



GUIDE DU CADET EN GARNISON

Page 04 - M101.01 – LES SYMBOLES DU CANADA

Page 11 - M103.01 – CARACTÉRISTIQUES ET TÂCHES D'UN BON SUIVEUR

Page 13 – M103.03 – PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

Page 14 - M107.02 – IDENTIFIER LES GRADES DES CADETS ET DES OFFICIERS DE L'ARMÉE

Page 17 - OCOM 402.06 – IDENTIFIER LES ÉCUSSENS ET MÉDAILLES DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

Page 29 - M107.03 – SUIVRE LES RÈGLES ET LES PROCÉDURES DE SALUT MILITAIRE

Page 31 - M107.04 – ÉNONCER LES OBJECTIFS ET LA DEVISE DU PROGRAMME DES CADETS DE L'ARMÉE

Page 33 - M107.05 – PORTER L'UNIFORME DE CADET DE L'ARMÉE

Page 48 - M108 - EXERCICE MILITAIRE

Page 51 - M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS GARDE À VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS

Page 54 - M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES

Page 56 - M108.03 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR TOURNER À LA HALTE

Page 57 - M108.04 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR RESSERRER LES RANGS VERS LA DROITE ET VERS LA GAUCHE

Page 58 - M108.05 – EXÉCUTER DES PAS VERS L'AVANT ET VERS L'ARRIÈRE

Page 59 - M108.06 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS REQUIS POUR L'ALIGNEMENT PAR LA DROITE

Page 61 - M108.07 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR OUVRIR ET FERMER LES RANGS

Page 62 - M108.08 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR MARCHER ET ARRÊTER AU PAS CADENCÉ

Page 64 - M108.09 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR MARQUER LE PAS, AVANCER ET ARRÊTER AU PAS CADENCÉ

Page 66 - M108.10 – EXÉCUTER UN SALUT EN MARCHANT

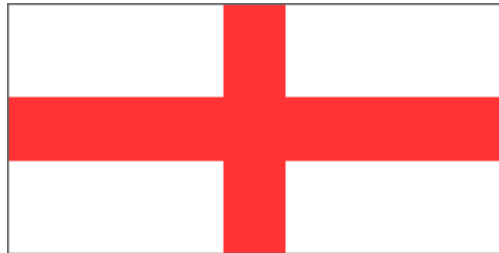
Page 67 - M108.11 – EXÉCUTER LE SALUT D’UNE ESCOUADE EN MARCHE

Page 68 - OCOM 401.15 - REJOINDRE LES RANGS ET QUITTER LES RANGS

M101.01 – LES SYMBOLES DU CANADA

LES PREMIERS DRAPEAUX DU CANADA

La croix de St-Georges



1577

Les origines de la croix de Saint-Georges remontent à la légende de saint Georges, patron de l'Angleterre au bas Moyen Âge. En 1274, durant le règne d'Édouard Ier, la croix rouge qui le représente est devenue emblème national courant de l'Angleterre. La croix de Saint-Georges apparaît pour la première fois au Canada dans une aquarelle de John White illustrant une escarmouche survenue entre un groupe d'explorateurs anglais et des Inuits, vraisemblablement sur l'île de Baffin, au cours de l'expédition de Frobisher, en 1577.

Le Fleur de Lis



1647

Lorsque Jacques Cartier accosta et pris possession des terres du nouveau monde au nom de la France en 1534, le Fleur de Lis a flotté comme symbole de la souveraineté française sur les terres de ce qui deviendra plus tard le Canada. Il a flotté jusqu'en 1760 lorsque la France céda la Nouvelle-France au Royaume-Uni.

Le drapeau royal de l'Union



1707-1801



1801-1965

Le drapeau royal de l'Union à deux croix est devenu le symbole officiel britannique au début des années 1760. Ce drapeau a flotté en sol canadien jusqu'à l'Acte d'union entre la Grande-Bretagne et l'Irlande en 1801 lorsque la croix diagonale de St-Patrick de l'Irlande y a été incluse. Cet ajout donna au drapeau royal de l'Union sa présente configuration.

Le Red Ensign canadien



1957-1965

Le Red Ensign canadien est un drapeau rouge avec le drapeau royal de l'Union dans le coin. Il a été créé en 1707 comme drapeau de la marine marchande britannique. Il a remplacé le drapeau royal de l'Union sur les édifices du gouvernement à l'étranger en 1924. À partir de 1945, il a flotté sur les édifices fédéraux au Canada jusqu'à l'adoption d'un nouveau drapeau national.

LE DRAPEAU NATIONAL ACTUEL DU CANADA



1965

Le drapeau à feuille d'érable rouge et blanc a remplacé le Red Ensign canadien le 15 février 1965. La feuille d'érable était un emblème national du Canada depuis 1860 et a été considérée comme un symbole approprié pour le drapeau national actuel. Pendant les croisades, deux couleurs différentes distinguaient la France et l'Angleterre : le blanc pour l'Angleterre et le rouge pour la France. Tout au long de l'histoire, le rouge et le blanc ont fait partie des couleurs de la France et de l'Angleterre. En 1921, le rouge et le blanc ont été approuvés comme couleurs officielles du Canada dans la proclamation des Armoiries royales.

L'HYMNE NATIONAL DU CANADA

Le « O Canada » a été proclamé l'hymne national du Canada le 1er juillet 1980. Il a été joué pour la première fois en public 100 ans auparavant le 24 juin 1880. La musique a été composée par Calixa Lavallée. Les paroles ont été écrites par Sir Adolphe-Basile Routhier. Les paroles de la version anglaise officielle ont été écrites par le juge Robert Stanley Weir en 1908. En 1968, un comité mixte spécial du Sénat et de la Chambre des communes apporta des modifications aux paroles de la version anglaise. Les paroles originales en français sont demeurées inchangées.



LES ARMOIRIES DU CANADA



L'écu



L'écu qui représente les origines du Canada est orné des trois lions royaux de l'Angleterre, du lion royal de l'Écosse, de la Fleur de Lis royale de la France et de la harpe royale irlandaise de Tara. Toutes ces nations ont joué un rôle intégral à l'établissement du Canada. Au bas de l'écu figure un rameau portant trois feuilles d'érable représentatif de tous les Canadiens et Canadiennes quelles que soient leurs origines.

Le ruban



Le ruban a été ajouté aux armoiries du Canada le 12 juillet 1994. Il porte la devise de l'Ordre du Canada qui se lit comme suit en latin : *Desiderantes Meliorem Patriam*. Elle se traduit en français par « Ils aspirent à une patrie meilleure ».

Le cimier



Le cimier est formé d'un tortil de soie rouge et blanche sur lequel se tient un léopard (le lion passant la tête de front se nomme léopard en terminologie héraldique française) d'or couronné et tenant dans sa patte droite une feuille d'érable rouge. Le lion est un symbole de bravoure et de courage. Le cimier est le symbole de la souveraineté du Canada.

Les supports



Les supports sont placés de chaque côté de l'écu. Du côté droit de l'écu, un lion tient une lance d'argent, à pointe d'or, déployant le drapeau royal de l'union. Du côté gauche de l'écu, une licorne tient une lance où est déployée la bannière de la France royaliste. Les deux bannières représentent les deux peuples fondateurs principaux qui ont établi les lois et les coutumes du Canada.

La devise



La devise se lit : A mari usque ad mare (« D'un océan à l'autre »). Elle a d'abord été utilisée pour la première fois en 1906 au cours d'une session de l'Assemblée législative de la Saskatchewan. Elle fut proposée comme nouvelle devise pour les armoiries du Canada et devint officielle lorsque les armoiries ont été proclamées en 1921.

Les quatre emblèmes floraux



Les quatre emblèmes floraux sont la rose anglaise, le chardon écossais, le trèfle irlandais et la Fleur de Lis française. Ils sont situés à la base des armoiries et représentent les symboles royaux.

La couronne impériale



La couronne impériale surmonte les armoiries du Canada et indique la présence d'un souverain comme chef d'État du Canada.

LA FEUILLE D'ÉRABLE DU CANADA



La feuille d'érable a commencé à servir de symbole en terre canadienne vers 1700. En août 1860, la feuille d'érable a été adoptée comme emblème national du Canada pour servir de décoration pendant la visite du Prince de Galles. À l'avènement de la confédération en 1867, le maître d'école de Toronto Alexander Muir a composé la chanson de la confédération du Canada, *The Maple Leaf Forever*. Plusieurs régiments pendant la Première Guerre mondiale et la Deuxième Guerre ont porté des uniformes ornés de la feuille d'érable lorsqu'ils étaient outre-mer. La feuille d'érable a été incluse au drapeau national du Canada en 1965.

M103.01 – CARACTÉRISTIQUES ET TÂCHES D’UN BON SUIVEUR

Les quatre responsabilités d’un suiveur au sein d’une équipe :

RESPECTER LE CHEF ET LES AUTRES MEMBRES DE L’ÉQUIPE

La capacité de travailler avec d’autres personnes au sein d’une équipe est une compétence utile. Le respect sincère envers les autres est un excellent atout. Pour être un membre efficace au sein d’une équipe, il faut respecter ce que le chef demande à l’équipe de faire. Il est également important de respecter l’opinion et les points de vue des autres membres de l’équipe.

COLLABORER AVEC LES AUTRES

Pour qu’une équipe atteigne un objectif de façon efficace, les membres doivent unir leurs efforts. Par le biais de la collaboration, il est possible de mieux atteindre les objectifs que de travailler seul.

RECONNAÎTRE SES ERREURS ET APPRENDRE PAR L’EXPÉRIENCE

Au sein d’une équipe, il faut être capable de reconnaître ses torts et d’apprendre de ses erreurs. Cela permet de renforcer l’équipe et d’obtenir de meilleurs résultats.

ACCEPTER LES CRITIQUES CONSTRUCTIVES

La critique constructive consiste en des observations ou des pensées sur la façon d’améliorer l’exécution d’une tâche. Les chefs donnent souvent des critiques constructives aux membres de l’équipe. Ces critiques sont données en vue d’aider les membres à se perfectionner au sein de l’équipe et à devenir ultérieurement un chef. Les membres de l’équipe doivent apprendre à accepter ces critiques et de les utiliser favorablement.

Les cinq responsabilités d’un suiveur au sein d’une équipe :

ASSUMER LA RESPONSABILITÉ

Les membres d’une équipe doivent être prêts à assumer la responsabilité selon les besoins. Le chef de l’équipe délègue souvent des tâches aux membres de l’équipe et compte sur eux pour être prêt et disposé à assumer la responsabilité.

ÊTRE HONNÊTE

Les membres d’une équipe doivent être honnêtes avec les autres membres. La plupart des personnes ont confiance et veulent travailler avec une personne fiable. L’honnêteté est une qualité importante chez un bon suiveur. Pour atteindre les objectifs, les membres de l’équipe doivent se faire confiance et être honnêtes.

ACCEPTER LES AUTRES MEMBRES DE L'ÉQUIPE POUR QUI ILS SONT

Il est important d'être sensible aux désirs et aux besoins des autres personnes et aux changements de ces désirs et besoins. L'acceptation et la compréhension des différences de caractère individuel permettent au groupe de communiquer et de travailler ensemble.

CONNAÎTRE LE TRAVAIL ET ÊTRE PRÊT

Un bon suiveur doit bien connaître les buts du groupe. Un suiveur efficace doit être organisé et prêt.

COMMUNIQUER CLAIREMENT AVEC LES AUTRES

Un suiveur doit être en mesure de comprendre et de communiquer avec le chef et les autres membres de l'équipe. La communication se fait dans les deux sens, soit écouter et parler. La capacité d'écouter les autres est essentielle pour recevoir les renseignements appropriés et mettre en œuvre la stratégie établie pour l'équipe.

M103.03 – PROMOTION DU TRAVAIL D'ÉQUIPE

CARACTÉRISTIQUES D'UNE ÉQUIPE QUI RÉUSSIT BIEN

Communication.

Une communication claire est essentielle à un travail d'équipe efficace. Les membres d'une équipe doivent se sentir à l'aise de partager leurs idées et leurs préoccupations avec les autres membres et le chef.

Coopération et support mutuel.

Il est difficile d'être innovateur lorsque l'on n'est pas certain de la façon dont les autres réagiront à ses idées. Les membres d'une équipe doivent être conscients que même si des personnes sont en désaccord, elles s'objectent à ces idées et non à la personne qui les présente. Les membres d'une équipe doivent avoir droit à un certain degré de confiance qui restreint les coups bas, le commérage et les comportements négatifs destinés uniquement à faire mal paraître quelqu'un.

Partage d'un but commun.

Lorsqu'une équipe comprend le but d'une tâche, la motivation est accrue à travailler ensemble pour l'accomplir.

Esprit de corps élevé.

Lorsque chaque membre d'une équipe possède un sens de fierté et d'appartenance à l'équipe, il est plus probable que chacun voudra faire partie de l'équipe. Ce sens d'appartenance donne au groupe une meilleure cohésion et un désir de travailler ensemble afin d'accomplir la tâche.

AVANTAGES D'UN TRAVAIL D'ÉQUIPE EFFICACE

Inclure chaque personne et s'assurer d'un meilleur résultat.

Au sein d'une équipe, les personnes sentent que leur contribution est précieuse. Un rendement de groupe marqué est tributaire des efforts marqués de chacun. Lorsque des personnes travaillent ensemble afin d'accomplir une tâche, différentes idées et opinions se marient pour produire un résultat solide.

Les tâches sont plus faciles lorsque plus de personnes y participent.

Lorsque la responsabilité et la charge de travail sont partagées parmi les membres d'une équipe et que l'équipe travaille ensemble pour s'assurer que chacun demeure sur la bonne voie, l'équipe pourra apporter son soutien à ceux qui en ont besoin.

Accroître et améliorer la communication.

Le travail d'équipe est une occasion d'interagir de façon nouvelle en tissant des liens et en établissant la communication avec de nouvelles personnes. La communication est la clé permettant d'assurer que les membres assument leur rôle en exécutant la tâche.

M107.02 – IDENTIFIER LES GRADES DES CADETS ET DES OFFICIERS DE L'ARMÉE

Le grade est un système de notation de préséance et de commandement au sein des organismes militaires. Les flèches en or sont connues sous le nom de « chevrons ». Plus il y a de chevrons, plus le niveau de préséance de la personne est élevé.

Ces chevrons sont portés sur la partie supérieure du bras, sur la manche droite de la veste d'uniforme.



SOLDAT (sdt)



CAPORAL (cpl)



CAPORAL-CHEF (cplc)



SERGENT (sat)

Le programme des cadets utilise le terme « **lance-caporal (lcpl)** » pour désigner un sdt.

Les corps de cadets affilié aux régiments d'ingénieurs utilise le terme « **sapeur** » pour désigner un sdt.

Les corps de cadets affilié aux régiments de blindés utilise le terme « **cavalier** » pour désigner un sdt.

Les corps de cadets affilié aux régiments de gardes utilise le terme « **garde** » pour désigner un sdt.

Dans les corps de cadets affiliés aux régiments d'artillerie, les termes suivants sont utilisés :

« **artilleur** » désigne un soldat;

« **bombardier** » désigne un caporal; et

« **bombardier-chef** » désigne un caporal-chef.



ADJUDANT (adi)



ADJUDANT-MAÎTRE (adjum)



ADJUDANT-CHEF (adjuc)

La couronne « St. Edwards » représente le grade d'adjutant (adj).

La couronne « St. Edwards » entourée de feuilles de laurier représente le grade d'adjutant-maître (adjum).

Les armoiries du Canada représentent le grade d'adjutant-chef (adjuc).

Ces grades sont portés au bas de la manche du bras droit sur la veste d'uniforme.

CRITÈRES POUR LES GRADES DES CADETS DE L'ARMÉE

La promotion aux grades est un modèle de progression selon lequel les compétences des cadets dans le cadre du programme d'instruction peuvent être reconnues et ceux-ci peuvent se voir accorder des possibilités appropriées d'avancement. La promotion n'est pas automatique et un cadet peut se voir accorder une seule promotion à la fois.

Pour être promu la première étape est toujours d'avoir la recommandation de l'officier cmdt de peloton. Avoir un bon taux de présence et participer positivement aux activités facilitera la recommandation.

Lance-caporal: un cadet doit participer à sa première année d'instruction pendant cinq mois;

Caporal: détenir le grade de Lcpl et réussir la première année d'instruction (niveau vert);

Caporal-chef: compter au moins six mois de service au grade de cpl et avoir réussi la deuxième année d'instruction (niveau rouge);

Sergent: compter au moins six mois de service au grade de cplc et avoir réussi la troisième année d'instruction (niveau argent);

Adjudant: compter au moins six mois de service au grade de sgt, avoir réussi la quatrième année d'instruction (niveau or) et avoir atteint une compétence accrue dans la plupart des domaines y compris le leadership et les techniques d'instruction;

Adjudant-maître: compter au moins six mois de service au grade d'adj et voir sa candidature retenue à la suite du processus du conseil de mérite;

Adjudant-chef: compter au moins six mois de service au grade d'adjum et voir sa candidature retenue à la suite du processus du conseil de mérite.

GRADES D'OFFICIERS

Dans les Forces armées canadiennes (FAC), les grades indiquent la place des personnes au sein de la structure hiérarchique. Comme dans une grande société, les personnes sont promues à mesure qu'elles se voient attribuer des responsabilités et des pouvoirs supplémentaires.

OFFICIERS SUBALTERNES ET ÉLÈVES-OFFICIERS



OFFICIERS SUPÉRIEURS

Dans les officiers supérieurs seul les Colonels portes des hausse-col rouge.



OFFICIERS GÉNÉRAUX

Les Généraux portes des hausse-col rouge avec des feuilles dorées.



OCOM 402.06 – IDENTIFIER LES ÉCUSSENS ET MÉDAILLES DES CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

MÉDAILLES

La médaille de bravoure est décernée aux personnes qui ont fait preuve d'une bravoure exceptionnelle dans une situation dangereuse afin de sauver la vie ou les biens d'une autre personne.

La médaille de l'Association canadienne pour les causes humanitaires est décernée aux personnes qui ont sauvé ou essayé de sauver une vie; il existe une médaille d'argent et une médaille de bronze.

La médaille de lord Strathcona est décernée aux personnes qui font preuve d'une grande compétence dans les techniques que les cadets de l'Armée doivent posséder. Une médaille peut être décernée par corps de cadets à chaque année.

La médaille d'excellence de la Légion royale canadienne est décernée aux personnes qui font preuve d'un engagement supérieur envers leur corps et leur communauté. Une médaille peut être décernée par corps de cadets à chaque année, deux si le corps de cadets compte plus de cent membres.

La médaille du mérite de l'ANAVETS (Anciens combattants de l'armée, de la marine et des forces aériennes) est décernée pour le rendement global manifesté à l'occasion d'un cours de cadet-instructeur. Une médaille est décernée par cours d'instructeur et par centre d'entraînement d'été à chaque année.

La distinction honorifique du major-général W. A. Howard sert à reconnaître les cadets qui terminent la formation de niveau 4 (étoile d'or) avec des résultats exceptionnels et qui font preuve de qualités remarquables d'engagement et de leadership. Seulement une médaille par province ou territoire peut être remise chaque année.

La médaille de service est décernée pour 4 ans de services honorables sans infractions sérieuses au sein du programme des cadets, une barette est ajoutée pour chaque année supplémentaire.



**MÉDAILLE DE LA LÉGIION
ROYALE CANADIENNE**



**MÉDAILLE
STRATHCONA**



**MÉDAILLE MGEN
W.A. HOWRAD**



**MÉDAILLE DE SERVICE
4 ANS ET PLUS**



MÉDAILLE DE LA BRAVOURE



MÉDAILLE ANAVETS

ÉCUSSENS DU PROGRAMME DE L'ÉTOILE

SÉLECTION DU NIVEAU D'ÉTOILE INITIAL (OAIC 40-01, Anx F)

- (1) Tous les cadets, sans exception, seront initialement inscrits au niveau vert,
- (2) Les cadets qui se joignent à l'âge de 12 ans doivent débiter leur instruction à l'étoile verte,
- (3) Les cadets qui se joignent à l'âge de 13 ans peuvent être accélérés à l'étoile rouge s'ils atteignent l'âge de 14 ans avant le 1 septembre de l'année d'instruction suivante et l'évaluation initiale détermine que ceci serait bénéfique pour eux,
- (4) les cadets qui se joignent à l'âge de 14 ans peuvent être accélérés à l'étoile rouge si l'évaluation initiale détermine que ceci serait bénéfique pour eux, ou peuvent être accélérés à l'étoile argent s'ils atteignent l'âge de 15 ans avant le 1 septembre de l'année d'instruction suivante et l'évaluation initiale détermine que ceci serait bénéfique pour eux, et
- (5) les cadets qui se joignent à l'âge de 15 ans ou plus devraient normalement être accélérés à l'étoile argent.

NIVEAU D'ÉTOILE

Pour réussir un niveau d'étoile le cadet doit atteindre des objectifs de rendements (OREN) spécifique au niveau. Le commandant du corps de cadets peut allouer des dérogations pour l'atteinte de certain objectifs à ça discretion, pour pallier a des situations particulières. Aussi un taux de présence de 60% aux activités obligatoires ainsi que la participation aux exercices en campagne est normalement requis pour réussir un niveau d'étoile.



ÉTOILE VERTE



ÉTOILE ROUGE



ÉTOILE ARGENT



ÉTOILE DORÉE



CADET-MAÎTRE

ÉTOILE NATIONAL D'EXCELLENCE

L'ENE (OAIC 47-02) n'est pas un niveau d'entraînement. Il s'agit d'un système de reconnaissance basé sur le mérite qui fonctionne en parallèle des niveaux d'entraînement. Presque tout ce que vous faites comme cadet à partir du niveau argent sera pris en considération et vous vaudra des points.



ENE NIV.1



ENE NIV.2



ENE NIV.3



ENE NIV.4

PROGRAMME DE TIR DES CADETS

Pour vous qualifier vous devez faire un tir de groupement de cinq plombs à une distance de dix mètres à l'intérieur d'un cercle d'un diamètre particulier sur deux cible différentes à l'intérieur d'une période d'un an.

Tireur d'élite: diamètre de 3 cm;

Tireur d'élite première classe: diamètre de 2.5 cm;

Tireur expert: diamètre de 2 cm;

Tireur émérite: diamètre de 1.5 cm.



TIREUR D'ÉLITE



TIREUR 1ère CLASSE



TIREUR EXPERT



TIREUR EMERITE

D'autres écussons ou épinglettes peuvent être reçu à travers les compétitions de tir, de biathlon ainsi que sur les camps et échanges reliés au tir.



BRONZE (Zone)



ARGENT (Provincial)



OR (National)



**CHAMPIONNAT NATIONAL DE TIR
PRIX CLÉMENT TREMBLAY - CATÉGORIE JUNIOR
PRIX VANPLEW - CATÉGORIE OUVERTE**



BIATHLON BRONZE



BIATHLON ARGENT



BIATHLON OR



**CHAMPIONNAT NATIONAL DE BIATHLON
PRIX MYRIAM BEDARD - BENJAMINS
PRIX NIKKI KEDDIE - JUNIORS
PRIX JEAN-PHILIPPE LE GUELLEC - SENIORS**



**TOP 50
COURS DE CHEF
TIREUR D'ÉLITE**



**ÉQUIPE NATIONAL DE TIR
(ENT)**



**PRIX DU
LGEN BELZILE**

MUSIQUE

Pour se mériter un écussons de musique un cadet doit satisfaire au notions musicaux théoriques et pratiques détaillé dans l'A-CR-CCP-910/PG-002.

Tambour-major / Cornemuseur-major:

(1) Il n'existe aucune condition d'instruction, musicale ou de corps, préalable à ce poste. La nomination d'un cadet au poste de tambour-major est laissée à la discrétion du cmdt.

(2) L'insigne de nomination de musique n'est porté que pour la durée de la nomination du cadet en tant que cornemuseur-major ou tambour-major et doit être enlevé lorsque le cadet n'occupe plus ce poste.

(OAIC 55-04, Anx E)



MUSIQUE DE BASE



MUSIQUE Niv.1



MUSIQUE Niv.2



MUSIQUE Niv.3



MUSIQUE Niv.4



MUSIQUE Niv.5



TAMBOUR MAJOR



CORNEMUSEUR MAJOR

SECOURISME

Le cour de secourisme d'urgence est donné pendant l'année d'instruction au corps de cadets, le cour de secourisme générale est donné lors d'un camp d'instructeur (6 semaines).



SECOURISME D'URGENCE



SECOURISME GÉNÉRAL

NECPC – Normes d'évaluation de la condition physique des cadets



NECPC BRONZE



NECPC ARGENT



NECPC OR



NECPC EXCEL.

Les cadets doivent atteindre tout les objectifs d'un niveau, sauf un au choix (le test de course navette ne peut jamais être éliminé de cette façon), selon leur age et leur sexe pour mériter ce niveau.

NORMES DES NIVEAUX DU VOLET « MOTIVATION » DU PROGRAMME D'ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE DES CADETS – GARÇONS

Le test de course navette de 20 m					Demi-redressement assis (nombre de redressements effectués)				Pompes (nombre de pompes effectuées)			
Âge	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.
12	32-44	45-57	58-71	72 +	18-23	24-29	30-35	36 +	10-12	13-15	16-19	20 +
13	41-54	55-68	69-82	83 +	21-26	27-32	33-39	40 +	12-15	16-19	20-24	25 +
14	41-54	55-68	69-82	83 +	24-30	31-37	38-44	45 +	14-18	19-23	24-29	30 +
15	51-64	65-78	79-93	94 +	24-30	31-38	39-46	47 +	16-21	22-27	28-34	35 +
16	61-71	72-82	83-93	94 +	24-30	31-38	39-46	47 +	18-22	23-28	29-34	35 +
17	61-75	76-90	91-105	106 +	24-30	31-38	39-46	47 +	18-22	23-28	29-34	35 +
18	72-82	83-93	94-105	106 +	24-30	31-38	39-46	47 +	18-22	23-28	29-34	35 +
Élévation du tronc (en cm)					Flexion du tronc vers l'avant (en cm)				Étirement de la coiffe des rotateurs de l'épaule			
Âge	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.
12	23	25	28	30	20	20	20	20	Les cadets doivent être en mesure de joindre le bout des doigts derrière leur dos et ce, des deux côtés.			
13	23	25	28	30	20	20	20	20				
14	23	25	28	30	20	20	20	20				
15	23	25	28	30	20	20	20	20				
16	23	25	28	30	20	20	20	20				
17	23	25	28	30	20	20	20	20				
18	23	25	28	30	20	20	20	20				

NORMES DES NIVEAUX DU VOLET « MOTIVATION » DU PROGRAMME D'ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE DES CADETS – FILLES

Le test de course navette de 20 m					Demi-redressement assis (nombre de redressements effectués)				Pompes (nombre de pompes effectuées)			
Âge	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.
12	15-22	23-31	32-40	41 +	18-21	22-26	27-31	32 +	7-8	9-11	12-14	15 +
13	23-31	32-40	41-50	51 +	18-21	22-26	27-31	32 +	7-8	9-11	12-14	15 +
14	23-31	32-40	41-50	51 +	18-21	22-26	27-31	32 +	7-8	9-11	12-14	15 +
15	32-37	38-43	44-50	51 +	18-22	23-28	29-34	35 +	7-8	9-11	12-14	15 +
16	32-40	41-50	51-60	61 +	18-22	23-28	29-34	35 +	7-8	9-11	12-14	15 +
17	41-46	47-53	54-60	61 +	18-22	23-28	29-34	35 +	7-8	9-11	12-14	15 +
18	41-50	51-60	61-71	72 +	18-22	23-28	29-34	35 +	7-8	9-11	12-14	15 +
Élévation du tronc (en cm)					Flexion du tronc vers l'avant (en cm)				Étirement de la coiffe des rotateurs de l'épaule			
Âge	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.	Bronze	Argent	Or	Exc.
12	23	25	28	30	25	25	25	25	Les cadets doivent être en mesure de joindre le bout des doigts derrière leur dos et ce, des deux côtés.			
13	23	25	28	30	25	25	25	25				
14	23	25	28	30	25	25	25	25				
15	23	25	28	30	30	30	30	30				
16	23	25	28	30	30	30	30	30				
17	23	25	28	30	30	30	30	30				
18	23	25	28	30	30	30	30	30				

CAMPS D'ÉTÉ

Un certain nombre de camps sont alloués au corps de cadets à chaque année, des camps de deux semaines (instruction général), trois semaines (cours élémentaire) et six semaines (cours d'instructeur, échanges et emplois). Certains camps demandent des prérequis au niveau de la condition physique (NECPC). Un bon taux de présence au cours de l'année d'instruction et une participation positive aux activités augmentera vos chances d'être sélectionné pour un camp.



COURS D'INSTRUCTION GÉNÉRAL



**LEADERSHIP
ÉLÉMENTAIRE**



**INSTRUCTEUR D'EXERCICE
MILITAIRE ET CÉRÉMONIAL**



**EXPÉDITION
ÉLÉMENTAIRE**



INSTRUCTEUR D'EXPÉDITION



**LEADERSHIP
ET DEFI**



**CONDITIONNEMENT PHYSIQUE
ET SPORT ÉLÉMENTAIRE**



**INSTRUCTEUR DE
CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE ET SPORT**



TIR DE PRÉCISION ÉLÉMENTAIRE



INSTR. TIR DE PRÉCISION CARABINE AIR COMPRIMÉ



TIR DE PRÉCISION GROS CALIBRE PHASE 1



TIR DE PRÉCISION GROS CALIBRE PHASE 2



MUSIQUE MILITAIRE - MUSICIEN ÉLÉMENTAIRE



MUSIQUE MILITAIRE - MUSICIEN INTERMÉDIAIRE



MUSIQUE MILITAIRE - MUSICIEN AVANCÉ



CORPS DE CORNEMUSE - MUSICIEN ÉLÉMENTAIRE



CORPS DE CORNEMUSE - MUSICIEN INTERMÉDIAIRE



CORPS DE CORNEMUSE - MUSICIEN AVANCÉ



CADET-CADRE



ÉCHANGE DES CADETS
DE L'ARMÉE



FEUILLE D'ÉRABLE
ANGLETERRE



SURPASSEMENT DE
SOI PAYS DE GALLES



SURPASSEMENT DE
SOI ÉCOSSE



PARACHUTISME

ÉPINGLETTES

Un cadet peut recevoir ces épinglettes en participant au expédition régionale, nationale ou internationale à travers le programme des cadets et en participant au programme du Duc d'Édimbourg. Contacter vos officiers pour plus d'information.

La Citation pour cadets peut être décernée à un cadet pour avoir accompli un acte de bravoure en tentant de sauver la vie ou les biens d'une autre personne.



EXPÉDITION RÉGIONALE



**EXPÉDITION
NATIONALE ET INTERNATIONALE**



**DUC D'ÉDIMBOURG
BRONZE**



**DUC D'ÉDIMBOURG
ARGENT**



**DUC D'ÉDIMBOURG
OR**



ÉPINGLETTE DE LA CITATION POUR CADETS

M107.03 – SUIVRE LES RÈGLES ET LES PROCÉDURES DE SALUT MILITAIRE

Il est important de saluer de la bonne façon et les bonnes personnes.

On ne salut seulement que si on porte l'uniforme et seulement avec une coiffure sur la tête.

Le cadet se tient au garde-à-vous lorsqu'il adresse la parole à un sous-officier ou un élève-officier. Puisque les sous-officiers et les élèves-officiers ne sont pas détenteurs d'une commission de la Reine, ils n'ont pas à être salués.

Pendant la conversation, le cadet doit adresser la parole au sous-officier ou à l'élève-officier en mentionnant le grade et le nom de famille de ce dernier et en demeurant au garde-à-vous.

Lorsque le cadet a terminé d'adresser la parole au sous-officier ou à l'élève-officier, il doit rompre de lui-même de façon appropriée en se tournant vers la droite.

Adresser la parole aux officiers commissionnés.

Les mêmes procédures que celles utilisées pour adresser la parole à un sous-officier ou un élève-officier doivent être suivies lorsqu'il s'agit d'adresser la parole à un officier commissionné, sauf qu'il faut aussi le saluer.

Le cadet doit demeurer au garde-à-vous après avoir approché l'officier commissionné. Le cadet fera ensuite le salut approprié tel que décrit dans l'A-PD-201-000/PT-000, *Manuel de l'exercice et du cérémonial des Forces canadiennes*.

Pendant la conversation, le cadet doit adresser la parole à l'officier commissionné en mentionnant le grade et le nom de famille de ce dernier tout en demeurant au garde-à-vous, à moins d'un ordre contraire donné par l'officier commissionné.

Lorsque le cadet a terminé d'adresser la parole à l'officier, il doit encore le saluer et rompre de lui-même de façon appropriée.

Saluer à l'intérieur d'un édifice.

Les saluts ne sont pas exécutés à l'intérieur des édifices sauf lors d'un rassemblement, pendant les cérémonies ou lorsqu'on entre ou on sort d'un bureau. Cependant, les cadets doivent tourner la tête et offrir une salutation appropriée lorsqu'ils viennent à la rencontre d'un officier dans une aire commune.

Autres occasions pour saluer.

Les cadets doivent saluer lors des occasions suivantes :

Lorsque l'hymne national du Canada ou d'un pays étranger est joué (sauf sur parade).

Lorsqu'on reconnaît un officier commissionné qui n'est pas en uniforme.

Lorsque le drapeau national du Canada est abaissé ou hissé.

Les cadets doivent saluer la plage arrière en montant à bord ou en débarquant de tout navire canadien de sa Majesté ou de ceux d'un service étranger.

M107.04 – ÉNONCER LES OBJECTIFS ET LA DEVISE DU PROGRAMME DES CADETS DE L'ARMÉE

DÉVELOPPER CHEZ LES JEUNES LES QUALITÉS DE CIVISME ET DE LEADERSHIP

Le programme des cadets vise à aider au développement des cadets pour qu'ils deviennent de bons chefs et citoyens. Par l'entremise d'activités liées au civisme et au service communautaire, le cadet développe une appréciation de l'appartenance à la communauté et de la participation au sein des cadets et des communautés locales, régionales, provinciales, nationales et globales.

La participation active des cadets aura un impact positif sur les communautés locales, ce qui contribuera à la force et à la vitalité de la communauté. Par l'entremise d'activités de leadership, les cadets développent des compétences interpersonnelles et assument des responsabilités en tant que membres efficaces d'une équipe, en tant que chefs et en tant qu'entraîneurs dynamiques. Ils développeront la capacité de se conduire de façon éthique et socialement responsable.

PROMOUVOIR UNE BONNE CONDITION PHYSIQUE

Le programme des cadets vise à promouvoir le bien-être physique. Les cadets développent une compréhension des bienfaits d'une bonne forme physique et d'un style de vie saine. Cette compréhension, combinée à la participation continue à des activités physiques, aide au développement d'attitudes et de comportements positifs qui fortifient la résilience chez les cadets et leur permet d'affronter des défis.

STIMULER L'INTÉRÊT DE LA JEUNESSE AUX ACTIVITÉS MARITIMES, TERRESTRES ET AÉRIENNES DES FC

Le programme des cadets vise la jeunesse pour les activités maritimes, terrestres et aériennes des Forces canadiennes (FC). Les cadets développent des compétences élémentaires grâce à la présentation et à l'interaction qu'ils ont avec les éléments respectifs des FC.

Le programme des cadets éduque et promeut le lien avec les communautés maritimes civiles, d'aventure et d'aviation.

Ces expériences et ces interactions combinées sont essentielles à l'identité particulière des organisations de cadets de la Marine, de l'Armée et de l'Air. De plus, elles se distinguent avec le programme des cadets dans son ensemble des autres programmes de développement des jeunes.

DEVISE

La devise du programme des cadets de l'Armée est *Acer Acerpori*. « Acer Acerpori » est un terme latin qui signifie « Tant vaut la sève, tant vaut l'érable »

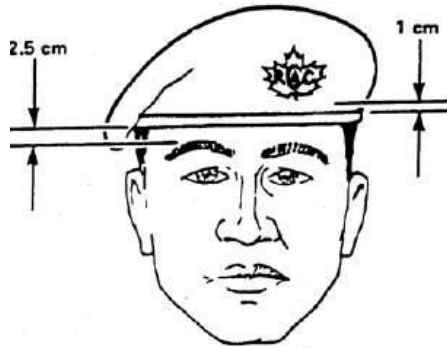


M107.05 – PORTER L'UNIFORME DE CADET DE L'ARMÉE

La tenue et l'apparence des cadets de l'Armée doivent toujours, quand ces derniers sont en uniforme, faire honneur à leur corps de cadets et aux Cadets Royaux de l'Armée Canadienne. Le port de l'uniforme est permis seulement quand les cadets prennent part à des activités et à des rassemblements autorisés. Quand les cadets portent l'uniforme en public, ils doivent veiller à ce que leur uniforme soit bien entretenu et porté comme il convient. Il est interdit de mêler des parties de l'uniforme et des vêtements civils.

COIFFURE

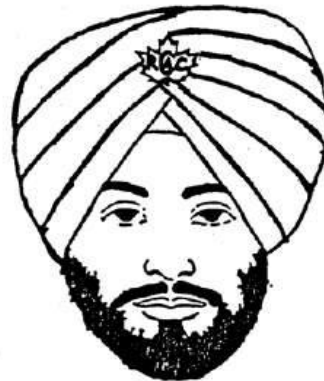
La coiffure doit être portée de la façon suivante :



BÉRET
BÉRET

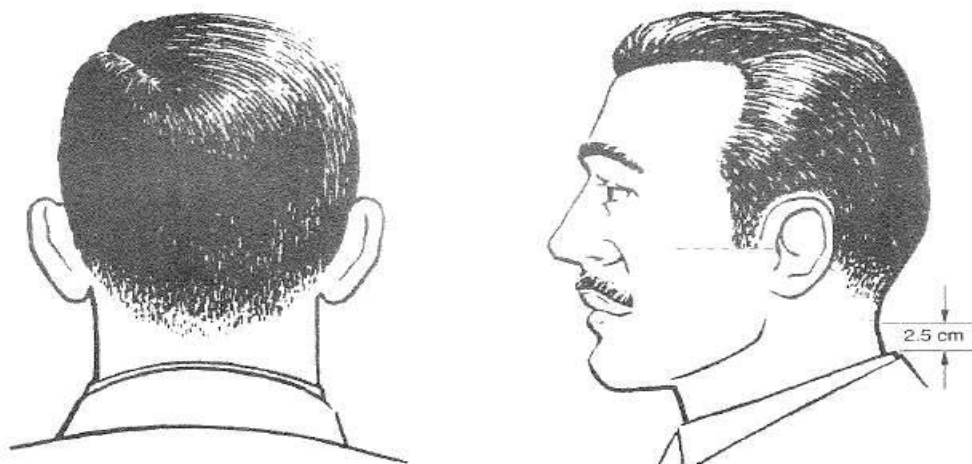


PATKA

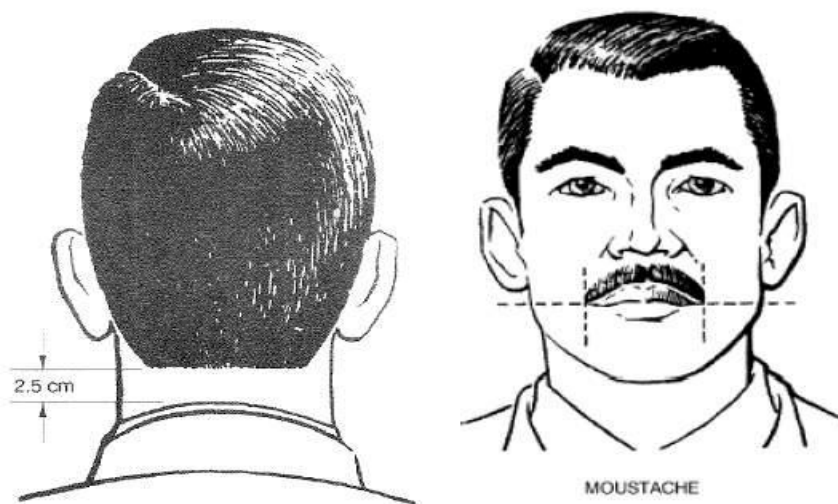


TURBAN
TURBAN

CHEVEUX – HOMME



TAPER TRIMMED HAIRCUT CONVENTIONAL
COUPE DE CHEVEUX AMINCIE CONVENTIONNELLE



TAPER TRIM HAIRCUT - STRAIGHT BACK APPEARANCE
COUPE DE CHEVEUX AMINCIE AVEC APPARENCE D'UNE COUPE DROITE

CHEVEUX -FEMME



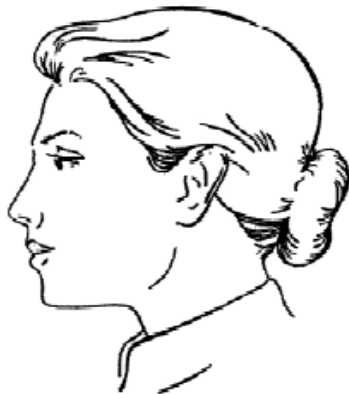
SHORT HAIR STYLE
CHEVEUX COURTS



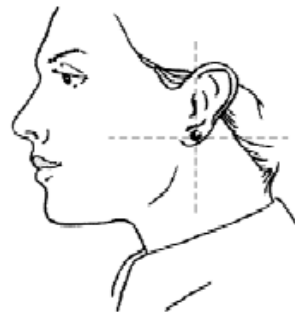
CURLED HAIR STYLE
CHEVEUX FRISÉS



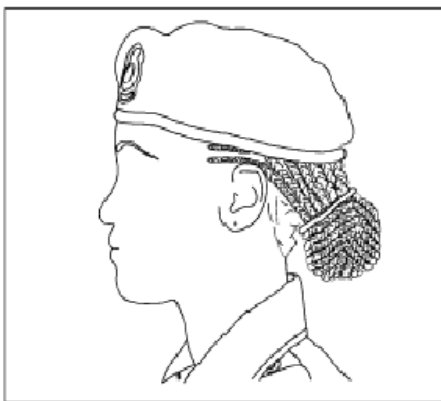
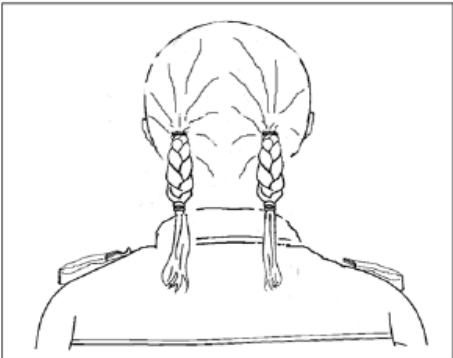
HIJAB NO HEADRESS
HIJAB SANS COUVRE-CHEF



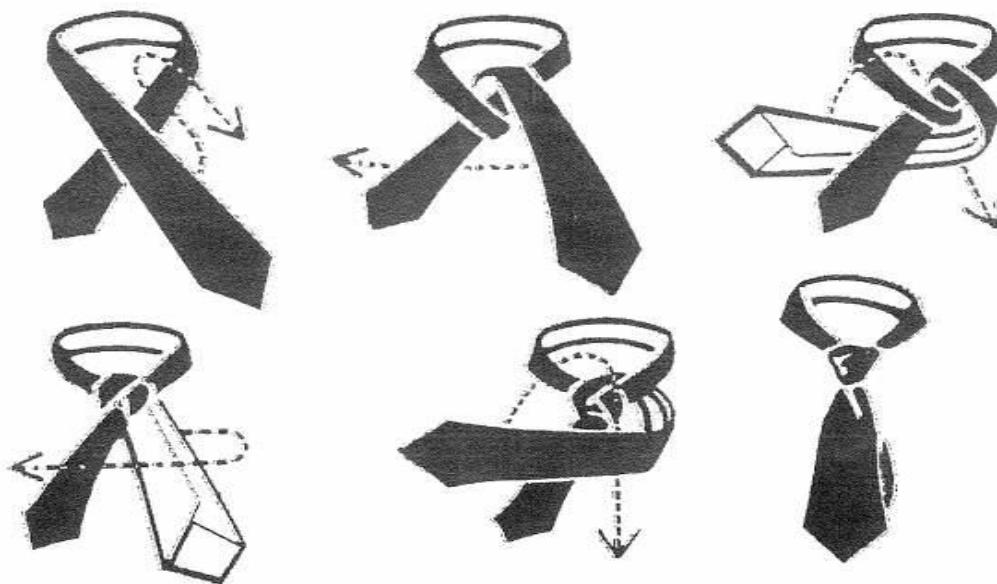
STRAIGHT HAIR STYLE WITH BUN
CHEVEUX TIRÉS EN CHIGNON



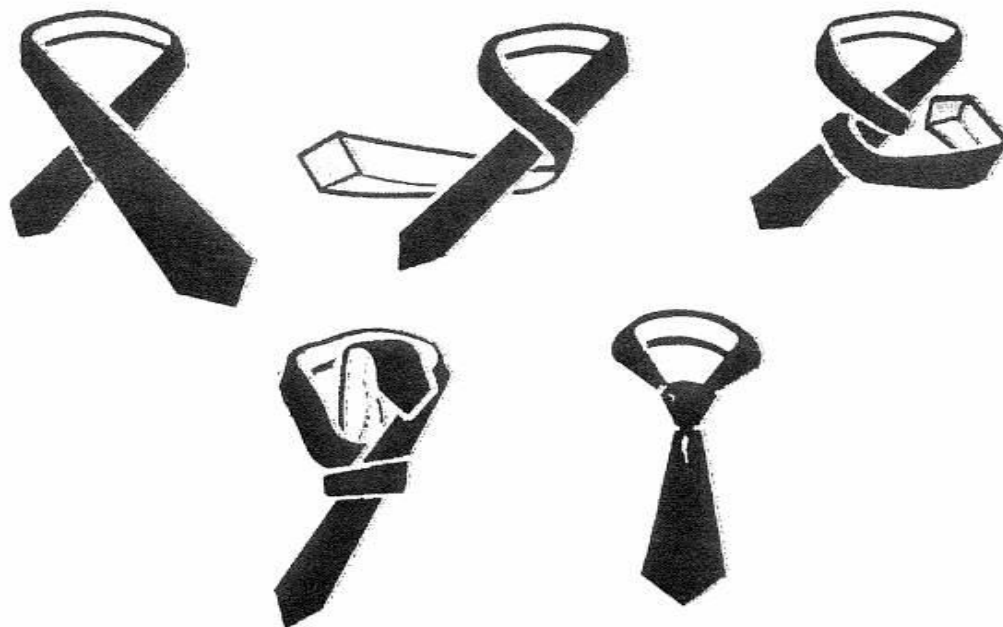
ONE STUD EAR-RING MAY BE WORN
CENTRED IN EACH EAR LOBE
LE PERSONNEL FÉMININ PEUT PORTER
UN BOUTON D'OREILLE AU
CENTRE DE CHACUN DES LOBES



CRAVATE



WINDSOR KNOT
NCEUD WINDSOR



FOUR-IN-HAND KNOT
NCEUD ORDINAIRE

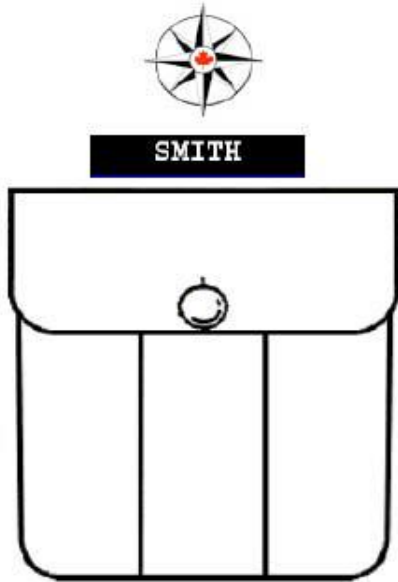
CORDON



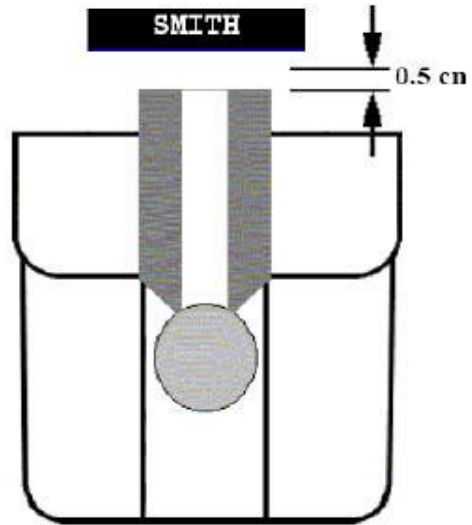
Step 1: Pass the lanyard under the left shoulder strap and under the arm.
Step 2: Thread the cord through the eyelet and tighten under the arm.
Step 3: Loop the loose cord around the left breast pocket button, and fasten the button.

Étape 1: Passer le cordon sous la patte d'épaule gauche et sous le bras.
Étape 2: Passer le cordon dans l'oeillet et tendre sous le bras.
Étape 3: Passer le cordon pendant autour du bouton de la poche de poitrine gauche

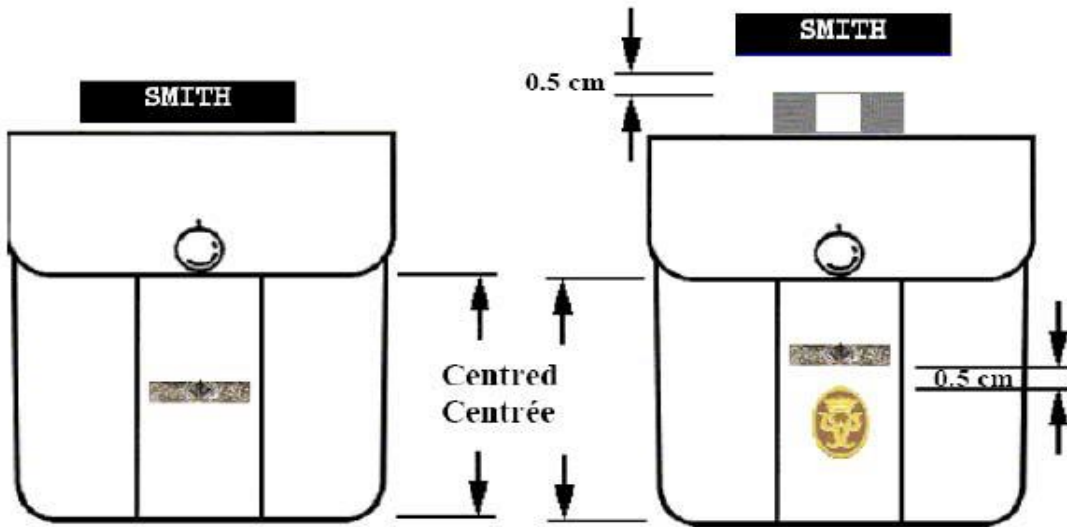
POCHE DE POITRINE DROITE



Name tag
Plaquette d'identité



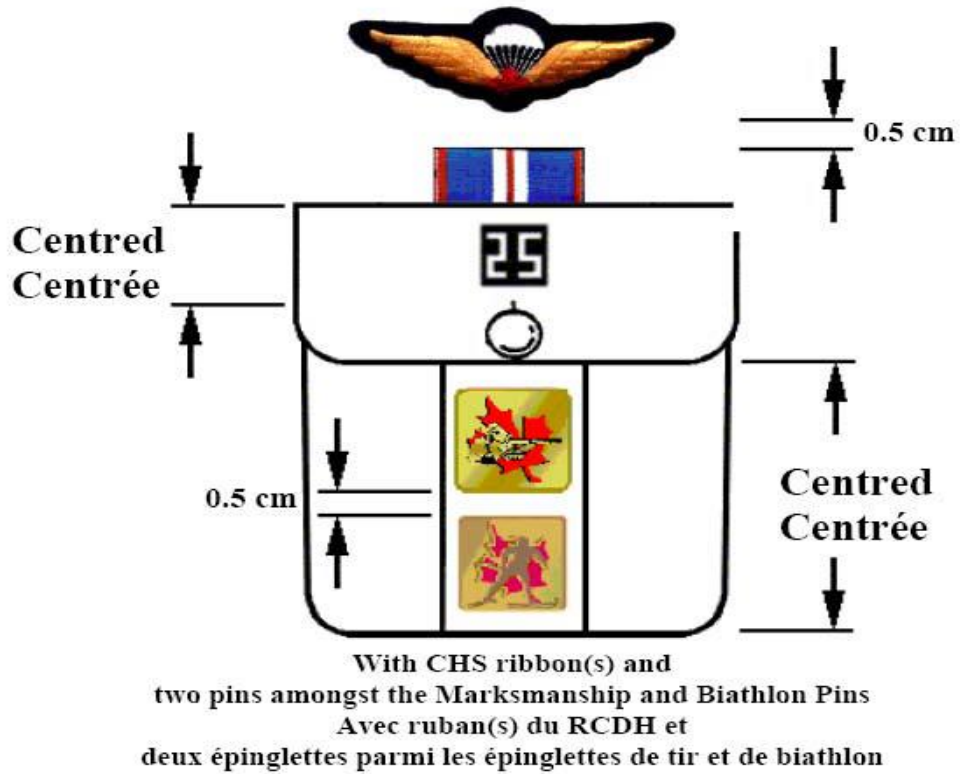
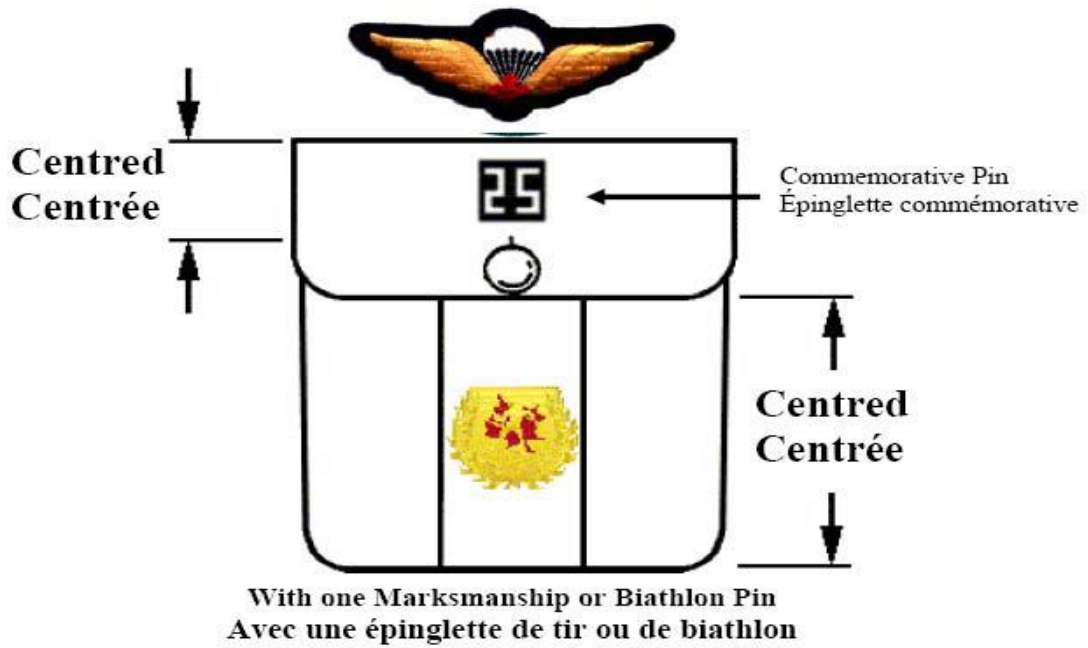
Name tag with CCO Medal(s)
Plaquette d'identité avec médaille(s) des OCC



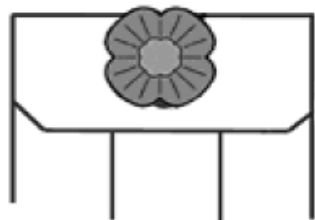
Name tag with one pin amongst the
Commendation or Duke of Edinburgh Pins
Plaquette d'identité avec une épinglette
parmi les épinglettes de la citation ou
du prix du Duc D'Édimbourg

Name tag, CCO Medal ribbon(s) with both
Commendation and Duke of Edinburgh Pins
Plaquette d'identité, ruban(s) de médaille des
OCC avec l'épinglette de la citation et
l'épinglette du Prix du Duc d'Édimbourg

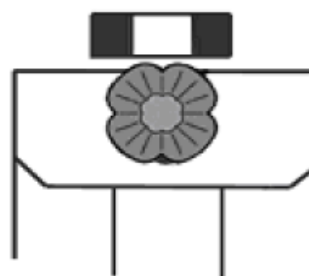
POCHE DE POITRINE GAUCHE



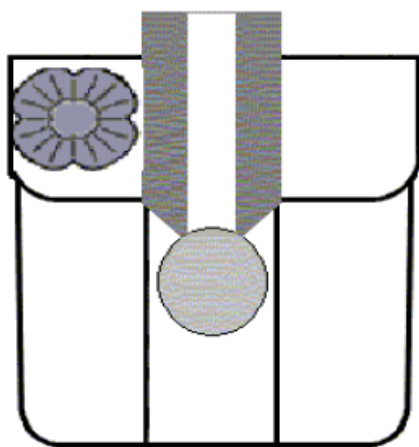
PORT DU COQUELICOT



Shirt and cadet jacket
Chemise et vareuse de cadet



Shirt and cadet jacket with CHS Medals ribbon(s)
Chemise et vareuse de cadet avec ruban(s) du RCDH

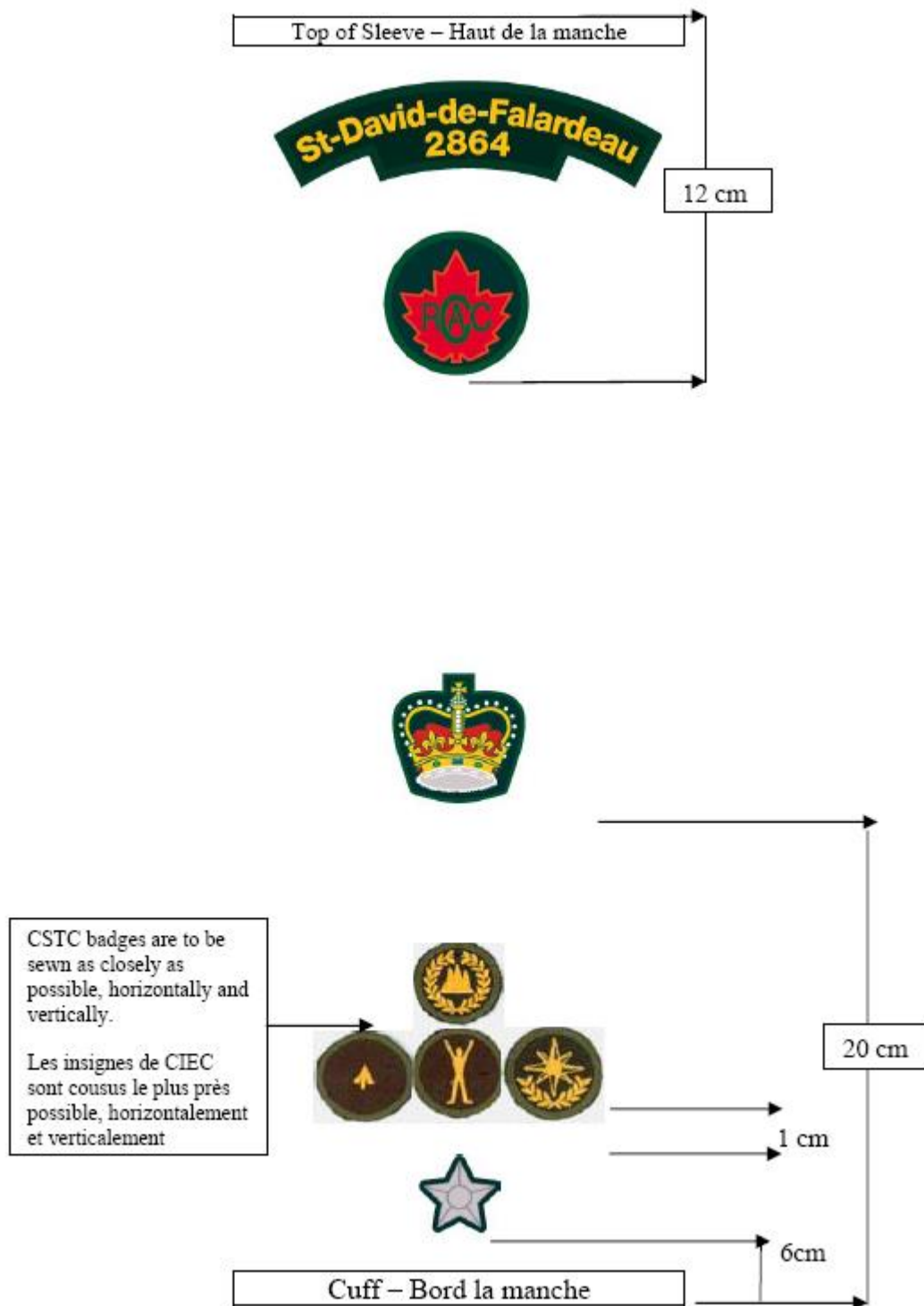


Cadet jacket with CHS Medal(s)
Vareuse de cadet avec médaille(s) du RCDH

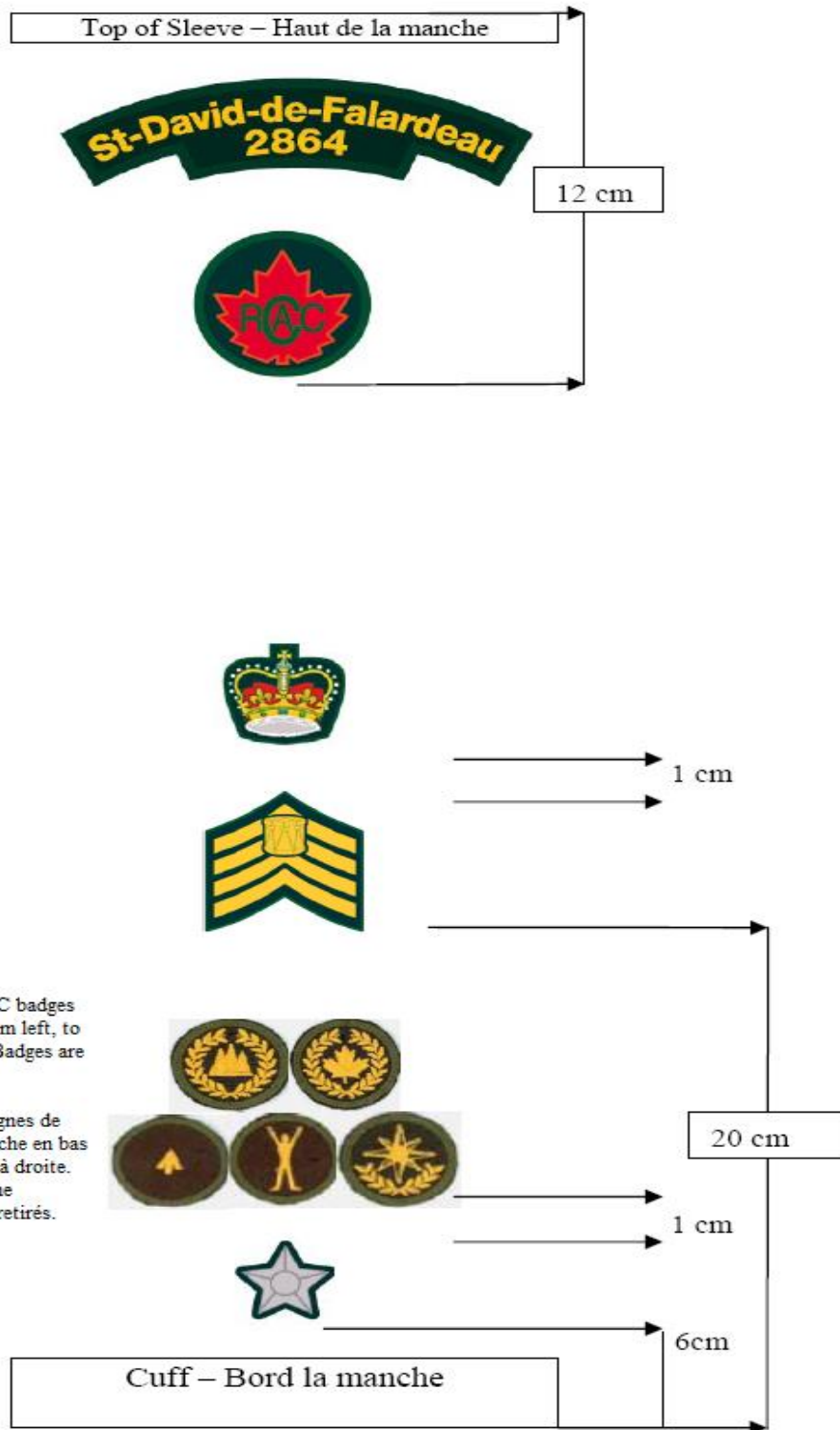


All-season jacket
Manteau toutes-saisons

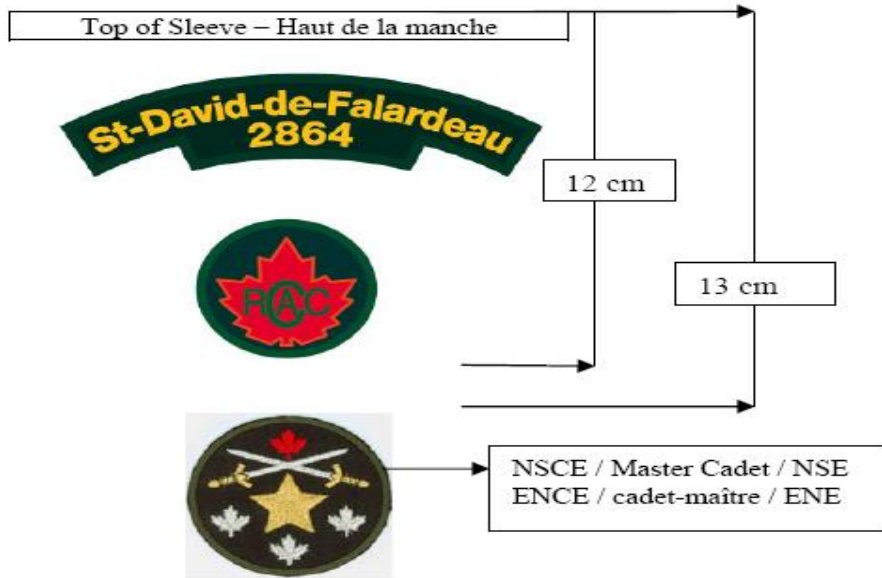
MANCHE DROITE



MANCHE DROITE – PRÉSÉANCE DES INSIGNES DE CIEC

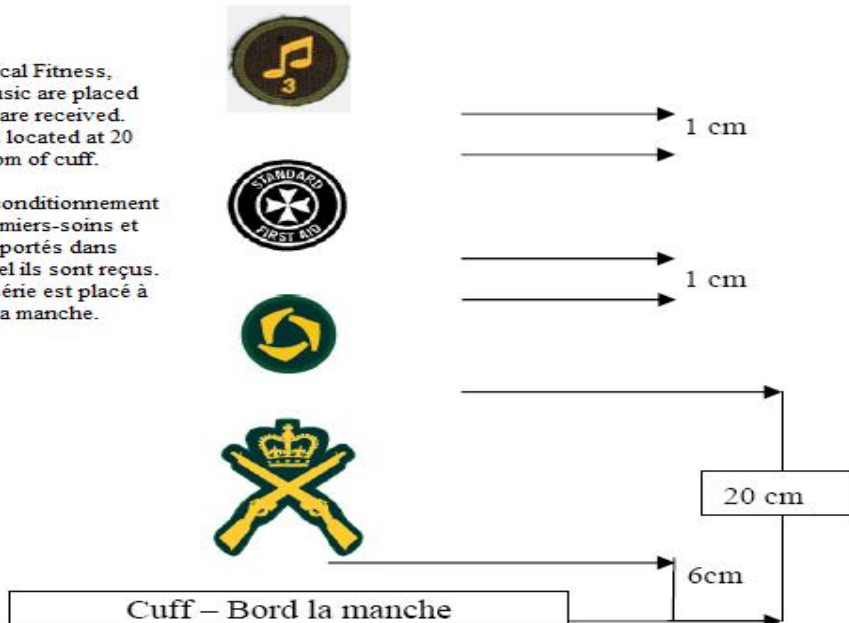


MANCHE GAUCHE



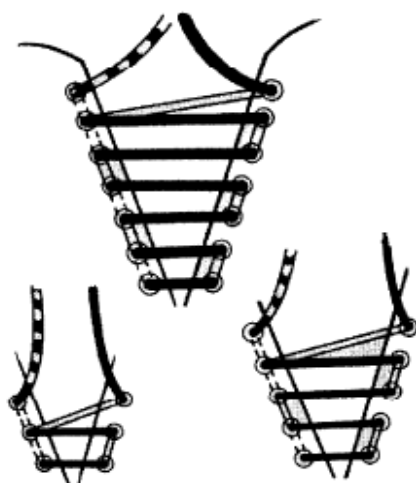
Badges for Physical Fitness, First-Aid and Music are placed in the order they are received. First of the series located at 20 cm from the bottom of cuff.

Les insignes de conditionnement physique, les premiers-soins et de musique sont portés dans l'ordre dans lequel ils sont reçus. Le premier de la série est placé à 20 cm du bas de la manche.



LAÇAGE DES BOTTES

BOOTS ANKLE / SHOES
BOTTINES / SOULIERS



STRAIGHT ACROSS METHOD
LAÇAGE TRANSVERSAL

NOTE

No visible underlaces except at the top.

NOTA

Les cordons de dessous ne sont pas visibles, sauf en haut.

BOOTS COMBAT / SAFETY / LINEMAN
BOTTES DE COMBAT, DE SÉCURITÉ OU
DE POSEUR DE LIGNES



LEFT BOOT
BOTTE GAUCHE



RIGHT BOOT
BOTTE DROITE

HERRING BONE METHOD
LAÇAGE CROISÉ

PORT D'UNE ÉPINGLETTE COMMÉMORATIVE



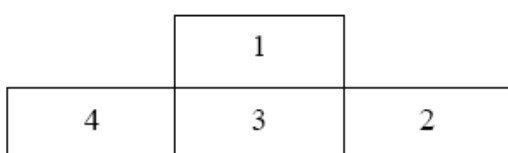
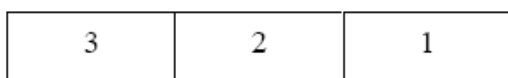
Only one commemorative pin is to be worn at once.

When several commemorative pins are available for wear, the decision to choose one over another is to be made by the Corps Commanding Officer.

Les cadets ne peuvent porter qu'une épinglette commémorative à la fois.

Si plusieurs épinglettes commémoratives sont disponibles, la décision de porter l'une au lieu d'une autre doit être prise par le commandant du corps de cadets.

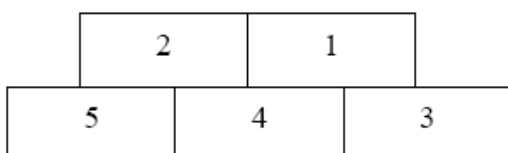
PLACEMENT DES RUBANS



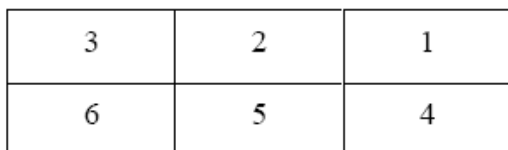
Ribbons are to be placed in the following order of priority:

Bravery Medal for Cadets;
 Lord Strathcona Medal;
 Royal Canadian Legion Medal of Excellence;
 MGen W.A. Howard Medal;
 ANAVETS;
 Army Cadets Service Medal

Les rubans seront placés dans l'ordre de priorité suivant:



Médaille de bravoure pour cadets;
 Médaille de Lord Strathcona;
 Médaille d'excellence de la Légion royale canadienne;
 Médaille du Mgen W.A. Howard;
 ANAVETS;
 Médaille de service des cadets de l'Armée



M108 EXERCICE MILITAIRE

INTRODUCTION

À l'origine, l'exercice militaire a été développé pour déplacer les sections d'infanterie sur les champs de bataille. Les troupes devaient souvent changer de direction de façon à faire face aux nouvelles attaques, former un carré serré pour repousser la cavalerie ou se disposer sur une ligne, prêt à avancer. Elles devaient faire preuve d'efficacité et de rapidité lors des déplacements si elles voulaient survivre. Les troupes réussissaient assez bien ces mouvements dans le stress, le bruit et la confusion du champ de bataille si elles les avaient déjà pratiqués.

La raison d'être de l'exercice militaire comme partie de la guerre moderne a disparu depuis longtemps. D'autres valeurs de l'exercice militaire ont conservé toute leur importance, spécialement dans un corps de cadets. Il n'existe pas de meilleurs moyens pour développer l'acuité et l'esprit de corps, le travail d'équipe et la coordination physique, éléments très importants pour les cadets de l'armée. Étroitement surveillé et bien exécuté, une bonne marche militaire est un exercice d'obéissance et de vigilance. Elle établit la norme d'excellence à atteindre pour chaque individu ainsi que pour le corps de cadets.

Les différents mouvements d'exercice militaire sont tirés du Manuel d'exercice et du Cérémonial des Forces Armées canadiennes (A-PD201-000/PT-000).

COMMANDEMENTS

La bonne exécution des mouvements dépend de la façon de donner les commandements. Le but des commandements étant de transmettre un ordre qui doit être exécuté sur-le-champ, il est essentiel de les donner de façon claire et distincte, sur un ton assuré et énergétique.

Les commandements se divisent en deux parties :

- a. une première servant d'avertissement; et
- b. une seconde précédant l'exécution.

L'avertissement indique le mouvement devant être exécuté et précède la partie prescrivant l'exécution. La première partie peut comprendre des termes comme « vers l'avant », « vers l'arrière », etc. La seconde partie du commandement indique le moment où on doit exécuter le mouvement.

Dans le présent livre de référence, les commandements sont indiqués en LETTRES MAJUSCULES. Un tiret sépare la partie avertissement de la partie exécution. Exemple : « À DROITE – OBLIQUEZ ».

À titre d'indication, la première partie d'un commandement devrait s'étendre sur deux pas. L'intervalle entre la première et la seconde partie devrait également être de deux pas. Même s'il est parfois impossible d'avoir une durée de pause identique entre les deux parties d'un commandement, on doit s'efforcer de conserver une certaine uniformité.

À moins d'indication contraire, la deuxième partie ou partie d'exécution du commandement se donne au moment où le pied indiqué au tableau qui suit est dirigé vers l'avant et touche le sol :

Commandement	Pied
HALTE	Gauche
ALLONGEZ OU RACCOURCISSEZ LE PAS	Gauche
MARQUEZ LE PAS (en marche)	Droit
VERS L'AVANT	Gauche
DEMI-TOUR TOURNEZ	Droit
À DROITE TOURNEZ, À DROITE OBLIQUEZ, À DROITE FORMEZ ou FORMEZ ESCOUADE	Gauche
À GAUCHE TOURNEZ, À GAUCHE OBLIQUEZ, À GAUCHE FORMEZ ou FORMEZ ESCOUADE	Droit
CHANGEZ LE PAS	Droit
SALUT (en marche)	Gauche
TÊTE À DROITE (fixe)	Gauche
FORMEZ EN FILE INDIENNE (en marche)	Droit
REFORMEZ SUR TROIS LIGNES (en marche)	Droit

FLANC DE DIRECTION

Le flanc de direction est le flanc d'après lequel l'alignement est pris, sauf si le flanc qui dirige est modifié pour un mouvement particulier. Le flanc de direction est toujours :

- a. dans le cas d'une avance en ligne, le flanc droit;
- b. dans le cas d'un mouvement vers l'arrière en ligne, le flanc gauche; et
- c. lorsque les troupes sont sur trois rangs, le rang avant original. Par exemple, lorsque les troupes se déplacent vers le flanc droit, l'alignement se fait par la gauche; lorsqu'elles se déplacent vers le flanc gauche, l'alignement se fait par la droite.

INSPECTION

Le corps de cadets doit avoir ouvert les rangs avant l'inspection. Il peut les fermer après cette dernière.

Le corps de cadets doit s'aligner après avoir ouvert les rangs et peut s'aligner de nouveau après les avoir fermés.

L'officier ou le cadet doit inspecter chaque rang, à l'avant et à l'arrière, en commençant par le flanc droit du rang avant et en se déplaçant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Un rang surnuméraire ne devrait pas normalement être inspecté.

S'il y a une fanfare, celle-ci peut également être inspectée.

Chaque rang se tient à la position du garde-à-vous au moment de son inspection. Les membres des autres rangs peuvent être placés à la position « en place repos » pendant ce temps. De même, au cours de l'inspection d'une unité ou d'une sous-unité, les autres unités ou sous-unités peuvent être placées à la position « en place repos ».

Au cours d'une inspection, tout cadet qui reçoit l'ordre d'ajuster sa tenue ou son équipement doit le faire immédiatement, en demeurant en place dans le rang. Après avoir exécuté l'ordre reçu, elle ou il doit reprendre la position du garde-à-vous.

L'inspection d'un cadet se fait depuis la tête jusqu'aux pieds et a pour but de s'assurer :

- a. que les cheveux soient coupés de façon réglementaire;
- b. que sa tenue et ses chaussures soient propres et en bon état; et
- c. que sa tenue, ses insignes de grade, ses décorations, etc., soient conformes aux règlements et aux ordres.

M108.01 – ADOPTER LES POSITIONS GARDE À VOUS, EN PLACE REPOS ET REPOS

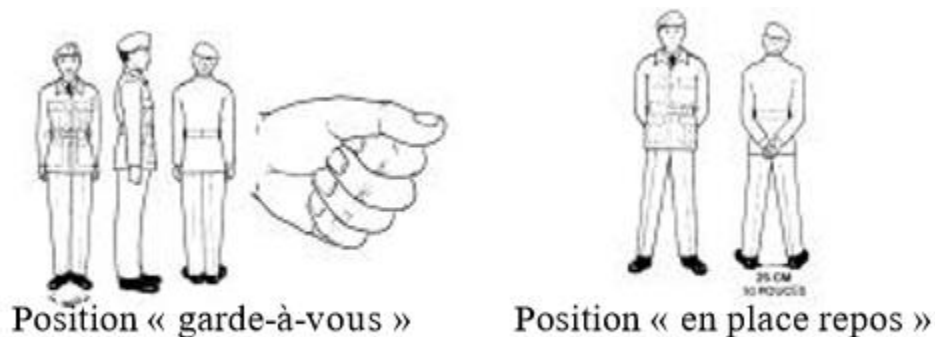
GARDE-À-VOUS

La position « garde-à-vous » prépare à recevoir un commandement. La précision est un facteur très important parce que c'est dans cette position que les cadets et les officiers s'adressent à un supérieur. La position du « garde-à-vous » se décrit comme suit :

- a. les talons sont rapprochés et en ligne;
- b. la pointe des pieds est tournée vers l'extérieur en formant un angle de 30 degrés;
- c. le corps est en équilibre et le poids est réparti également sur les deux pieds;
- d. les épaules sont de niveau et vers l'avant;
- e. les bras sont étendus à leur pleine extension naturelle, les coudes et les poignets appuyés au corps;
- f. les poignets sont droits, le revers de la main faisant face à l'extérieur;
- g. les doigts en ligne et refermés sur la paume de la main, les pouces collés sur l'index et la deuxième jointure, les pouces et le revers des doigts touchant légèrement la cuisse et les pouces en ligne avec la couture du pantalon;
- h. la tête est droite, le cou appuyé sur l'arrière du col et le regard dirigé droit vers l'avant; et
- i. les muscles ne devraient pas être tendus, tout au plus maintenus dans cette posture.

EN PLACE REPOS

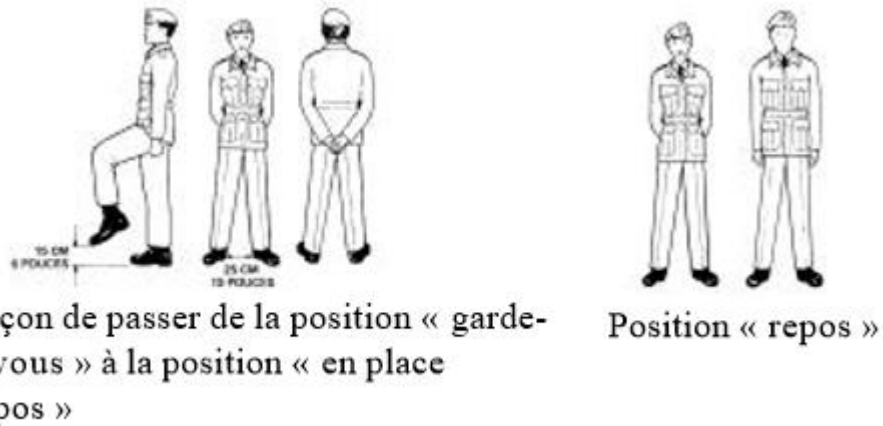
Le « en place repos » est une position intermédiaire entre le « garde-à-vous » et le « repos ». Il ne permet aucun mouvement, mais peut être maintenu, sans tension, pour une période plus longue que le « garde-à-vous ».



Au commandement « en place repos » :

- a. fléchir le genou gauche, écarter le pied gauche vers la gauche, redresser la jambe à une cadence accélérée et déposer le pied rapidement à plat sur le sol, l'intérieur du talon gauche à 25 cm (10 pouces) de celui du talon droit;
- b. en même temps, mettre les bras, en pleine extension, derrière le dos d'un geste rapide, et placer le revers de la main droite dans la paume de la main gauche, le pouce droit croisé derrière le pouce gauche, les doigts assemblés et en extension; et
- c. le poids du corps doit être réparti sur les deux pieds.

Vous remarquerez que l'expression « fléchir le genou gauche (droit) » est utilisée dans ce chapitre et dans les chapitres de marche militaire des autres manuels. Cette expression signifie que le genou doit être fléchi de façon à ce que le pied soit dans une position lui donnant un angle naturel, la pointe du pied étant dirigée vers le sol et soulevée de 15 cm (6 pouces), directement sous le genou.



REPOS

Le commandement « repos » est donné afin de permettre la relaxation. Ce commandement ne peut être donné que lorsque l'escouade est à la position « en place repos ». Au commandement « repos » :

- a. fermer les mains en ramenant les bras sur les côtés comme au garde-à-vous;
- b. faire une pause réglementaire; et
- c. se détendre (vous pouvez ajuster la tenue et l'équipement, mais vous ne devriez pas déplacer les pieds ou parler).

DE LA POSITION « EN PLACE REPOS » À LA POSITION « REPOS »

Au commandement « ESCOUADE », vous devez adopter la position « en place repos ».

DE LA POSITION « EN PLACE REPOS » À LA POSITION « GARDE-À-VOUS »

Au commandement « GARDE-À-VOUS », vous devez :

- a. fléchir le genou gauche et étendre vivement la jambe gauche, en plaçant le pied gauche de façon énergétique près du pied droit, à la position « garde-à-vous », le bout du pied touchant le sol en premier, puis le talon, en gardant les talons en ligne; et
- b. en même temps, d'un mouvement rapide, ramener les bras et les mains à la position « garde-à-vous ».

M108.02 – EXÉCUTER UN SALUT À LA HALTE SANS ARMES

SALUT DE LA MAIN À LA HALTE VERS L'AVANT

Le salut se fait toujours avec la main droite. Quand un cadet est incapable de saluer, le salut se fait en tournant la tête et les yeux vers la gauche ou la droite, ou en se tenant au « garde-à-vous », selon le cas.

Le salut se fait en deux mouvements : levée et descente. Au commandement « SALUT VERS L'AVANT – SALUEZ » :

- a. fléchir le coude droit et ouvrir la paume de la main droite; et
- b. amener la main droite par le plus court chemin au coin extérieur du sourcil droit, de telle sorte que :
 - (1) la paume de la main est tournée vers le bas;
 - (2) le pouce et les doigts sont à pleine extension et joints;
 - (3) le bout de l'index touche à peine le coin extérieur du sourcil droit;
 - (4) la main, le poignet et l'avant-bras forment une ligne droite;
 - (5) le coude est en ligne avec les épaules; et
 - (6) la partie supérieure du bras est parallèle au sol.

Ces étapes constituent la partie ascendante (levée) du salut. La pause réglementaire doit être observée. La partie descendante du mouvement est ensuite exécutée en ramenant rapidement la main et le bras à la position « garde-à-vous » en prenant le plus court chemin, sans frapper sur la cuisse. La main se referme lorsque l'avant-bras est abaissé au dessous du niveau de l'épaule.



Salut avec la main vers l'avant



Salut avec la main vers la droite
et la gauche

SALUT DE LA MAIN À LA HALTE VERS LA DROITE ET VERS LA GAUCHE

Il arrivera que le salut doive se faire vers la gauche ou vers la droite. Au commandement « VERS LA DROITE (GAUCHE) – SALUEZ », vous devez exécuter les mêmes mouvements que pour le salut vers l'avant, sauf que :

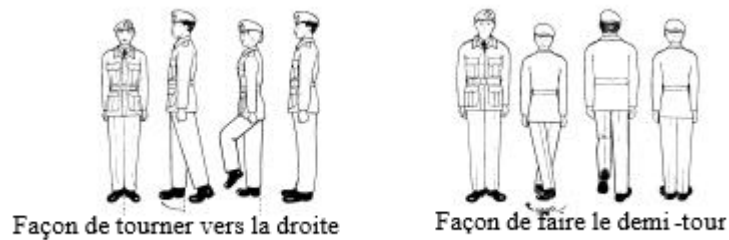
- a. la tête et les yeux doivent être tournés vivement vers la droite (gauche) autant que possible sans effort excessif;
- b. si le salut se fait vers la gauche, la main droite, le poignet et le bras sont amenés vers la gauche de façon à atteindre la bonne position en ligne avec l'extrémité du sourcil droit; et
- c. si le salut se fait vers la droite, le bras est ramené vers l'arrière et le bout de l'index demeure en ligne avec l'extrémité du sourcil droit.

Après la pause réglementaire, la main est ramenée vivement à la position « garde-à-vous » et, au même moment, la tête est tournée vivement vers l'avant.

M108.03 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR TOURNER À LA HALTE

On tourne ou on oblique pour changer de direction. Les changements de direction impliquent un mouvement de 90 degrés à gauche ou à droite, le demi-tour de 180 degrés et le mouvement oblique vers la droite ou à gauche de 45 degrés.

Au commandement « À DROITE – TOURNEZ », vous devez, tout en gardant les genoux droits, les bras aux côtés et le corps droit, tourner vers la droite dans un angle de 90 degrés en pivotant sur le talon droit et la pointe du pied gauche. Une fois le mouvement complété, le poids du corps repose sur le pied droit et la jambe gauche est tendue, le talon légèrement soulevé. Pour terminer le mouvement, vous devez fléchir le genou gauche, puis le redresser vivement et placer le pied gauche vivement au côté du pied droit de façon à revenir à la position « garde à-vous ». La pause réglementaire est observée entre les deux parties du mouvement.



Au commandement « DEMI-TOUR – TOURNEZ », vous devez suivre les mêmes indications que pour tourner à droite, sauf que le pivot à droite est de 180 degrés. L'équilibre est maintenu en raidissant les jambes et en serrant les cuisses.

Au commandement « À GAUCHE – TOURNEZ », exécutez les mêmes mouvements que lorsque vous tournez à droite, sauf que le mouvement des pieds et la direction sont inversés.

Au commandement « À GAUCHE – OBLIQUEZ », exécutez les mêmes mouvements que pour tourner à gauche, sauf que la direction ne change que de 45 degrés.

Au commandement « À DROITE – OBLIQUEZ », exécutez les mêmes mouvements que pour tourner à droite, sauf que la direction ne change que de 45 degrés.

M108.04 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR RESSERRER LES RANGS VERS LA DROITE ET VERS LA GAUCHE

Lorsqu'on effectue des pas vers la gauche ou vers la droite, le total des pas ne peut excéder huit, sans quoi on fera tourner puis marcher l'escouade selon la distance requise.

Au commandement « UN PAS VERS LA DROITE – MARCHÉ », l'escouade pli le genou droit et fait un pas de côté de 25 cm et, en appuyant le poids du corps sur la jambe droite, ramène la jambe gauche de manière à reprendre la position du garde-à-vous. Pratiquer le mouvement en utilisant le même compte que « pour exécuter un pas vers l'avant ou vers l'arrière ».

M108.05 – EXÉCUTER DES PAS VERS L’AVANT ET VERS L’ARRIÈRE

Quand l’escouade se déplace de quelques pas vers l’avant ou vers l’arrière :

- a. le mouvement se fait au pas cadencé; et
- b. les bras demeurent immobiles aux côtés.

Au commandement « UN PAS EN AVANT – MARCHÉ », les membres de l’escouade doivent :

- a. avancer le pied gauche et faire un pas de 35 cm (15 pouces) et, en appuyant le poids du corps sur le pied gauche, soulever légèrement le talon droit au même moment;
- b. garder les bras immobiles; et
- c. fléchir le genou droit, le redresser brusquement, ramener vivement le pied droit au côté du pied gauche et adopter de nouveau la position « garde-à-vous ».

Au commandement « UN PAS EN ARRIÈRE – MARCHÉ », les membres de l’escouade doivent :

- a. déplacer vivement le pied gauche vers l’arrière en effectuant un pas de 35 cm (15 pouces) et, en appuyant le poids du corps sur le pied droit, soulever légèrement le talon gauche au même moment;
- b. garder les bras immobiles; et
- c. fléchir le genou droit, le redresser brusquement, ramener vivement le pied droit au côté du pied gauche et adopter de nouveau la position « garde-à-vous ».

La cadence des mouvements indiqués ci-dessus est la suivante : a. pour un pas, « UN – DEUX »; b. pour deux pas, « UN, UN – DEUX »; et c. pour trois pas, « UN, UN, UN – DEUX ».

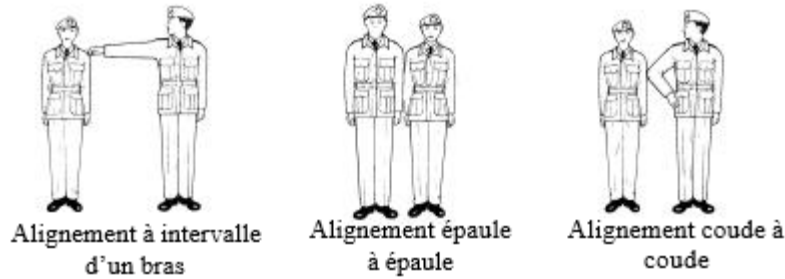
M108.06 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS REQUIS POUR L'ALIGNEMENT PAR LA DROITE

Une escouade est alignée pour bien paraître. L'alignement assure qu'il y a une distance raisonnable entre chaque cadet du rang avant au rang arrière et de la file de gauche à la file de droite. Deux commandements sont utilisés pour aligner une escouade. Le premier est « PAR LA DROITE – ALIGNEZ », qui est exécuté en trois mouvements successifs entrecoupés par la pause réglementaire. Le deuxième commandement est « FIXE » qui est exécuté en un seul mouvement.

Au commandement « PAR LA DROITE – ALIGNEZ » :

- a. le cadet situé à droite du rang avant demeure immobile;
- b. les autres font un pas en avant de 35 cm (15 pouces) en avançant vivement le pied gauche et en fléchissant le genou droit et reviennent à la position « garde-à-vous »;
- c. observer la pause réglementaire;
- d. les cadets de la file droite demeurent immobiles;
- e. les autres tournent la tête et les yeux vers la droite autant que possible sans faire d'efforts excessifs;
- f. simultanément, les cadets du rang avant, sauf celui de droite, étendent le bras droit à pleine extension à la hauteur de l'épaule et en arrière du voisin de droite. La main est fermée comme à la position « garde-à-vous », l'extérieur de la main vers le haut et le bras droit parallèle au sol;
- g. observer la pause réglementaire;
- h. le cadet de droite du rang avant demeure immobile; et
- i. les autres s'alignent sur le cadet de droite et adoptent la bonne distance en faisant des petits pas rapides jusqu'à ce qu'ils soient dans la bonne position. Le mouvement commence avec le pied gauche.

Pour bien s'aligner, chaque cadet de l'escouade, sauf celui de droite, se déplace de sorte qu'il ne voit que la partie inférieure du visage du deuxième cadet à sa droite. On couvre correctement le cadet d'en avant en jetant un coup d'œil sans remuer la tête. Le bon intervalle est atteint lorsque la main refermée touche l'épaule gauche du cadet de droite.



Au commandement « **FIXE** », vous devez ramener vivement la tête et les yeux vers l'avant et ramener le bras droit d'un geste énergique à la position « garde-à-vous » sans frapper la cuisse.

ALIGNEMENT PAR L'ÉPAULE ET PAR LE COUDE

Au commandement « **PAR LA DROITE, ÉPAULE À ÉPAULE – ALIGNEZ** », l'alignement se fait comme pour l'alignement par la droite, sauf que le bras n'est pas levé et que l'alignement se fait sans intervalle.

Au commandement « **PAR LA DROITE, COUDE À COUDE – ALIGNEZ** », l'alignement se fait comme pour l'alignement par la droite, sauf que :

- a. la main droite est placée sur la hanche;
- b. les doigts sont gardés fermés, pointés vers le bas et tendus;
- c. le pouce est en arrière;
- d. le coude est sur le côté; et
- e. la pointe du coude touchant le cadet de droite.

ALIGNEMENT VERS LA GAUCHE

Il arrivera que l'escouade reçoive le commandement de s'aligner vers la gauche. Dans ce cas, les mouvements sont les mêmes que pour l'alignement à droite, sauf que la tête et les yeux sont tournés vers la gauche et que le bras gauche est élevé. Les cadets de gauche demeurent immobiles.

NOTE

Lorsque l'adj de peloton aligne un rang et découvre un cadet hors de l'alignement, il ou elle doit demander à celui-ci d'avancer ou de reculer. Le cadet, après avoir reçu l'ordre d'ajuster son alignement, doit le faire en traînant ses pieds au pas de gymnastique.

M108.07 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR OUVRIR ET FERMER LES RANGS

OUVREZ LES RANGS - MARCHE

La façon d'ouvrir les rangs est la suivante:

- a. le rang avant avance de trois pas de 35 cm (15 pouces) et le rang arrière recule de trois pas de 35 cm (15 pouces), tandis que le rang du centre demeure immobile;
- b. la cadence observée est celle du pas cadencé; et
- c. les bras demeurent immobiles sur les côtés.

Au commandement « OUVREZ LES RANGS – MARCHE », l'escouade exécute la manœuvre comme pour le mouvement « TROIS PAS EN AVANT » ou « TROIS PAS EN ARRIÈRE », le dernier mouvement consistant à fléchir le genou droit et à le redresser à la cadence du pas de gymnastique puis à ramener le pied droit vivement au sol vers le pied gauche pour revenir à la position « garde-à-vous ».

La cadence appropriée s'obtient en comptant « UN, UN, UN - DEUX ».

FERMER LES RANGS - MARCHE

Au commandement « FERMEZ LES RANGS – MARCHE », l'escouade exécute les mêmes mouvements que pour ouvrir les rangs, mais en sens inverse.

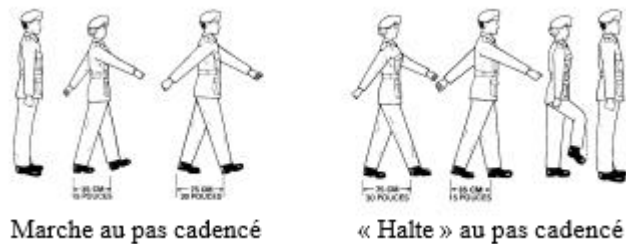


M108.08 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR MARCHER ET ARRÊTER AU PAS CADENCÉ

LA MARCHÉ AU PAS CADENCÉ

Quand vous marchez au pas cadencé, vous devez garder le corps droit, la tête et les yeux fixés vers l'avant comme à la position « garde-à vous ». Au commandement « PAS CADENCÉ – MARCHÉ » :

- a. avancer le pied gauche en faisant un pas de 35 cm (15 pouces) et en soulevant la pointe du pied;
- b. poser le talon à terre le premier en gardant la pointe du pied directement vers l'avant;
- c. simultanément, balancer le bras droit directement vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière, à la hauteur de la taille;
- d. continuer de marcher en faisant des pas de 75 cm (30 pouces);
- e. avancer les jambes alternativement en les déplaçant en ligne droite; et
- f. balancer les bras alternativement vers l'avant en ligne droite, à partir des épaules, de l'avant vers l'arrière, en gardant les mains fermées dans la position « garde-à-vous ».



HALTE AU PAS CADENCÉ

Au commandement, « ESCOUADE – HALTE » :

- a. arrêter le mouvement vers l'avant en plaçant le pied droit à plat au sol, en utilisant le talon pour arrêter;
- b. ramener le bras gauche vers l'avant et le bras droit vers l'arrière;
- c. faire un pas de 35 cm (15 pouces) avec le pied gauche, le plaçant à plat au sol;
- d. ramener le bras droit vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière;
- e. avancer les jambes alternativement en les déplaçant en ligne droite; et

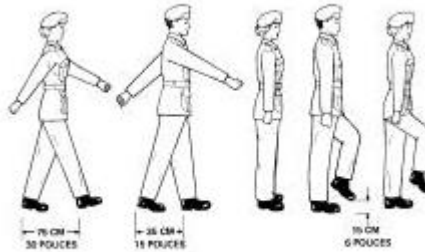
f. balancer les bras alternativement vers l'avant en ligne droite, à partir des épaules, de l'avant vers l'arrière, en gardant les mains fermées dans la position « garde-à-vous ».

La cadence pour le halte est un, un – deux.

M108.09 – EXÉCUTER LES MOUVEMENTS POUR MARQUER LE PAS, AVANCER ET ARRÊTER AU PAS CADENCÉ

MARQUER LE PAS AU PAS CADENCÉ

La cadence est la même quand on marque le pas et quand on marche.



Au commandement « MARQUEZ LE PAS » :

- faire un pas de 35 cm (15 pouces) avec le pied gauche, en posant le pied à plat sur le sol;
- ramener le pied droit vers le pied gauche sans fléchir la jambe et sans racler le sol;
- simultanément, abaisser le bras droit et ramener le bras gauche de l'arrière, et adopter la position « garde-à-vous »;
- fléchir le genou gauche;
- poser la pointe du pied au sol avant le talon au moment où la jambe est abaissée; et
- continuer à marquer le pas jusqu'à ce que le commandement « VERS L'AVANT » ou « HALTE », soit donné.

AVANCER AU PAS CADENCÉ

Au commandement « VERS L'AVANT »:

- redresser la jambe droite et adopter la position « garde-à-vous »;
- lancer le pied gauche vers l'avant en faisant un pas de 35 cm (15 pouces); et
- continuer à marcher au pas cadencé, le bras droit étant dirigé vers l'avant et le bras gauche vers l'arrière.

HALTE AU PAS CADENCÉ

Au commandement « ESCOUADE – HALTE »:

- a. marquer le pas une fois de plus avec le pied droit;
- b. marquer le pas une fois de plus avec le pied gauche; et
- c. redresser la jambe droite au rythme du pas cadencé et adopter la position « garde-à-vous ».

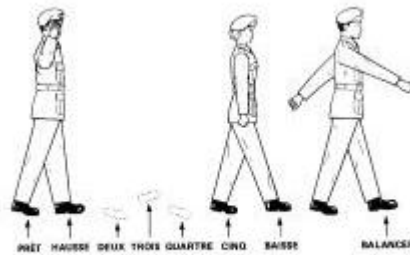
La cadence pour la halte est « un, un – deux ».

M108.10 – EXÉCUTER UN SALUT EN MARCHANT

Lorsqu'un cadet salue en marche, il/elle doit commencer à saluer cinq pas avant de croiser un officier, regarder celui-ci droit dans les yeux en tournant la tête dans la direction appropriée et cesser de saluer après l'avoir dépassé d'un pas. Ceci permet à l'officier de rendre le salut avant que le cadet ne l'ait dépassé.

Au commandement « SALUT VERS L'AVANT (GAUCHE OU DROITE) – SALUEZ » :

- a. faire un pas de 75 cm (30 pouces) avec le pied droit;
- b. balancer le bras gauche vers l'avant et le bras droit vers l'arrière;
- c. faire un pas de 75 cm (30 pouces) avec le pied gauche;
- d. ramener le bras gauche au côté;
- e. ramener le bras droit au côté, puis saluer d'un seul mouvement continu. Pendant le salut, la tête est tournée vers la droite (gauche) autant que possible sans effort excessif;
- f. faire quatre pas de 75 cm (30 pouces) au pas cadencé, en terminant sur le pied gauche avancé;
- g. faire un pas de 75 cm (30 pouces) du pied droit; h. ramener le bras droit au côté; et
- i. continuer à marcher.

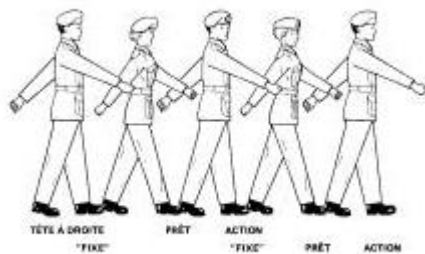


M108.11 – EXÉCUTER LE SALUT D'UNE ESCOUADE EN MARCHÉ

Au commandement « TÊTE À DROITE (GAUCHE) »:

- a. faire un pas complet du pied droit, et au moment où le pied gauche se pose sur le sol, tourner la tête et les yeux vers la droite (gauche) autant que possible sans faire d'efforts excessifs et regarder la personne à qui s'adresse le salut droit dans les yeux;
- b. continuer à balancer les bras; et
- c. le guide du flanc de direction continue à regarder droit devant lui afin de garder la bonne direction.

Au commandement « FIXE », faire un pas complet du pied droit vers l'avant et, au moment où le pied gauche se pose sur le sol, ramener la tête et les yeux d'un geste énergique vers l'avant.



OCOM 401.15 - REJOINDRE LES RANGS ET QUITTER LES RANGS

QUITTER LES RANGS

Le commandement «ROMPEZ LES RANGS » se donne quand un cadet doit quitter l'escouade.

Au commandement « ROMPEZ LES RANGS », le cadet désigné adopte la position « garde-à-vous », se rend sur le flanc droit de l'escouade en passant devant le rang qu'il occupe et se dirige dans la direction voulue.

REJOINDRE LES RANGS

Au commandement « REJOIGNEZ LES RANGS », le cadet désigné se rend sur le flanc gauche de l'escouade et reprend sa position en passant derrière le rang qu'il occupait précédemment, se dirige vers sa position et s'arrête. Il s'aligne et demeure au garde-à-vous ou adopte la position « en place repos », selon le cas.

Lorsque vous êtes appelé à recevoir une récompense telle qu'une promotion, adoptez la position du garde-à-vous, respectez la pause réglementaire, commencez à marcher en longeant votre rang par la droite jusqu'au guide. À partir du guide de droite, prenez le plus court chemin afin de vous présenter devant la personne qui doit vous remettre la récompense puis effectuez un « HALTE » à deux pas devant. Saluez la personne (si requis), respectez la pause réglementaire, faites un pas vers l'avant afin de recevoir votre récompense. Par la suite, faites un pas vers l'arrière, saluez (si requis). Après avoir respecté la pause réglementaire, tournez à droite, faites la pause, puis marchez en empruntant le chemin le plus court vers votre rang. Une fois rendu à votre rang, passez derrière celui-ci jusqu'à votre place puis tournez à gauche et prenez la position du « garde-à-vous ». Respectez la pause réglementaire et prenez la position « en place repos ».