

<https://trinome-academique.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article4>

Sport militaire pour les cadets de la Défense du 7ème RMAT

- Activités pédagogiques - Cadets de la défense -

Publication date: mercredi 9 janvier 2019

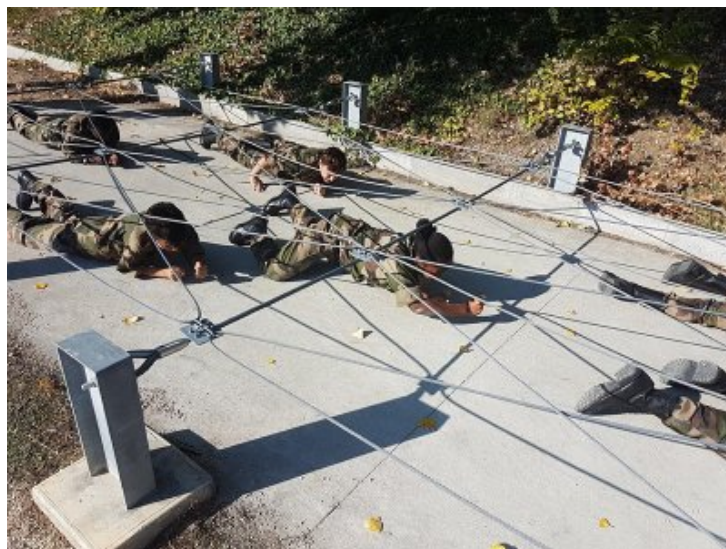
Copyright © Trinôme académique - Tous droits réservés

Pour cette séance du mercredi 17 octobre 2018, la section cadets de la Défense du 7e régiment du matériel avait rendez-vous avec le bureau des sports, pour une session de sport militaire, afin de toucher au plus près les conditions d'entraînement des militaires qui les entourent.

Sous le commandement du sergent Gabriel, les cadets ont démarré leur après-midi par une séance de méthode naturelle. Motivés à l'idée de tester leurs capacités physiques, c'est sous une bonne cadence que ces « apprentis-soldats » se lancent dans un parcours au sein du quartier général Sabatier. Durant la progression, les cadets ne manquent pas de travailler leur esprit de cohésion pour s'aider les uns les autres à franchir notamment l'obstacle du véhicule de l'avant-blindé sanitaire qui se dresse devant eux. Ceux qui sont plus à l'aise physiquement épaulent leurs camarades en difficulté et la section peut alors se rendre sur son prochain défi : le parcours d'obstacle pour une initiation.



Confrontés au franchissement des obstacles bas, les cadets doivent veiller à utiliser les bonnes techniques de passage qui leur ont été dispensées. Au moment de passer au célèbre ramper, ceux-ci puisent dans leurs ressources pour s'assurer d'arriver au bout sans être trop essoufflés. Tous les jeunes réussissent cet obstacle et peuvent alors continuer en direction du mur et de la fosse où la cohésion de groupe est encore de rigueur pour pouvoir faire sortir tout le monde dans le temps imparti.



Pour finir cette séance sportive, le sergent Gabriel leur propose une initiation aux techniques de selfdéfense,

Sport militaire pour les cadets de la Défense du 7ème RMA

utilisées dans les armées, appelées techniques d'interventions opérationnelles rapprochées (TIOR). Après leur avoir décortiqué chaque mouvement et technique pour assurer une pratique en toute sécurité, les cadets peuvent s'essayer, en binômes, avec leurs camarades pour évaluer leurs compétences.

