OCOM M426.02D – FAIRE DE LA RAQUETTE EN SUIVANT UN ITINÉRAIRE

1. **Rendement** :Faire de la raquette en suivant un itinéraire

2. **Conditions :**

   a. Éléments fournis :

      (1) de l'équipement d'expédition personnel,

      (2) de l'équipement de raquette personnel,

      (3) de l'équipement de raquette de groupe,

      (4) de la supervision, et

      (5) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : S.O.

   c. Conditions environnementales : Un environnement de campagne à un centre d'expédition pendant les heures de clarté.

3. **Norme** :Le cadet, à titre de membre d'un groupe d'au plus six personnes, doit :

   a. discuter des types de neige;

   b. mettre des raquettes;

   c. pratiquer des techniques de raquette sur un sentier avec un sac à dos d'expédition, y compris :

      (1) ajuster les enjambées;

      (2) effectuer une conversion;

      (3) traverser les obstacles applicables au terrain;

      (4) monter une colline;

      (5) descendre une colline; et

      (6) freiner.

4. **Points d'enseignement** :

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des types de neige, y compris : a. la neige fraîche, b. la neige poudreuse, c. la neige tassée par le vent, d. la croûte causée par le soleil, e. la neige granulée, f. la neige pourrie, et g. la neige mouillée.	Exposé interactif	10 min	C2-004 (p. 299 à 301, p. 309 à 311) C2-248 (p. 39 à 40, p. 124 à 131, p. 144 à 148)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-704/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-704-PG-002/A-CR-CCP-704-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE2	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de mettre l'équipement de raquette personnel, y compris : a. des raquettes, en : 1. identifiant les parties d'une raquette, y compris : (a) le tamis, (b) les fixations, (c) les crampons, (d) le point de pivotement, (e) le cadre; 2. choisissant les raquettes, b. les fixations, et c. les bâtons, y compris leur grandeur.	Démonstration et exécution	15 min	C2-004 (p. 310 à 312) C2-248 (p. 52 à 57)
PE3	Expliquer, démontrer et demander aux cadets de pratiquer les techniques de raquette, y compris : a. les pas ; b. l'exécution de conversions ; c. le franchissement des obstacles ; d. la montée des collines, y compris : 1. le saut sur un pied ; 2. la prise de carre ; 3. la technique en lacet ; e. la descente des collines ; et f. le freinage.	Démonstration et exécution	235 min	C2-004 (p. 310 à 312) C2-248 (p. 45 à 47, p. 108 à 121)

5. **Durée** :

a. Introduction et conclusion :	10 min
b. Exposé interactif :	10 min
c. Démonstration et exécution :	250 min
d. Durée totale :	270 min

6. **Justification** :

a. L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 afin de présenter les types de neige que l'on peut rencontrer lorsqu'on fait de la raquette, et de donner des directives à leur sujet.

b. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour les PE 2 et 3, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de mettre des raquettes et d'exécuter les techniques propres à cette activité tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer ces habiletés.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-704/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-704-PG-002/A-CR-CCP-704-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

7. **Documents de référence** :

   a. C2-004 ISBN 1-896713-00-9 Tawrell, P. (1996). *Camping and wilderness survival: The ultimate outdoors book*. Green Valley, Ontario, Auteur.

   b. C2-248 ISBN 978-0-89886-891-3 Prater, G. (2002). *Snowshoeing: From novice to master*. Seattle, Washington, The Mountaineers Books.

8. **Matériel d'instruction** :

   a. du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur) approprié à la salle de classe et au secteur d'entraînement,

   b. de l'équipement d'expédition personnel,

   c. de l'équipement de raquette personnel, et

   d. de l'équipement de raquette de groupe.

9. **Matériel d'apprentissage** :

   a. de l'équipement d'expédition personnel,

   b. de l'équipement de raquette personnel, et

   c. de l'équipement de raquette de groupe.

10. **Modalités de contrôle** :Cet OCOM est évalué conformément aux instructions du chapitre 3, annexe B, COREN 426.

11. **Remarques** :

   a. Les centres d'expédition sont tenus de choisir deux moyens de transport dynamiques entre l'OCOM M426.02a (Pagayer un canot), l'OCOM M426.02b (Faire une randonnée à vélo de montagne), l'OCOM M426.02c (Faire une randonnée pédestre), l'OCOM M426.02d (Faire de la raquette en suivant un itinéraire) et l'OCOM M426.02e (Skier en suivant un itinéraire) à inclure dans leur instruction d'expédition.

   b. Cet OCOM s'est vu alloué neuf périodes sur le nombre total de périodes allouées pour le cours. 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 seront répartis en équipes à leur arrivée au centre d'expédition. Ils recevront une occasion de naviguer et de diriger leurs pairs. Ces équipes doivent rester les mêmes tout au long de la fin de semaine.

   d. La distance totale du sentier pour pratiquer la raquette peut être choisie en fonction du terrain et du niveau d'habiletés des participants.

   e. L'équipement suivant est nécessaire pour faire de la raquette :

      (1) l'équipement de raquette personnel, y compris :

         (a) des raquettes,

         (b) des fixations,

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-704/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-704-PG-002/A-CR-CCP-704-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

(c) des bâtons,

(d) un sifflet, et

(e) des vêtements appropriés pour le temps froid;

(2) l'équipement de raquettes de groupe, y compris :

(a) une carte topographique ou des sentiers de la région,

(b) une boussole,

(c) une trousse de premiers soins,

(d) un dispositif de communication (p. ex., une radio portative),

(e) un récepteur GPS, et

(f) une trousse d'urgence appropriée à la pratique de l'activité par temps froid.

f. Conformément à la publication A-CR-CCP-930/AG-002 *Directive de sécurité intérimaire pour les activités du programme des cadets*, les conditions météorologiques doivent être continuellement évaluées. Il faut mettre fin à l'activité et ramener les cadets à l'intérieur lorsque la température passe sous le point bas maximal (avec le refroidissement éolien).

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-704/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-704-PG-002/A-CR-CCP-704-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.