



## INSTRUCTION COMMUNE

### GUIDE PÉDAGOGIQUE



### SECTION 8

## OCOM M108.08 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR MARCHER ET ARRÊTER AU PAS CADENCÉ

Durée totale :

30 min

### INTRODUCTION

#### INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Une liste complète des ressources nécessaires à l'enseignement de cet OCOM est présentée au chapitre 4 de la NQP. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au point d'enseignement pour lequel elles sont requises.

Avant de commencer l'enseignement de cette leçon, l'instructeur doit :

- réviser le contenu de la leçon et se familiariser avec la matière; et
- choisir la formation d'escouade la plus efficace pour la leçon enseignée. L'escouade peut former un seul rang, un demi-cercle ou encore un « U » au cours de l'instruction de l'exercice militaire élémentaire. (Nota : Tous les cadets **doivent** pouvoir bien voir toutes les démonstrations et les explications.)

#### DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

#### APPROCHE

Cette leçon est présentée à l'aide de la méthode d'instruction par démonstration et exécution. La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour permettre aux cadets de participer à une étude supervisée de la matière d'enseignement pratique. Cette méthode donne l'occasion à l'instructeur de présenter la matière, de démontrer et expliquer les procédures, et de superviser les cadets pendant la mise en pratique des compétences. Cette méthode se prête à tous les styles d'apprentissage.



L'instructeur doit acquérir et utiliser un vocabulaire de termes brefs et concis, afin de bien faire comprendre aux membres de l'escouade l'importance d'exécuter les mouvements de façon énergique. Par exemple, les mots « frapper », « forcer » et « saisir » donnent une idée du niveau d'énergie et de précision requis. Il ne doit en aucun cas proférer des jurons ou user de sarcasme à l'endroit d'une personne.

#### RÉVISION

La révision relative à cette leçon doit inclure :

- OCOM M108.07 (section 7).

- L'instructeur doit demander aux cadets d'exécuter les mouvements pour ouvrir et fermer les rangs et continuer à surveiller l'escouade jusqu'à ce qu'elle puisse exécuter les mouvements sans hésitation et avec facilité.

## OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit être en mesure de marcher et de s'arrêter au pas cadencé.

## IMPORTANCE

Comme membres du Mouvement des cadets du Canada (MCC), les cadets doivent effectuer les mouvements de l'exercice militaire à un niveau compétent, tout en développant de l'adresse, de l'esprit de corps, de la coordination physique et de la vigilance. Ces mouvements doivent être exécutés avec facilité et sans hésitation. S'assurer que les cadets se déplacent efficacement en groupe pour promouvoir la discipline, la vigilance, la précision, la fierté, la stabilité et la cohésion. Cela développe la base du travail d'équipe sur lequel compte le MCC.

---

### Point d'enseignement 1

### Marche au pas cadencé

Durée : 10 min

Méthode : Démonstration et exécution

---

## DÉMONTRER LES MOUVEMENTS COMPLETS EN COMPTANT LA MESURE



Il faut rappeler aux instructeurs qu'ils doivent donner l'exemple pendant l'exercice militaire à partir du moment où ils entrent sur le terrain de parade. Les mouvements de l'exercice militaire appropriés, combinés à un comportement professionnel, sont d'une importance considérable et doivent servir d'exemple tout au long de la période d'instruction.

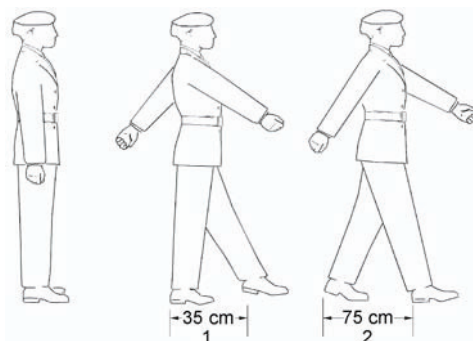
L'instructeur doit faire une démonstration complète des mouvements de l'exercice militaire en comptant la mesure. Un aide-instructeur ayant l'expérience pratique doit faire cette démonstration.

La démonstration doit être faite de diverses positions avantageuses, selon le besoin.

Les unités de cadets exécutent les mouvements et les exercices à pied au pas cadencé, au pas ralenti et au pas de gymnastique. Dans le cas de la marche au pas cadencé, la cadence est établie à 120 pas par minute. Toutes les unités de cadets doivent se pratiquer, être prêtes à exécuter les mouvements et à marcher aux cadences réglementaires avec d'autres unités de cadets.

Le pas cadencé peut être utilisé pendant de longues périodes et convient à l'exécution des tâches courantes.

La longueur réglementaire des pas est de 75 cm.



A-PD-201-000/PT-000, Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001

Figure 8-8-1 Marche au pas cadencé

### DÉMONTRER LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)



Pour faciliter l'instruction, les commandements de l'exercice militaire ont été divisés en mouvements distincts ou numéros. Les instructeurs doivent démontrer et expliquer chaque numéro.

Au commandement « EN DÉCOMPOSANT, PAS CADENCÉ, MARCHÉ, ESCOUADE – UN », le cadet doit exécuter la première partie de la marche au pas cadencé :

1. avancer le pied gauche en faisant un demi-pas et en soulevant la pointe du pied;
2. poser d'abord le talon au sol, en gardant la pointe du pied droit vers l'avant; et
3. en même temps, balancer le bras droit directement vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière, à la hauteur de la taille.

### FAIRE PRATIQUER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE

Faire pratiquer le premier mouvement par l'escouade collectivement, individuellement et collectivement.



Il est essentiel d'observer constamment les mouvements et de corriger toutes les erreurs. Il faut corriger les erreurs dès qu'elles se produisent.

### DÉMONTRER ET EXPLIQUER LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (DEUXIÈME NUMÉRO)

Au commandement « ESCOUADE – DEUX », le cadet doit exécuter la deuxième partie du mouvement :

1. continuer à marcher en faisant des pas de longueur réglementaire;
2. avancer les jambes alternativement en les déplaçant en ligne droite;
3. balancer les bras alternativement vers l'avant en ligne droite, à partir de l'épaule, de l'avant vers l'arrière, en gardant les mains fermées comme dans la position du garde-à-vous; et
4. garder l'alignement sur le flanc de direction.



Le flanc de direction représente la file ou le rang assigné par le commandant et vers lequel l'alignement doit se déplacer, lorsqu'il s'agit d'une escouade.

## FAIRE PRATIQUER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE

Faire pratiquer le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, individuellement et collectivement.

## FAIRE DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES

Au commandement « PAS CADENCÉ – MARCHÉ », les deux mouvements sont combinés. Les mouvements sont exécutés en comptant la mesure « gauche-droite-gauche ».

Les instructeurs doivent faire une démonstration complète et prévoir du temps pour la pratique.

### Point d'enseignement 2

### Halte au pas cadencé

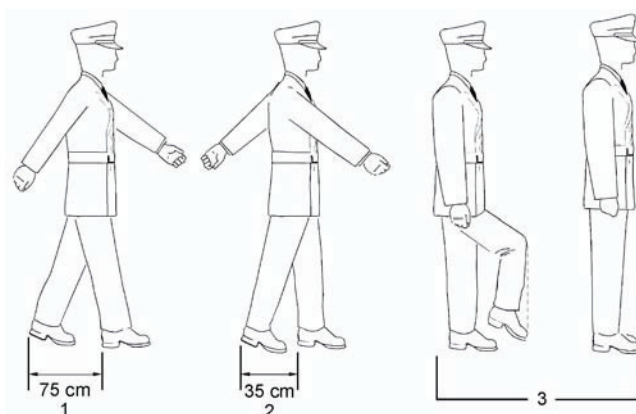
Durée : 15 min

Méthode : Démonstration et exécution

## DÉMONTRER LES MOUVEMENTS COMPLETS EN COMPTANT LA MESURE

L'instructeur doit faire une démonstration complète des mouvements de l'exercice militaire en comptant la mesure. Un aide-instructeur ayant l'expérience pratique doit faire cette démonstration.

La démonstration doit être faite de diverses positions avantageuses, selon le besoin.



A-PD-200-000/PT-000, Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes, 2001

Figure 8-8-2 Halte au pas cadencé

## DÉMONTRER LA PREMIÈRE PARTIE DU MOUVEMENT (PREMIER NUMÉRO)

Au commandement « EN DÉCOMPOSANT, HALTE, ESCOUADE – UN » donné lorsque le pied gauche est en avant et au sol, le cadet doit exécuter la première partie du mouvement :

1. retenir le mouvement vers l'avant en plaçant le pied droit à plat au sol, de façon naturelle, en utilisant le talon pour freiner; et
2. ramener le bras gauche vers l'avant et le bras droit vers l'arrière.

**FAIRE PRATIQUER LE PREMIER MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire pratiquer le premier mouvement par l'escouade collectivement, individuellement et collectivement.

**DÉMONTRER ET EXPLIQUER LA DEUXIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (DEUXIÈME NUMÉRO)**

Au commandement « ESCOUADE – DEUX », le cadet doit exécuter la deuxième partie du mouvement :

1. faire un demi-pas avec le pied gauche et le placer à plat au sol; et
2. ramener le bras droit vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière.

**FAIRE PRATIQUER LE DEUXIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire pratiquer le deuxième mouvement par l'escouade collectivement, individuellement et collectivement.

**DÉMONTRER ET EXPLIQUER LA TROISIÈME PARTIE DU MOUVEMENT (TROISIÈME NUMÉRO)**

Au commandement « ESCOUADE – TROIS », le cadet doit exécuter la troisième partie du mouvement :

1. fléchir le genou droit et le redresser à double temps; et
2. en même temps, ramener les bras le long du corps le plus rapidement possible et adopter la position du garde-à-vous.

**FAIRE PRATIQUER LE TROISIÈME MOUVEMENT PAR L'ESCOUADE**

Faire pratiquer l'escouade à exécuter le troisième mouvement collectivement, individuellement et collectivement.

**FAIRE DEUX DÉMONSTRATIONS COMPLÈTES ET FINALES**

Au commandement « ESCOUADE – HALTE », les trois mouvements sont combinés au pas cadencé. Les mouvements sont exécutés en comptant la mesure « un, un-deux ».

Les instructeurs doivent faire une démonstration complète et prévoir du temps pour la pratique.

---

**CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON**


---

Pour confirmer l'apprentissage de cette leçon, il faut faire pratiquer les cadets à exécuter, en escouade, les mouvements pour marcher et arrêter au pas cadencé, et insister sur les mouvements avec lesquels ils ont éprouvé de la difficulté pendant la leçon.

**Pratiquer les mouvements complets lorsque :**

- l'**instructeur** compte la mesure;
- l'**escouade** compte la mesure; et
- l'escouade **évalue** la mesure.

---

**CONCLUSION**


---

**DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE**

Les mouvements de l'exercice militaire sont des techniques à pratiquer individuellement, qui permettent au cadet de devenir plus efficace en tant que membre d'une unité. On encourage les cadets à pratiquer les

mouvements lorsque les occasions se présentent. Une rétroaction continue doit être donnée et prise en considération pendant tout l'exercice militaire.

### **MÉTHODE D'ÉVALUATION**

Le cadet doit participer à une cérémonie de revue annuelle conformément à l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ces mouvements seront utilisés pour la préparation et l'exécution de la cérémonie de revue annuelle.

### **OBSERVATIONS FINALES**

L'efficacité, la précision et la dignité sont des qualités qui distinguent l'exercice militaire des cadets. Ces qualités sont le fruit de l'autodiscipline et de la pratique. Elles assurent la cohésion et la fierté de l'unité. Un bon exercice, bien répété, surveillé attentivement et exigeant le plus haut degré de précision constitue un excellent exercice d'obéissance et de vivacité d'esprit. Un tel exercice définit la norme de l'exécution de toute tâche, tant pour l'individu que pour l'unité, et contribue à créer entre le commandant et ses subordonnés, la confiance mutuelle qui est une condition essentielle d'un bon moral. Les qualités personnelles développées sur le terrain de parade doivent se perpétuer à travers toutes les phases de la vie militaire des cadets.

### **COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR**

S.O.

---

### **DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE**

---

A0-002 A-PD-201-000/PT-000 DHP 3-2. (2001). *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*. Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.