, le cadet doit participer à une discussion sur les méthodes sécuritaires pour franchir des obstacles naturels, y compris :

   a. utiliser des bâtons de marche;

   b. effectuer la grimpée;

   c. sauter d'une roche à l'autre;

   d. traverser, escalader et descendre un éboulis; et

   e. traverser des cours d'eau, la neige et la glace.

4. **Points d'enseignement** :

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des éléments suivants : a. identifier les types de pôles et de bâtons; b. identifier les critères pour choisir les pôles, y compris : 1. le réglage télescopique; 2. la poignée; 3. un système antichoc; 4. les paniers; et 5. les pointes; et c. utiliser des bâtons de marche, y compris : 1. monter une pente en randonnée en montagne; et 2. descendre une pente en randonnée en montagne.	Exposé interactif	15 min	C0-078 C0-145 C2-042 (p. 160) C2-042 (p. 98) C2-051 (p. 80)
PE2	Expliquer la grimpée.	Exposé interactif	5 min	C2-042 (p. 161)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PG-002/A-CR-CCP-702-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Expliquer comment sauter d'une roche à l'autre.	Exposé interactif	5 min	C2-042 (p. 162)
PE4	Expliquer les méthodes pour traverser un éboulis, y compris : a. traverser un éboulis; b. escalader un éboulis; et c. descendre un éboulis.	Exposé interactif	15 min	C2-042 (p. 163) C2-051 (p. 81-82) C0-111 (p. 241)
PE5	Expliquer comment franchir les obstacles d'eau, y compris : a. les rivières, y compris : 1. choisir un endroit pour traverser; 2. identifier le meilleur temps pour traverser; 3. traverser à gué une rivière; 4. sauter; et 5. traverser en utilisant un pont de bois et des cordes; et b. les sols saturés d'eau, y compris : 1. en utilisant les points durs naturels; et 2. en utilisant les sentiers; et c. traverser sur l'eau, la neige et la glace, y compris : 1. déchiffrer la neige pour un itinéraire sécuritaire; 2. monter sur la neige; et 3. traverser sur un plan d'eau gelé.	Exposé interactif	10 min	C2-042 (p. 164 à 169) C0-111 (p. 243)

5. **Durée** :

a.	Introduction/Conclusion :	10 min
b.	Exposé interactif :	50 min
c.	Total :	60 min

6. **Justification** :L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon, afin de présenter les méthodes sécuritaires pour franchir des obstacles naturels, expliquer les procédures et montrer l'application des concepts.

7. **Documents de référence** :

a. C0-078 Mountain Equipment Co-op. (2007). *Learn Packs and Poles*. Extrait le 28 février 2007 du site http://www.mec.ca.

b. C0-111 (ISBN 978-0-9740820-2-8) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2nd ed.). Lebanon, NH, Leonard Paul Tawrell.

c. C0-145 OutdoorPlaces.com. (2004). *Buying Guides, Trekking Poles*. Extrait le 17 avril 2007 du site http://www.outdoorplaces.com/gear/buying_guide.htm.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PG-002/A-CR-CCP-702-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

d. C2-042 (ISBN 0-7566-0946-1) Berger, K. (2005). *Backpacking & Hiking*. New York, NY, DK Publishing, Inc.

e. C2-051 (ISBN 978-0-7153-2254-3) Bagshaw, C. (Ed.). (2006). *The Ultimate Hiking Skills Manual*. Cincinnati, OH, David & Charles.

8. **Matériel d'instruction** :Du matériel de présentation (c.-à-d. tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage** :S.O.

10. **Modalités de contrôle** :S.O.

11. **Remarques** :Les cadets doivent participer à une activité de confirmation de l'apprentissage de cet OCOM pendant l'exercice de navigation et randonnée en montagne.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PG-002/A-CR-CCP-702-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PG-002/A-CR-CCP-702-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.