INSTRUCTION COMMUNE

PHASE TROIS

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 9

OCOM C303.02 – DONNER UNE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF

Durée totale : 60 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-603/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.

Distribuer aux cadets le plan de la présentation au sujet d'un chef qui se trouve à l'annexe S, au moins deux semaines avant le moment prévu de la présentation.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

À l'aide du plan de la présentation au sujet d'un chef à l'annexe S, les cadets doivent trouver un chef de leur choix (un chef militaire, un chef politique, un pasteur, un professeur, etc.) avant la leçon.

Les cadets devront apporter en classe du matériel et de l'information pour la présentation au sujet du chef sur lequel ils auront fait des recherches.

S'assurer que les cadets connaissent bien le matériel de l'OCOM M309.01 (Expliquer les principes d'instruction, chapitre 9, section 1), de l'OCOM M309.03 (Décrire les techniques d'art oratoire, chapitre 9, section 3), de l'OCOM M309.04 (Décrire les techniques de questions, chapitre 9, section 4) et de l'OCOM M309.05 (Choisir les aides didactiques appropriées, chapitre 9, section 5).

APPROCHE

Une activité pratique a été choisie pour cette leçon, parce que c'est une façon interactive de permettre aux cadets de faire l'expérience de donner une présentation dans un environnement sécuritaire et contrôlé. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences et des connaissances en leadership dans un environnement amusant et stimulant.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet devrait avoir donné une présentation au sujet d'un chef.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets donnent une présentation au sujet d'un chef, ce qui contribuera au développement de leurs habiletés en leadership. En effectuant des recherches sur les qualités essentielles de leadership d'un chef, les cadets pourront apprécier la façon dont les autres mettent ces qualités en pratique. Avoir à faire une présentation donne aux cadets une autre occasion de pratiquer leurs habiletés dans ce domaine.

Point d'enseignement 1 — **Superviser les cadets pendant qu'ils donnent une présentation au sujet d'un chef**

Durée : 50 min — Méthode : Activité pratique



Les cadets doivent trouver un chef de leurs choix (un chef militaire, un chef politique, un professeur, etc.) avant la leçon. Les cadets devront apporter en classe du matériel et de l'information pour la présentation au sujet du chef sur lequel ils auront fait des recherches.

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de conduire les cadets à donner une présentation au sujet d'un chef.

RESSOURCES

- du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur, projecteur multimédia),
- de l'information au sujet d'un chef.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour donner une présentation.

2. Le cadet doit monter son matériel de présentation (au besoin).

3. Le cadet doit donner une présentation qui comprend les points suivants : présentation du chef, éléments intéressants de la carrière du chef, les qualités de leadership essentielles que le chef a démontrées et une conclusion.

4. On encouragera les cadets à poser des questions à la fin de chaque présentation.

5. Répéter les étapes 1. à 4. jusqu'à ce que tous les cadets aient donné une présentation.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets aux présentations servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Le fait de prendre connaissance et d'entendre parler de l'exemple d'autres chefs pourra aider les cadets à devenir des chefs plus efficaces. Les chefs ont des profils très variés et le fait d'apprendre comment différents chefs incarnent des qualités de leadership essentielles pourra aider les cadets à développer davantage leurs habiletés en leadership. En ayant le plus grand nombre d'occasions possibles de s'adresser à des groupes, les cadets pourront développer leurs habiletés de présentation et d'instruction.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Il est recommandé que cette leçon soit prévue à la suite de toutes les autres leçons de l'OREN 309 (chapitre 9).

Lorsque le corps de cadets comprend plus de cinq cadets de la phase trois, répartir les cadets en groupes de cinq si les installations nécessaires sont disponibles.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

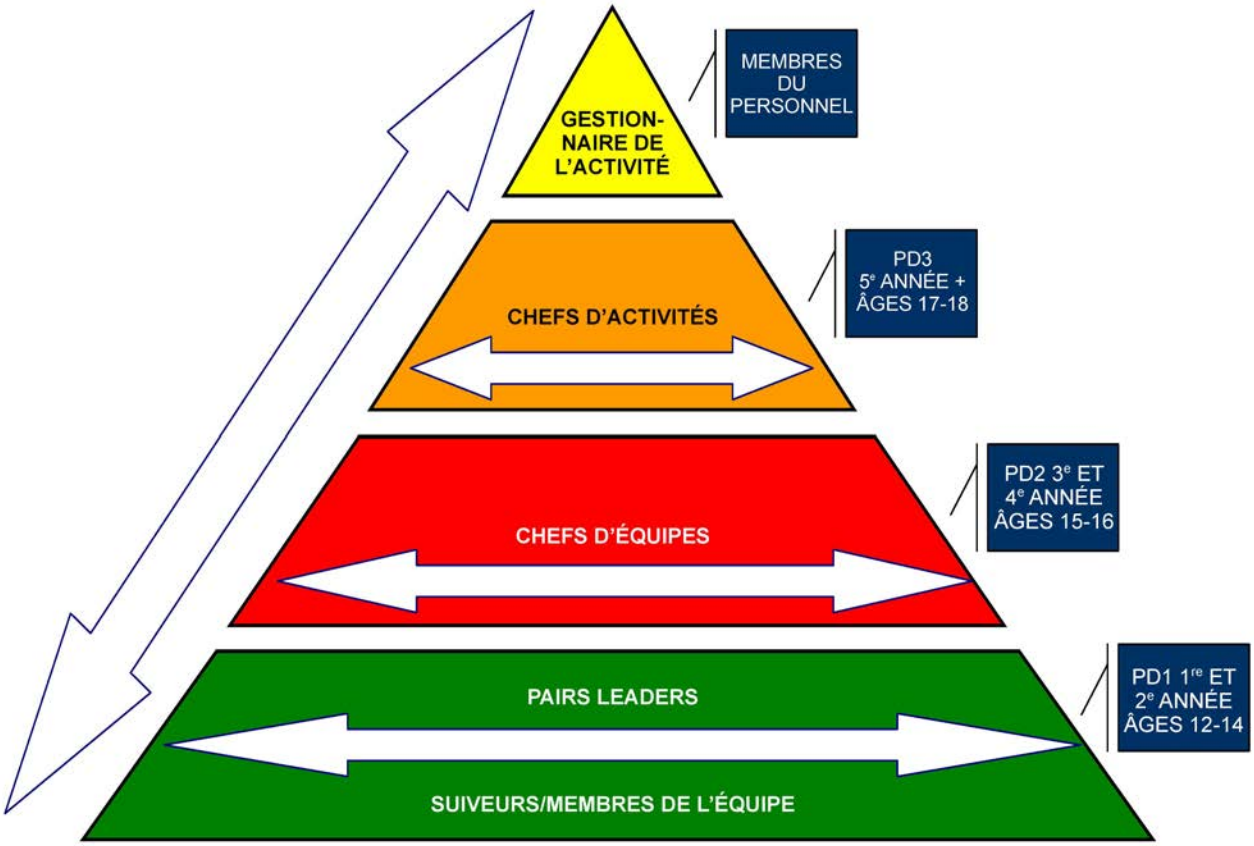
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MODÈLE D'ÉQUIPE DE LEADERSHIP



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure A-1 Modèle d'équipe de leadership

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ATTENTES À L'ÉGARD D'UN CADET DE PHASE TROIS

LES PRINCIPALES COMPÉTENCES EN LEADERSHIP

La gestion intrapersonnelle

La gestion interpersonnelle

Le travail d'équipe

La communication efficace

Le leadership mis en pratique

Le mentorat

Éléments de la gestion intrapersonnelle	• identifier les besoins personnels et satisfaire à ces besoins; • pratiquer la maîtrise de soi; • pratiquer l'auto-gestion; • poursuivre l'autoperfectionnement; • établir l'identité positive.
Éléments de la gestion interpersonnelle	• interagir positivement dans la communauté de cadets; • interagir positivement avec les autres; • s'occuper des conflits interpersonnels d'une manière respectueuse.
Éléments du travail d'équipe	• participer aux étapes de la formation d'une équipe; • présenter la dynamique positive de l'équipe; • participer à des activités de promotion du travail d'équipe.
Éléments de la communication efficace	• recevant de l'information; • interprétant l'information; • répondant à l'information.
Éléments du leadership mis en pratique	• servir d'exemple aux autres; • participer aux tâches de leadership; • diriger la tâche de leadership tout en supervisant l'équipe; • diriger les activités de promotion du travail d'équipe; • donnant une rétroaction à l'équipe; • présenter un compte rendu au chef d'équipe après la tâche.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Éléments du mentorat	• exercer le rôle d’un cadet encadré; • exercer le rôle d’un mentor.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RUBRIQUES D'AUTO-ÉVALUATION

AUTO-ÉVALUATION RELATIVE AUX QUALITÉS DE CHEF ESSENTIELLES POUR UN CADET

Nom : _____ Date : _____

Veuillez évaluer vos qualités de chef essentielles en cochant la case appropriée.

Qualité de chef essentielle	Jamais	Rarement	Souvent	Toujours
Je suis honnête.				
Je suis fiable.				
Je suis loyal.				
J'ai un esprit de collaboration.				
Je suis déterminé.				
Je suis courageux.				
J'ai un esprit analytique.				
Je suis positif.				
Je suis respectueux.				
Je suis attentionné.				
Je suis sympathique.				

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

AUTO-ÉVALUATION RELATIVE À LA DYNAMIQUE D'ÉQUIPE POSITIVE

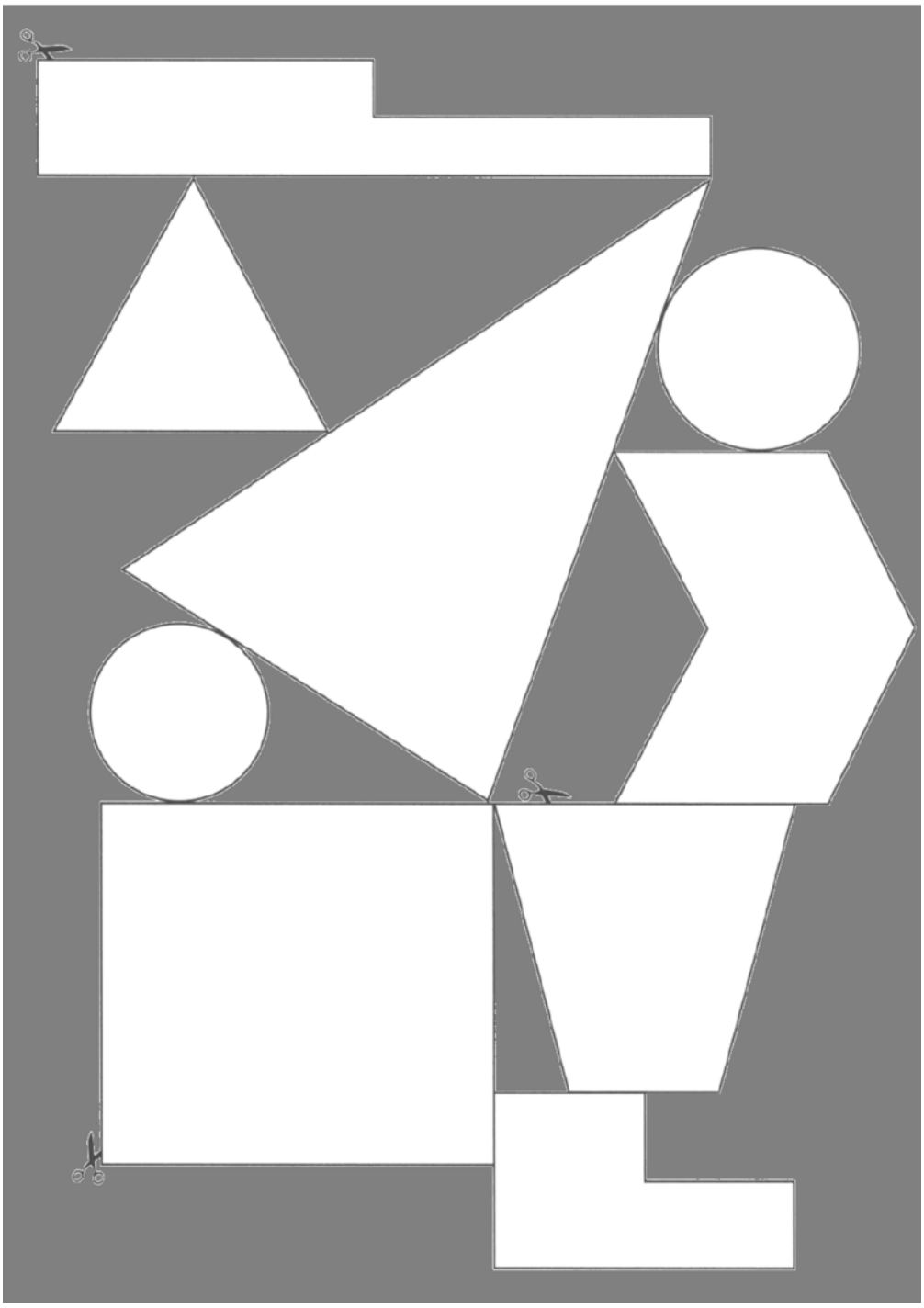
Nom : _____ Date : _____

Veuillez évaluer votre dynamique d'équipe positive en cochant la case appropriée.

Dynamique d'équipe positive	Jamais	Rarement	Souvent	Toujours
Je suis le chef d'équipe.				
J'inclus tous les participants.				
J'encourage les membres de l'équipe.				
Je contribue au moral et à l'esprit de corps de l'équipe.				
Je contribue à la réalisation des objectifs de l'équipe.				
Je contribue aux décisions du groupe.				
Je fais confiance à l'équipe.				
J'appuie les membres de l'équipe.				
J'apprécie les membres de l'équipe.				
Je célèbre les succès de l'équipe.				

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CASSE-TÊTE POUR LA COMMUNICATION



M. G. MacGregor, Teambuilding With Teens, Free Spirit Publishing Inc. (page 80)

Figure D-1 Casse-tête pour la communication

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MISES EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES

MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 1

Vous êtes membre de l’équipe de volley-ball à l’école et membre de votre corps de cadets. Cette année, votre équipe connaît beaucoup de succès et on s’attend à ce qu’elle participe au championnat de zone dans trois semaines. Vous venez de vous rendre compte que votre tournoi de zone pourrait se dérouler la même fin de semaine que la visite de votre corps de cadets à une unité des Forces canadiennes.

Que décidez-vous de faire?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 2

Votre corps de cadets dirige une rencontre omnisportive demain soir. Vous avez la tâche d'organiser les équipes avant le début de l'événement.

Que décidez-vous de faire?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 3

Vos parents font un voyage d’affaires pendant la fin de semaine à l’extérieur de la ville. Vous et votre jeune frère, qui a 11 ans, demeurerez à la maison. En même temps, votre corps de cadets organise son événement de service communautaire annuel.

Que décidez-vous de faire?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MISE EN SITUATION DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 4

Vous arrivez au corps des cadets et remarquez que votre amie a de l’argent supplémentaire cette semaine. Vous savez aussi qu’elle travaillait à la cantine des cadets plus tôt ce soir-là.

Que décidez-vous de faire?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHES DE LEADERSHIP COMMUNES POSSIBLES LORS DE LA TROISIÈME ANNÉE

TÂCHES RELATIVES AU TIR DE PRÉCISION RÉCRÉATIF

- Aménager un champ de tir pour une activité de tir de précision récréatif.
- Organiser des relèves pour l'activité le tir de précision récréatif.
- Contrôler les plombs et donner des cibles pour l'activité de tir de précision récréatif.
- Diriger des activités simultanées pendant l'activité de tir de précision récréatif.
- Démonter un champ de tir après une activité de tir de précision récréatif.

TÂCHES RELATIVES AU BIATHLON D'ÉTÉ

- Aménager un champ de tir pour une activité de biathlon d'été.
- Diriger une activité d'échauffement avant la participation à un biathlon d'été.
- Contrôler les plombs lors d'un biathlon d'été.
- Diriger une activité de récupération après la participation à un biathlon d'été.
- Démonter un champ de tir après un biathlon d'été.

TÂCHES RELATIVES AUX SPORTS RÉCRÉATIFS

- Organiser une activité de sports récréatifs.
- Démonter une activité de sports récréatifs.
- Organiser une équipe de sports récréatifs.
- Diriger un échauffement avant des activités de sports récréatifs.
- Diriger une activité simultanée pendant des activités de sports récréatifs.
- Diriger une activité de récupération après des sports récréatifs.

TÂCHES RELATIVES À UN RASSEMBLEMENT HEBDOMADAIRE LORS DE LA SOIRÉE DE CADETS

- Installer des chaises pour un rassemblement.
- Installer le secteur du dais pour un rassemblement.
- Installer les drapeaux et les repères pour un rassemblement.
- Ranger les chaises après un rassemblement.
- Démonter le secteur du dais après un rassemblement.
- Descendre les drapeaux et serrer les repères après un rassemblement.

TÂCHES RELATIVES À UNE SOIRÉE HEBDOMADAIRE DE CADETS

- Aménager l'espace d'une salle de classe.
- Réorganiser l'espace d'une salle de classe.
- Défaire l'aménagement d'une salle de classe.
- Aménager une cantine.
- Affecter le personnel nécessaire à la cantine.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- Démonter la cantine.
- Aménager un secteur de présentation pour un conférencier.
- Démonter le secteur de présentation de conférence.
- Aménagement pour une activité hors programme.
- Diriger une activité simultanée.

TÂCHES RELATIVES AU LEADERSHIP DE SERVICE COMMUNAUTAIRE

- Organiser une équipe pendant une activité de service communautaire.
- Diriger simultanément une activité pendant l'activité de service communautaire.
- Effectuer un balayage final des déchets après une activité de service communautaire.

POSSIBILITÉS D'AUTRES TÂCHES DE LEADERSHIP

- Embarquer et débarquer le personnel des véhicules durant le transport.
- Diriger une inspection des uniformes des cadets de la première année.
- Ramasser et éliminer les déchets après un rassemblement hebdomadaire.
- Ramasser, trier et disposer des articles recyclables après un rassemblement hebdomadaire.
- Éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire.

AVANT UNE ACTIVITÉ DE FIN DE SEMAINE

- Distribuer l'équipement personnel.
- Étiqueter l'équipement personnel.
- Charger l'équipement et les fournitures de groupe.

ORGANISATION DE LA FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION

- Décharger l'équipement et les fournitures de groupe.
- Installer le poste de premiers soins.
- Monter le secteur de couchage des femmes.
- Monter le secteur de couchage des hommes.

TÂCHES HABITUELLES DURANT LA FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION

- Organiser la distribution d'un repas.
- Nettoyer l'aire de repas après un repas.
- Mettre à l'eau les voiliers.
- Diriger une activité simultanée pendant la fin de semaine d'instruction.
- Arrimer les voiliers.
- Organiser l'extinction des feux pour les cadettes.
- Organiser l'extinction des feux pour les cadets.
- Organiser l'appel du réveil pour les cadettes.
- Organiser l'appel du réveil pour les cadets.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ASSURER LA SÉCURITÉ DE LA FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION

- Sécuriser l'aire de couchage des femmes.
- Sécuriser l'aire de couchage des hommes.
- Sécuriser la station des premiers soins.
- Charger l'équipement et les fournitures de groupe.
- Réaliser un balayage final des déchets.

APRÈS LA FIN DE SEMAINE D'INSTRUCTION

- Décharger l'équipement et les fournitures de groupe.
- Cueillir l'équipement personnel.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

EXEMPLE DE TÂCHE DE LEADERSHIP

TÂCHE DE LEADERSHIP
Réaménager l’espace d’une salle de classe
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour réaménager une salle de classe, selon les besoins. Placer les chaises, bureaux et tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué.
RESSOURCES
• des chaises, • un schéma de la disposition des chaises (au besoin), • des bureaux et des tables, • de l’équipement électronique (au besoin), • des tableaux blancs (au besoin), • un minimum de quatre cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

FORMAT DE TÂCHE DE LEADERSHIP

1. Se préparer pour la tâche de leadership de la façon suivante :
   a. s'assurer que l'objectif est compris;
   b. s'assurer que les ressources nécessaires sont disponibles;
   c. respecter le temps;
   d. faire un plan.
2. Présenter la tâche de leadership de la façon suivante :
   a. énoncer la tâche à faire;
   b. énoncer l'objectif de la tâche;
   c. identifier les ressources nécessaires pour la tâche;
   d. communiquer le plan général;
   e. attribuer les tâches aux membres de l'équipe, s'il y a lieu;
   f. veiller à ce que les membres de l'équipe comprennent la tâche.
3. Conduire la tâche de leadership de la façon suivante :
   a. superviser les autres cadets;
   b. maintenir le contrôle sur l'équipe;
   c. veiller à ce que la tâche progresse en fonction du temps accordé;
   d. modifier le plan selon les besoins.
4. Donner une rétroaction à l'équipe à la fin de la tâche de leadership de la façon suivante :
   a. réviser l'objectif;
   b. donner une rétroaction;
   c. motiver de nouveau l'équipe.
5. Présenter un compte rendu après la tâche et une auto-évaluation.
6. Participer à une rétroaction avec le personnel de direction.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE ET RUBRIQUE D'ÉVALUATION

COMPTE RENDU APRÈS UNE TÂCHE

1. Comment vous sentiez-vous une fois la tâche terminée?

2. Comment vous sentiez-vous au sujet du travail d'équipe parmi les membres? Comment le travail d'équipe est-il relié au résultat d'une tâche de leadership?

3. Quels sont les aspects de la tâche de leadership qui se sont bien déroulés?

4. Si vous aviez à effectuer la même tâche de nouveau, que feriez-vous de différent?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

COREN 303 – RUBRIQUE D'ÉVALUATION

Nom du cadet : _____ Corps de cadets : _____

Date : _____ Division : _____

	Non réalisée	Réalisée avec difficulté	Réalisée sans difficulté	Norme dépassée
Communiquer en tant que chef d'équipe	N'a pas communiqué avec les membres de son équipe.	A communiqué occasionnellement avec les membres de son équipe. Les membres de l'équipe ont eu besoin de clarifications à plusieurs reprises.	A communiqué à plusieurs reprises avec les membres de son équipe. Les membres de l'équipe n'ont eu besoin que de quelques clarifications.	A communiqué avec les membres de son équipe pendant toute la durée de sa tâche de leadership. Les membres de l'équipe n'ont pas eu besoin de clarifications.
Superviser les cadets	N'a pas supervisé les cadets.	N'a supervisé les cadets qu'au début ou à la fin de la tâche de leadership.	A supervisé les cadets durant toute la tâche de leadership en apportant quelques corrections lorsque c'était nécessaire.	A supervisé les cadets durant toute la tâche de leadership en apportant des corrections aussi souvent que c'était nécessaire.
Résoulre les problèmes	N'a pas résolu les problèmes.		A résolu les problèmes.	
Terminer la tâche de leadership	N'a pas réalisé la tâche de leadership.		A réalisé la tâche de leadership.	
Effectuer une auto-évaluation	N'a pas réalisé son auto-évaluation.		A réalisé son auto-évaluation.	

Ce formulaire doit être reproduit sur place.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHES DE LEADERSHIP

TÂCHE DE LEADERSHIP
Aménager un champ de tir pour le tir de précision récréatif

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour effectuer le montage d'un champ de tir pour le tir de précision récréatif. Déterminer l'équipement requis selon le nombre de couloirs de tir. Établir la zone selon le schéma fourni.

RESSOURCES

- une zone de champ de tir,
- des cibles de carabine à air comprimé,
- des cadres de cible,
- des drapeaux (rouges et verts),
- une trousse de premiers soins,
- une civière,
- des tapis de tir,
- des lunettes de sécurité,
- des carabines à air comprimé des cadets,
- des bretelles de carabine à air comprimé des cadets,
- un schéma de la disposition de toutes les ressources,
- un minimum de six cadets.

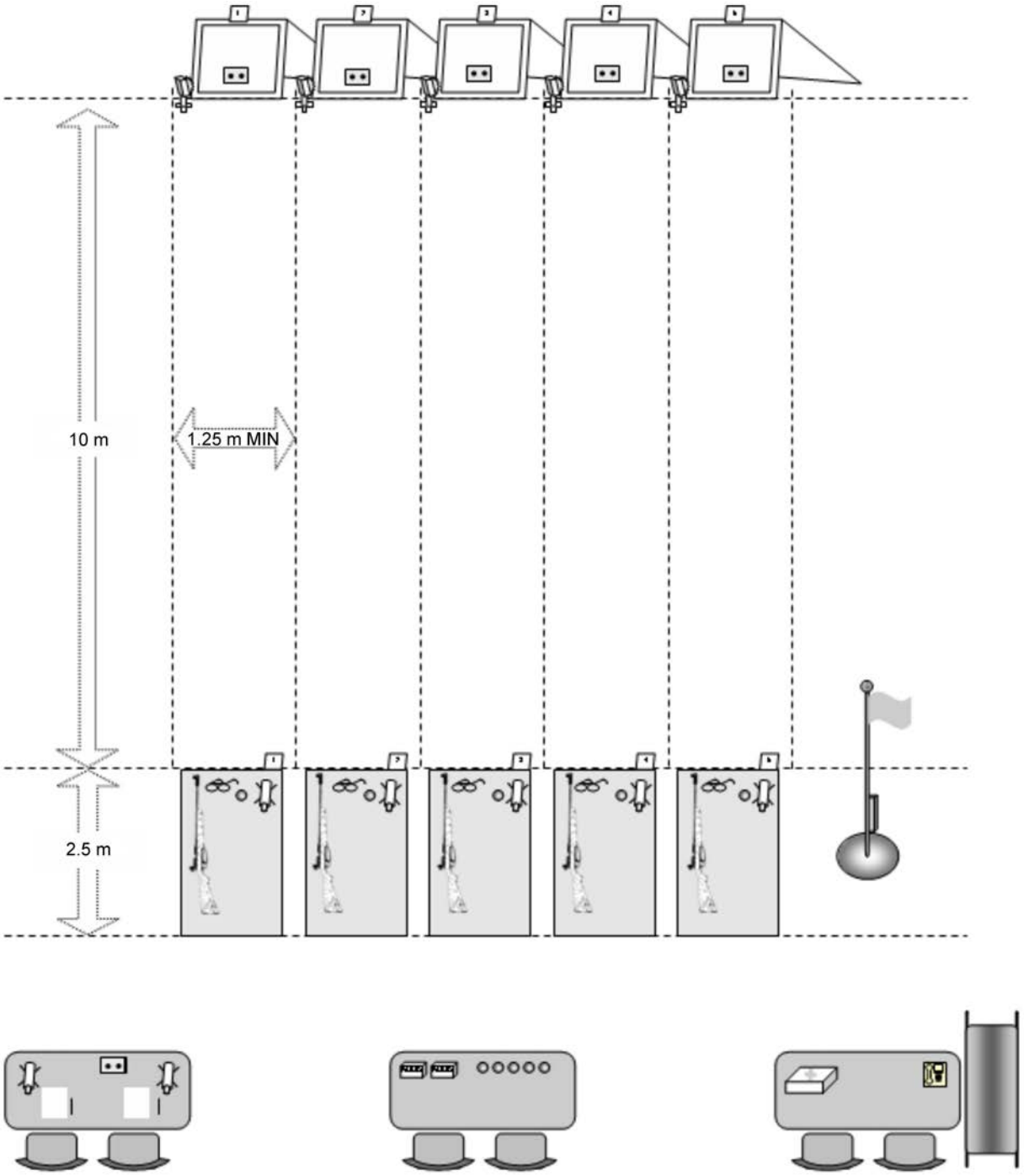
DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-1 Exemple de disposition d’un champ de tir

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser des relèves pour le tir de précision récréatif
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser les cadets en relèves pour le tir de précision récréatif d’après le nombre de couloirs de tir.
RESSOURCES
Tous les cadets qui participent.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Contrôler les plombs et donner des cibles pour l’activité de tir de précision récréatif.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour contrôler et distribuer des plombs et des cibles pour le tir de précision récréatif. Attribuer les plombs nécessaires, par relève, selon le nombre de couloirs de tir.

RESSOURCES

- des plombs de carabine à air comprimé,
- des contenants pour les plombs,
- des cibles appropriées,
- un minimum de deux cadets.

DURÉE

Un relais, environ 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S’assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Diriger une activité concomitante pendant le tir de précision récréatif

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser et diriger une activité concomitante pendant le tir de précision récréatif (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, etc.) pour une petite équipe de cadets. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets.

RESSOURCES

- selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,
- une petite équipe de cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter un champ de tir après le tir de précision récréatif

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter le champ de tir après le tir de précision récréatif. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- une liste de vérification des ressources,
- un minimum de six cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

- S'assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.
- S'assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Ressources	Quantité retournée
Cadre de cible	
Drapeau rouge	
Drapeau vert	
Trousse de premiers soins	
Civière	
Tapis de tir	
Lunettes de sécurité	
Carabines à air comprimé des cadets	
Bretelle pour carabine à air comprimé des cadets	
Boîtes de plombs	

Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-2 Exemple de liste de vérification des ressources

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Aménager un champ de tir pour le biathlon d’été

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour aménager un champ de tir pour le biathlon d’été, au besoin. Déterminer l’équipement requis selon le nombre de couloirs de tir. Établir la zone selon le schéma fourni.

RESSOURCES

- une zone de champ de tir,
- des cibles de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART),
- des drapeaux (rouges et verts),
- une trousse de premiers soins,
- une civière,
- un chronomètre,
- des tapis de tir,
- des lunettes de sécurité,
- des carabines à air comprimé des cadets,
- un schéma de la disposition de toutes les ressources,
- un minimum de six cadets.

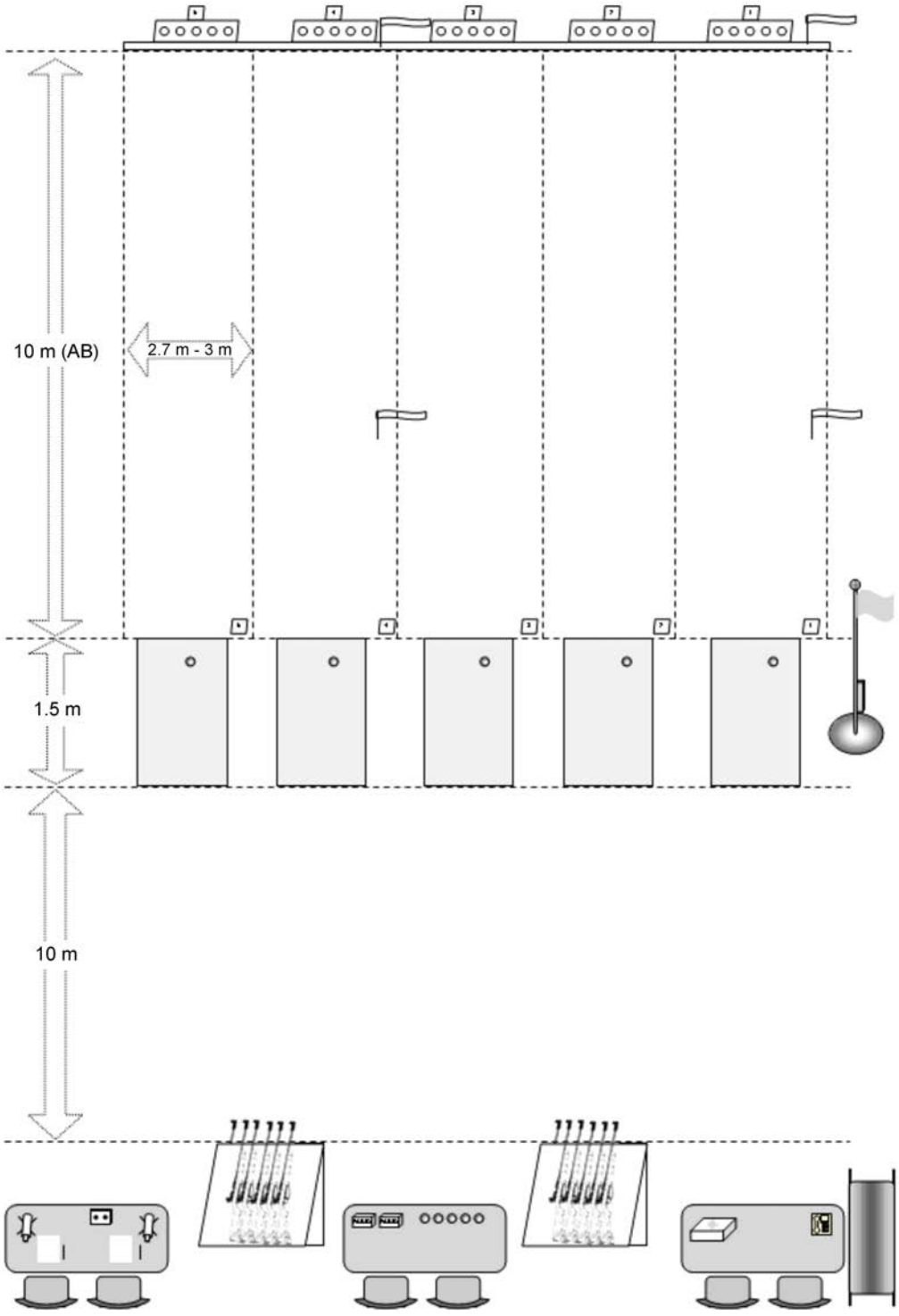
DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S’assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-3 Exemple de disposition d'un champ de tir pour le biathlon

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Diriger une activité d’échauffement avant de participer au biathlon d’été
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser et diriger une activité d’échauffement pour une petite équipe de cadets avant de participer à un biathlon d’été. S’assurer de la participation maximale de tous les cadets.
RESSOURCES
• le document de cours pour les exemples d’étirements qui se trouve à l’annexe K, • une petite équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Contrôler les plombs lors d’un biathlon d’été.
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour contrôler et distribuer des plombs pour le biathlon d’été. Attribuer les plombs nécessaires, pour chaque exercice de tir, selon le nombre de couloirs de tir.
RESSOURCES
• des plombs de carabine à air comprimé, • des contenants pour les plombs, • un minimum de deux cadets.
DURÉE
Selon l’activité.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S’assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Diriger une activité de récupération après avoir participé au biathlon d’été
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser et diriger une activité de récupération pour une équipe de cadets après avoir participé au biathlon d’été. S’assurer de la participation maximale de tous les cadets de l’équipe.
RESSOURCES
• le document de cours pour les exemples d’étirements qui se trouve à l’annexe K, • une équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter un champ de tir après le biathlon d’été

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter un champ de tir après le biathlon d’été. Retourner tout l’équipement à l’aire d’entreposage. Compter tout l’équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- une liste de vérification des ressources,
- un minimum de six cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

- S’assurer que les mesures de sécurité sont respectées en tout temps lors du maniement des carabines à air comprimé des cadets.
- S’assurer que tous les cadets se lavent les mains après avoir manipulé des plombs.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Ressources	Quantité retournée
Cible de carabine à air comprimé pour le biathlon (BART)	
Drapeau rouge	
Drapeau vert	
Trousse de premiers soins	
Civière	
Chronomètre	
Tapis de tir	
Lunettes de sécurité	
Carabines à air comprimé des cadets	
Boîtes de plombs	

Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-4 Exemple de liste de vérification des ressources

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Organiser une activité de sports récréatifs

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour préparer une activité de sports récréatifs, au besoin. Placer les tables de résultats, un chronomètre et tout autre équipement, comme indiqué.

RESSOURCES

- tables de résultats,
- un chronomètre,
- de l’équipement de sport (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter une activité de sports récréatifs

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour préparer une activité de sports récréatifs, au besoin. Enlever les tables de résultats, un chronomètre et tout autre équipement, comme indiqué.

RESSOURCES

- tables de résultats,
- un chronomètre,
- de l’équipement de sport (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser une équipe pour les sports récréatifs
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Diviser les cadets en équipes pour les sports récréatifs selon les instructions (p. ex., les équipes, les marqueurs, les chronométreurs, etc.).
RESSOURCES
• des chronomètres, • des stylos et des crayons, • tous les cadets qui participent.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Diriger une activité d’échauffement avant de participer aux sports récréatifs
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Diriger une activité d’échauffement pour une équipe de cadets avant de participer aux sports récréatifs. S’assurer de la participation maximale de tous les cadets de l’équipe.
RESSOURCES
• le document de cours pour les exemples d’étirements qui se trouve à l’annexe K, • une équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Diriger une activité concomitante pendant les sports récréatifs
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Diriger une activité concomitante pendant les sports récréatifs (p. ex., activité de promotion du travail d’équipe, les encouragements, etc.) pour une équipe de cadets. S’assurer de la participation maximale de tous les cadets de l’équipe.
RESSOURCES
• selon les instructions du personnel de direction d’après l’activité concomitante, • une équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Diriger une activité de récupération après avoir participé aux sports récréatifs

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Diriger une activité de récupération pour une équipe de cadets après avoir participé aux sports récréatifs. S’assurer de la participation maximale de tous les cadets de l’équipe.

RESSOURCES

- le document de cours pour les exemples d’étirements qui se trouve à l’annexe K,
- une équipe de cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Installer des chaises pour un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour placer les chaises pour les invités d'un rassemblement. Compter les chaises, celles qui sont déjà sur les lieux, ensuite les placer tel qu'illustré dans le schéma ou selon les instructions.

RESSOURCES

- des chaises,
- un schéma de la disposition des chaises (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

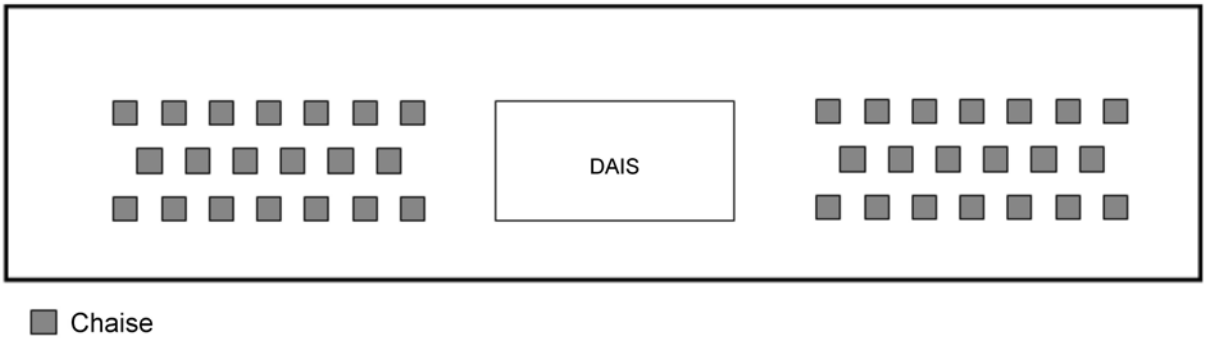
DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-5 Exemple de disposition des chaises

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Aménager la zone du dais pour un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour aménager la zone du dais pour les dignitaires qui assistent à un rassemblement. Utiliser les ressources fournies, aménager la zone du dais tel qu'illustré dans le schéma ou selon les instructions.

RESSOURCES

- un dais,
- un lutrin (au besoin),
- des chaises (au besoin),
- un schéma de l'aménagement de la zone du dais (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

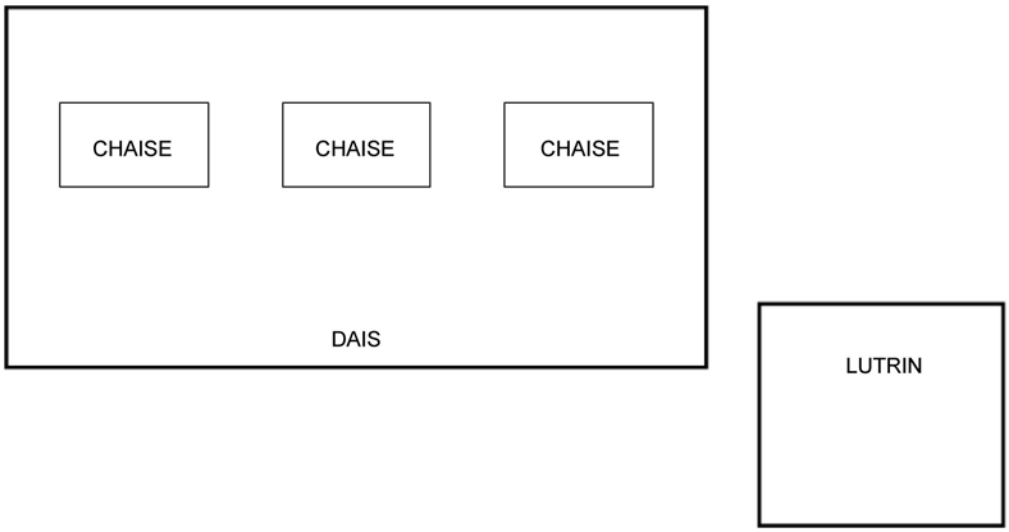
DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-6 Exemple de zone du dais

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Placer les drapeaux et les repères pour un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour placer les drapeaux et les repères pour un rassemblement. Les placer tel qu'illustré sur le schéma ou comme indiqué.

RESSOURCES

- drapeaux provinciaux et territoriaux,
- des repères,
- un schéma de la disposition des drapeaux et des repères (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

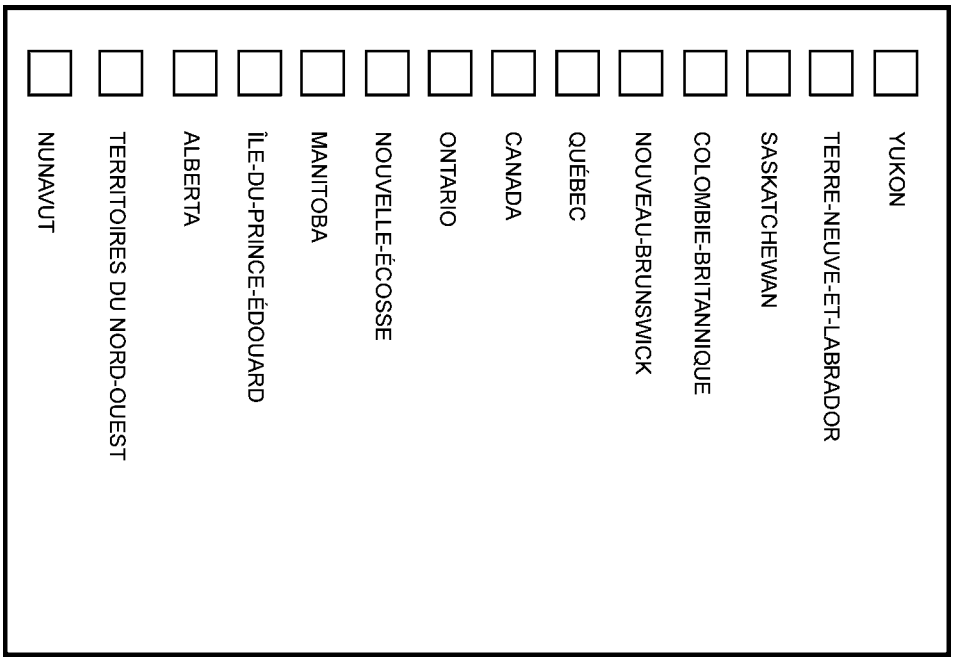
DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

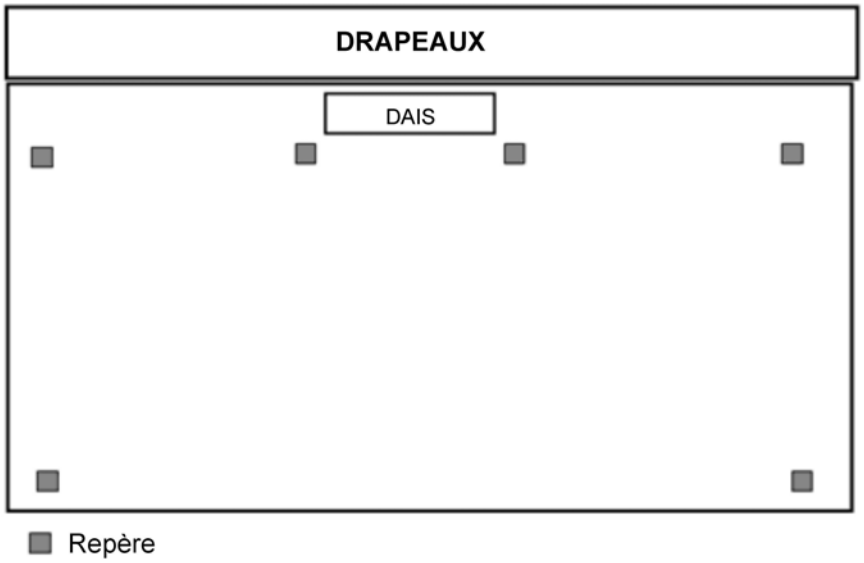
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-7 Exemple de disposition des drapeaux



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure J-8 Exemple de disposition des repères

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter les chaises après un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter les chaises après un rassemblement. Placer les chaises à l’aire d’entreposage désignée. Compter tout l’équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- du papier,
- des stylos et des crayons,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter la zone du dais après un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter la zone du dais après un rassemblement. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage désignée. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- du papier,
- des stylos et des crayons,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter les drapeaux et les repères après un rassemblement

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter les drapeaux et les repères après un rassemblement. Retourner tout l'équipement à l'aire d'entreposage désignée. Compter tout l'équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- du papier,
- des stylos et des crayons,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Aménager l’espace d’une salle de classe

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour aménager une salle de classe, au besoin. Placer les chaises, les bureaux et les tables et tout autre équipement, comme indiqué.

RESSOURCES

- des chaises,
- des bureaux et des tables,
- de l’équipement électronique (au besoin),
- des tableaux blancs (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Réaménager l’espace d’une salle de classe

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour réaménager une salle de classe, selon les besoins. Placer les chaises, bureaux et tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué.

RESSOURCES

- des chaises,
- un schéma de la disposition des chaises (au besoin),
- des bureaux et des tables,
- de l’équipement électronique (au besoin),
- des tableaux blancs (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Réaménager l’espace d’une salle de classe

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour réaménager une salle de classe, selon les besoins. Placer les chaises, bureaux et tables pour correspondre au schéma (si fourni) ou soit comme indiqué.

RESSOURCES

- des chaises,
- un schéma de la disposition des chaises (au besoin),
- des bureaux et des tables,
- de l’équipement électronique (au besoin),
- des tableaux blancs (au besoin),
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Aménager une cantine

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour aménager une cantine. Placer les tables ou les comptoirs, les chaises, les stocks, la caisse et tout autre équipement, comme indiqué.

RESSOURCES

- des chaises,
- des tables ou des comptoirs,
- des stocks,
- une caisse,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Affecter le personnel à la cantine

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour affecter le personnel à la cantine. S’assurer que l’équipe connaît le prix des articles à vendre.

RESSOURCES

- des chaises,
- des tables ou des comptoirs,
- des stocks,
- une caisse,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Démonter une cantine

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour démonter une cantine. Enlever les tables ou les comptoirs, les chaises, les stocks, la caisse et tout autre équipement, selon les directives. S’assurer de placer la caisse dans un endroit sécurisé.

RESSOURCES

- des chaises,
- des tables ou des comptoirs,
- des stocks,
- une caisse,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 10 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Aménager une zone pour la présentation d’un conférencier invité

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour aménager une zone pour la présentation d’un conférencier invité. Placer le lutrin, les chaises et l’équipement électronique (au besoin), comme indiqué.

RESSOURCES

- un lutrin,
- des chaises,
- de l’équipement électronique (au besoin),
- un minimum de deux cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Démonter une zone de présentation après la présentation d’un conférencier invité
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour démonter une zone de présentation après la présentation d’un conférencier invité. Retourner tout l’équipement à l’aire d’entreposage. Compter tout l’équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.
RESSOURCES
• du papier, • des stylos et des crayons, • un minimum de deux cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Se préparer à une activité parascolaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour se préparer à une activité parascolaire (p. ex., sports récréatifs, visite d’une installation, visite éducative, biathlon d’été, etc.).
RESSOURCES
Telles que fournies par le personnel de direction.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Diriger une activité concomitante

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Diriger une activité concomitante (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, chanter, etc.) pour une équipe de cadets qui attendent d'autres instructions. S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe.

RESSOURCES

- selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante,
- une équipe de cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser une équipe pendant une activité de service communautaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pendant une activité de service communautaire. Déplacer les gens et l’équipement conformément aux directives.
RESSOURCES
Une équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
Les cadets doivent rester à l’écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Diriger une activité concomitante pendant une activité de service communautaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Diriger une équipe de cadets qui attend de nouvelles instructions à faire une activité concomitante pendant une activité de service communautaire (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d'équipe, chanter). S'assurer de la participation maximale de tous les cadets de l'équipe.
RESSOURCES
• selon les instructions du personnel de direction d'après l'activité concomitante, • une équipe de cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
Les cadets doivent rester à l'écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Effectuer un balayage final des déchets après une activité de service communautaire

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets pour effectuer un balayage final des déchets après une activité de service communautaire et s’assurer que tous les espaces utilisés sont exempts de déchets.

RESSOURCES

- des sacs à déchets,
- un minimum de dix cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Embarquer et débarquer le personnel des véhicules durant le transport
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour s’assurer que tout le personnel monte à bord des véhicules et en descend de façon sécuritaire. Compter tous les membres du personnel lorsqu’ils montent à bord du véhicule et lorsqu’ils en descendent. Aider à la supervision du personnel pendant le transport.
RESSOURCES
• un véhicule, • un minimum de sept cadets.
DURÉE
Durée du déplacement.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
Les cadets doivent s’asseoir en faisant face à l’avant du véhicule et attacher leurs ceintures de sécurité.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Diriger une inspection des uniformes des cadets de la première année

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe de cadets qui dirigera une inspection des uniformes des cadets de la première année.

RESSOURCES

- rubrique d’inspection des uniformes,
- cadets de première année,
- une équipe de cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RUBRIQUES D'INSPECTION DES UNIFORMES

	Non réalisée	Réalisée avec difficulté	Réalisée sans difficulté
Couvre-chef	Le cadet ne portait pas d'uniforme.	Le cadet portait un couvre-chef, qui était mal placé ou ajusté, ou son ruban d'identification était mal attaché.	Le cadet portait un couvre-chef bien ajusté avec un ruban d'identification bien attaché.
Uniforme	Le cadet ne portait pas d'uniforme.	Le cadet portait un uniforme, qui n'était pas bien porté ou bien ajusté, où qui semblait sale ou mal repassé.	Le cadet portait un uniforme bien ajusté et repassé.
Insignes	Le cadet ne portait pas d'uniforme.	Le cadet avait des insignes sur son uniforme, mais certaines d'entre elles étaient mal positionnées ou manquantes.	Le grade du cadet et toutes les autres insignes étaient bien portés et placés.
Chaussures	Le cadet ne portait pas d'uniforme.	Le cadet avait des bottes, mais elles étaient mal entretenues ou mal cirées.	Les bottes du cadet étaient bien entretenues et cirées uniformément.
Présentation	Le cadet n'était pas sur parade ou il n'était pas hygiénique.	Le cadet était sur parade, mais son apparence n'était pas conforme aux normes relatives à la tenue (p. ex., cheveux, rasage, maquillage, bijoux).	Le cadet était sur parade, et son apparence était conforme aux normes relatives à la tenue (p. ex., cheveux, rasage, maquillage, bijoux).

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

LISTE DE VÉRIFICATION DE L'INSPECTION DE L'UNIFORME

Nom	Couvre-chef	Uniforme	Insignes	Chaussures	Présentation	Commentaires
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						

N – Non réalisé RAD – Réalisé avec difficulté RSD – Réalisé sans difficulté

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Ramasser et éliminer les déchets après un rassemblement hebdomadaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour ramasser et éliminer les déchets dans tous les endroits utilisés.
RESSOURCES
• des sacs à déchets, • un minimum de cinq cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Ramasser, trier et disposer des articles recyclables après un rassemblement hebdomadaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour ramasser et trier le matériel à recycler et en disposer. S’assurer que tous les endroits utilisés sont exempts de matériel à recycler.
RESSOURCES
• des sacs à déchets, • des contenants ou des sacs de recyclage (au besoin), • un minimum de cinq cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe de cadets pour éteindre les lumières et fermer les fenêtres après un rassemblement hebdomadaire.
RESSOURCES
Un minimum de cinq cadets.
DURÉE
Une durée maximale de cinq minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

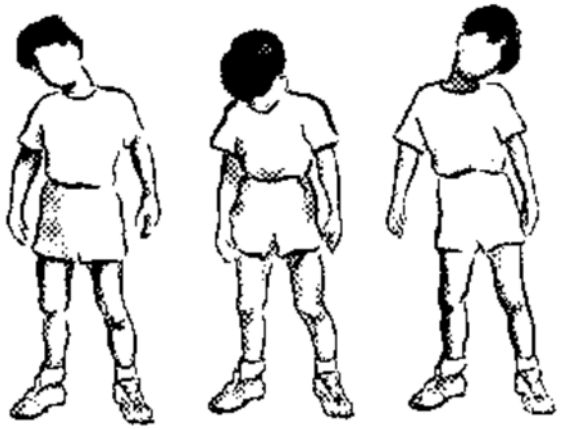
Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

EXEMPLES D'ÉTIREMENT

LE COU

 *Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions, B. Hansen. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1* Figure K-1 Étirement du cou	Tournez la tête lentement en traversant la poitrine pour passer d'une épaule à l'autre. Ne renversez pas la tête en arrière.

LES ÉPAULES

 *Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions, B. Hansen. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1* Figure K-2 Poussée des épaules	Debout, allongez vos bras derrière en entrelaçant vos doigts. Montez vos épaules et poussez-les vers l'arrière. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.
 *Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions, B. Hansen. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#l1* Figure K-3 Haussement des épaules	Debout, haussez vos épaules le plus haut possible puis baissez-les tout en étirant votre cou vers le haut. Poussez vos épaules le plus loin possible vers l'arrière puis arrondissez-les vers l'avant en tirant les bras le plus loin possible vers l'avant. Maintenez chaque position pendant au moins 10 secondes.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

 *Warm-ups. Martha Jefferson Hospital. (2001). Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.marthajefferson.org/warmup.php* Figure K-4 Cercles avec les bras	Écartez les bras en ligne droite, la paume de la main vers le haut. Faites des cercles avec les bras en agrandissant progressivement la taille des cercles. Refaites les cercles en sens inverse.
 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-5 Étirement des épaules	Debout ou assis, prenez votre bras droit dans votre main gauche et passez-le devant votre poitrine; prenez le bras par l'arrière du coude pour soutenir l'articulation. Poussez légèrement sur le coude vers la poitrine. Vous devriez sentir l'étirement dans votre épaule droite. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES BRAS

 *Exercices. Impacto Protective Products Inc. (1998). Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.2protect.com/home.htm* Figure K-6 Rotation des poignets	Tournez vos mains en faisant des mouvements circulaires au niveau du poignet. Changez de sens et reprenez le mouvement pour chaque côté.
 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-7 Étirement des triceps	Debout, passez votre bras droit par-dessus la tête, le coude plié. Avec votre main gauche, poussez légèrement le bras vers le bas. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

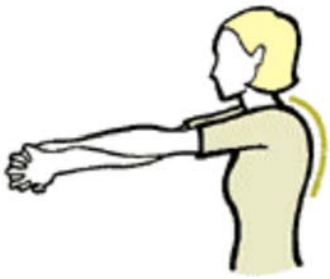
 *Exercise Programme for Squash, Tennis, Softball, Handball. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=49* Figure K-8 Étirement des avant-bras	Mettez-vous à genou, placez vos mains au sol devant vous, tournez-les de sorte que les doigts soient orientés vers les genoux et que les pouces pointent vers l'extérieur. Tout en maintenant les mains à plat sur le sol, penchez-vous en arrière. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

LA POITRINE ET LES ABDOMINAUX

 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-9 Étirement de la poitrine	Tenez-vous debout devant un mur. Le bras droit plié et le coude placé à la hauteur de l'épaule, collez la paume de la main contre le mur. Tournez le corps en l'éloignant du bras droit. Vous devriez sentir l'étirement dans la partie avant de l'aisselle et le long de la poitrine. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.
 *Moving on the Spot: A Collection of 5-Minute Stretch and Movement Sessions, B. Hansen. (1999). Toronto, ON, Toronto Public Health. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.lin.ca/resource/html/dn3.htm#I1* Figure K-10 Étirement des côtes	Debout, levez le bras gauche au-dessus de la tête. Penchez-vous à partir de la taille vers le côté droit du corps. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

LE DOS

 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-11 Étirement du bas du dos	Allongez-vous sur le dos et ramenez les jambes vers la poitrine. Saisissez la partie arrière de vos genoux. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.
 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-12 Étirement du haut du dos	Étendez les bras en ligne droite devant vous, à la hauteur des épaules, en croisant un bras au-dessus de l'autre. En joignant les paumes des mains, entrelacez les doigts et faites une pression sur les bras. Abaissez le menton sur votre poitrine pendant que vous expirez. Vous devriez sentir l'étirement dans le haut du dos. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

LES JAMBES

 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-13 Étirement de l'ischio-jambier	Allongez-vous au sol avec les genoux pliés et le dos à plat sur le sol. Levez doucement la jambe et tendez-la, en la tenant par la partie arrière de la cuisse avec les deux mains. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-14 Étirement des cuisses intérieures	Assoyez-vous au sol avec les jambes pliées et les plantes des pieds collées. Tenez vos orteils et poussez-vous vers l'avant tout en gardant le dos et le cou bien droits. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes. Tenez vos chevilles et, avec vos coudes, poussez vos genoux vers le sol. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes.
 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-15 Étirement du muscle fléchisseur de la hanche	Posez votre genou droit au sol. Placez votre pied gauche devant vous, en pliant le genou et en plaçant votre main gauche sur cette jambe pour l'équilibre. Gardez le dos bien droit et les muscles abdominaux contractés. Penchez-vous vers l'avant, en transférant plus de poids de votre corps vers votre jambe avant. Vous devriez sentir un étirement dans la partie avant de la hanche et dans la cuisse de la jambe agenouillée. Posez la rotule du genou sur une serviette pliée au besoin. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.
 *Running Exercises. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.physionline.co.za/conditions/article.asp?id=46* Figure K-16 Rotation des chevilles	Assis, faites une rotation du pied dans le sens horaire et puis dans le sens anti-horaire. Changez de côté et reprenez l'exercice pour le côté opposé.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-17 Étirement des mollets	Placez-vous à trois pas en face d'un mur. Avancez votre jambe droite vers le mur en pliant le genou droit et en gardant votre jambe gauche tendue. Allongez les bras, les paumes face au mur. Abaissez doucement le corps vers le mur, les bras tendus contre le mur. Gardez les orteils orientés vers l'avant et les talons posés. Appuyez-vous contre le mur en gardant votre jambe gauche droite derrière votre corps. Vous devriez sentir l'étirement dans votre mollet gauche. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.
 *Smart Start: A Flexible Way To Get Fit. Extrait le 26 octobre 2006 du site http://www.in-motion.ca/walkingworkout/plan/flexibility* Figure K-18 Étirement des quadriceps	Tenez-vous debout en posant une main contre le mur pour garder l'équilibre. Soulevez votre pied gauche en pliant votre genou, comme si vous tentiez de donner un coup de talon au derrière. Ne vous penchez pas en avant à la hauteur des hanches. Tenez votre cheville avec votre main gauche et maintenez-la. Vous devriez sentir l'étirement dans votre cuisse gauche. Maintenez cette position pendant au moins 10 secondes puis reprenez l'exercice pour le côté opposé.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHES DE LEADERSHIP

TÂCHE DE LEADERSHIP
Distribuer l’équipement personnel
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe pour distribuer à leurs membres l’équipement personnel requis pour une fin de semaine d’instruction.
RESSOURCES
• un sac à dos (un par cadet), • sac de couchage (un par cadet), • un matelas gonflable (un par cadet), • un minimum de trois cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 15 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Étiqueter l’équipement personnel

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser les cadets pour étiqueter l’équipement personnel qui avait été distribué pour la fin de semaine d’instruction.

RESSOURCES

- Un sac à dos (un par cadet),
- sac de couchage (un par cadet),
- matelas gonflable (un par cadet),
- du ruban-cache,
- des marqueurs,
- un minimum de huit cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 15 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Charger l’équipement et les fournitures de l’équipe pour la fin de semaine d’instruction.

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe pour charger l’équipement et les fournitures dans le véhicule d’approvisionnement pour la fin de semaine d’instruction.

RESSOURCES

- Les ressources, telles que décrites par le personnel de direction, y compris :
  - des trousses de premiers soins,
  - des extincteurs,
  - des sacs à déchets,
  - des lampes de poche,
  - des piles de lampe de poche,
  - des radios,
  - des piles de radio,
  - des vêtements de flottaison individuels (V.F.I.),
  - une corde,
  - des couteaux de manœuvrier,
  - de la ficelle à surlier,
  - des repas pour la fin de semaine d’instruction,
  - du papier,
  - des marqueurs,
  - du ruban-cache,
  - des stylos et des crayons,
- Un véhicule d’approvisionnement,
- la liste de vérification des ressources,
- des stylos et des crayons,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 30 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent rester à l’écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Décharger l'équipement et les fournitures de l’équipe pour la fin de semaine d’instruction.
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe pour décharger l'équipement et les fournitures de l’équipe du véhicule d'approvisionnement.
RESSOURCES
• l’équipement et les fournitures de l’équipe, • un véhicule d’approvisionnement, • un minimum de quatre cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
L’équipement doit rester à l’écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Installer le poste de premiers soins
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe pour installer le poste de premiers soins.
RESSOURCES
• le matériel de premiers soins, • un minimum de trois cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 15 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
L’équipement et les fournitures doivent être manipulés de façon sécuritaire.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Aménager l’aire de couchage des femmes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser les cadettes en groupes. S’assurer qu’elles sont au courant des limites de l’aire de couchage des femmes. Superviser les cadets et s’assurer que l’équipement personnel est rangé.
RESSOURCES
Toutes les cadettes.
DURÉE
Une durée maximale de 30 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP Aménager l’aire de couchage des hommes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE Organiser les cadets en groupes. S’assurer qu’ils sont au courant des limites de l’aire de couchage des hommes. Superviser les cadets et s’assurer que l’équipement personnel est rangé.
RESSOURCES Tous les cadets.
DURÉE Une durée maximale de 30 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser la distribution d’un repas
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Diviser les cadets en groupes et organiser la distribution d’un repas.
RESSOURCES
S.O.
DURÉE
Une durée maximale de 30 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP Nettoyer l’aire de repas après un repas
DESCRIPTION DE LA TÂCHE Organiser une équipe pour nettoyer l’aire de repas après un repas. S'assurer que toute la vaisselle est propre et rangée à sa place. S'assurer que les tables sont propres et que tous les déchets ont été ramassés.
RESSOURCES • des sacs à déchets, • de l’eau, • un minimum de quatre cadets.
DURÉE Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP Mettre les voiliers à l’eau
DESCRIPTION DE LA TÂCHE Organiser une équipe pour mettre les voiliers à l’eau et les amarrer le long d’un quai.
RESSOURCES • des VFI (un par cadet), • des voiliers, • un minimum de dix cadets.
DURÉE Une durée maximale de 30 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ S’assurer d’effectuer l’activité en respectant les instructions de l’A-CR-CCP-030/PT-001, *Ordonnances de sécurité nautique*.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Diriger une activité concomitante pendant la fin de semaine d’instruction

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Diriger une équipe de cadets qui attend de nouvelles instructions à faire une activité concomitante pendant une activité de service communautaire (p. ex., balayer le sol, activité de promotion du travail d’équipe, chanter). S’assurer de la participation maximale de tous les cadets de l’équipe.

RESSOURCES

- selon les instructions du personnel de direction d’après l’activité concomitante,
- une équipe de cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

Il faut garder les cadets dans un endroit où il ne nuiront pas à l’instruction.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP Arrimer les voiliers
DESCRIPTION DE LA TÂCHE Organiser une équipe qui sortira les voiliers de l’eau et les immobilisera sur le rivage.
RESSOURCES • des VFI (un par cadet), • des voiliers, • un minimum de dix cadets.
DURÉE Une durée maximale de 30 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ S’assurer d’effectuer l’activité en respectant les instructions de l’A-CR-CCP-030/PT-001.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser l’heure du coucher pour les cadettes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser l’extinction des feux pour les cadettes. S’assurer que toutes les cadettes sont présentes et que tout l’équipement personnel est rangé.
RESSOURCES
Un minimum de deux cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser l’heure du coucher pour les cadets
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser l’extinction des feux pour les cadets. S’assurer que tous les cadets-hommes sont présents et que tout l’équipement personnel est rangé.
RESSOURCES
Un minimum de deux cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser l’appel du réveil pour les cadettes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
S’assurer que toutes les cadettes sont réveillées, que tous les équipements personnels sont organisés et que les cadets sont prêts à suivre l’instruction du matin.
RESSOURCES
Toutes les cadettes.
DURÉE
Une durée maximale de 40 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Organiser l’appel du réveil pour les cadets
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
S’assurer que tous les cadets sont réveillés, que tous les équipements personnels sont organisés et que les cadets sont prêts à suivre l’instruction du matin.
RESSOURCES
Tous les cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 40 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Sécuriser l’aire de couchage des femmes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
S’assurer que toutes les cadettes sont réveillées et que tous les équipements personnels sont emballés. S’assurer que l’aire de couchage des femmes est propre.
RESSOURCES
Toutes les cadettes.
DURÉE
Une durée maximale de 40 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Sécuriser l’aire de couchage des hommes
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
S’assurer que tous les cadets sont réveillés et que tous les équipements personnels sont emballés. S’assurer que l’aire de couchage des hommes est propre.
RESSOURCES
Toutes les cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 40 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Démonter le poste de premiers soins
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe pour démonter le poste de premiers soins. Retourner les ressources à l’aire d’approvisionnement, au besoin.
RESSOURCES
Un minimum de six cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 10 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
L’équipement et les fournitures doivent être manipulés de façon sécuritaire.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Charger l’équipement et les fournitures du groupe après la fin de semaine d’instruction

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe pour charger l’équipement et les fournitures dans le véhicule d’approvisionnement après la fin de semaine d’instruction.

RESSOURCES

- les ressources, telles que décrites par le personnel d’instruction,
- un véhicule d’approvisionnement,
- un minimum de quatre cadets.

DURÉE

Une durée maximale de 30 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

L’équipement et les fournitures doivent être manipulés de façon sécuritaire.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP Réaliser un balayage final des déchets
DESCRIPTION DE LA TÂCHE Organiser une équipe de cadets pour effectuer un balayage final des déchets. Effectuer un dernier balayage pour ramasser les déchets, s’assurer que toutes les aires utilisées sont exemptes de déchets.
RESSOURCES • des sacs à déchets, • un minimum de dix cadets.
DURÉE Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP
Décharger l’équipement et les fournitures après
DESCRIPTION DE LA TÂCHE
Organiser une équipe pour décharger l’équipement et les fournitures de l’équipe du véhicule d’approvisionnement. Placer l’équipement dans une aire désignée.
RESSOURCES
• un véhicule d’approvisionnement, • un minimum de quatre cadets.
DURÉE
Une durée maximale de 20 minutes.
CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ
L’équipement doit rester à l’écart des aires de circulation dense.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

TÂCHE DE LEADERSHIP

Ramasser l’équipement personnel

DESCRIPTION DE LA TÂCHE

Organiser une équipe pour ramasser l’équipement personnel (p. ex., sacs de couchage et matelas gonflables) après la fin de semaine d’instruction. Compter tout l’équipement et rapporter le nombre au personnel de direction après avoir terminé la tâche.

RESSOURCES

- du papier,
- des stylos et des crayons,
- des cadets avec de l’équipement personnel à retourner,
- un minimum de trois cadets pour la collecte.

DURÉE

Une durée maximale de 20 minutes.

CONSIDÉRATIONS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

GUIDE DE PLANIFICATION DE LA TÂCHE DE LEADERSHIP

OBJECTIF DE LA TÂCHE

Poser des questions au personnel de direction (p. ex., le temps nécessaire pour effectuer la tâche).

RESSOURCES NÉCESSAIRES

Attribution des tâches aux pairs/affectation des ressources (p. ex., les tâches ont-elles toutes été accomplies, etc.).

FAIRE UN PLAN

Reconnaissance du secteur, etc.

EFFECTUER UNE APPRÉCIATION DU TEMPS

SCHÉMAS

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉS DE LEÇON

LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE N

Titre		Numéro de page
ACTIVITÉS DYNAMISANTES	Orteils à orteils	3N-2
	Autour du monde	3N-3
	Jeu d'orteils	3N-4
	Jeu du chat en triangle	3N-5
	Liste d'usages	3N-6
ACTIVITÉS POUR BRISER LA GLACE	Jeu-questionnaire personnel	3N-7
	Perception extrasensorielle	3N-8
	Traits communs	3N-9

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

ORTEILS À ORTEILS **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban-cache.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Coller un bout de ruban-cache de 4.5 m (15 pieds) de longueur sur le sol en ligne droite.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir l'un en face de l'autre comme s'ils étaient en équilibre sur une corde raide (sur le ruban-cache). Ils doivent aligner leurs pieds, le droit devant le gauche, et les espacer d'environ un pied.
3. Leur demander de s'avancer l'un vers l'autre de sorte que les orteils de leur pied droit se touchent.
4. Leur demander de s'empoigner la main droite.
5. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est d'essayer de déséquilibrer son partenaire pour le forcer à mettre un pied à l'extérieur de la corde raide (ruban-cache).
   (b) Les cadets ne doivent en aucun temps lâcher la main de leur partenaire.
   (c) Il est interdit de déséquilibrer son partenaire en utilisant les pieds. Ceux-ci doivent rester sur la ligne en tout temps.
   (d) Tous les mouvements doivent se faire au ralenti. Il est interdit de pousser ou de bousculer son partenaire. Aucun mouvement ou poussée brusque n'est permis.
6. Au signal de départ, demander aux cadets d'essayer de déséquilibrer leur partenaire pour le forcer à mettre un pied à l'extérieur de la corde raide (ruban-cache).
7. Si le temps le permet, demander aux cadets de changer de partenaire et de refaire l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*, (pages 77 et 78). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

AUTOUR DU MONDE **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un chronomètre,
- un premier ensemble d'objets à passer (p. ex., un sac de croustilles, un ballon rempli d'air, un rouleau de ruban-cache, une grande tasse, une petite balle, un journal, etc.),
- un deuxième ensemble d'objets à passer (p. ex., un sac de pommes de terre, une grande tasse pleine d'eau, un ballon rempli d'eau, un oreiller, un sac de couchage enroulé, une grosse balle, un gros livre scolaire, etc.).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, face au centre.
2. Désigner un cadet pour jouer le rôle de « point ». Il indiquera le début et la fin de chaque cycle.
3. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est de faire passer l'ensemble d'objets trois fois autour du cercle.
   (b) Un cycle est bouclé chaque fois que le dernier objet passe par le « point ».
   (c) Si quelqu'un échappe un objet, tous les objets doivent être retournés au « point » pour que le cycle recommence.
   (d) Si les objets sont passés trois fois autour du cercle en moins d'une minute, le groupe obtient 15 points. Le groupe obtient un point pour chaque article supplémentaire qui fait un cycle complet.
4. Commencer l'activité en passant les objets au « point », un à la fois. À ce moment, déclencher le chronomètre et le faire fonctionner pendant une minute.
5. Poursuivre l'activité jusqu'à ce que le temps soit écoulé ou que les cadets comprennent l'objectif de l'activité.
6. Si le temps le permet, demander aux cadets de suivre les instructions pour le deuxième ensemble d'objets.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7879-4835-7) Sugar, S., & Takacs, G. (2000). *Games That Teach Teams*. (pages 139 à 142). San Francisco, Californie, Jossey-Bass/Pfeiffer.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
JEU D'ORTEILS	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Demander à chaque paire de se séparer des autres cadets.
3. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir dos à dos.
4. Au signal de départ, leur demander de faire un tour sur eux-mêmes de 180 degrés et d'essayer de toucher les orteils de leur partenaire avant d'être touchés.
5. Chaque paire doit essayer de faire cela deux ou trois fois.
6. Demander aux cadets de changer de partenaire et de refaire l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les cadets comprennent bien que le but de l'activité est de se toucher les orteils et non de se les écraser.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 97). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
JEU DU CHAT EN TRIANGLE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour jouer le rôle du « chat ».
2. Répartir les autres cadets en groupes de trois personnes.
3. Demander à chaque groupe de former un cercle en se tenant par les mains et en faisant face au centre du cercle.
4. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) Un cadet dans chaque cercle jouera le rôle de la « souris » (personne qui sera touchée). Les deux autres membres du groupe devront la protéger.
   (b) Au signal de départ, le « chat » doit essayer de toucher la « souris ».
   (c) Les cadets doivent protéger la « souris » en tournant en rond pour éviter le « chat ».
   (d) Si un cadet est touché, il devient le « chat » et le cadet qui était le « chat » se joint au groupe, dans lequel un nouveau cadet jouera le rôle de la « souris ».
   (e) Après environ deux minutes, si c'est toujours le même cadet qui est le « chat », changer les rôles et donner l'occasion à une autre personne d'être le « chat ».
5. Au signal de départ, demander aux cadets de commencer à tourner pour éviter le « chat ».

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 98). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

LISTE D'USAGES **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- un objet incongru (p. ex., une dégrafeuse, des pinces de cuisine, une passoire de cuisine, un contenant de plastique, etc.),
- du papier,
- des stylos ou des crayons (un par groupe).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque groupe.
3. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) À la vue d'un article, ils auront à dresser la liste de tous ses usages possibles.
   (b) Ils auront un maximum de cinq minutes pour dresser leur liste.
   (c) Une fois le temps écoulé, demander aux deux groupes de se rassembler. Leurs listes feront l'objet d'une discussion devant tout le groupe.
4. Tirer un objet du sac et demander aux cadets de dresser leur liste.
5. Après cinq minutes, demander aux groupes de se rassembler et de présenter leurs listes aux autres équipes.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 25). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

JEU-QUESTIONNAIRE PERSONNEL — **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des fiches (une par cadet),
- du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une fiche et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'écrire ce qui suit sur sa fiche :
   (a) son nom,
   (b) cinq faits peu connus à son sujet (p. ex., film préféré, chanteur ou groupe préféré, émission de télévision préférée, restaurant préféré, sport préféré, etc.).
3. Ramasser toutes les fiches.
4. Donner un morceau de papier à chaque cadet.
5. Lire chaque fiche à haute voix, une à la fois, et demander à chaque cadet d'écrire le nom de la personne à laquelle ils croient que la fiche appartient.
6. Une fois la dernière fiche lue, demander aux cadets de lire leurs suppositions à haute voix et d'identifier les cadets qui les ont reconnus.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 26). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

PERCEPTION EXTRASENSORIELLE **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Démontrer trois gestes qui seront utilisés pendant l'activité. Ils doivent tous faire partie d'une catégorie similaire. Par exemple, on pourrait choisir trois des gestes suivants tirés du domaine sportif :
   (a) nager;
   (b) manier un bâton de golf;
   (c) manier un bâton de baseball;
   (d) tirer une rondelle de hockey;
   (e) botter un ballon de soccer.
2. Répartir les cadets en paires.
3. Leur demander de pratiquer ces gestes deux ou trois fois.
4. Demander aux cadets de chaque paire de se tenir dos à dos en ligne droite en laissant amplement d'espace entre les paires.
5. Leur expliquer ce qui suit :
   (a) L'objectif de l'activité est d'essayer de faire le même geste que son partenaire autant de fois que possible, sans avoir d'idée de celui qu'il fait.
   (b) Au signal de départ donné par le chef, les cadets se tourneront vers leur partenaire tout en faisant l'un des trois gestes donnés.
   (c) Après l'exécution de chaque geste, les partenaires se remettront dos à dos sans se donner d'indices sur le prochain geste qu'ils exécuteront.
   (d) Chaque signal de départ, les cadets répèteront cette séquence jusqu'à ce que le temps soit écoulé.
   (e) Ils doivent compter le nombre de fois qu'ils ont exécuté le même geste que leur partenaire.
   (f) Une fois l'activité terminée, demander à chaque groupe de dire le nombre de fois qu'ils ont réussi.
6. Au signal de départ, demander aux cadets de faire face à leur partenaire pendant qu'ils exécutent l'un des gestes.
7. Leur demander de continuer jusqu'à ce que le temps soit écoulé.
8. Une fois l'activité terminée, leur demander de dire le nombre de fois qu'ils ont réussi à exécuter le même geste que leur partenaire.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 57 et 58). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
TRAITS COMMUNS	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- du papier (une feuille par paire),
- des stylos ou des crayons (un par paire).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque paire.
3. Expliquer que chaque paire doit se trouver autant de traits communs (p. ex., couleur de cheveux, nombre de frères et sœurs) que possible et les écrire sur un morceau de papier.
4. Après environ six minutes, demander aux cadets de se rassembler et de présenter devant tout le groupe leurs traits communs, une paire de cadets à la fois.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 31). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉS DYNAMISANTES ET POUR BRISER LA GLACE

LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE O

Titre		Numéro de page
ACTIVITÉS DYNAMISANTES	Naufrage	3O-2
	Jeu de ballons	3O-3
	Image miroir	3O-4
	Avez-vous déjà?	3O-5
	Zip Zap	3O-6
	Commandements	3O-7
	Profil de personnalité - Exercice du cochon	3O-8
	Voyage autour du cercle	3O-10
	De groupes en groupes	3O-11
	La guerre des cadets n° 1	3O-12
	La guerre des cadets n° 2	3O-15
	Petites leçons	3O-18
	Quatre personnes debout	3O-19
	La yourte	3O-20
	Relais de cerceaux	3O-21
	Tout le monde à bord	3O-23
	En rang!	3O-24
	Voleur à la tire	3O-25
	60 secondes	3O-27
	Tout le monde debout	3O-28
ACTIVITÉS POUR BRISER LA GLACE	Catégories	3O-29
	Chasse à l'homme	3O-30
	Le panneau ambulant	3O-31
	Faisons connaissance	3O-32
	Bingo	3O-33
	Charades d'équipe	3O-35
	Double prise	3O-36
	Particularités	3O-37
	Je m'aime parce que...	3O-39
	Jonglage de groupe	3O-40
	À la recherche de points communs	3O-41
	Qui es-tu?	3O-42
	Ligne en ordre	3O-43
	Armoiries	3O-44
	Noms martiens	3O-46

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

NAUFRAGE **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une corde (suffisamment longue pour que chaque groupe ait un bout de 0.5 m [1.6 pied]),
- des ciseaux.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Couper la corde en longueurs de 0.5 m (1.6 pied) et attacher les deux extrémités de chaque longueur ensemble pour former un cercle (une longueur par groupe).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser la classe en groupes de cinq cadets.
2. Donner à chaque groupe une « embarcation » (représentée par la corde en forme de cercle).
3. En tenant l'« embarcation » par les côtés, tous les membres de chaque groupe doivent faire des va-et-vient en courant d'un bout à l'autre du terrain de jeu.
4. Lorsque le chef crie « REQUIN! », tous les membres du groupe doivent déposer l'« embarcation » à terre et sauter « à bord » (à l'intérieur du cercle formé par la corde). Le premier groupe à mettre tous les pieds dans l'« embarcation » obtient un point.
5. Répéter l'exercice jusqu'à ce qu'un groupe cumule cinq points.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 112). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
JEU DE BALLONS	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des ballons (au moins un par groupe),
- un entonnoir,
- de l'eau.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Souffler les ballons et mettre une petite quantité d'eau dans chacun.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser la classe en groupes de cinq cadets.
2. Demander à chaque groupe de former un cercle.
3. Donner à chaque groupe un ballon contenant une petite quantité d'eau.
4. Demander aux cadets d'essayer de ne pas faire toucher le ballon au sol en utilisant leurs pieds pour l'envoyer à d'autres cadets de leur groupe.
5. Encourager les cadets à s'échanger continuellement le ballon le plus longtemps possible.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 67). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
IMAGE MIROIR	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires (les cadets de chaque paire devraient avoir une taille similaire).
2. Demander à un cadet de chaque paire d'exécuter un geste et à son partenaire de l'imiter, comme s'il devenait son « image miroir ».
3. Inciter le premier cadet à faire des mouvements lents, des étirements et des sauts.
4. Inverser les rôles après quelques minutes.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 76 et 77). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

AVEZ-VOUS DÉJÀ? — **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former un cercle, assis ou debout.
2. Demander à une personne de se porter volontaire pour s'asseoir ou se tenir debout au milieu (l'« interrogateur »).
3. Demander à l'« interrogateur » de poser une question appropriée au groupe qui commence par « Avez-vous déjà...? ou Êtes-vous déjà...? » (p. ex., Êtes-vous déjà resté éveillé pendant 48 heures d'affilée? Avez-vous déjà été à un autre centre d'instruction d'été des cadets?). L'« interrogateur » doit pouvoir répondre affirmativement aux questions qu'il pose.
4. Si des cadets dans le cercle peuvent répondre « oui » à la question posée, ils doivent quitter leur place et se trouver une place vide ailleurs dans le cercle. L'« interrogateur » essaie aussi de trouver une place vide.
5. La personne qui se trouve sans place dans le cercle après que tout le monde s'est déplacé devient le nouvel « interrogateur ».
6. Continuer le processus avec un nouvel « interrogateur ».

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 193 et 194). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

ZIP ZAP **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle.
2. Demander à une personne de se porter volontaire pour se tenir debout au milieu. Ce cadet devient le « pointeur ».
3. Lui demander de s'approcher d'une personne en collant les mains ensemble avec les doigts pointés vers l'avant, de le regarder droit dans les yeux et de dire « zip ».
4. À ce moment-là, le cadet pointé des doigts doit rapidement se baisser. Les deux cadets qui se trouvent de chaque côté de celui-ci doivent alors se faire face avec les mains jointes et les index pointés vers l'autre personne. Chaque cadet doit crier « zap » à l'autre personne (cela se produira habituellement en même temps). Ces personnes sont les « zappeurs ».
5. Si le cadet qui doit se baisser n'a pas été assez vite ou si un cadet est « zappé », il doit aller au centre du cercle et devenir le nouveau « pointeur ».
6. Après deux ou trois parties, demander à un autre cadet d'aller au centre du cercle et de devenir lui aussi « pointeur » afin d'augmenter le degré de difficulté. Poursuivre l'activité avec deux « pointeurs » ou plus.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 58 et 59). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

COMMANDEMENTS **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Déterminer la proue, la poupe et les côtés bâbord et tribord d'un « navire ».

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle au centre du « navire ».
2. Démontrer et expliquer les termes de navigation et les corvées que les cadets accompliront :
   (a) « Proue » – se déplacer vers l'avant;
   (b) « Poupe » – se déplacer vers l'arrière;
   (c) « Bâbord » – se déplacer vers la gauche;
   (d) « Tribord » – se déplacer vers la droite;
   (e) « Garde-à-vous » – les cadets se mettent au garde-à-vous et saluent;
   (f) « Frottez le pont » – les cadets se mettent à quatre pattes pour frotter le pont;
   (g) « Marin par-dessus bord » – tous les cadets se précipitent sur le pont du côté bâbord ou tribord;
   (h) « Canots de sauvetage » – des groupes de trois cadets se mettent en file simple, s'assoient et font semblant de ramer;
   (i) « Gréer les voiles » – des groupes de deux cadets se donnent la main et font semblant de gréer les voiles.
3. En tant que capitaine, donner une série de commandements aux cadets.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 87 et 88). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

PROFIL DE PERSONNALITÉ - EXERCICE DU COCHON **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Lire à haute voix la phrase suivante : « Sur une feuille blanche, dessinez un cochon. Ne regardez pas le cochon de votre voisin. N'y jetez même pas un coup d'œil. »
3. Accorder environ trois minutes aux cadets pour qu'ils dessinent un cochon.
4. Lorsque tous les cadets ont terminé, leur accorder quelques instants pour qu'ils regardent les dessins de leurs voisins.
5. Expliquer que les dessins pourraient indiquer les traits de personnalité d'une personne. Partager avec le groupe les traits de personnalité qu'on peut retirer de l'exercice du cochon. La personne qui dessine le cochon :
   (a) vers le haut de la feuille, est positive et joyeuse;
   (b) vers le milieu de la feuille (dans le sens vertical), a le sens pratique;
   (c) vers le bas de la feuille, est morose et a tendance à se comporter négativement;
   (d) faisant face à gauche, croit aux traditions, est amicale et n'oublie pas les dates importantes, y compris les anniversaires;
   (e) faisant face au lecteur (vous regardant), est franche, aime jouer à l'avocat du diable, et n'a pas peur des discussions et n'essaie pas de les éviter;
   (f) faisant face à droite, a des idées originales et est active, mais n'a pas l'esprit de famille très poussé, et oublie souvent les anniversaires;
   (g) de façon très détaillée, est curieuse, prudente et méfiante;
   (h) de façon peu détaillée, est émotive et naïve, se soucie peu des détails et aime prendre des risques;
   (i) en illustrant les quatre pattes, est sûre d'elle, est têtue et colle à ses idées;
   (j) en illustrant moins de quatre pattes, manque d'assurance ou vit en ce moment une période de grands changements;
   (k) avec de grosses oreilles, a une bonne écoute - la grosseur des oreilles indique le degré d'écoute;
   (l) avec une longue queue, a beaucoup d'énergie - la longueur de la queue indique le niveau d'énergie.
6. Permettre aux cadets de discuter de leurs dessins avec les autres.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-943210-44-5) Pike. B., & Busse, C. (1995). *101 More Games for Trainers*. (pages 102 et 103). Minneapolis, Minnesota, Lakewood Publications.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
VOYAGE AUTOUR DU CERCLE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un cerceau.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former un cercle et de tenir les mains du cadet de chaque côté.
2. Déposer un cerceau sur les mains empoignées de deux cadets.
3. Leur demander de faire voyager le cerceau autour du cercle, sans que personne ne lâche les mains.
4. Si l'activité est rapidement terminée, demander aux cadets de recommencer.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 60). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
DE GROUPES EN GROUPES	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se rassembler dans l'espace désigné.
2. Expliquer que lorsque des chiffres seront criés (p. ex., « quatre », « sept », etc.), les cadets doivent former des groupes comportant ce nombre de personnes. Les cadets qui n'ont pas formé de groupe peuvent tout simplement attendre qu'un autre chiffre soit crié pour former un nouveau groupe.
3. Si les cadets saisissent rapidement l'activité, imposer une nouvelle règle qui empêche les cadets de former un nouveau groupe avec une personne qui était dans leur groupe précédent.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 32 et 33). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

LA GUERRE DES CADETS N° 1 **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- sondage de l'activité La guerre des cadets (un par cadet),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par cadet),
- une balle de tennis,
- un tableau à craie ou un tableau blanc,
- de la craie ou des marqueurs pour tableau blanc.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Photocopier et découper le sondage, et demander aux cadets de le remplir.
- Conduire le sondage ci-joint.
- Pour chaque question, faire le compte des réponses et établir les cinq réponses les plus courantes.
- Préparer le tableau à craie ou le tableau blanc en y écrivant les chiffres 1 à 5.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Nota : Ce jeu se joue de la même façon que l'émission télévisée « La Guerre des clans », basée sur l'émission américaine « Family Feud ».

1. Diviser le groupe en deux équipes et leur demander de s'asseoir face à face.
2. Placer une balle de tennis sur une table ou le sol. Demander à une personne de chaque équipe de s'avancer et de venir s'asseoir à une distance égale de la balle de tennis (qui servira de bouton réponse).
3. Poser la première question (p. ex., « Nommer cinq grands restaurants. »). La première personne à saisir la balle aura l'occasion de répondre à la question. Si un cadet saisit la balle avant la fin de la question, en interrompre la lecture et lui permettre de répondre.
4. Si sa réponse se trouve dans la liste, l'écrire à côté du chiffre correspondant. Si sa réponse ne correspond pas au premier énoncé de la liste, permettre à l'autre joueur de deviner. La personne qui devine l'énoncé le plus élevé sur la liste aura l'occasion de choisir si son équipe continue de jouer ou si elle passe son tour.
5. Ensuite, chaque équipe a droit à trois mauvaises réponses. L'équipe à qui revient le tour de jouer doit deviner les autres énoncés sur le tableau. Donner à chaque personne la chance de jouer, à tour de rôle.
6. Lorsque l'équipe qui joue a donné trois mauvaises réponses, l'autre équipe peut décider en groupe de la réponse à donner pour tenter de remplir l'un des espaces restants.
7. Si la première équipe remplit tous les espaces, elle gagne la partie, mais si c'est l'autre équipe qui devine tous les énoncés restants, ce sera elle qui gagnera la partie.
8. Poser les autres questions en procédant de la même façon.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 36 et 37). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Quel est votre restaurant préféré?	
2. Quel est votre type de musique préféré?	
3. Quelle est la couleur de vos cheveux?	
4. Quel est votre shampoing préféré?	
5. Quelle est votre activité d'hiver préférée?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Quel est votre restaurant préféré?	
2. Quel est votre type de musique préféré?	
3. Quelle est la couleur de vos cheveux?	
4. Quel est votre shampoing préféré?	
5. Quelle est votre activité d'hiver préférée?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Quel est votre restaurant préféré?	
2. Quel est votre type de musique préféré?	
3. Quelle est la couleur de vos cheveux?	
4. Quel est votre shampoing préféré?	
5. Quelle est votre activité d'hiver préférée?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Quel est votre restaurant préféré?	
2. Quel est votre type de musique préféré?	
3. Quelle est la couleur de vos cheveux?	
4. Quel est votre shampoing préféré?	
5. Quelle est votre activité d'hiver préférée?	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

LA GUERRE DES CADETS N° 2 **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES NÉCESSAIRES

- sondage de l'activité La guerre des cadets (un par cadet),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par cadet),
- une balle de tennis,
- un tableau à craie ou un tableau blanc,
- de la craie ou des marqueurs pour tableau blanc.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Photocopier et découper le sondage, et demander aux cadets de le remplir.
- Conduire le sondage ci-joint.
- Pour chaque question, faire le compte des réponses et établir les cinq réponses les plus courantes.
- Préparer le tableau à craie ou le tableau blanc en y écrivant les chiffres 1 à 5.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Nota : Ce jeu se joue de la même façon que l'émission télévisée « La Guerre des clans », basée sur l'émission américaine « Family Feud ».

1. Diviser le groupe en deux équipes et leur demander de s'asseoir face à face.
2. Placer une balle de tennis sur une table ou le sol. Demander à une personne de chaque équipe de s'avancer et de venir s'asseoir à une distance égale de la balle de tennis (qui servira de bouton réponse).
3. Poser la première question (p. ex., « Nommer cinq grandes célébrités. »). La première personne à saisir la balle aura l'occasion de répondre à la question. Si un cadet saisit la balle avant la fin de la question, en interrompre la lecture et lui permettre de répondre.
4. Si sa réponse se trouve dans la liste, l'écrire à côté du chiffre correspondant. Si sa réponse ne correspond pas au premier énoncé de la liste, permettre à l'autre joueur de deviner. La personne qui devine l'énoncé le plus élevé sur la liste aura l'occasion de choisir si son équipe continue de jouer ou si elle passe son tour.
5. Ensuite, chaque équipe a droit à trois mauvaises réponses. L'équipe à qui revient le tour de jouer doit deviner les autres énoncés sur le tableau. Donner à chaque personne la chance de jouer, à tour de rôle.
6. Lorsque l'équipe qui joue a donné trois mauvaises réponses, l'autre équipe peut décider en groupe de la réponse à donner pour tenter de remplir l'un des espaces restants.
7. Si la première équipe remplit tous les espaces, elle gagne la partie, mais si c'est l'autre équipe qui devine tous les énoncés restants, ce sera elle qui gagnera la partie.
8. Poser les autres questions en procédant de la même façon.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 36 et 37). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Qelle est votre célébrité préférée?	
2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)?	
3. Quel est votre sport préféré?	
4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents?	
5. Quel est votre emploi de rêve?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Qelle est votre célébrité préférée?	
2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)?	
3. Quel est votre sport préféré?	
4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents?	
5. Quel est votre emploi de rêve?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Qelle est votre célébrité préférée?	
2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)?	
3. Quel est votre sport préféré?	
4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents?	
5. Quel est votre emploi de rêve?	

SONDAGE DE LA GUERRE DES CADETS

Répondre aux questions suivantes. S'assurer de n'écrire qu'une réponse par question.

Questions	Réponses
1. Qelle est votre célébrité préférée?	
2. Quel est votre magasin préféré (nom du magasin)?	
3. Quel est votre sport préféré?	
4. Quelle est la couleur de votre brosse à dents?	
5. Quel est votre emploi de rêve?	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

PETITES LEÇONS **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires;
2. Expliquer que cette activité consiste en une série de performances annoncées à exécuter en équipes de deux.
3. Présenter chaque performance :
   (a) **Nouer une paire de lacets.** En se tenant côte à côte, les cadets doivent dénouer les lacets de la chaussure qui se trouve la plus près de leur partenaire. L'objectif est de nouer les lacets (un de chaque chaussure) ensemble avec un nœud simple en n'utilisant qu'une seule main.
   (b) **Siffler avec ses mains.** Les cadets doivent faire une coupe étanche avec leurs mains en laissant une petite ouverture dans le haut entre les pouces. Essayer de faire un sifflement sourd.
   (c) **Raconter une blague.** Les cadets doivent raconter une blague **appropriée** à leur partenaire, peu importe si elle est longue ou courte, drôle ou pas.
   (d) **Talent particulier.** Les cadets doivent montrer une aptitude ou un talent de leur choix à leur partenaire (p. ex., rouler la langue, un mouvement de yoga, etc.).
   (e) **Mouvement de gymnastique.** À tour de rôle, les cadets doivent enseigner à leur partenaire un mouvement bizarre qu'ils peuvent faire avec leur corps.
4. Nommer une performance et demander à chaque paire de cadets de l'exécuter. Continuer l'activité en nommant d'autres performances.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2(Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 44 et 45). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
QUATRE PERSONNES DEBOUT	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander au groupe de s'asseoir au sol en laissant un espace entre chaque cadet.
2. Expliquer aux cadets qu'ils peuvent se lever quand ils veulent, mais que personne ne peut rester debout pendant plus de cinq secondes.
3. Lorsque des cadets commencent à se lever, leur dire que le but de l'activité est qu'il y ait toujours quatre personnes debout en même temps.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 172). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
LA YOURTE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert muni d'une surface antidérapante.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former un cercle et de saisir les mains ou les poignets de leurs voisins.
2. Demander aux cadets de reculer et d'étirer le cercle sans lâcher prise (sans trop étendre les bras).
3. S'assurer que tout le monde a les pieds ensemble bien plantés au sol, puis leur demander de se pencher vers l'arrière.
4. Suggérer aux cadets de changer la position de leurs pieds s'ils se sentent mal à l'aise.
5. Essayer d'amener tous les cadets à supporter entièrement le poids l'autre. Cette activité peut nécessiter plusieurs essais!

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les cadets se préoccupent de la sécurité des autres pour qu'ils ne tombent pas en arrière.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 91 et 92). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

RELAIS DE CERCEAUX **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cerceaux (quatre).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se mettre en file simple, l'un derrière l'autre.
2. Demander aux cadets de se tenir par les mains en passant un bras entre leurs jambes vers l'arrière pour saisir la main libre de la personne en arrière d'eux.
3. Nommer un cadet au poste de « démarreur ». Lui demander de se tenir en avant de la ligne en tenant quatre cerceaux.
4. Expliquer qu'au signal de départ, le « démarreur » passera un des cerceaux par-dessus la tête de la première personne en ligne. Les cadets doivent essayer de faire passer le cerceau d'un cadet à l'autre. Lorsque le premier cerceau est rendu à la troisième personne en ligne, le « démarreur » peut ajouter un deuxième cerceau, et ainsi de suite. S'il souhaite participer au jeu, il peut tout simplement passer le dernier cerceau par-dessus sa tête et devenir la première personne en ligne.
5. Donner le signal de départ.
6. Lorsque le premier cerceau est rendu au dernier cadet en ligne, celui-ci doit courir au-devant de la ligne avec le cerceau, saisir la main du premier cadet en ligne et commencer à faire passer le cerceau jusqu'à la fin de la ligne.
7. Poursuivre le jeu jusqu'à ce que les cadets reviennent à leur position initiale.

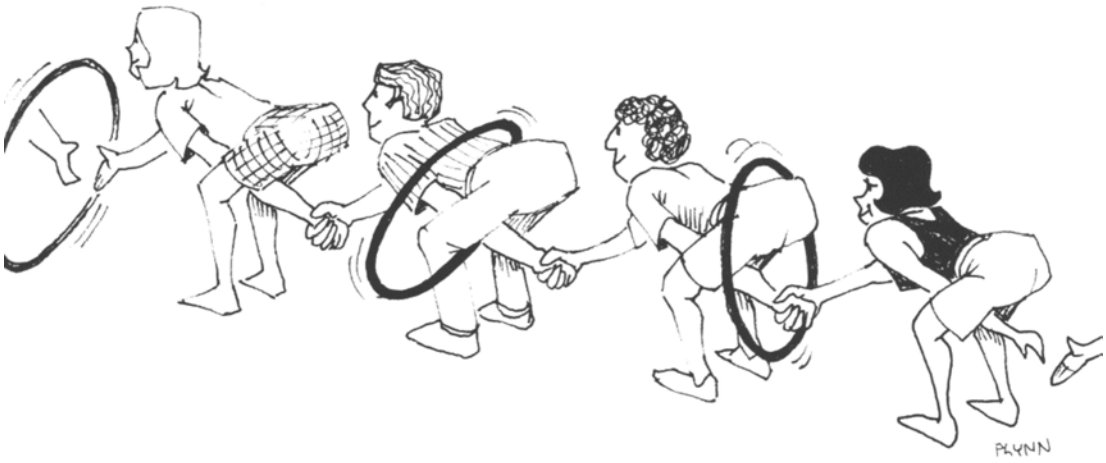
MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 61). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



K. Rohnke, Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities, Kendall/Hunt Publishing Company (page 61)

Figure O-1 Relais de cerceaux

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ DYNAMISANTE**

TOUT LE MONDE À BORD **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des ballons de diverses couleurs (deux par cadet),
- des marqueurs (un par groupe).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de quatre personnes.
2. Répartir des ballons dégonflés de diverses couleurs dans l'espace établi.
3. Demander à chaque groupe de former un train (en file simple) et de donner à la personne en tête de chaque ligne (la « locomotive »), un marqueur.
4. Expliquer aux cadets que chaque groupe représente un « train » qui doit passer prendre des « passagers » représentés par des ballons (deux par personne). Chaque personne dans le train représente une « voiture ».
5. Les ballons deviennent des « passagers » lorsqu'ils sont gonflés et ont un visage. Un cadet doit gonfler le ballon, nouer le bout et y dessiner un visage avec le marqueur.
6. Chaque train doit se déplacer entre les ballons et prendre des « passagers ». Ceux-ci doivent tous être de la même couleur et chaque cadet doit en transporter deux. Le train doit rester immobile pendant qu'un cadet gonfle le ballon et y dessine un visage. L'objectif de l'activité est que tous les « passagers » de chaque train soient de la même couleur.
7. Le premier « train » à arriver à destination avec tous ses « passagers » (deux ballons par cadet) remporte la partie.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 135 et 136). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
EN RANG!	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'on leur donnera des instructions pour s'aligner d'une façon particulière.
2. Une fois alignés, les cadets devront s'asseoir tous en même temps pour signaler qu'ils ont terminé.
3. Voici des exemples de catégories :
   (a) en ordre de pointure de chaussure;
   (b) en ordre alphabétique de couleurs préférées;
   (c) en ordre de nombre de frères et sœurs de chaque cadet;
   (d) en ordre d'âge, du plus jeune au plus vieux;
   (e) en ordre de couleur de cheveux, du plus pâle au plus foncé;
   (f) en ordre alphabétique de prénom;
   (g) en ordre alphabétique de nom de famille.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 87 à 89). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
VOLEUR À LA TIRE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- feuille d'activité « Voleur à la tire » (une par groupe),
- des ciseaux,
- des stylos ou des crayons (un par groupe),
- un chronomètre.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Photocopier le sondage et le découper.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Expliquer aux cadets qu'ils auront cinq minutes pour essayer de trouver autant d'articles que possible sur la feuille d'activité « Voleur à la tire ».
3. Distribuer une feuille d'activité « Voleur à la tire » à chaque groupe.
4. Commencer l'activité.
5. Après cinq minutes, rassembler les cadets à un endroit et comparer les articles trouvés par chaque groupe.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 53 et 55). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

FEUILLE D'ACTIVITÉ « VOLEUR À LA TIRE »

_____ Un stylo violet,
_____ Un morceau de gomme,
_____ Une paire de lunettes fumées,
_____ Un peigne,
_____ Une clé de cadenas,
_____ Une pince à cheveux,
_____ La photo d'un ami ou d'un parent,
_____ De l'argent,
_____ Une carte bancaire,
_____ Un bonbon à la menthe.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
60 SECONDES	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un chronomètre.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Rassembler le groupe à un endroit.
2. Expliquer aux cadets qu'au commandement « MAINTENANT », ils doivent tous compter 60 secondes dans leur tête, et ensuite s'asseoir. Personne de doit parler ni regarder sa montre.
3. En regardant le chronomètre, crier « MAINTENANT » pour signaler le départ.
4. Prendre note du cadet qui s'est assis au moment le plus près de la marque des 60 secondes.
5. Une fois qu'ils se sont tous assis, annoncer le nom du cadet qui s'est rapproché le plus de la marque des 60 secondes.
6. Répéter l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 148). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ DYNAMISANTE**
TOUT LE MONDE DEBOUT	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Demander à chaque groupe de s'asseoir et de former un cercle, dos au centre.
3. Demander aux cadets de chaque groupe de s'entrelacer les bras aux coudes avec les cadets de chaque côté d'eux.
4. Expliquer qu'au commandement « ALLEZ », tout le monde doit essayer de se mettre debout en un seul bloc.
5. Donner le commandement « ALLEZ ». Cette activité peut nécessiter beaucoup d'encouragements et d'essais.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 100). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
CATÉGORIES	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander au groupe de se rassembler.
2. Expliquer au groupe qu'il devra se séparer et se regrouper selon les catégories annoncées.
3. Annoncer une catégorie. Voici des exemples de catégories :
   (a) le nombre de frères et sœurs;
   (b) le dernier chiffre du numéro de téléphone résidentiel;
   (c) la position des pouces quand les mains sont jointes (le pouce gauche par-dessus le droit ou le pouce droit par-dessus le gauche);
   (d) le mois de naissance;
   (e) la couleur des yeux;
   (f) la couleur des cheveux;
   (g) le type de déjeuner mangé ce matin;
   (h) la boisson chaude ou froide préférée;
   (i) la distance parcourue pour se rendre ici.
4. Une fois les groupes formés, annoncer une autre catégorie. Poursuivre l'activité jusqu'à ce que le temps soit écoulé.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 31 et 32). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

CHASSE À L'HOMME **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Dresser une liste d'éléments d'une chasse à l'homme si l'on préfère utiliser d'autres éléments que ceux énumérés ci-dessous.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander au groupe de s'asseoir ou de se tenir debout ensemble.
2. Lire un point de la liste d'éléments d'une chasse à l'homme. L'équipe doit envoyer à l'avant le ou les cadets qui répondent à la description. Par exemple, si le chef dit « Deux cadets ayant le même prénom », les membres du groupe doivent se parler pour savoir s'il y a deux cadets dans le groupe qui répondent à cette description, puis ils doivent les envoyer au chef.
3. Voici des exemples d'éléments d'une chasse à l'homme :
   (a) Deux cadets ayant les mêmes première et dernière initiales.
   (b) Le cadet né le plus loin d'ici.
   (c) Deux cadets ayant le même prénom.
   (d) Un groupe de cadets dont l'addition des âges fait 40.
   (e) Deux cadets nés la même date (p. ex., 14 juin et 14 septembre).
   (f) Deux cadets nés le même mois.
   (g) Un groupe de cadets dont l'addition des pointures de chaussure fait 30.
   (h) Le cadet qui habite le plus près d'ici.
   (i) Un groupe de cadets dont les premières lettres de prénom peuvent former un mot.
   (j) Un groupe de trois cadets qui ont tous des yeux de différentes couleurs.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 18 et 19). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

LE PANNEAU AMBULANT — **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des feuilles pour tableau de papier (une feuille par cadet),
- des marqueurs (un par cadet),
- du ruban adhésif (un rouleau).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une feuille pour tableau de papier et un marqueur à chaque cadet. Demander à tous les cadets d'y inscrire leurs prénom et nom de famille dans la partie supérieure.
2. Écrire les questions suivantes sur une feuille pour tableau de papier et l'afficher :
   (a) Quelle est votre nourriture préférée?
   (b) Quelle est votre pire bête noire?
   (c) Quelle est votre film préféré à vie?
   (d) Quel est votre emploi de rêve?
3. Permettre aux cadets d'écrire leurs réponses sur leur feuille pour tableau de papier.
4. Demander aux cadets de s'entraider pour attacher la feuille aux épaules de l'auteur avec du ruban-cache, de façon à ce qu'il ressemble à un « panneau ambulant ».

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 125 et 126). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
FAISONS CONNAISSANCE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- des notes autoadhésives grand format (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une note autoadhésive grand format et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'y écrire leurs prénom et nom de famille.
3. Accorder deux à trois minutes aux cadets pour qu'ils écrivent deux mots ou de courtes phrases qui les décrivent et qui peuvent servir pour briser la glace (p. ex., ville natale, passe-temps, manie, etc.).
4. Leur demander de se mêler aux autres, de former des groupes de deux ou trois personnes et de discuter entre eux de leurs mots ou phrases.
5. Après quelques minutes, leur demander de changer de groupe en les incitant à rencontrer et discuter avec autant de cadets possible.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 23 et 24). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

BINGO **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- des cartes de bingo (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Photocopier une carte de bingo pour chaque cadet.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une carte de bingo et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils partent à la recherche d'une personne répondant à chacune des descriptions données sur la carte. Une fois la personne trouvée, elle doit signer son nom sur la carte de bingo. Demander aux cadets d'essayer de remplir la carte au complet.
3. Une fois le temps écoulé, leur demander de se rassembler à un endroit et de s'asseoir.
4. Lire les descriptions à haute voix et trouver la personne qui répond à chacune d'entre elles.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 28 et 29). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

BINGO

JOUE AU TENNIS _____	A DÉJÀ VOYAGÉ À L'ÉTRANGER _____	PARLE DEUX LANGUES _____	A LES YEUX BRUNS _____	A UN FRÈRE AÎNÉ _____
A UN OS CASSÉ _____	DÉTESTE LES CHOUX DE BRUXELLES _____	A LES CHEVEUX ROUX _____	A UN POISSON DE COMPAGNIE _____	JOUE UN INSTRUMENT _____
N'A JAMAIS ÉTÉ À UN CIEC AVANT _____	A DÉJÀ CANOTÉ _____	**LIBRE**	A DÉJÀ EU UNE CARIE _____	AIME LES CORNICHONS _____
SAIT NAGER _____	A UN CHIEN DE COMPAGNIE _____	A LES YEUX BLEUS _____	A LES ONGLES D'ORTEILS VERNIS _____	JOUE AU VOLLEYBALL _____
A LES CHEVEUX BLONDS _____	AIME LES MATHÉMATIQUES _____	A SON ANNIVERSAIRE DE NAISSANCE DURANT LE COURS _____	CONNAÎT DES JUMEAUX/ JUMELLES _____	SAIT DANSER LA DANSE DES CANARDS _____

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
CHARADES D'ÉQUIPE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Accorder cinq minutes à chaque groupe pour :
   (a) choisir un nom d'équipe qui la représente le mieux;
   (b) discuter d'un ensemble de charades ou de gestes qu'il utilisera pour laisser à l'autre groupe deviner son nom d'équipe.
3. Accorder une minute à chaque groupe pour mimer son nom d'équipe pendant que le reste des cadets tentent de le deviner.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (page 161). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

DOUBLE PRISE **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se répartir dans l'espace établi.
2. Leur demander de se serrer la main et de se présenter les uns aux autres.
3. Nommer une caractéristique et demander aux cadets de former des groupes avec d'autres cadets qui partagent cette caractéristique. Voici des exemples de caractéristiques :
   (a) couleur des cheveux,
   (b) couleur des yeux,
   (c) pointure de chaussure,
   (d) couleur préférée,
   (e) garniture de pizza préférée,
   (f) maître d'un animal de compagnie,
   (g) sport préféré,
   (h) musique préférée.
4. Inciter les cadets à former des groupes avec différents cadets aussi souvent que possible.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 25 à 29). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
PARTICULARITÉS	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- la feuille d'activité « Particularités » (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Photocopier la feuille d'activité « Particularités », pour chaque cadet.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une feuille d'activité et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils partent à la recherche d'une personne répondant à chacune des descriptions sur la carte. Lorsqu'un cadet trouve une personne, il doit cocher la particularité correspondante sur la liste et écrire le nom de cette personne à côté de la description. Inciter les cadets à cocher le plus de particularités possible.
3. Une fois le temps écoulé, demander aux cadets de se rassembler à un endroit et de s'asseoir.
4. Lire les descriptions à haute voix et trouver la personne qui répond à chacune d'entre elles.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-134984-7) West, E. (1999). *The Big Book of Icebreakers*. (pages 105 à 107). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

FICHE D'ACTIVITÉ « PARTICULARITÉS »

1. Qui est né le 29 février?

2. Qui a, ou a eu, un chien appelé Fido, Milou, Lassie, Lucky ou Snoopy?

3. Qui participe à des compétitions sportives comme la course, le basketball, etc.?

4. Qui aime la pizza garnie d'anchois?

5. Qui est né dans une province différente de celle dans laquelle il vit actuellement?

6. Qui est né à l'étranger?

7. Qui a déjà visité le Nunavut?

8. Qui écrit des chansons ou de la poésie?

9. Qui a un frère jumeau ou une sœur jumelle?

10. Qui a une pointure de chaussure supérieure à 10?

11. Qui a déjà trait une vache?

12. Qui a assisté à un concert dans les trois derniers mois?

13. Qui a déjà passé à la radio ou à la télévision?

14. Qui préfère l'hiver à l'été?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
JE M'AIME PARCE QUE...	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires (de préférence, deux cadets qui ne se connaissent pas bien).
2. Demander aux cadets de chaque paire de s'asseoir l'un en face de l'autre et de choisir qui ira en premier.
3. Leur demander de se regarder dans les yeux et de s'asseoir en adoptant une posture détendue (p. ex., ne pas croiser les bras).
4. Expliquer que chaque paire disposera de deux minutes pour répondre à la question « Qu'est-ce que j'aime à mon sujet? ». Le partenaire qui ne répond pas à la question n'a pas le droit de parler, mais par son langage corporel, il doit manifester un vif intérêt pour ce que dit l'autre personne.
5. Demander au premier cadet de parler de lui. Après deux minutes, demander aux cadets d'inverser les rôles.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J., & Scannel, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. (pages 73 et 74). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

JONGLAGE DE GROUPE **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des balles de tennis (trois).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle.
2. Commencer l'activité en n'utilisant qu'une seule balle. Tous les cadets commenceront le jeu en levant un bras. Le cadet qui tient la balle doit se nommer, puis nommer le cadet auquel il prévoit lancer la balle. Il doit ensuite la lui lancer. La balle doit être envoyée à un cadet qui lève le bras pour s'assurer que tous les cadets ont la chance de participer. Lorsque le cadet nommé attrape la balle, il doit descendre le bras.
3. Demander au cadet qui attrape la balle de se nommer, de nommer le cadet auquel il prévoit lancer la balle, et de la lui lancer.
4. Poursuivre le jeu jusqu'à ce que les cadets semblent à l'aise avec une balle.
5. Ajouter des balles. Les règles restent les mêmes, si ce n'est que les cadets doivent redoubler d'attention. Poursuivre jusqu'à ce que tout le monde ait attrapé une balle, puis demander aux cadets de recommencer en levant le bras.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (page 109). New York, New York, McGraw-Hill Companies, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
À LA RECHERCHE DE POINTS COMMUNS	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes de trois ou quatre personnes.
2. Accorder deux minutes à chaque groupe pour qu'il trouve trois points distincts que tous les cadets ont en commun. La seule règle est que ces trois points ne soient pas reliés au programme des cadets (p. ex., gagné l'équipe de tir de précision ou reçu un prix lors de la revue annuelle). En voici des exemples :
   (a) les cadets viennent tous de la même province;
   (b) ils ont tous un frère aîné;
   (c) ils ont tous grandi dans une famille monoparentale.
3. Une fois que tous les groupes ont terminé l'étape 2., demander aux cadets de se regrouper et de partager leurs trois points communs avec les autres cadets.
4. S'il reste du temps, refaire l'activité avec des groupes différents.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046414-6) Newstrom, J. (1994). *Even More Games Trainers Play*. (page 11). New York, New York, McGraw-Hill Companies.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
QUI ES-TU?	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- des fiches (une par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner une fiche et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander à chaque cadet d'écrire une chose à son sujet qu'il croit que personne d'autre ne sait.
3. Recueillir toutes les fiches et les mêler. Remettre au hasard une fiche à chaque cadet.
4. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils circulent dans la salle et posent des questions aux autres cadets pour essayer de trouver la personne à qui appartient la fiche qu'on leur a remise.
5. Demander à chaque cadet de s'asseoir quand il aura trouvé cette personne et quand la personne qui a sa fiche l'aura trouvé.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046501-0) Scannel, E., & Newstrom, J. (1998). *The Big Book of Presentation Games*. (pages 23 et 24). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**
LIGNE EN ORDRE	**DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban ou de la corde (environ 10 m [32 pieds] de longueur).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Si l'on utilise du ruban, en coller deux morceaux d'environ 5 m (16 pieds) de longueur sur le plancher, en les séparant de 50 cm (20 pouces).
- Si l'on utilise de la corde, en placer deux bouts d'environ 5 m (16 pieds) de longueur sur le plancher, en les séparant de 50 cm (20 pouces)

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à tous les cadets de se tenir debout côte à côte à l'intérieur des deux lignes, en évitant de les toucher.
2. Leur demander de se placer en ordre de date d'anniversaire de naissance sans mettre les pieds à l'extérieur ni marcher sur les lignes.
3. Si les cadets terminent rapidement l'activité, leur demander de faire le même exercice, mais en utilisant un autre critère (p. ex., taille, pointure de chaussure, couleur des cheveux).

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (page 57). New York, New York, McGraw-Hill Companies, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

ARMOIRIES **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- un modèle d'armoiries (un par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Photocopier un modèle d'armoiries pour chaque cadet.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner un modèle d'armoiries et un stylo ou crayon à chaque cadet.
2. Demander aux cadets de remplir leurs armoiries en lisant les consignes suivantes à haute voix, une à la fois :
   (a) Dans l'espace 1, dessiner quelque chose qui caractérise une de vos meilleures performances récentes.
   (b) Dans l'espace 2, esquisser quelque chose que très peu de personnes connaissent de vous.
   (c) Dans l'espace 3, dessiner un symbole représentant la façon dont vous aimez passer votre temps libre.
   (d) Dans l'espace 4, dessiner quelque chose auquel vous excellez.
   (e) Dans l'espace 5, écrire ou dessiner quelque chose qui pourrait être votre devise personnelle.
3. Une fois cela terminé, laisser les cadets discuter entre eux de leurs armoiries jusqu'à ce que le temps soit écoulé.

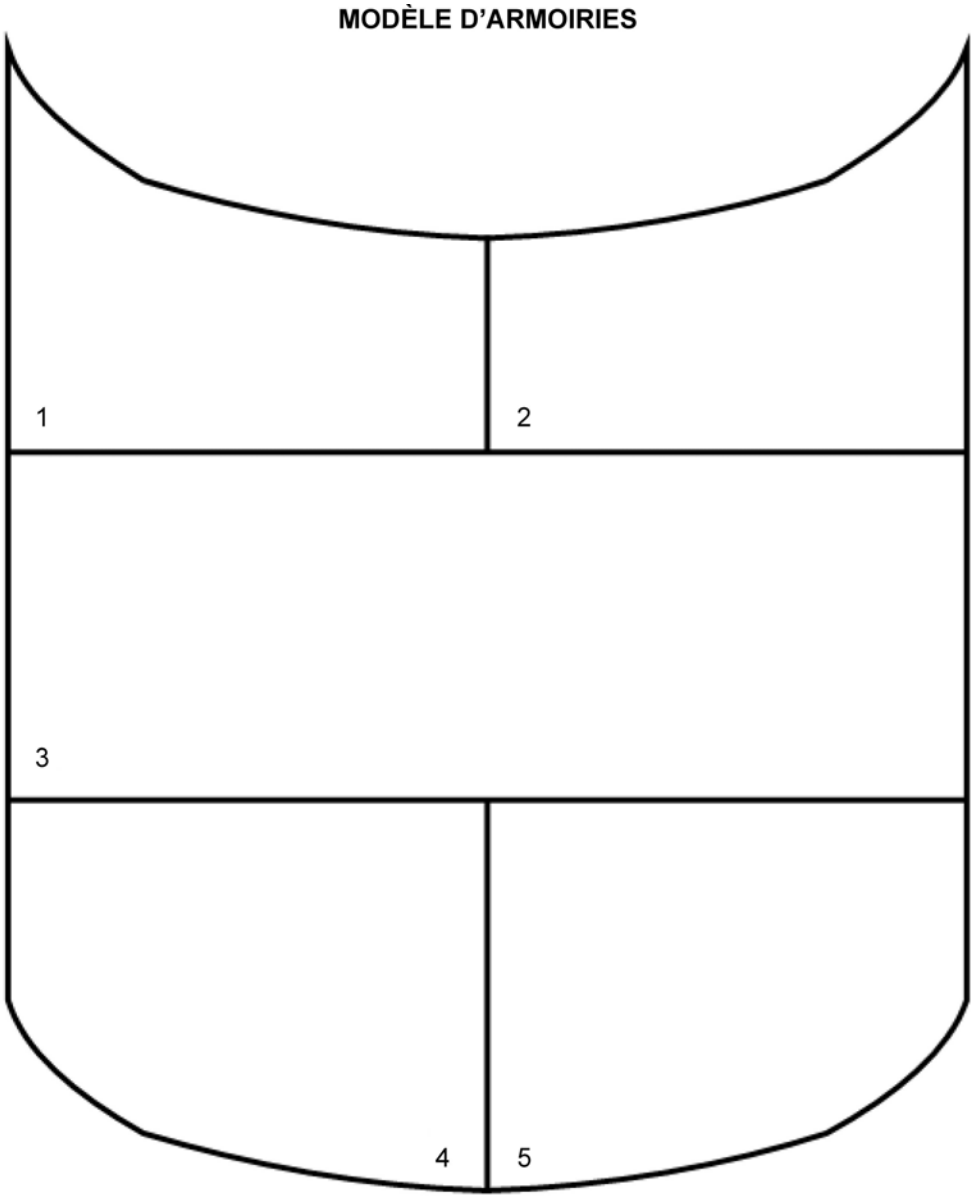
MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-046513-4) Newstrom, J., & Scannel, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. (pages 77 à 79). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



J. Newstrom & E. Scannel, The Big Book of Team Building Games, McGraw-Hill (page 79)

Figure O-2 Modèle d'armoiries

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉ POUR BRISER LA GLACE**

NOMS MARTIENS **DURÉE :** 10 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- du papier (une feuille par cadet),
- des stylos ou des crayons (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

En préparation de l'activité, écrire votre nom martien et sa signification sur une feuille de papier.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Lire ce qui suit :
   « Imaginez que vous venez tout juste d'atterrir sur Mars et que vous devez vous présenter à un guide touristique martien. Les martiens parlent une langue qui est inverse à la nôtre. Cela signifie que vous devez inverser votre nom : le nom de famille en premier, le prénom en dernier, et les deux épelés à l'envers, lettre par lettre. De plus, chaque nom martien désigne quelque chose de particulier qui caractérise la personne qui le porte. Sur votre feuille de papier, écrivez votre nom en martien. Pratiquez-vous à le prononcer. Pensez à ce que votre nom martien signifie et soyez prêt à l'expliquer au groupe. »
2. Montrer aux cadets votre nom martien et expliquer ce qu'il signifie. Par exemple, Sarah Jones devient « Senoj Haras », qui signifie « j'aime faire de longs voyages et de longues randonnées avec mes amis », et « Joshua Carew » devient « Werac Auhsoj », qui signifie « guerrier du désert ».
3. Donner une feuille de papier et un stylo ou crayon à chaque cadet et leur accorder deux minutes pour trouver leur nom martien.
4. Demander aux cadets de partager leur nom martien avec le groupe.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. (2008). *Teambuilding With Teens: Activities for Leadership, Decision Making and Group Success*. (pages 8 et 9). Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉS DE COMMUNICATION, RÉSOLUTION DE PROBLÈMES ET RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE

LISTE DES ACTIVITÉS DANS L'ANNEXE P

Titre		Numéro de page
ACTIVITÉS DE COMMUNICATION	Flocon de neige	3P-2
	Dos à dos	3P-3
	Construction de groupe	3P-6
	Où aller?	3P-7
	Seau manquant	3P-8
	Charade en ligne	3P-9
	La roche	3P-11
	Grenouille roi/reine	3P-12
	Alignement muet	3P-13
	Les mariages	3P-14
	Ce n'est pas moi!	3P-15
	Formes aveugles	3P-16
	Clin d'œil	3P-17
	Champ de mines	3P-18
	Traits communs bizarres	3P-19
	Négociations	3P-20
ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES	Tapis magique	3P-21
	Radeau de sauvetage	3P-22
	Marche lunaire	3P-23
	Planche d'équilibre	3P-24
	Recherche de groupe	3P-26
	Embouteillage	3P-27
	La bataille des cercles	3P-28
	Nœuds à défaire	3P-29
	Pierres de gué	3P-30
	Le sentier du marécage	3P-31
	Le nœud humain	3P-33
	La toile d'araignée	3P-34
	Claquer à l'unisson	3P-36
	Réorganisation rapide	3P-37
	La tour la plus haute	3P-38
	La traversée du marécage	3P-39
	Transfert d'eau	3P-41
ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE	Protège-œuf	3P-42
	Transport d'eau	3P-43
	Un labyrinthe fou fou fou	3P-45
	Tout le monde debout	3P-46
	Découper et trancher	3P-47
	L'appel de l'orignal	3P-49
	Toucher-sentir	3P-50
	Construction aveugle	3P-51
	Les phares	3P-52
	Jeu du chat guidé	3P-53

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

FLOCON DE NEIGE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Une feuille de papier blanc 8-1/2 x 11 pouces (une par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Donner un morceau de papier à chaque cadet.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent suivre chaque directive donnée sans poser de questions ni demander de précisions.
3. Donner rapidement les directives suivantes, sans précision :
   (a) Plier la feuille en deux et déchirer un coin supérieur.
   (b) La plier encore en deux et déchirer le coin supérieur.
   (c) La plier encore en deux et déchirer le coin gauche.
   (d) Faire tourner le papier vers la droite trois fois et déchirer le coin inférieur.
   (e) Le plier encore en deux et déchirer la partie du milieu.
4. Demander aux cadets de déplier leur feuille de papier et de comparer leur flocon de neige avec celui des autres cadets. Ils s'apercevront que leur flocon peut ou non ressembler à ceux des autres cadets, suivant la façon dont ils ont interprété les directives.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 1-57542-265-4) MacGregor, M. G. (2008). *Team-Building With Teens*. (pages 67 et 68). Minneapolis, Minnesota, Free Spirit Publishing Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**
DOS À DOS	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- du papier,
- des stylos ou des crayons (un par groupe),
- des dessins (deux par groupe).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Photocopier deux dessins pour chaque groupe.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires. Demander aux cadets de chaque paire de s'asseoir dos à dos.
2. Donner une copie de la figure P-1 à un cadet de chaque paire. Donner un morceau de papier et un stylo ou crayon à l'autre cadet.
3. Au signal de départ, le cadet qui a le dessin doit aider son partenaire à le dessiner sans lui laisser voir l'original. Les cadets doivent utiliser des symboles et des métaphores pour décrire le dessin, et non des formes géométriques. Par exemple, il est interdit de dire « Dessine un carré ou un cercle ».
4. Leur accorder environ cinq minutes pour faire le dessin. Lorsque le temps est écoulé, demander aux cadets de comparer leur dessin à l'original.
5. Leur demander d'inverser les rôles. Donner une copie de la figure P-2 au cadet qui vient de faire le dessin et un morceau de papier et un stylo ou crayon à l'autre. Répéter les étapes 3. à 4.

MESURES DE SÉCURITÉ

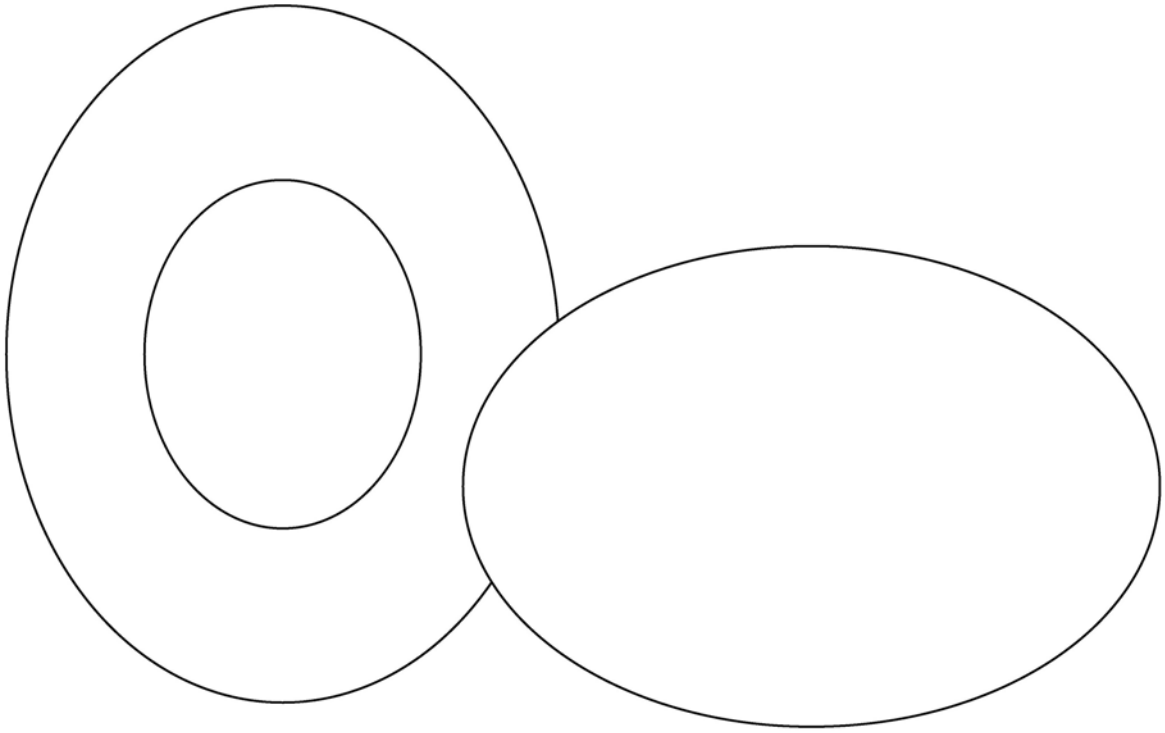
S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 95 à 97). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DESSIN 1

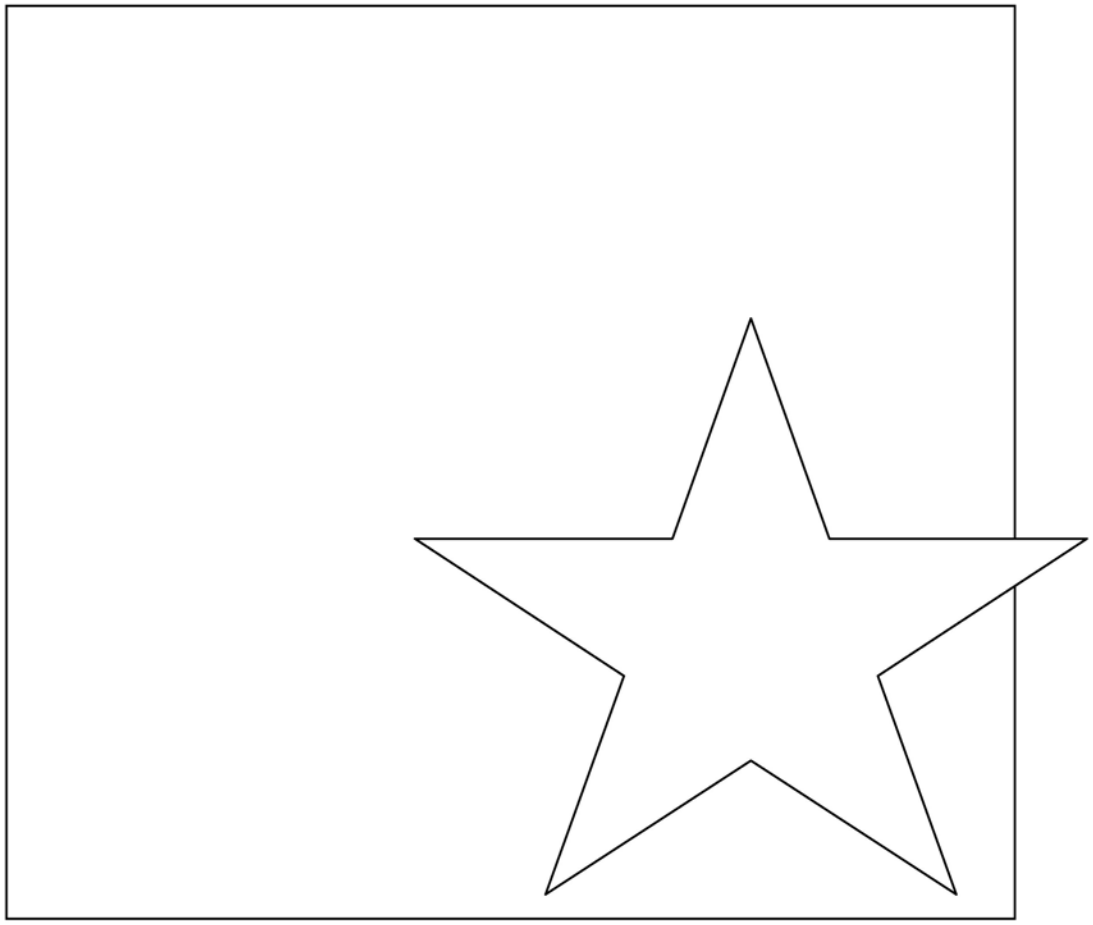


Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-1 Dessin 1

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DESSIN 2



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-2 Dessin 2

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

CONSTRUCTION DE GROUPE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cure-dents, des bâtons de Popsicle ou des pailles (10 par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de s'asseoir en demi-cercle, dos au centre. S'assurer qu'ils sont assez loin les uns des autres pour qu'ils ne puissent pas voir les cure-dents, bâtons de Popsicle ou pailles de leurs voisins.
2. Les informer qu'en aucun temps ils n'ont le droit de parler ni de regarder la structure des autres cadets pendant l'activité.
3. Donner 10 cure-dents, bâtons de Popsicle ou pailles à chaque cadet, y compris à vous-même.
4. En tant que « directeur de la construction », vous érigerez une structure sur le plancher, un cure-dent, un bâton de Popsicle ou une paille à la fois.
5. Après le placement de chaque cure-dent, bâton de Popsicle ou paille, donner des directives verbales aux cadets pour qu'ils placent leur cure-dent, bâton de Popsicle ou paille dans la même position.
6. Après le placement des 10 cure-dents, bâtons de Popsicle ou pailles, les structures des cadets devraient reproduire votre structure.
7. À la fin de l'activité, examiner les structures des cadets pour voir à quel point elles se rapprochent de l'original.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (page 54). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**
OÙ ALLER?	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- deux petits objets (p.ex., pièces de monnaie, trombones, cure-dents, etc.),
- un bandeau pour les yeux.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour être le premier.
2. Demander aux autres cadets de s'asseoir et de former un cercle d'environ 3 m (10 pieds) de diamètre.
3. Bander les yeux du volontaire et lui demander de se tenir debout au centre du cercle.
4. Demander à un membre du groupe de placer les deux petits objets sur le sol, dans le cercle, assez près l'un de l'autre pour que le volontaire puisse couvrir simultanément un objet avec chaque pied.
5. Au signal de départ, chaque membre du groupe doit donner une directive au volontaire, à tour de rôle (p. ex., « Avance ton pied gauche de 6 pouces »).
6. Chaque membre ne peut donner qu'une directive demandant au volontaire de couvrir un objet avec chaque pied.
7. Si le temps le permet, demander à d'autres cadets de se porter volontaires pour être au centre du cercle.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les cadets veillent à la sécurité de celui qui est au centre du cercle.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (page 58). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

SEAU MANQUANT **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace plat, ouvert et exempt d'obstacles,
- de la corde ou des cônes pour marquer les limites du jeu,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- un seau de 20 l (cinq gallons),
- un contenant de 4 l (un gallon),
- des gobelets de plastique (suffisamment pour la moitié des cadets),
- huit (8) à 10 objets qui serviront d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Disposer la corde ou les cônes de façon à créer une zone d'environ 3.5 m (10 à 12 pieds) de largeur sur 7.5 m (25 pieds) de longueur.
- Placer des obstacles au hasard le long du parcours.
- Remplir le seau de 20 l (cinq gallons) d'eau et le placer à la ligne de départ.
- Placer le contenant vide de 4 l (un gallon) (qui servira de « contenant récepteur ») à la ligne d'arrivée.
- Placer les gobelets de plastique à la ligne de départ.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Le but de l'activité est de demander à un groupe de cadets aux yeux bandés de se faire guider verbalement sur le parcours à obstacles, tout en transportant de l'eau, par des cadets qui n'ont pas les yeux bandés. Les cadets aux yeux bandés doivent verser l'eau du seau dans le contenant récepteur à la ligne d'arrivée sans déplacer les seaux.
2. Les cadets doivent éviter les obstacles tout au long du parcours.
3. Les cadets qui n'ont pas les yeux bandés n'ont pas le droit de toucher le seau, le contenant récepteur ou les gobelets.
4. Si quelqu'un enfreint une règle ou pile sur un obstacle, il doit retourner à la ligne de départ sans vider l'eau qu'il transporte dans le contenant récepteur.
5. L'activité prend fin lorsque le contenant récepteur est rempli jusqu'au repère indiqué.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent veiller à la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant cette activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 126 et 127). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

CHARADE EN LIGNE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Préparer des exemples de situations pour l'activité si vous ne souhaitez pas utiliser celles qui sont proposées ci-dessous.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Demander à un premier groupe de venir à l'avant (aire de représentation) et le deuxième groupe de rester dans l'assistance.
3. Expliquer l'activité aux cadets en ces mots :
   (a) Alignez-vous en faisant face au dos du cadet en avant de vous.
   (b) Mimez une scène pour le cadet en avant de vous sans communication verbale.
   (c) Cette personne mimera la scène pour la prochaine personne en ligne et ainsi de suite.
4. Demander au groupe sur l'aire de représentation de s'aligner en vous faisant dos. Taper le premier cadet sur l'épaule et lui demander de se retourner.
5. Mimer une situation. Voici un autre exemple de situation que vous pourriez mimer :
   (a) vous entrez en balançant un sac dans une main;
   (b) vous tirez une chaise et vous vous assoyez;
   (c) vous sortez une canne à pêche d'un sac et lancez la ligne;
   (d) vous ramenez la ligne quand vous sentez un petit coup;
   (e) vous trouvez une botte en caoutchouc au bout de la ligne au lieu d'un poisson;
   (f) vous videz la botte de son eau, la chaussez et quittez la scène.
6. Ce cadet doit taper ensuite le prochain cadet sur l'épaule, mimer la même scène et ainsi de suite. Il faut s'attendre à ce que la situation mimée change tout au long de la ligne.
7. Le groupe de cadets qui est dans l'assistance peut rire, mais ne doit offrir ni conseils ni instructions.
8. Une fois que le dernier cadet a observé la situation, il doit la mimer devant vous et le premier cadet, tout le groupe doit regarder pendant que vous mimez la scène originale une autre fois.
9. Demander aux groupes d'inverser les rôles de façon à ce que l'assistance initiale devienne les acteurs, et vice versa. Demander aux cadets de répéter les étapes 4. à 8. avec une nouvelle situation. Voici un autre exemple de situation que vous pourriez mimer :
   (a) vous sortez un billet de loterie de votre poche arrière;
   (b) vous tirez une chaise et vous vous assoyez;
   (c) vous sortez un journal d'un sac;
   (d) vous comparez les numéros de votre billet de loterie avec ceux du journal;
   (e) vous réalisez que tous les numéros concordent et vous sautez de joie.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 202 et 203). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

LA ROCHE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une petite roche (elle doit être assez petite pour pouvoir la cacher dans un poing).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, face au centre.
2. Leur demander de fermer les yeux et de se tenir debout avec les deux poings serrés dans le dos.
3. Expliquer que si un cadet veut être celui qui tient la roche, il doit ouvrir un poing en forme de coupe, prêt à la recevoir. Les cadets ne souhaitant pas tenir la roche doivent garder les poings serrés. Lorsqu'un cadet reçoit la roche, il doit serrer le poing.
4. Marcher autour du cercle, en étant aussi silencieux que possible, et placer la petite roche dans une des mains ouvertes.
5. Continuer d'avancer autour du cercle jusqu'au point de départ.
6. Demander à tous les cadets de serrer les poings, d'ouvrir les yeux et de s'asseoir en forme de cercle, en gardant les poings serrés en tout temps.
7. Chaque personne, incluant celle qui a la roche, aura l'occasion de deviner qui a la roche.
8. Après une minute où tout le monde s'observe, permettre au groupe d'essayer de deviner. Les cadets n'ont pas le droit de se parler.
9. Demander à une personne de se porter volontaire pour être la première à deviner. Si un cadet se trompe, il n'a plus le droit d'essayer de deviner.
10. Chaque cadet a le droit d'essayer de deviner une fois, jusqu'à ce que soit découvert celui qui a la roche.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 189 et 190). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

GRENOUILLE ROI/REINE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cercles de couleur en plastique ou des chaises (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de s'asseoir et de former un cercle, face au centre. Marquer chaque position d'un cercle de couleur en plastique ou d'une chaise.
2. Chaque cadet doit trouver un geste unique qui représente un animal. Par exemple :
   (a) un gorille se frappant la poitrine;
   (b) un singe se grattant le dessous des bras;
   (c) un oiseau battant des ailes;
   (d) un chien remuant la queue;
   (e) un chat se lavant la face;
   (f) un serpent rampant dans le gazon;
   (g) un pingouin se dandinant;
   (h) un éléphant levant sa trompe;
   (i) un lapin sautant;
   (j) un homard bougeant les pinces;
   (k) un poulet gloussant.
3. Circuler autour du cercle et demander à chaque cadet de faire son geste. Vous pouvez agir comme la grenouille roi/reine ou désigner un cadet pour tenir ce rôle. Son geste sera un « bond de grenouille ».
4. Chaque partie doit commencer par la grenouille roi/reine. Ce cadet doit faire son geste, puis celui d'un autre cadet. Ce cadet doit rapidement faire son geste, suivi du geste d'un autre cadet, et ainsi de suite.
5. Si un cadet est trop lent, s'il ne le fait pas correctement ou s'il ne le fait dans le bon ordre, on doit arrêter la partie. Ce cadet doit quitter sa place et s'asseoir directement à gauche de la grenouille roi/reine. À ce moment, toutes les personnes assises à droite de ce cadet doivent se décaler d'une place vers la gauche pour remplir le vide.
6. Lorsqu'un cadet change de place, il ne conserve pas son geste; celui-ci reste avec la place!
7. Le but de l'activité est de parvenir au trône royal. Cela se produit lorsque la grenouille roi/reine se trompe et que tout le monde dans le cercle se décale d'une place vers la gauche.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 182 et 183). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**
ALIGNEMENT MUET	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'à partir de maintenant ils sont tous muets - aucune communication verbale n'est permise. Ils n'ont pas le droit non plus d'écrire sur du papier, des tableaux de papier, etc.
2. Demander aux cadets de s'aligner suivant un critère établi (p. ex., la taille, la date de naissance, le nombre de lettres dans le prénom ou le nom de famille, etc.).
3. Demander aux cadets de s'asseoir lorsqu'ils croiront s'être alignés dans le bon ordre.
4. Passer en revue l'alignement pour voir s'ils ont pu respecter le bon ordre sans communication verbale.
5. Si le temps le permet, leur demander de s'aligner suivant un autre critère pour voir s'ils ont appris quelque chose de leur première tentative.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 145 et 146). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

LES MARIAGES **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un jeu de cartes (incluant le joker).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Tirer une carte par joueur, en fonction du nombre de cadets dans le groupe. S'assurer que chaque participant a une carte, incluant un joker. Les autres cartes doivent former des paires de la même couleur et dénomination (p. ex., le trois de cœur et le trois de carreau, ou encore le dix de pique et le dix de trèfle).

S'il y a un nombre pair de cadets participant à l'activité, exclure le joker.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Chaque cadet reçoit une carte, qu'il ne doit montrer à personne.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent trouver la personne dans la salle qui a la carte de couleur et dénomination correspondantes à la leur (p. ex., celui qui a la dame de cœur doit rechercher celui qui a la dame de carreau).
3. Expliquer aux cadets qu'ils n'ont en aucun temps le droit de montrer leur carte ou de dévoiler leurs couleurs ou chiffres.
4. Leur demander d'essayer de trouver leur carte correspondante. Ils peuvent utiliser des phrases comme « J'ai une carte de couleur voiture funéraire et j'aime les plantes qui portent chance » pour dire qu'ils ont un trèfle noir.
5. Lorsque les cadets d'une paire pensent s'être retrouvés, ils doivent se donner le bras et attendre que les autres participants terminent.
6. Le cadet ayant le joker doit faire la même chose, mais il ne pourra pas trouver son partenaire puisqu'il n'y a qu'un joker dans le groupe, ce qui le laissera avec une carte non appariée à la fin de l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7575-4094-5) Cummings, M. (2007). *Playing With a Full Deck: 52 Team Activities Using a Deck of Cards*. (page 93). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**
CE N'EST PAS MOI!	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires;
2. Expliquer que chaque cadet devra mimer trois choses à son sujet à son partenaire pour que celui-ci les présente plus tard verbalement au reste du groupe.
3. Aucune forme de communication verbale n'est autorisée entre les cadets. Accorder environ trois minutes aux cadets pour qu'ils miment leur information à leur partenaire.
4. Voici des exemples de ce qu'ils peuvent mimer :
   (a) les emplois à temps partiel;
   (b) la matière scolaire préférée;
   (c) le passe-temps préféré;
   (d) le film ou l'émission télévisée préféré.
5. Une fois que tout le monde aura mimé son information, rassembler le groupe. Chaque cadet doit ensuite présenter verbalement son partenaire en fonction de l'information mimée.
6. Si un cadet présente une information qu'il a mal interprétée, son partenaire doit dire : « Ce n'est pas moi! ». Cette activité prend fin lorsque tous les cadets ont présenté leur partenaire.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 52 et 53). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

FORMES AVEUGLES **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un par cadet),
- un bout de corde assez long pour permettre à tous les cadets de la tenir en même temps.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Faire un nœud au bout de la corde.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle, et bander les yeux de chacun.
2. Placer le bout de corde sur le sol près de leurs pieds. Expliquer que la première chose qu'ils auront à faire est de trouver la corde et de la ramasser. En aucun temps, ils n'ont le droit de communiquer verbalement pendant l'activité.
3. Demander aux cadets de former un carré. Après quelques minutes, leur demander s'ils pensent avoir formé un carré. S'ils disent non, les laisser continuer, même s'ils avaient déjà formé un carré. S'ils disent oui, leur permettre d'enlever leur bandeau et de regarder la forme qu'ils ont faite.
4. Si le temps le permet, poursuivre l'activité avec d'autres formes (p. ex., triangles, rectangles, ovales, etc.).

MESURES DE SÉCURITÉ

Assurer la sécurité de tous les cadets aux yeux bandés.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7872-0107-3) (1995). *Youth Leadership in Action*. (pages 63 et 64). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

CLIN D'ŒIL **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de s'asseoir et de former un cercle, face au centre.
2. Expliquer qu'il y a un « cligneur » mystérieux dans le groupe, mais qu'il ne le sait pas encore.
3. Leur demander de fermer les yeux. Désigner secrètement le « cligneur » en le tapant sur l'épaule.
4. Expliquer aux cadets qu'ils doivent discuter les uns avec les autres et se saluer. Le « cligneur » doit faire secrètement un clin d'œil aux cadets pour les faire sortir du jeu.
5. Expliquer aux cadets qu'ils doivent attendre au moins 10 secondes avant de s'asseoir après que le « cligneur » leur a fait un clin d'œil. Les cadets à qui on a fait un clin d'œil doivent s'asseoir pendant que les autres continuent de discuter.
6. Si un cadet qui est encore dans le jeu soupçonne une personne d'être le « cligneur », il peut lever la main et dire « J'accuse ». Arrêter le jeu et demander si quelqu'un appuie la motion (un deuxième cadet qui soupçonne la même personne). Si personne ne vient appuyer cette motion, le jeu se poursuit.
7. Si quelqu'un vient appuyer cette motion, le facilitateur doit compter jusqu'à trois et chaque accusateur doit pointer vers la personne qu'il soupçonne d'être le « cligneur ». S'ils pointent vers des personnes différentes, peu importe si l'un d'eux est correct, ils doivent tous les deux sortir du jeu. S'ils pointent vers une même personne, mais qu'elle n'est pas la bonne, ils doivent tous les deux sortir du jeu. S'ils pointent vers la bonne personne, l'activité prend fin.
8. L'activité se poursuit jusqu'à ce que tout le monde soit sorti du jeu ou que deux personnes accusent la bonne personne.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 179 et 180). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

CHAMP DE MINES **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une grande quantité de petites balles (p. ex., balles de tennis, balles de golf, balles de ping-pong, etc.),
- un chronomètre,
- des bandeaux pour les yeux (deux).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Placer au hasard les balles sur le sol.
- Marquer une ligne de départ et une ligne d'arrivée.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à deux cadets de se porter volontaires et leur bander les yeux.
2. Répartir les cadets en deux groupes. Demander à chaque groupe de se répartir uniformément dans le « champ de mines ». Un groupe sera chargé de guider verbalement le premier cadet aux yeux bandés dans le « champ de mines ». Le second groupe sera chargé de guider verbalement le second cadet aux yeux bandés pour qu'il essaie de toucher le premier cadet aux yeux bandés.
3. Expliquer que le premier cadet aux yeux bandés jouera le rôle du « sidewinder ». Il doit viser la ligne d'arrivée et sera guidé verbalement dans le « champ de mines » par son groupe. Si le « sidewinder » touche une « mine » (balle) pendant la traversée, il doit faire 10 tours complets avec ses deux bras, en comptant chaque révolution à haute voix.
4. Une minute après le départ du « sidewinder », lancer le second cadet aux yeux bandés (« missile ») dans le « champ de mines ». L'équipe du « missile » doit le guider pour qu'il touche le « sidewinder ».
5. Si le « missile » touche le « sidewinder » avant qu'ils n'atteignent la ligne d'arrivée, la mission prend fin.

MESURES DE SÉCURITÉ

Assurer la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-8403-5682-X) Rohnke, K. (1984). *Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities*. (page 24). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**
TRAITS COMMUNS BIZARRES	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de trois personnes.
2. Demander à chaque groupe d'aller à un endroit tranquille loin des autres groupes. Accorder environ quatre minutes aux groupes pour qu'ils trouvent autant de traits communs que possible - privilégier les choses bizarres (p. ex., ils ont tous déjà vu un zèbre).
3. Chaque groupe devra partager trois traits communs avec le reste du groupe. Un de ses traits doit être faux.
4. Demander à tous les groupes de se rassembler à un endroit dans la salle et de s'asseoir.
5. Demander à chaque groupe, à tour de rôle, de s'avancer à l'avant et d'énoncer ses trois traits communs tout en gardant son sérieux.
6. Les autres groupes doivent trouver le trait commun qui est faux. Cette activité permettra aux cadets d'apprendre à lire les signes non verbaux des gens.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 178). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE COMMUNICATION**

NÉGOCIATIONS **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en petits groupes de trois ou quatre personnes (en fonction du nombre de cadets).
2. Leur expliquer que chaque groupe ira à un endroit caché des autres groupes et choisira un geste qu'il aura à révéler plus tard aux autres cadets. Voici des exemples de gestes :
   (a) agiter les mains dans les airs;
   (b) sauter sur place;
   (c) exécuter des sauts avec écart;
   (d) battre des bras comme un oiseau;
   (e) tourner en rond;
   (f) se frotter l'estomac tout en se tapotant la tête.
3. Après environ trois minutes, demander à chaque groupe de revenir au centre du secteur d'entraînement et de se tenir dans une position qui est visible de tous les autres groupes. Expliquer aux cadets qu'à partir de maintenant, ils ne peuvent utiliser aucune forme de communication verbale.
4. Au commandement « ALLEZ », demander à tous les cadets de chaque groupe de faire simultanément le geste choisi par le groupe devant les autres cadets.
5. Expliquer aux cadets qu'ils doivent maintenant choisir un geste parmi tous les gestes présentés. Il faut se rappeler que les cadets ne sont pas autorisés à communiquer verbalement pour le reste de l'activité.
6. Le but est de trouver combien de fois il faudra pour que chaque groupe fasse le même geste sans communication verbale. Le geste peut être celui d'un des groupes ou une combinaison de gestes.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 150 et 151). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
TAPIS MAGIQUE	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un morceau de plastique ou autre matériel d'environ 1.2 m (4 pieds) sur 1.5 m (5 pieds).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent tous se tenir debout sur le tapis magique et rester en contact avec lui en tout temps pendant l'activité.
2. Leur expliquer que le tapis magique sur lequel ils se tiennent vole très haut au-dessus du CIEC et qu'ils viennent soudainement de découvrir qu'ils voyagent dans la mauvaise direction parce que le tapis est à l'envers.
3. Leur demander de le remettre à l'endroit sans poser le pied à l'extérieur. Tous les cadets doivent rester en contact avec le tapis magique en tout temps.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que tous les cadets restent en contact avec le tapis magique. Cela empêchera les cadets de soulever d'autres personnes ou de les transporter sur leurs épaules.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7872-4532-1) Cain, J., & Jolliff, B. (1998). *Teamwork & Teamplay*. (pages 125 et 126). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
RADEAU DE SAUVETAGE	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- un morceau de bâche ou de contre-plaqué d'environ 1.2 m (4 pieds) sur 1.2 m (4 pieds), en fonction de la taille du groupe (il devrait être assez grand pour accueillir tous les cadets).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets que leur navire de croisière a frappé un récif et qu'ils doivent abandonner le navire.
2. Leur expliquer qu'il y a des requins à proximité et qu'ils doivent tous monter à bord du radeau de sauvetage pour être secourus par la Garde côtière. L'hélicoptère de sauvetage ne peut les prendre que s'il ne reste personne dans l'eau (personne ne touche le sol) pendant au moins 20 secondes.
3. L'objectif est de demander à tous les cadets de rester dans le radeau de sauvetage pendant au moins 20 secondes pour que l'hélicoptère de sauvetage vienne les secourir.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

Assurer la sécurité de tous les cadets dans le radeau.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 113 à 115). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

MARCHE LUNAIRE — **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cerceaux (au moins huit),
- de grandes bandes élastiques ou des morceaux de tissu doux (un pour deux cadets).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Placer, au hasard, huit cerceaux ou plus sur le sol à un pied au plus l'un de l'autre.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se rassembler à une des extrémités des cerceaux. Placer les bandes élastiques autour de leurs chevilles en attachant celles-ci l'une à l'autre pour que les cadets soient forcés de se déplacer en équipe.
2. Leur expliquer qu'ils doivent passer d'un cerceau à l'autre sans poser le pied à l'extérieur.
3. Leur expliquer que si quelqu'un pose le pied à l'extérieur d'un cerceau, l'équipe doit revenir au point de départ et recommencer, en tentant de communiquer et de décider de la meilleure approche à adopter pour passer d'un cerceau à l'autre.
4. Le but est que les cadets discutent entre eux pour trouver le meilleur moyen de passer d'un cerceau à l'autre, du point de départ au point d'arrivée.
5. Demander aux cadets de participer à l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

S'assurer que les bandes élastiques sont assez grandes pour ne pas trop enserrer les chevilles des cadets.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 123 et 124). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

PLANCHE D'ÉQUILIBRE — **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert sur un sol gazonné ou mou,
- une planche de bois de 3 m (10 pieds) de longueur sur environ 5 cm (2 pouces) d'épaisseur et 20 cm (8 pouces) de largeur,
- un bloc de béton,
- un ruban d'arpenteur,
- des œufs (voir l'étape 2. des Instructions sur l'activité).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Disposer la planche de bois de sorte qu'elle soit en équilibre, au milieu, sur le bloc de béton.
- Marquer le sol en avant du bloc de béton d'un « V » avec le ruban d'arpenteur (comme illustré à la figure P-3).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Se tenir sur la planche pendant la présentation de l'activité à l'équipe. Montrer comment un léger déplacement du poids entraîne un basculement de la planche.
2. Expliquer aux cadets qu'ils doivent tous monter sur la planche, un à la fois, à partir de la région dans le « V » marqué au sol, maintenir la planche en équilibre pendant au moins 10 secondes et descendre, un à la fois, dans le « V » sans qu'aucune des extrémités de la planche ne touche le sol - on peut déposer un œuf sous chaque extrémité pour s'assurer que la planche n'a pas touché le sol.
3. Accorder cinq minutes aux cadets pour qu'ils établissent une stratégie. Leur expliquer qu'une fois qu'ils ont commencé à monter sur la planche, aucune communication verbale n'est autorisée.
4. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à descendre de la planche dans le « V ».

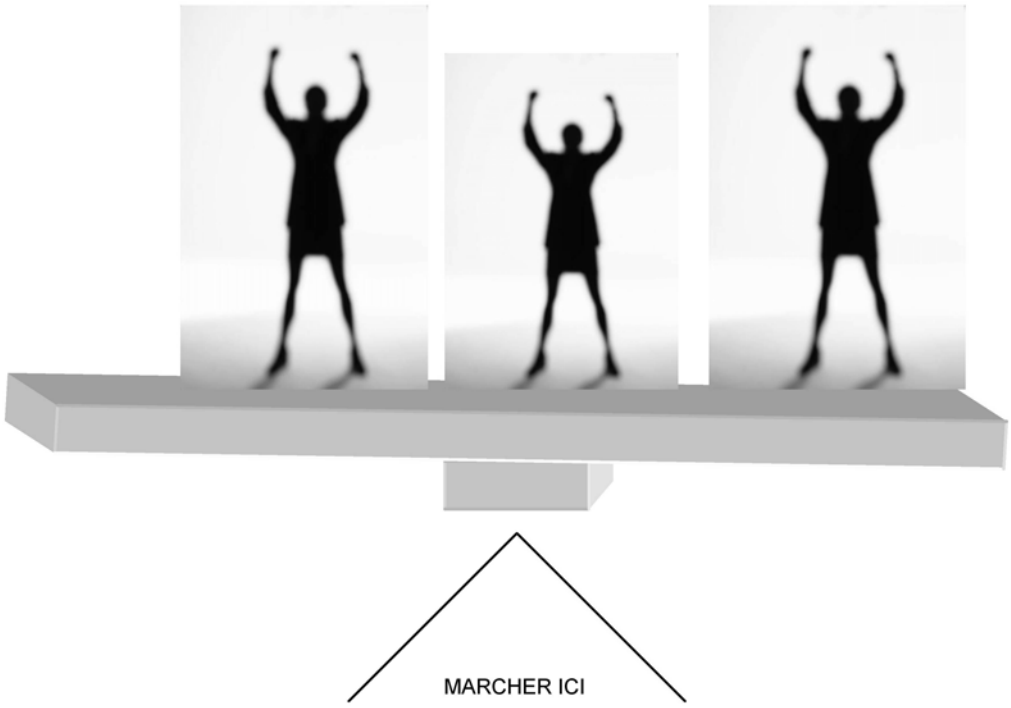
MESURES DE SÉCURITÉ

- S'assurer que l'activité se déroule sur du gazon ou un sol mou. Si cela est impossible, disposer des tapis d'exercice de chaque côté de la planche.
- Demander à un ou deux instructeurs adjoints de surveiller les cadets sur la planche.
- Avertir les cadets que s'ils sont sur le point de perdre l'équilibre, ils doivent descendre de la planche pour éviter de faire tomber ou de faire sauter d'autres cadets.
- S'assurer que les cadets ne sautent pas de la planche pour ne pas la faire tourner.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 125 à 128). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-3 Disposition de la planche d’équilibre

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE | **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

RECHERCHE DE GROUPE | **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban-cache ou un long morceau de tissu (environ 1.2 m [4 pieds] de longueur),
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- un chronomètre,
- trois petits jouets ou objets qui tiennent dans la main (p. ex., un dinosaure en plastique, un bateau en plastique, un avion en plastique, un char en plastique, une poupée, une balle, etc.).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Montrer au premier groupe de cadets les trois objets qu'ils auront à trouver.
3. Expliquer que ce groupe doit travailler en équipe pour trouver les trois objets avec les yeux bandés.
4. Enrouler du ruban-cache ou un long morceau de tissu autour du premier groupe pour les attacher ensemble.
5. Bander les yeux des cadets du premier groupe.
6. Déposer les objets à divers endroits sur le sol à moins de 9 m (30 pieds) de l'endroit où se trouve le groupe.
7. Demander aux cadets de se déplacer pour trouver les trois objets avec l'aide verbale du second groupe. Le but est de demander aux cadets de décider de la meilleure façon de se déplacer sans casser le ruban ou déchirer le morceau de tissu ni se découvrir les yeux.
8. Quand ils trouvent un objet, ils doivent l'identifier à leur chef.
9. Demander aux groupes d'inverser les rôles et de répéter les étapes 2. à 8.
10. Chronométrer les deux groupes pour savoir lequel trouve et identifie les trois objets le plus rapidement.

MESURES DE SÉCURITÉ

Assurer la sécurité des cadets qui ont les yeux bandés et qui sont attachés ensemble. Les cadets du second groupe doivent faire attention à la sécurité des cadets aux yeux bandés et les avertir de tout danger.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 133 et 134). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
EMBOUTEILLAGE	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- du ruban ou des morceaux de carton ou de contre-plaqué (laisser un espace de plus que le nombre de cadets).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Marquer des espaces au sol (comme illustré à la figure P-4) avec du ruban ou des pièces de carton ou de contre-plaqué (laisser un espace de plus que le nombre de cadets).
- Marquer l'espace du centre d'un « X » (comme illustré à la figure P-4).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

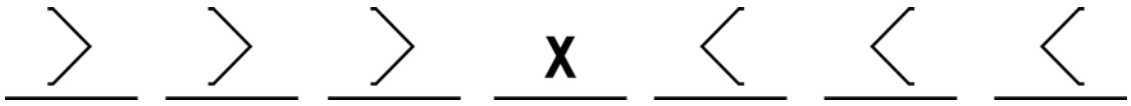
1. Répartir les cadets en deux groupes égaux.
2. Demander à chaque groupe de se tenir debout sur un espace, face à l'espace au milieu.
3. Expliquer aux groupes qu'ils doivent se rendre de l'autre côté du « X » en tentant de se dépasser l'un l'autre.
4. Expliquer les règles suivantes :
   (a) Les cadets ne sont pas autorisés à contourner quelqu'un qui regarde dans le même sens qu'eux.
   (b) Ils ne sont pas autorisés à contourner quelqu'un à reculons.
   (c) Ils ne sont pas autorisés à avancer sur un espace libre.
   (d) Ils sont autorisés à contourner quelqu'un qui leur fait face pour se rendre dans un espace vide.
5. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à changer de côté.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 149 et 150). New York, New York, McGraw-Hill.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-4 Préparation de l'embouteillage

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
LA BATAILLE DES CERCLES	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- quinze (15) cordes en forme de cercle de diamètres variant de 0.3 à 1 m (1 à 3 pieds).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Placer les cercles sur le sol en les espaçant d'environ 0.3 à 1 m (1 à 3 pieds).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent mettre leurs deux pieds dans un cercle. Plus d'un cadet peut mettre un pied dans un cercle à la fois.
2. Au commandement « CHANGEZ », demander aux cadets de se déplacer dans un autre cercle et d'y mettre les pieds au complet, lorsque c'est possible.
3. Chaque fois que vous donnez le commandement « CHANGEZ », ramasser subtilement un ou deux cercles. Cela aura pour effet de faire bouger les cadets de plus en plus vite au fur et à mesure que les cercles disparaissent.
4. Lorsqu'il ne reste plus qu'un ou deux cercles, rappeler aux cadets qu'ils ne sont pas autorisés à les déplacer. Leur rappeler que c'est le temps de résoudre le problème et qu'ils doivent travailler avec ce qu'ils ont pour trouver des solutions possibles.
5. L'activité prend fin lorsque tous les cadets ont mis leurs pieds dans le dernier cercle.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-07-059532-1) Snow, H. (1997). *Indoor/Outdoor Team-Building Games for Trainers*. (pages 163 à 165). New York, New York, McGraw-Hill.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

NŒUDS À DÉFAIRE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des cordes de chiffon doux d'environ 2.5 m (8 pieds) de longueur (une par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se lever et de former un cercle d'environ 3 m (10 pieds) de diamètre.
2. Demander à chaque cadet de tenir un bout de corde dans la main droite.
3. Expliquer aux cadets qu'ils doivent prendre, avec leur main libre, la corde d'un autre cadet dans le cercle. Leur expliquer qu'ils ne sont pas autorisés à tenir la corde d'un cadet à côté d'eux.
4. Ce processus continue jusqu'à ce que tous les cadets tiennent un bout de corde dans chaque main et qu'ils sont reliés à la corde que tient un cadet dans sa main droite et à celle que tient un autre cadet dans sa main gauche. Il en résultera un nœud dans lequel s'enchevêtreront cadets et cordes (semblable à un nœud humain).
5. Demander aux cadets de défaire le nœud formé par les cordes en observant les règles suivantes :
   (a) ils ne sont pas autorisés à lâcher leurs cordes ou à changer de mains tenant les cordes;
   (b) ils doivent communiquer entre eux et se déplacer pour défaire le nœud en vue de former un cercle continu;
   (c) ils pourraient se retrouver dos au centre du cercle.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 56 et 57). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
PIERRES DE GUÉ	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- une base (p. ex., des morceaux de carton, de contre-plaqué ou de ruban) par cadet, et une base supplémentaire.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Placer chaque base ou marque de ruban en ligne droite en les espaçant d'environ 30 à 38 cm (12 à 15 pouces).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de se tenir debout sur une base suivant l'ordre de leur choix.
2. Leur demander de déterminer l'emplacement de la base supplémentaire.
3. L'objectif de l'activité est que l'équipe se retrouve dans l'ordre inverse de sa position initiale.
4. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Une personne à la fois peut toucher une base.
   (b) Les cadets peuvent se déplacer vers une base avoisinante, dans n'importe quel sens.
   (c) Les cadets ne peuvent se déplacer vers une nouvelle base que si elle est vide.
   (d) Les bases ne peuvent pas être déplacées.
   (e) Les cadets ne sont pas autorisés à toucher le sol durant l'activité.
   (f) Si un cadet enfreint une règle, tout le groupe doit recommencer l'activité.

MESURES DE SÉCURITÉ

Fixer les bases au sol ou utiliser du ruban pour les empêcher de bouger.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 106 et 107). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

LE SENTIER DU MARÉCAGE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- douze bases de 30 cm (12 pouces) (p. ex., carton, cercles de couleur en plastique ou ruban),
- du ruban,
- six sacs de pois.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Établir une ligne de départ et une ligne d'arrivée, espacées d'environ 4.5 m (15 pieds) (la zone entre les deux lignes représente le marécage).
- Disposer les bases pour qu'elles forment deux lignes parallèles entre les lignes de départ et d'arrivée.
- Répartir les sacs de pois à différentes distances (entre 0.5 et 1.5 m [2 et 4 pieds]) des bases 2, 3, 5, 7, 9 et 10 (comme illustré à la figure P-5).

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent travailler ensemble pour franchir le marécage en se tenant les mains durant la traversée. Chaque cadet doit se rendre de l'autre côté sans poser le pied dans le marécage et sans lâcher les mains de ses coéquipiers.
2. Leur expliquer qu'ils doivent aussi ramasser les sacs à pois le long du chemin.
3. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Les cadets doivent se tenir les mains tout au long de l'activité.
   (b) Pour ramasser un sac de pois, le cadet peut lâcher les mains de ses coéquipiers, mais il doit y revenir avant de se déplacer vers une nouvelle base.
   (c) Personne ne doit toucher au marécage pendant la traversée jusqu'à l'autre côté.
   (d) Chaque cadet n'est autorisé à ramasser et transporter qu'un seul sac de pois.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.

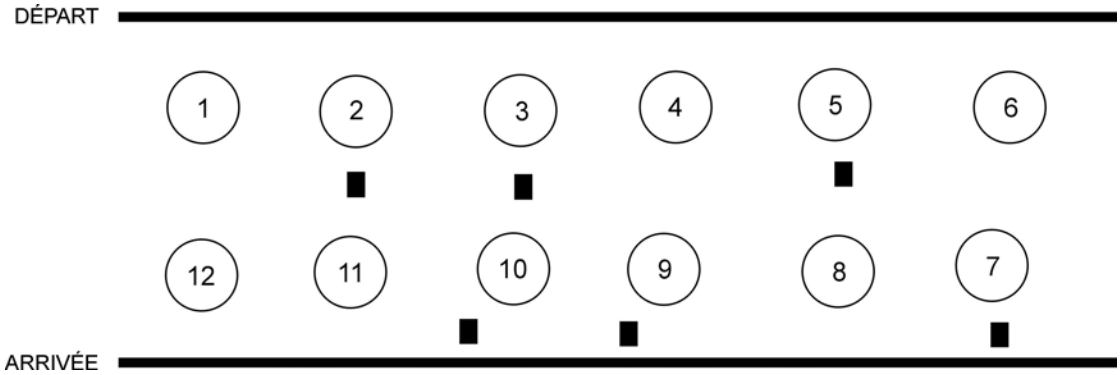
MESURES DE SÉCURITÉ

- S'assurer que les bases sont bien fixées au sol ou qu'elles sont tenues solidement en place avec du ruban pour qu'elles ne glissent pas.
- Chaque cadet doit assurer la sécurité de ses coéquipiers pendant la traversée du marécage.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 166 et 167). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-5 Préparation du sentier du marécage

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
LE NŒUD HUMAIN	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former un cercle serré, face au centre, de lever les bras et de saisir les mains de deux cadets différents. Les cadets ne doivent pas tenir les mains des cadets directement à côté d'eux.
2. Leur demander de se démêler sans se lâcher les mains.
3. L'activité prend fin lorsque les cadets ont défait le nœud et formé un cercle.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent assurer la sécurité de leurs coéquipiers en tout temps pendant l'activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 165 et 166). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

LA TOILE D'ARAIGNÉE — **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des perches ou des arbres pour attacher la toile d'araignée,
- de la corde, de la ficelle ou de la corde de parachute (environ 15 m [50 pieds] de long),
- des tapis d'exercices (environ quatre) et un sol mou (p. ex., de l'herbe ou du sable),

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Construire une toile d'araignée entre deux perches ou deux arbres sur un sol mou ou en utilisant des tapis d'exercices autour de la zone à utiliser (tel qu'illustré à la figure P-6). La toile d'araignée devrait avoir plus d'ouvertures que le nombre de personnes présentes. Les ouvertures doivent être de forme et de taille pour que les cadets puissent passer à travers avec facilité.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer que chaque cadet doit passer à travers une différente ouverture dans la toile d'araignée jusqu'à ce que tous les cadets aient passé d'un côté à l'autre.
2. Expliquer qu'aucun cadet ne peut toucher la toile avec une partie quelconque du corps.
3. Les cadets peuvent s'étendre à travers la toile pour aider un membre de l'équipe mais ils ne peuvent pas toucher la toile.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.
5. Si un cadet touche la toile ou passe dans une ouverture qu'un autre membre a déjà utilisée, ce cadet-là et un autre membre de l'équipe qui a déjà réussi l'exploit doivent retourner et tenter la tâche de nouveau.
6. L'activité est terminée quand l'équipe entière a réussi à passer à travers la toile d'araignée pour atteindre l'autre côté.

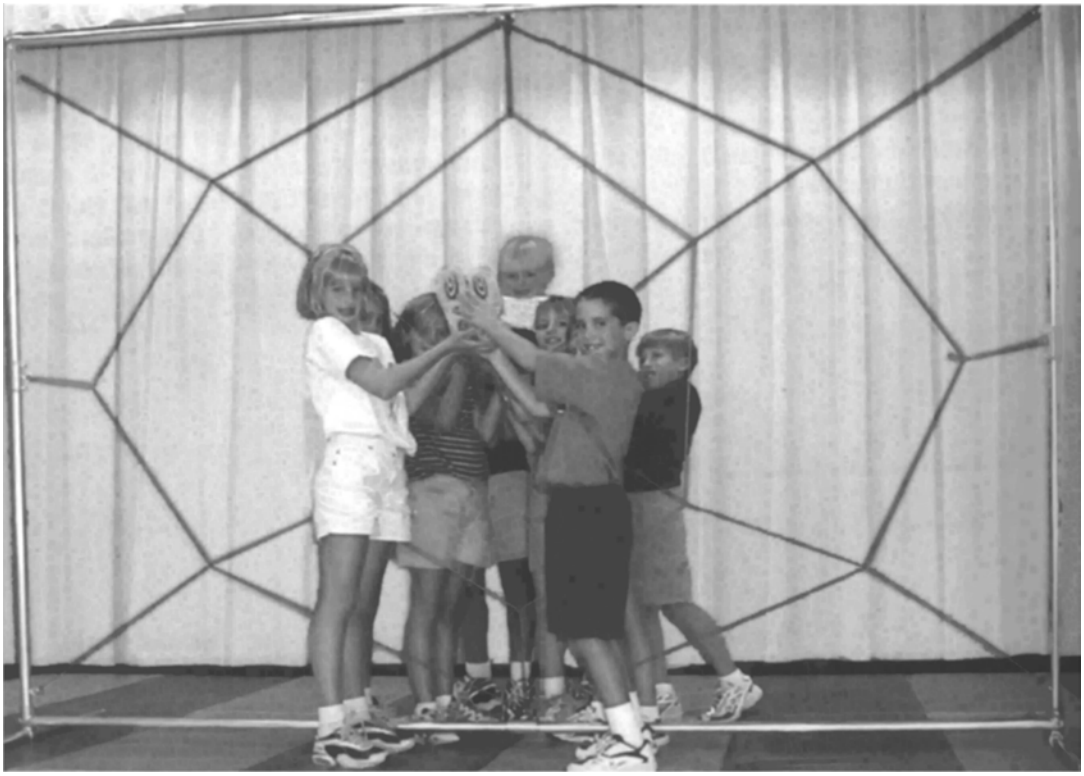
MESURES DE SÉCURITÉ

- Il n'est pas permis aux cadets de plonger à travers les ouvertures.
- Les cadets doivent assurer la sécurité de leurs membres d'équipe en tout temps pendant cette activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7360-5088-4) Midura, D. W., & et Glover, D. R. (2005). *Essentials of Team Building*. (pages 154 et 155). Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



D. W. Midura, & D. R Glover, Essentials of Team Building, Human Kinetics (page 154)

Figure P-6 Préparation de la toile d’araignée

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
CLAQUER À L'UNISSON	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer que l'objectif de l'activité est que tous les cadets claquent simultanément les mains des personnes à leurs côtés.
2. Demander aux cadets de former un cercle. Choisir un cadet qui commencera et demander à chaque cadet de claquer l'un après l'autre.
3. Puis, demander aux cadets d'essayer de produire un seul claquement, tous en claquant à l'unisson.
4. Une fois qu'ils ont réussi, leur demander d'essayer de produire un seul claquement, mais sans claquer dans leurs propres mains. Les cadets doivent claquer leurs mains dans les mains des personnes à leurs côtés.
5. Cette activité prend fin lorsque les cadets ont réussi à produire un seul claquement en claquant à l'unisson dans les mains des personnes à leurs côtés.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 155 et 156). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
RÉORGANISATION RAPIDE	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes. Les cadets ne doivent pas être répartis également (p. ex., s'il y a 10 cadets, les répartir en un groupe de sept et un groupe de trois).
2. Demander au groupe le plus nombreux de se tenir en ligne, côte à côte, en face du groupe le plus petit. Prendre en note l'ordre du groupe le plus nombreux pour y référer à la fin de l'activité.
3. Demander au groupe le moins nombreux de regarder l'alignement de cadets pendant environ 10 secondes. Puis, leur demander de fermer les yeux jusqu'à indication contraire. Pendant qu'ils ont les yeux fermés, demander au groupe le plus nombreux de changer de position silencieusement dans l'alignement.
4. Demander au groupe le moins nombreux d'ouvrir les yeux et d'essayer de replacer les cadets suivant l'ordre original.
5. Cette activité prend fin lorsque les cadets ont été replacés dans leur configuration originale.
6. Si les cadets terminent rapidement cette activité, réarranger les groupes et répéter les étapes 1. à 5.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (page 147). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
LA TOUR LA PLUS HAUTE	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des fournitures pour ériger une tour pour chaque groupe (p. ex., papier, pâtes de spaghetti non cuites, guimauves, cure-dents, pailles, trombones, gobelets en papier, gomme à mâcher, ruban, etc.).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en groupes de deux à quatre personnes.
2. Distribuer une quantité égale de fournitures aux groupes.
3. Expliquer que chaque groupe doit ériger la tour la plus haute possible en n'utilisant que les fournitures données.
4. Accorder aux groupes environ sept minutes pour ériger leur tour. Demander à chaque groupe de montrer sa tour aux autres groupes.
5. Déterminer le groupe qui a la tour la plus haute.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 92 et 93). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

LA TRAVERSÉE DU MARÉCAGE **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des morceaux de carton d'environ 30 cm (12 pouces) carrés (deux morceaux de moins qu'il y a de cadets),
- trois bidons en plastique de 2 litres, incluant le couvercle,
- de l'eau.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Remplir les bidons en plastique d'eau et y mettre les couvercles.
- Établir les lignes de départ et d'arrivée pour le marécage et mettre les bidons en plastique à l'arrivée.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Dire ceci aux cadets :
   « Votre groupe s'est échoué sur une île et vous avez besoin d'eau douce. Les bidons constituent votre seule source d'eau douce, mais ils se trouvent de l'autre côté du marécage d'eau salée infesté d'alligators. Vous devez aller les chercher. Vous devez travailler ensemble parce que les gorilles de l'île qui se trouvent de l'autre côté du marécage protègent l'eau, mais ils ont peur des groupes nombreux. Vous pouvez utiliser ces pierres flottantes spéciales (leur donner un ou deux morceaux de carton de moins qu'il y a de cadets) que vous pouvez déplacer sur l'eau. Pour les déplacer, il faut les ramasser et les déposer ailleurs. Vous ne pouvez pas les glisser parce qu'elles pourraient couler dans le marécage. »
2. Expliquer aux cadets qu'ils ne peuvent pas faire de pont avec les pierres, mais qu'ils doivent déplacer la dernière jusqu'en avant pour pouvoir avancer dans le marécage.
3. Demander aux cadets de traverser le marécage, de prendre les bidons d'eau et de les rapporter en toute sécurité au point de départ.

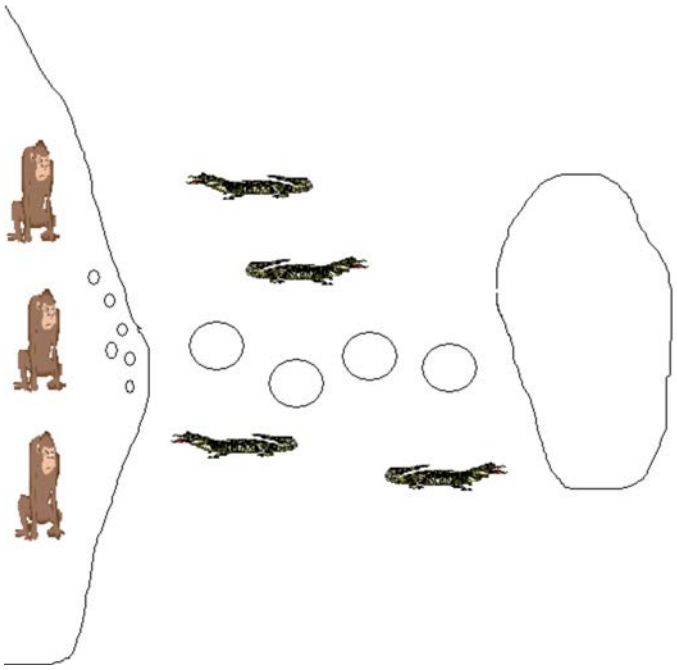
MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 104 et 105). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-7 Préparation de la traversée du marécage

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

TRANSFERT D'EAU — **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- quatre vieilles chambres à air de bicyclette ou trois cerceaux,
- de la craie ou du ruban,
- deux grands contenants à café,
- de l'eau.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Dans un grand espace ouvert, faire un cercle d'environ 4.5 m (15 pieds) de diamètre au sol avec du ruban ou de la craie.
- Placer un grand contenant à café rempli à moitié d'eau au centre du cercle.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent retirer le contenant d'eau du cercle sans renverser d'eau.
2. Leur donner quatre vieilles chambres à air de bicyclette ou trois cerceaux.
3. Leur expliquer qu'ils doivent observer les règles suivantes :
   (a) Aucune partie de leur corps ne doit pénétrer dans le cercle.
   (b) Le contenant à café supplémentaire peut être utilisé pour la pratique avant de déplacer le contenant à café rempli d'eau.
   (c) Une fois que les cadets ont récupéré le contenant rempli d'eau, ils doivent le verser dans le contenant vide sans que les contenants se touchent.
4. Demander aux cadets de participer à l'activité.
5. Cette activité prend fin lorsque tous les cadets ont réussi à retirer le contenant rempli d'eau du cercle et à verser l'eau dans le second contenant sans renverser d'eau.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 114 et 115). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**
PROTÈGE-ŒUF	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- des œufs crus (un par groupe),
- des fournitures pour construire une couverture de protection pour l'œuf (p. ex., pailles, ruban, papier, bâtons de Popsicle, colle, etc.).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner un œuf cru et une quantité égale de fournitures à chaque groupe.
3. Demander aux cadets de construire une couverture de protection pour leur œuf, lequel sera lâché d'une hauteur d'au moins 2 m (6 pieds).
4. Leur expliquer qu'une fois les couvertures terminées, ils doivent tous se rassembler et laisser tomber leurs œufs pour voir s'ils cassent ou non.
5. Demander aux groupes, à tour de rôle, de laisser tomber leurs œufs et de voir si leur protège-œuf offre une protection adéquate.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (page 116). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE **ACTIVITÉS DE RÉSOLUTION DE PROBLÈMES**

TRANSPORT D'EAU **DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- dix (10) gobelets en papier,
- un plateau de cafétéria,
- de l'eau,
- des essuie-tout ou une vadrouille.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Remplir les 10 gobelets en papier d'eau environ aux trois quarts.
- Aligner cinq gobelets en papier d'un côté de l'espace et cinq de l'autre côté (l'espace les séparant doit être d'au moins 4.5 m [15 pieds]).
- Placer le plateau de cafétéria au milieu de l'espace (comme illustré à la figure P-8).
- Prévoir un contenant d'eau supplémentaire pour remplir les gobelets et des essuie-tout ou une vadrouille pour nettoyer les renversements.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Expliquer aux cadets qu'ils doivent commencer au milieu de l'espace où se trouve le plateau de cafétéria.
2. Leur demander de récupérer tous les gobelets et de les déposer sur le plateau sans renverser d'eau. On doit observer les règles suivantes :
   (a) Les cadets ne doivent aller chercher qu'un gobelet à la fois.
   (b) Avant d'aller chercher un deuxième gobelet du même côté de la salle, ils doivent prendre un gobelet de l'autre côté de la salle tout en transportant le plateau.
   (c) Lorsqu'ils ont récupéré tous les gobelets, ils doivent placer le plateau sur le plancher au milieu de l'espace.
   (d) Ils ne doivent utiliser qu'un pied et une main tout au long de l'activité.
3. Leur expliquer que s'ils renversent de l'eau, ils doivent recommencer l'activité.
4. L'activité prend fin lorsque les cadets ont réussi à déposer les 10 gobelets sur le plateau au milieu de l'espace.

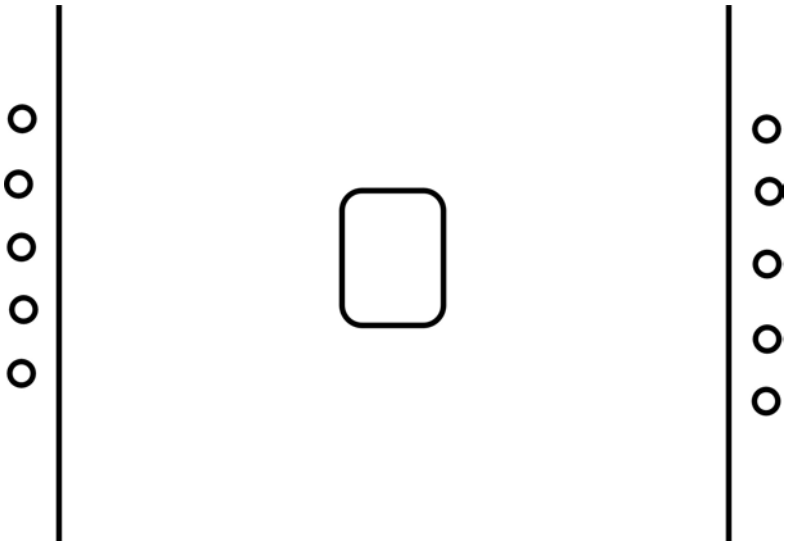
MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 146 et 147). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Directeur des cadets 3, 2008, Ottawa, Ontario, Ministère de la Défense nationale

Figure P-8 Préparation du transport d’eau

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
UN LABYRINTHE FOU FOU FOU	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- des chaises (au moins 10),
- du fil, de la ficelle ou de la corde mince (environ 15 m [50 pieds] de longueur) pour chaque groupe,
- des bandeaux pour les yeux (deux).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes.
2. Donner au moins cinq chaises et du fil, de la ficelle ou de la corde mince à chaque groupe.
3. Demander aux deux groupes d'aller à des endroits séparés du secteur d'entraînement.
4. Demander à chaque groupe de créer un labyrinthe avec des chaises et du fil, de la ficelle ou de la corde, en aménageant autant de tournants que possible, et même des impasses le long du parcours.
5. Une fois que les groupes ont terminé leur labyrinthe, demander à un cadet de chaque groupe de se porter volontaire pour traverser le labyrinthe de l'autre groupe, les yeux bandés. La traversée des labyrinthes se fera l'une après l'autre.
6. Le cadet aux yeux bandés sera guidé verbalement dans le labyrinthe par son groupe. Les membres du groupe qui l'ont construit peuvent tenter de confondre le cadet en donnant des indications contradictoires. En aucun temps, les groupes n'ont le droit de toucher le cadet aux yeux bandés pour l'aider.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent veiller à la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant cette activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 136 et 137). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
TOUT LE MONDE DEBOUT	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires (la première fois que cette activité est faite, il serait préférable d'apparier les cadets par taille).
2. Demander aux cadets de former deux lignes droites et de s'asseoir en face de leur partenaire en appuyant leurs semelles de chaussure sur celles de leur partenaire.
3. Leur demander de saisir les mains de leur partenaire.
4. À votre commandement, leur demander ensuite d'essayer de se hisser debout en s'entraidant sans lâcher prise.
5. Si le temps le permet, les cadets peuvent changer de partenaire et refaire l'activité avec un partenaire de taille différente.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets doivent assurer la sécurité de leur partenaire en tout temps au cours de l'activité en se tenant les mains solidement, et les membres du personnel doivent les superviser attentivement pour veiller à ce qu'ils observent les procédures appropriées.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-7872-0107-3) (1995). *Youth Leadership in Action*. (pages 86 et 87). Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
DÉCOUPER ET TRANCHER	**DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

Un grand espace ouvert exempt d'obstacles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former deux lignes droites face à face, séparées d'environ 1 à 1.5 m (3.5 à 5 pieds).
2. Demander à un cadet de se porter volontaire pour être le premier marcheur.
3. Expliquer aux cadets qu'ils doivent commencer à balancer les bras tendus en avant d'eux de haut en bas en alternance, en un mouvement saccadé (comme illustré à la figure P-9). L'activité devrait débuter lentement, puis s'accélérer au fur et mesure que les cadets s'habituent au mouvement.
4. Demander au marcheur de maintenir un pas régulier entre les lignes.
5. Si le temps le permet, demander à autant de marcheurs que possible de passer entre les lignes.

MESURES DE SÉCURITÉ

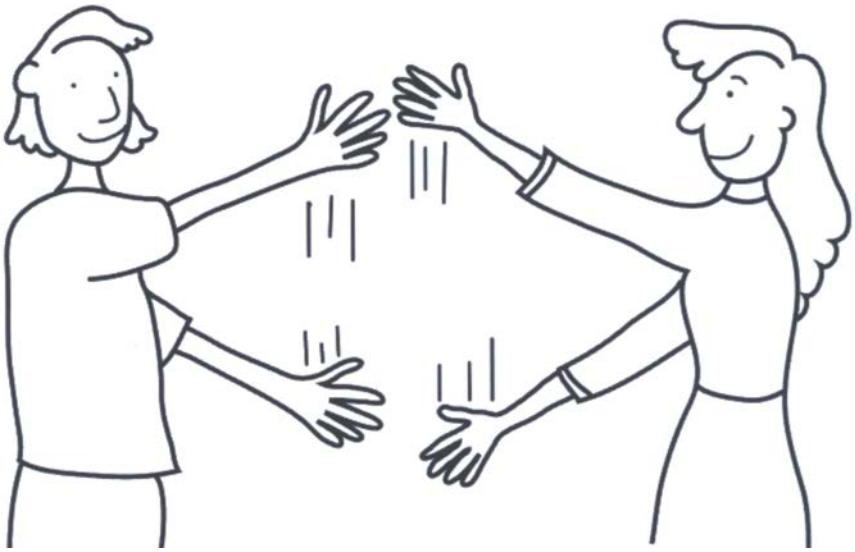
Expliquer les considérations de sécurité suivantes au groupe :

- Les cadets balançant les bras doivent s'assurer de ne pas toucher le marcheur.
- Les marcheurs doivent s'assurer de garder les yeux ouverts.
- Ils doivent aussi s'assurer de maintenir un pas régulier lorsqu'ils marchent entre les lignes.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 136 et 137). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



M. Collard, No Props: Great Games With No Equipment, Project Adventure, Inc. (page 136)

Figure P-9 Découper et trancher

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**

L'APPEL DE L'ORIGNAL — **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un par cadet).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets de former deux lignes l'une en face de l'autre. Les cadets se faisant face deviendront partenaires. S'il y a un nombre impair de cadets, former un groupe de trois personnes.
2. Attribuer un ensemble apparié de mots à chaque groupe, à partir de la liste suivante (ou demander aux cadets de trouver rapidement leur propre ensemble de mots appropriés) :
   (a) beurre d'arachides,
   (b) Coca-Cola,
   (c) sel et poivre,
   (d) gomme à bulles,
   (e) patates frites,
   (f) Ken-Barbie,
   (g) Power-Rangers,
   (h) Batman-Robin,
   (i) Cric-crac-croc,
   (j) Ams, tram, gram.
3. Demander aux lignes de cadets de se rendre à des côtés opposés du secteur d'entraînement. Demander aux groupes de se tourner le dos et bander les yeux de tous les cadets. Chaque groupe se mêlera aux autres participants.
4. Au signal, demander aux cadets de commencer l'activité en criant le mot de leur partenaire. Par exemple, si le mot est « arachides », un cadet doit crier « beurre » et son partenaire doit répondre par « arachides » jusqu'à ce qu'ils se retrouvent.
5. Une fois toutes les paires formées, leur demander de s'asseoir ensemble, d'enlever leurs bandeaux et d'attendre que tous les cadets aient trouvé leur partenaire.

MESURES DE SÉCURITÉ

Demander aux cadets d'étendre les bras en avant de leur torse avec les paumes vers l'avant et les coudes vers l'intérieur pour éviter qu'ils se heurtent à quelque chose. Les cadets doivent se déplacer avec précaution pour éviter de se heurter à quelqu'un ou à quelque chose.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 126 et 127). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
TOUCHER-SENTIR	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert (de préférence, un espace à l'extérieur qui comporte beaucoup d'obstacles),
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires;
2. Bander les yeux d'un cadet par paire et demander à l'autre cadet de le guider verbalement vers un objet qui se trouve à au moins 40 à 50 m (130 à 160 pieds) de leur point de départ.
3. Une fois que les cadets sont arrivés à l'objet (p. ex., un arbre distinctif, un tronc d'arbre tombé, une roche, etc.), accorder une minute au cadet aux yeux bandés pour qu'il se familiarise avec l'objet. Inciter le cadet à le toucher et à le sentir.
4. Demander au cadet sans bandeau de guider son partenaire vers le point de départ; de préférence, en évitant de le faire en ligne droite.
5. Une fois les cadets revenus au point d'arrivée, enlever le bandeau.
6. Demander au cadet qui a eu les yeux bandés de trouver l'objet qui lui a été présenté lorsqu'il avait les yeux bandés. Demander à son partenaire de l'accompagner pendant qu'il essaie de trouver l'objet, mais sans lui donner d'indices.
7. Si le temps le permet, demander aux cadets d'inverser les rôles.

MESURES DE SÉCURITÉ

Le cadet sans bandeau doit assurer la sécurité du cadet aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-934387-05-2) Collard, M. (2005). *No Props: Great Games With No Equipment*. (pages 122 et 123). Beverly, Massachusetts, Project Adventure, Inc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
CONSTRUCTION AVEUGLE	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets),
- des blocs de construction (au moins 40).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en deux groupes égaux. Bander les yeux des cadets d'un groupe.
2. Construire une structure avec la moitié des blocs pendant que les cadets sans bandeau observent. Leur accorder une minute pour étudier la structure.
3. Cacher la structure et éparpiller l'autre moitié des blocs sur le sol.
4. Demander aux cadets sans bandeau de guider les cadets aux yeux bandés pour qu'ils construisent la même structure. Les cadets sans bandeau ne doivent toucher à aucun bloc de construction.
5. Une fois la structure terminée, demander aux cadets d'enlever leur bandeau. Dévoiler au groupe à quel point sa structure se rapproche de l'original.
6. Si le temps le permet, demander aux cadets d'inverser les rôles.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 66 et 67). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE — **ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**

LES PHARES — **DURÉE :** 10 à 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert,
- divers obstacles (p. ex., pupitres, chaises, boîtes, caisses, cônes, etc.),
- un bandeau pour les yeux,
- des bonbons emballés (un par phare).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Répartir des obstacles dans le secteur d'entraînement.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander à un cadet de se porter volontaire pour jouer le rôle du « navire de charge ». Lui bander les yeux.
2. Demander à trois ou quatre cadets de se tenir debout à divers endroits entre les obstacles. Ils joueront chacun le rôle de « phare ».
3. Donner au « navire de charge » trois ou quatre bonbons emballés.
4. Expliquer que le but de chaque « phare » est de guider le « navire de charge » sur les eaux agitées (course à obstacles) pour que les marchandises (bonbons emballés) lui soient livrées sans encombre.
5. Demander au « phare » qui est le plus près du point de départ de guider verbalement le « navire de charge » vers lui. Si la manœuvre réussit, le « navire de charge » doit remettre les marchandises (un bonbon) à cette personne.
6. Demander à chaque « phare » de guider le « navire de charge » vers lui tour à tour pendant son parcours sur les eaux agitées (obstacles).
7. À un instant donné, seul le « phare » vers lequel se dirige le « navire de charge » est autorisé à lui donner des instructions. Si le « navire de charge » risque de s'écraser contre un obstacle, le phare qui le guide ne recevra pas sa cargaison de marchandises. De plus, si le « phare » ne réussit pas à le guider vers lui et qu'il passe tout droit, il ne recevra pas sa cargaison de marchandises, et le prochain « phare » prendra le relais.
8. Si le temps le permet, demander aux cadets de changer de position et de jouer différents rôles.

MESURES DE SÉCURITÉ

Les cadets jouant le rôle de « phare » doivent assurer la sécurité du cadet jouant le rôle du « navire de charge », tout au long de l'activité.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 88 et 89). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**ACTIVITÉS DE RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE**
JEU DU CHAT GUIDÉ	**DURÉE :** 15 min

RESSOURCES

- un grand espace ouvert exempt d'obstacles,
- des bandeaux pour les yeux (un pour deux cadets).

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Délimiter la zone de jeu.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires; Bander les yeux d'un cadet par paire.
2. Désigner une paire pour jouer le rôle du « chat ».
3. Demander aux cadets aux yeux bandés d'essayer de toucher quelqu'un pendant que leur partenaire les guide verbalement tout au long du jeu. Les cadets doivent marcher, et non courir. Le cadet sans bandeau de l'équipe du « chat » doit tenter de guider son partenaire pour qu'il touche quelqu'un. Les autres cadets sans bandeau doivent tenter de guider leur partenaire pour qu'il s'éloigne du cadet de l'équipe du « chat ».
4. À la mi-temps, demander aux cadets d'inverser les rôles.

MESURES DE SÉCURITÉ

- Les cadets sans bandeau doivent assurer la sécurité des cadets aux yeux bandés en tout temps pendant l'activité.
- Les cadets ne sont pas autorisés à courir.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

(ISBN 0-9662341-6-2) Jones, A. (1999). *Team-Building Activities for Every Group*. (pages 102 et 103). Richland, Washington, Rec Room Publishing.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

GUIDE DE PLANIFICATION DES ACTIVITÉES DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

ACTIVITÉS DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE	**Type : _____**
Nom de l'activité : _____	**DURÉE : _____** minutes
QUESTIONS ADRESSÉES À L'INSTRUCTEUR	
APPRÉCIATION DE L'EMPLOI DU TEMPS **Introduction :** **Conduite de l'activité :** **Rétroaction :**	
DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ	
INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ	
MESURES DE SÉCURITÉ	
QUESTIONS DE RÉTROACTION	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

FORMULAIRE D'AUTO-ÉVALUATION – DIRIGER UNE ACTIVITÉ DE PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

1. Comment vous êtes-vous senti après avoir dirigé une activité de promotion du travail d'équipe?

2. Comment vous sentiez-vous au sujet du travail d'équipe parmi les membres? Quel effet cela a-t-il eu sur votre expérience en dirigeant l'activité?

3. Selon vous, quels aspects se sont bien déroulés pendant que vous dirigiez l'activité? Selon vous, quels sont les aspects qui ne se sont pas bien déroulés? Pourquoi?

4. Que feriez-vous différemment si vous aviez une autre occasion de diriger une activité de promotion du travail d'équipe?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

PLAN DE PRÉSENTATION AU SUJET D'UN CHEF

Utiliser l'information et les techniques dont il a été question à l'OREN 309 (Enseigner une leçon, chapitre 9) pour donner la présentation.

Cette présentation constitue une autre occasion de pratiquer ses habiletés de présentation.

La durée de cette présentation doit être au minimum de 7 minutes et au maximum de 10 minutes. On pourra utiliser des notes pour donner la présentation, ainsi que du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, rétroprojecteur, projecteur multimédia, feuilles ou documents de cours).

La qualité ou le contenu de cette présentation ne sera pas évalués; toutefois, chaque cadet devrait s'efforcer de donner la meilleure présentation possible.

INTRODUCTION

- nom du chef,
- date et lieu de naissance,
- date de décès (s'il y a lieu),
- afficher une photo ou une illustration du chef (si possible),
- information au sujet de l'enfance du chef.

CORPS DE LA LEÇON

- éléments intéressants de la carrière du chef :
    - postes de responsabilité (s'il y a lieu),
    - incidents où ils ont exercé leur influence;
- les occasions où ils ont démontré leurs principales qualités de leadership et la façon dont ils l'ont fait;
- autres faits intéressants au sujet du chef.

CONCLUSION

- raisons pour lesquelles vous avez choisi ce chef,
- trois questions pour confirmer l'apprentissage de cette présentation,
- phrase finale résumant la présentation au sujet de ce chef.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-603/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-603-PF-002/A-CR-CCP-603-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.