CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ARGENT

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 3

OCOM M325.03 – DISCUTER DE LA CONSCIENCE DE SOI ET DE LA CONDUITE PROFESSIONNELLE COMME COMPÉTENCE POUR UN CHEF D'ACTIVITÉS EN PLEIN AIR

Durée totale : 30 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.

Photocopier la mise en situation qui se trouve à l'annexe H, pour chaque cadet.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La discussion de groupe a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet aux cadets d'interagir avec leurs pairs et de partager leurs connaissances, leurs opinions et leurs sentiments sur la conscience de soi.

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 2 pour initier les cadets à la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

INTRODUCTION

RÉVISION

La révision de cette leçon provient de l'OCOM M325.02 (Énumérer les compétences d'un chef d'activités en plein air, section 2).

QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un chef d'activités en plein air?

Q2. Nommer les huit compétences d'un chef d'activités en plein air.

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Un chef d'activités en plein air est une personne qui dirige des groupes et des personnes dans des milieux naturels en utilisant divers modes de transport, comme la randonnée pédestre, le vélo de montagne, le kayak, l'alpinisme, etc. Il doit allier ses compétences techniques à ses compétences

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.

personnelles et interpersonnelles pour offrir aux groupes et aux personnes une activité d'aventure en plein air constructive, sécuritaire et stimulante. Il doit veiller à la protection et à la conservation des milieux naturels où il amène les personnes dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air.

R2. Les huit compétences d'un chef d'activités en plein air sont les suivantes :

- la prise de conscience et la conduite professionnelle,
- la gestion des conflits,
- la prise de décision et le jugement,
- la facilitation de l'expérience en expédition,
- les habiletés techniques,
- les techniques d'instruction,
- la gérance environnementale,
- la gestion de programme.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet devrait avoir discuté de la conscience de soi et de la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets en connaissent davantage sur la conscience de soi et la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air, parce que cette compétence influencera leurs expériences quotidiennes en tant que nouveau chef d'activités en plein air. Le fait d'être conscient de son comportement et de la façon dont on se présente aux autres est un aspect important du rôle de chef d'activités en plein air. Le risque inhérent associé aux activités de plein air accentue l'importance pour un chef d'activités en plein air d'agir de façon appropriée quand il dirige des groupes.

Point d'enseignement 1 **Animer une discussion de groupe sur la conscience de soi**

Durée : 15 min Méthode : Discussion de groupe

CONNAISSANCES PRÉALABLES



L'objectif d'une discussion de groupe est d'obtenir les renseignements suivant auprès du groupe, à l'aide des conseils pour répondre aux questions ou animer la discussion, et des questions suggérées fournies.

DÉFINIR CE QUE SIGNIFIE ÊTRE CONSCIENT DE SOI

Être conscient de soi c'est être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations. Pour un chef d'activités en plein air, qui est responsable de la sécurité, du bien-être et de l'organisation d'un groupe de personnes, la conscience de soi l'aidera à assurer une expérience de qualité à tous les membres du groupe. La conscience de ses propres sentiments et motivations aidera le chef d'activités en plein air à établir un rapport avec les membres de son groupe.

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.

Être conscient de toutes ses actions

Les bons chefs d'activités en plein air sont toujours conscients de leurs actions et agissent de manière réfléchie. Ils agissent en tenant compte des buts ultimes du groupe, en se souciant autant des besoins des membres du groupe que des tâches à accomplir.

Être conscient de ses capacités et limites personnelles

La conscience de soi commence par une bonne compréhension de ses propres capacités et limites personnelles. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des membres de son groupe. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Il pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

Savoir comment quelqu'un peut influencer les autres

Le chef d'activités en plein air est considéré comme l'expert lorsqu'il dirige un groupe de personnes dans une activité d'aventure en plein air. On l'a choisi en raison de ses connaissances et expérience dans l'activité qu'il aura à diriger. Il s'agit d'une responsabilité énorme. Ce poste lui donne l'occasion d'influencer les décisions et les gestes des personnes qu'il dirige. Être conscient de ce fait constitue une étape très importante dans le développement de sa propre conscience de soi. Une fois qu'il comprend la façon dont ses gestes et commentaires peuvent influencer les personnes autour de lui, il sera en mesure de juger ce qui est approprié et ce qui ne l'est pas.

Comprendre l'importance de démontrer un engagement dans l'activité

Le chef d'activités en plein air démontre un engagement lorsqu'il participe pleinement à tous les aspects de l'activité qu'il dirige. Il doit consacrer « esprit, corps et âme » à lui-même, aux personnes qu'il dirige, à l'activité d'aventure en plein air qu'il réalise et à l'environnement qu'il utilise.

S'il ne s'engage pas dans l'activité qu'il dirige, celle-ci est vouée à l'échec. Il peut démontrer son engagement par ses paroles, ses actions ou son comportement et sa présence. Un chef d'activités en plein air qui juge bon de s'asseoir autour du feu de camp après une longue journée de randonnée pédestre pour discuter des événements de la journée démontre son engagement dans l'activité en poursuivant l'expérience d'apprentissage du groupe. De même, un chef d'activités en plein air qui manifeste un enthousiasme pour une journée d'escalade de rocher démontre un engagement concret dans l'activité. Lorsqu'un chef d'activités en plein air est engagé dans l'activité, les membres du groupe le sont aussi.

Savoir comment une personne réagit à différentes situations

Le chef d'activités en plein air doit toujours être prêt à réagir aux imprévus. Pour ce faire, il lui est important de savoir comment il réagira face à différentes situations. Le plus souvent, cette connaissance lui viendra de l'expérience. Cependant, l'élaboration de stratégies à exécuter dans l'éventualité où il se retrouverait dans une situation improbable ou difficile l'aidera à l'aborder de front, avec force et confiance.

Voici des exemples de diverses difficultés que le chef d'activités en plein air peut avoir à affronter :

- le danger,
- des épreuves,
- le stress,
- des conflits,
- la fatigue.

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.

Comprendre l'importance et les bienfaits de la réflexion personnelle

Un bon chef d'activités en plein air prendra le temps d'apprendre de ses réussites et de ses erreurs. Ce processus, appelé « apprentissage par l'expérience », peut se décrire comme le changement qui survient dans une personne après une réflexion portant sur une expérience directe et qui mène à une nouvelle compréhension et application. Pratiquement parlant, ce processus consiste à prendre le temps de s'asseoir après une expérience et de réfléchir sur la façon dont elle s'est déroulée. Le chef d'activités en plein air devrait se poser les questions suivantes :

- Qu'est-ce que j'ai fait de bien?
- Qu'est-ce que je peux améliorer?
- Comment les personnes ont-elles réagi à mon style de leadership?
- Qu'est-ce que je peux apprendre de la façon dont les autres chefs d'activités en plein air ont fait les choses?

En réfléchissant aux expériences passées, le chef d'activités en plein air peut apprendre par l'expérience et commencer à penser à la façon dont il s'y prendra à l'avenir. La prochaine fois qu'une situation similaire survient, il pourra mettre à profit les leçons dégagées – lorsqu'il a pris le temps de réfléchir au passé – pour améliorer sa façon de gérer la nouvelle situation. À bien des égards, on utilise le même processus quand on apprend à aller à bicyclette; on apprend une nouvelle chose de chaque réussite et erreur, jusqu'au jour où on peut enlever les roues stabilisatrices.

DISCUSSION DE GROUPE



CONSEILS POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS OU ANIMER UNE DISCUSSION

- Établir les règles de base de la discussion, p. ex. : tout le monde doit écouter respectueusement; ne pas interrompre; une seule personne parle à la fois; ne pas rire des idées des autres; vous pouvez être en désaccord avec les idées, mais pas avec la personne; essayez de comprendre les autres, de la même façon que vous espérez qu'ils vous comprennent, etc.
- Asseoir le groupe dans un cercle et s'assurer que tous les cadets peuvent se voir mutuellement.
- Poser des questions qui incitent à la réflexion; en d'autres mots, éviter les questions à répondre par oui ou par non.
- Gérer le temps en veillant à ce que les cadets ne débordent pas du sujet.
- Écouter et répondre de façon à exprimer que le cadet a été entendu et compris. Par exemple, paraphraser les idées des cadets.
- Accorder suffisamment de temps aux cadets pour répondre aux questions.
- S'assurer que chaque cadet a la possibilité de participer. Une solution est de circuler dans le groupe et de demander à chaque cadet de donner une brève réponse à la question. Permettre aux cadets de passer leur tour, s'ils le souhaitent.
- Préparer des questions supplémentaires à l'avance.

MISE EN SITUATION

Prenons la mise en situation suivante :

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.

Vous êtes nommé chef d'activités en plein air pour la troisième fois. Vous devez guider un groupe de débutants en randonnée sur un sentier facile qui monte jusqu'au lac Moustique. Votre groupe se déplace un peu moins vite que prévu, mais étant donné qu'il fait beau et que la nature est en fleur, vous jugez qu'il n'y aurait aucun problème à préparer le souper dans l'obscurité, le cas échéant.

Tout à coup, vous voyez de la pluie tomber des nuages sombres au-dessus d'une crête à l'ouest, et dans l'espace de quelques minutes une tempête d'été fonce sur vous. Les premières gouttes de pluie sont tellement grosses qu'elles font voler la poussière sur le sentier. Des éclairs jaillissent à l'arrière des sommets, et la force et la proximité du tonnerre indiquent que l'œil de la tempête sera sur vous en quelques minutes.

Vous venez d'entreprendre une section sur une longue crête à découvert. Si vous poursuivez votre chemin, le risque d'être frappé par la foudre est élevé, et même s'il ne l'était pas, il y a fort à parier qu'une personne paniquerait dans un orage aussi violent. Par contre, si vous retournez dans la forêt plus bas, vous ne parviendrez pas au lac avant la nuit; vous devrez camper plus bas et vous n'êtes pas certain qu'il y a de l'eau à cet endroit.

Jusqu'ici, puisque le sentier est facile et très utilisé, le groupe n'avait besoin d'aucune « direction ». Les choses ont maintenant changé. Il s'agit de la première excursion de Ben dans les montagnes. Il s'inquiète manifestement de plus en plus à chaque éclair qui jaillit (Graham 1997, 15 – 16).

QUESTIONS SUGGÉRÉES

Q1. Que signifie être conscient de soi?

Q2. Quelles sont les capacités et limites personnelles du chef d'activités en plein air dans la mise en situation?

Q3. Donner des exemples de la façon dont le chef d'activités en plein air démontre son engagement dans la randonnée pédestre de la mise en situation.

Q4. Comment le fait de savoir la façon dont il réagit au danger et au stress peut-il profiter au chef d'activités en plein air dans la mise en situation?

Q5. Dans la mise en situation, Ben est un randonneur inexpérimenté et devient très inquiet face à la situation dans laquelle se trouvent les randonneurs. Que peut faire le chef d'activités en plein air pour apaiser certaines craintes?

Q6. Après la randonnée pédestre, pourquoi est-il important que le chef d'activités en plein air et les membres du groupe se livrent à une réflexion personnelle?

Q7. Quel rapport y a-t-il entre le fait d'être conscient de soi et celui d'être chef d'activités en plein air efficace?



D'autres questions et réponses seront soulevées au cours de la discussion de groupe. La discussion de groupe ne doit pas se limiter uniquement aux questions suggérées.



Renforcer les réponses proposées et les commentaires formulés pendant la discussion de groupe, en s'assurant que tous les aspects du point d'enseignement ont été couverts.

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.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à la discussion de groupe servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 2 **Discuter des aspects de la conduite personnelle**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif



Ce PE donne l'occasion aux cadets d'apprendre davantage de choses sur la conduite professionnelle, qui est un élément de la conscience de soi et de la conduite professionnelle comme compétence pour un chef d'activités en plein air.

CONDUITE PROFESSIONNELLE

Puisque les chefs d'activités en plein air sont placés dans un poste de responsabilité, ils doivent se conduire en conséquence dans toutes les situations. Un manquement dans la conduite professionnelle pourrait, par exemple, causer une blessure durant une activité de maniement de pagaie ou encore une dégradation de la dynamique de groupe pendant une expédition. Les risques associés à une activité d'aventure en plein air exigent une conduite professionnelle de la part du chef d'activités en plein air.

Un chef d'activités en plein air qui fait preuve de conduite professionnelle est habituellement considéré comme étant :

- flexible,
- responsable,
- digne de confiance,
- courageux,
- bon travaillant,
- altruiste,
- accessible,
- engagé,
- tolérant.

UTILISER DE FAÇON RESPONSABLE LE POSTE DE CHEF

Les cadets sont nommés au poste de chef d'activités en plein air en raison de leur expérience. Ce poste ne leur permet pas d'user de leur autorité de façon contraire à l'éthique. Dans le cadre d'une activité d'aventure en plein air, les chefs d'activités en plein air qui abusent de leur situation d'autorité ont un impact négatif sur le moral et l'efficacité du groupe et peuvent aggraver des situations déjà dangereuses.

L'expérience que possèdent les chefs d'activités en plein air est un atout inestimable pour le groupe. Ils doivent cependant comprendre que, le plus souvent, les personnes qu'ils dirigent n'ont pas une aussi grande expérience qu'eux. C'est une chose que d'encourager une personne à essayer quelque chose de nouveau, comme escalader un rocher légèrement plus difficile, mais c'en est une autre que de la forcer à faire quelque chose qui la rend mal à l'aise; ce comportement manque totalement de professionnalisme et est dangereux. Forcer quelqu'un à descendre un rocher en rappel en lui refusant le souper s'il ne le fait pas est une forme de

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.

coercition. Si cette personne se blesse ou blesse un autre membre du groupe, les conséquences pourraient être désastreuses dans un contexte de plein air. Il ne faut jamais recourir à la coercition.



La coercition est le fait de persuader une personne réticente par la force.

FAIRE DES ACTIONS QUE L'ÉQUIPE DEVRAIT IMITER

Un chef d'activités en plein air devrait toujours montrer par l'exemple le comportement qu'il désire voir son équipe/groupe imiter.

S'engager personnellement

Si un chef d'activités en plein air ne s'engage pas personnellement dans ce rôle, les personnes qu'il dirige s'en rendront vite compte. Être chef d'activités en plein air ne consiste pas seulement à amener des personnes en plein air, mais également à leur offrir une expérience et une occasion d'apprendre. Un chef d'activités en plein air qui ne s'engage pas personnellement dans l'activité et envers les personnes qui y participent sera inefficace. La nature dangereuse des activités dirigées par les chefs d'activités en plein air exige d'eux une attention et un engagement absolus. En n'accordant pas leur attention et leur engagement absolus à l'activité, les chefs d'activités en plein air mettent leur vie et celles des personnes qu'ils dirigent en danger.

Respecter les règles et les mesures de sécurité

Les règles et les mesures de sécurité sont établies par des experts en la matière pour assurer la sécurité des personnes qui participent à l'activité d'aventure en plein air en question. Même si de nombreux chefs d'activités en plein air ont beaucoup d'expérience, ils n'ont pas la prérogative de changer ni d'adapter les règles et les mesures de sécurité préétablies. Le non-respect des règles et des mesures de sécurité pourrait entraîner des blessures, qu'une situation en région éloignée risque d'aggraver. Bien qu'il semble superflu d'accrocher de la nourriture dans un pendoir à provisions tous les soirs, même si le groupe n'a vu aucun ours, on doit le faire pour ne pas prendre de risque. De même, porter un V.F.I. quand on pagaie sur un lac calme peut paraître inutile, mais des accidents arrivent et le fait de le porter pourrait sauver une vie.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. Un chef d'activités en plein air qui fait preuve d'une conduite professionnelle démontre habituellement quelles qualités?

Q2. Donner deux exemples de la façon dont un chef d'activités en plein air peut abuser de sa situation d'autorité.

Q3. Pourquoi est-il important que les chefs d'activités en plein air respectent les règles et les mesures de sécurité?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les qualités suivantes sont habituellement démontrées par un chef d'activités en plein air qui fait preuve de conduite professionnelle :

- flexible,
- responsable,
- digne de confiance,
- courageux,

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.

- bon travaillant,
- altruiste,
- accessible,
- engagé,
- tolérant.

R2. Voici trois exemples de la façon dont un chef d'activités en plein air peut abuser de sa situation d'autorité :

- demander à des membres du groupe de monter et de démonter sa tente;
- demander à des membres du groupe de préparer ses repas;
- demander à des membres du groupe de pomper de l'eau pour lui toutes les nuits.

R3. Le non-respect des règles et des mesures de sécurité pourrait entraîner des blessures, qu'une situation en région éloignée risque d'aggraver.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS

Q1. Que signifie être conscient de soi?

Q2. Pourquoi est-il important pour un chef d'activités en plein air d'être conscient de ses capacités et limites personnelles?

Q3. Quelles sont les conséquences si un chef d'activités en plein air ne s'engage pas personnellement dans l'activité à réaliser?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Être conscient de soi, c'est :

- être conscient de son tempérament, de ses sentiments et de ses motivations;
- assurer une expérience de qualité pour tous les membres du groupe;
- être conscient de ses propres sentiments et motivations afin d'établir un rapport avec les membres du groupe.

R2. S'il ne connaît pas bien ses propres capacités et limites personnelles, le chef d'activités en plein air aura de la difficulté à établir des défis adaptés aux capacités et limites personnelles des participants au programme. De plus, il pourrait avoir tendance à placer la barre trop haute et compromettre la sécurité émotive et physique des membres du groupe qu'il dirige. Le chef d'activités en plein air pourrait ainsi devenir un danger pour le groupe, diminuant la qualité de l'expérience pour tous.

R3. Un chef d'activités en plein air qui ne s'engage pas personnellement dans l'activité et envers les personnes qui y participent sera inefficace et mettra sa vie ainsi que celle des personnes qu'il dirige en danger.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

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.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

La conscience de soi et la conduite professionnelle représentent une compétence fondamentale pour un chef d'activités en plein air. Cette compétence a trait à la capacité du chef d'activités en plein air de dialoguer et d'établir des relations avec les personnes qu'il dirige. Même si le chef d'activités en plein air doit posséder des compétences techniques, des compétences en enseignement et en facilitation, elles lui seront inutiles s'il ne se connaît pas bien ou s'il est incapable d'agir de manière professionnelle. Un chef d'activités en plein air doit développer un ensemble de compétences, en commençant par la conscience de soi et la conduite professionnelle.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-150 (ISBN 0-89886-502-6) Graham, J. (1997). *Outdoor Leadership: Technique, Common Sense and Self-Confidence*. Seattle, Washington, The Mountaineers.

C2-152 (ISBN 1-898555-09-5) Ogilvie, K. (1993). *Leading and Managing Groups in the Outdoors: New Revised Edition*. Cumbria, Angleterre, The Institute for Outdoor Learning.

C2-153 (ISBN 0-7360-5731-5) Martin, B., Cashel, C., Wagstaff, M., et Breunig, M. (2006). *Outdoor Leadership: Theory and Practice*. Windsor, Ontario, Human Kinetics.

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.