

## THE COLONEL ROBERT PERRON AWARD

### GENERAL

1. Recognizing and rewarding cadet achievements are essential aspects of youth development. Furthermore, an award related to physical fitness is particularly important considering the related aim and associated participant outcome within the Cadet Program Mandate in [CATO 11-03](#).

2. This annex provides the eligibility criteria and explains the selection process for the Colonel Robert Perron Award.

### AWARD DESCRIPTION

3. The Colonel-Robert-Perron Award for Excellence in Physical Fitness (hereinafter referred to as the “Perron Award”) is a national award that is presented annually to the top male and female cadets who demonstrate the best physical fitness.

4. The Perron Award is based on the fitness components for the Cadet Fitness Assessment Incentive Program described in CATO 14-18 and graded using the Perron Award Scoring Matrix available at Appendix 1.

### AWARD ELIGIBILITY

5. Any cadet aged 15 or older, and having completed Phase Two / Red Star / Proficiency Level Two or more, can voluntarily undergo the physical fitness test and apply for the Perron Award.

## LE PRIX COLONEL-ROBERT-PERRON

### GÉNÉRALITÉS

1. Un des éléments essentiels dans le développement des jeunes consiste à reconnaître et récompenser les réalisations. De plus, un prix récompensant la condition physique est particulièrement pertinent, compte tenu du lien existant entre l’objectif et les résultats attendus par les participants dans le cadre du Mandat du programme des cadets tel que décrit dans l’[OAIC 11-03](#).

2. La présente annexe décrit les critères d’éligibilité ainsi que le processus de sélection pour le prix Colonel-Robert-Perron.

### DESCRIPTION DU PRIX

3. Le prix Colonel-Robert-Perron d’excellence en condition physique (ci-après nommé « prix Perron ») est un prix national qui est décerné annuellement au cadet et à la cadette qui démontrent la meilleure condition physique.

4. L’attribution du prix Perron se fera à partir des composantes du programme d’évaluation de la condition physique décrit à l’OAIC 14-18 et calculé selon le système de pointage de la Matrice de pointage du prix Perron que l’on retrouve à l’appendice 1.

### ADMISSIBILITÉ AU PRIX

5. Tout cadet âgé de 15 ans ou plus, et ayant complété la phase deux / l’étoile rouge / le niveau de compétence deux ou plus, peut volontairement se soumettre au test de condition physique et poser sa candidature au prix Perron.

### AWARD TIMELINE

6. The following timeline will apply:
  - a. Testing period: 1 September - 31 March each year;
  - b. Nomination deadline: 15 April;
  - c. Award winners selection and announcement: First week of May; and
  - d. Award presentation: presented by D Cdts & JCR or a representative, between May-August (i.e. ACR, CSTC ceremony, etc.).

### FITNESS ASSESSMENT DETAILS

7. The fitness test shall be conducted in accordance with CATO 14-18 and is comprised of all the following fitness-area tests:
  - a. 20-m Shuttle Run Test, which is scored by the number of laps completed;
  - b. curl-up, which is scored by counting the number of curl-ups completed repeatedly at a pace of one curl-up every three seconds;
  - c. push-up, which is scored by counting the number of push-ups completed repeatedly at a pace of one push-up every three seconds;
  - d. trunk lift, which is scored by measuring the distance between the mat and the chin;
  - e. shoulder stretch, which shall be completed on both the right and left

### CALENDRIER

6. Voici le calendrier à suivre :
  - a. période de test : du 1er sept. au 31 mars chaque année;
  - b. date limite de mise en candidature : le 15 avril;
  - c. sélection des gagnants et annonce: première semaine de mai; et
  - d. remise du prix : présenté par le D Cad & RJC, ou son représentant, entre mai et août (c.-à-d. revue annuelle, cérémonie au CIEC, etc.).

### RENSEIGNEMENTS SUR L'ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE

7. Le test d'aptitude physique devra être administré conformément à l'OAIC 14-18 et comprend toutes les épreuves suivantes :
  - a. test de course navette de 20 m, le pointage correspondant au nombre d'étapes complétées;
  - b. demi redressement assis, le pointage correspondant au nombre de demi redressements effectués consécutivement au rythme de un demi redressement assis à toutes les trois secondes;
  - c. extension des bras, le pointage correspondant au nombre d'extensions des bras effectuées consécutivement au rythme de une extension des bras à toutes les trois secondes;
  - d. élévation du tronc, le pointage correspondant à la distance entre le tapis et le menton;
  - e. étirement de l'épaule, qui devra être réussi pour chaque bras en fonction de

arms by measuring the ability to touch hands; and

- f. back-saver sit and reach (20 cm for male and 30 cm for female), which shall be completed for each leg by measuring the distance the cadets can reach with their hands.

Note: the three fitness-areas shall be tested for the muscular flexibility component (7.d.-7.f.).

8. The achievement results for each fitness-area test are to be recorded for each participating cadet and validated by the test supervisor using the Application Form at Appendix 2.

#### **FITNESS TEST SCORING DETAILS**

9. Once achievement results have been recorded as per paragraph 8, staff will use the Scoring Matrix at Appendix 1 to obtain the score for each fitness-area test of the test and record the score on the Application Form at Appendix 2.

10. Calculations are simply made by matching the achievement result with its corresponding score (0 to 100 points or 0 to 50 points) located in the same row of the scoring matrix for four of the six fitness-area tests. For the two other fitness-area tests, score will be 50 each if succeeded, otherwise zero. After all fitness-area tests have been scored, simply add the scores to determine the overall score out of a possible 450 points.

11. In the event of a tie, individual fitness-area tests scores will be compared in the order presented in paragraph 7 until the winner is identified.

la capacité à toucher les mains; et

- f. flexion du tronc vers l'avant (20 cm pour les garçons et 30 cm pour les filles) qui devra être réussi pour chaque jambe en mesurant la distance que les cadets peuvent atteindre avec leurs mains.

Note : les trois épreuves de la composante flexibilité musculaire (7.d. à 7.f.) doivent être testées.

8. Les résultats obtenus dans chacune des épreuves du test d'aptitude doivent être consignés pour chaque participant et être validés par le superviseur du test sur le formulaire de mise en candidature, disponible à l'appendice 2.

#### **MODALITÉS DE LA NOTATION DU TEST D'APTITUDE PHYSIQUE**

9. Une fois les résultats consignés conformément au paragraphe 8, la matrice de pointage, appendice 1, sera utilisée afin de déterminer le pointage obtenu pour chaque épreuve du test, pointage qui sera inscrit sur le formulaire de mise en candidature, appendice 2.

10. On effectue le calcul en associant tout simplement le résultat obtenu au barème correspondant (0 à 100 pts ou 0 à 50 pts) se trouvant sur la même ligne de la matrice de notation pour quatre des six épreuves. Pour les deux autres épreuves, le pointage sera de 50 chacune si réussie, sinon de zéro. Une fois les résultats des épreuves du test d'aptitude physique notés, on les additionne pour déterminer la note finale sur un total possible de 450 points.

11. En cas d'égalité, on comparera les notes obtenues pour chaque épreuve du test d'aptitude dans l'ordre présenté au paragraphe 7, jusqu'à ce que l'égalité soit brisée.

## **AWARD NOMINATION**

12. Once scores have been calculated and validated by the fitness test supervisor, the Commanding Officer will endorse the results of the cadet with the most points on the Application Form at Appendix 2.

13. The Corps/Squadron CO, in which cadets voluntarily participate, shall submit the Perron Award Application Form by the nomination deadline of 15 April to Detachment or RCSU either by fax, by mail or by scanning the completed form and attaching it to an e-mail. Each corps/squadron may submit one male and one female nomination.

14. The RCSU shall select the best three male and female candidates from their region and forward a copy of the application forms to D Cdts and JCR prior to 30 April.

## **AWARD WINNERS SELECTION**

15. During the first week of May, applications will be reviewed to identify the male and female cadet who attained the highest fitness test score. Any tie will be broken in accordance with paragraph 11.

16. The results will be presented to D Cdts & JCR for final approval.

## **AWARD PRESENTATION**

17. Once the winners' home RCSUs and Corps/Squadrons have been notified, details of the award presentation will be discussed and finalized. Presentation options could include D Cdts & JCR (or a representative) attending the cadets unit's ACR or CSTC ceremony, or attending some other suitable occasion as determined by D Cdts & JCR, in consultation

## **CANDIDATURE AU PRIX**

12. Une fois les pointages calculés et validés par le superviseur du test d'aptitude physique, le commandant certifiera l'exactitude des résultats du cadet ou de la cadette qui a obtenu le plus grand nombre de points sur le formulaire de mise en candidature apparaissant à l'appendice 2.

13. Le commandant du corps/escadron, auquel des cadets participent volontairement, enverra le Formulaire de mise en candidature au prix Perron, au plus tard le 15 avril, au Détachement ou à l'URSC par télécopie, par la poste ou par courriel en joignant une copie numérisée du formulaire complété. Chaque corps/escadron peut soumettre une candidature masculine et une féminine.

14. L'URSC doit sélectionner les trois meilleurs candidats et les trois meilleures candidates de sa région et envoyer une copie des formulaires de candidature au D Cad & RJC avant le 30 avril.

## **SÉLECTION DES GAGNANTS**

15. Durant la première semaine de mai, les formulaires seront examinés afin d'identifier le cadet et la cadette qui ont obtenu la plus haute note finale au test. Toute égalité sera brisée de la manière énoncée au paragraphe 11.

16. Les résultats seront soumis à l'approbation finale du D Cad & RJC.

## **PRÉSENTATION DU PRIX**

17. Une fois que les URSC et les corps/escadrons d'appartenance des gagnants sont informés, les modalités afférentes à la présentation du prix seront discutées et finalisées. En ce qui a trait au mode de présentation, le D Cad & RJC (ou son représentant) pourrait, par exemple, se rendre à la revue annuelle de l'unité ou à une cérémonie au CSTC du cadet ou encore assister à une autre occasion de présentation

with the RCSUs and Corps/Squadrons.

appropriée tel que déterminée par le D Cad & RJC de concert avec les URSC et les corps/escadrons.

18. The presentation should be photographed and a corresponding article prepared to promote the event as much as possible, for example, in local newspapers and websites.

18. On devrait photographier la cérémonie de remise du prix et rédiger un article correspondant afin de faire la promotion de l'événement du mieux possible, notamment dans les journaux locaux et des sites web.