OCOM M326.02A – PAGAYER UN CANOT

1. **Rendement.** Pagayer un canot.

2. **Conditions**

   a. Éléments fournis :

      (1) équipement de canotage, y compris :

         (a) un canot à deux,

         (b) la pagaie,

         (c) un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.),

         (d) un sifflet,

         (e) une écope,

         (f) des amarres (avant et arière), et

         (g) une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m;

      (2) un récipient d'eau,

      (3) une carte topographique de la région,

      (4) une boussole,

      (5) de la supervision, et

      (6) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Un centre d'expédition avec une surface d'eau et un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme.** Le cadet doit pagayer un canot à deux en eau calme, pendant une expédition, y compris :

   a. identifier les parties d'un canot;

   b. identifier les parties d'une pagaie;

   c. identifier l'équipement de sécurité d'un canot;

   d. équiper un canot;

   e. se préparer à des activités sur l'eau, y compris :

      (1) réviser les responsabilités personnelles, et

      (2) réviser les signaux de communication sur l'eau, y compris :

         (a) les signaux avec la pagaie, et

         (b) les signaux avec un sifflet;

   f. mettre un canot à l'eau et accoster avec un canot;

   g. effectuer une récupération de canot en T; et

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

h. effectuer des coups de pagaie, y compris :

(1) le coup de propulsion,

(2) le coup en J,

(3) la traction,

(4) l'appel,

(5) l'écart actif,

(6) l'appui en poussée,

(7) le coup d'arrêt, et

(8) la rétropulsion.

4. **Point d'enseignement**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Identifier les parties d'un canot, y compris : a. la proue, b. la poupe, c. le plat-bord, d. le banc de nage, e. la coque, f. la quille, g. le siège de la proue, h. le siège de la poupe, i. la poignée de poupe, j. la poignée de proue, et k. tôle de pont.	Exposé interactif	5 min	C2-077 (p. 8 et 9)
PE2	Discuter des pagaies, y compris : a. identifier les parties de la pagaie, y compris : 1. le manche, 2. la poignée, 3. le collet, 4. la pale, y compris : (a) la face propulsive, et (b) la face non propulsive; et 5. le bout; b. choisir la taille d'une pagaie, et c. tenir correctement la pagaie.	Exposé interactif	5 min	C2-076 (p. 21)

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

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE3	Discuter des V.F.I., y compris : a. la différence entre un gilet de sauvetage et un V.F.I., y compris : 1. la confection d'un V.F.I., et 2. les instructions d'entretien; et b. ajuster un V.F.I.	Exposé interactif	10 min	A1-010 (p. 1-5, paragraphes 16. à 19.)
PE4	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer le portage de canot, y compris : a. le transport à deux, et b. le portage à deux.	Démonstration et exécution	15 min	C0-025 (p. 45 et 46)
PE5	Expliquer et démontrer la façon d'équiper un canot avec l'équipement de sécurité et demander aux cadets de se pratiquer à utiliser : a. une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m, b. une écope, c. une pagaie de rechange, d. un sifflet, e. un feu de signalisation blanc, f. des amarres (avant et arrières), et g. des V.F.I.	Démonstration et exécution	15 min	A2-001 (p. 3-3) C2-078 (p. 104 et 105)
PE6	Discuter des préoccupations de sécurité en canotage, y compris : a. comprendre les responsabilités personnelles, y compris : 1. le niveau de compétence, et 2. la condition physique; b. identifier les signaux avec la pagaie, y compris : 1. arrêter, 2. demander de l'aide et signaler une urgence, 3. se regrouper, et 4. fin d'alerte; et c. identifier les signaux avec le sifflet, y compris : 1. le signal de détresse universel, 2. revenir au rivage/se regrouper, et 3. dégagé, regarder vers moi.	Exposé interactif	10 min	C0-025 (p. 200)

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

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE7	Expliquer et démontrer la façon de mettre un canot à l'eau et d'accoster avec un canot, y compris : a. trouver un emplacement; b. éviter les dommages à l'équipement; c. prendre place dans un canot; d. mettre le canot à l'eau, y compris : 1. la mise à l'eau à partir du rivage; et 2. la mise à l'eau à partir d'un quai; e. accoster le canot, y compris : 1. accoster à une rive; et 2. accostage à un quai; et f. débarquer d'un canot.	Démonstration	10 min	C0-025 (p. 47) C2-112
PE8	Expliquer et démontrer les mesures à prendre en cas de chavirement, y compris : a. les priorités de sauvetage, y compris : 1. le sauveteur, 2. les personnes, 3. les canots, et 4. l'équipement; et b. la récupération de canot en T.	Démonstration	15 min	C0-025 (p. 22 à 25) C2-076 (p. 67 et 68)
PE9	Expliquer et démontrer les coups de pagaie et demander aux cadets de les pratiquer, y compris : a. le coup de propulsion, b. le coup en J, c. la traction, d. l'appel, e. l'écart actif, f. l'appui en poussée, g. le coup d'arrêt, et h. la rétropulsion.	Démonstration et exécution	35 min	C2-025 (p. 53 à 55, p. 60, p. 64 à 68, p.99) C2-076 (p. 40 à 49, p. 56 à 60) C2-106 (p. 127 à 131)

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

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE10	Demander aux cadets de pratiquer les compétences de canotage durant une expédition, y compris : a. la mise à l'eau; b. l'accostage; c. la récupération de canot en T; et d. les coups de pagaie, y compris : 1. le coup de propulsion, 2. le coup en J, 3. la traction, 4. l'appel, 5. l'écart actif, 6. l'appui en poussée, 7. le coup d'arrêt, et 8. la rétropulsion.	Activité pratique	40 min	

5. **Durée**

a.	Introduction/Conclusion :	5 min
b.	Exposé interactif :	30 min
c.	Démonstration et exécution :	65 min
d.	Démonstration :	25 min
e.	Activité pratique :	40 min
f.	Total :	165 min

6. **Justification**

a. L'exposé interactif a été choisi pour les PE 1 à 3 et le PE 6 afin d'initier les cadets au canotage, de stimuler leur intérêt et de présenter la matière de base ou les renseignements généraux sur l'équipement de canotage et les consignes de sécurité.

b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 4, 5 et 9 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer comment portager un canot, équiper un canot et comment effectuer les coups de pagaie de base tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces compétences sous supervision.

c. La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE 7 et 8, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la mise à l'eau et l'accostage du canot et la récupération de canot en T dans un environnement contrôlé.

d. Une activité pratique a été choisie pour le PE 10, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de pagayer un canot dans un environnement sécuritaire et contrôlé lors d'une expédition. L'expédition contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances en canotage dans un environnement amusant et stimulant sur l'eau.

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

7. **Documents de référence**

a. A-CR-CCP-930/AG-002, *Directive de sécurité intérimaire pour les activités du programme des cadets*. Groupe de soutien national aux cadets et Rangers juniors canadiens (2019). Ottawa, ON: Ministère de la Défense nationale.

b. C0-025 (ISBN 1-895465-33-8) Gifford, D. (éditeur) (2000). *Canoeing Instructor's Resource Manual*. Merrickville, Ontario, Association canadienne du canotage récréatif.

c. C2-076 (ISBN 0-87322-443-4) Gullion, L. (1994). *Outdoor Pursuits Series: Canoeing*. Champaign, Illinois, publié par Human Kinetics Publishers.

d. C2-077 (ISBN 1-55013-654-2) Mason, B. (1995). *Path of the Paddle: An Illustrated Guide to the Art of Canoeing*. Toronto, Ontario, Publié par Key Porter Books Limited.

e. C2-078 (ISBN 1-55013-079-X) Mason, B. (1988). *Song of the Paddle: An illustrated Guide to Wilderness Camping*. Toronto, Ontario, Publié par Key Porter Books Limited.

f. C2-106 (ISBN 0-900082-04-6) Rowe, R. (1997). *Canoeing Handbook*. Guildford, Royaume-Uni, Biddles Limited.

g. C2-112 (ISBN 1-55046377-2) McGuffin, G., & J. McGuffin (2005). *Paddle Your Own Canoe: An Illustrated Guide to the Art of Canoeing*. Erin, Ontario, Boston Mills Press.

8. **Matériel d'instruction**

a. l'équipement pour le canotage,

b. un récipient d'eau,

c. une carte topographique de la région,

d. une boussole,

e. un dispositif de communication,

f. un récepteur GPS,

g. des piles, et

h. une trousse de premiers soins.

9. **Matériel d'apprentissage**

a. l'équipement de canotage,

b. un récipient d'eau,

c. une carte topographique de la région,

d. une boussole,

e. un dispositif de communication,

f. des piles, et

g. une trousse de premiers soins.

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

10. **Modalités de contrôle.** Cet OCOM est évalué conformément aux instructions du chapitre 3, annexe B, appendice 8 (COREN de l'OREN 326).

11. **Remarques**

    a. Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M326.02A (Pagayer un canot), l'OCOM M326.02B (Faire une randonnée en vélo de montagne) et l'OCOM M326.02C (Effectuer une randonnée pédestre) à inclure dans leur fin de semaine d'instruction.

    b. Cet OCOM s'est vu alloué cinq périodes et demi sur le nombre total de périodes allouées. Tous les centres d'expédition peuvent modifier cette répartition selon le choix des activités, des installations et des ressources disponibles au centre.

    c. Les cadets sont répartis en équipes ou en groupes à leur arrivée au centre d'expédition. Ces équipes ou groupes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

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

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

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