



Programme de formation

CMB 2026

72 heures.

Prérequis

L'accès à la formation est soumis à conditions :

- Avoir au moins 18 ans
- Justifier d'un niveau technique minimum dans l'option choisie : ATT1 (ou 2^{ème} Duan) ;
- Être en possession d'une attestation de prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1)
- Certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'enseignement de l'option choisie datant de moins d'un an à l'entrée en formation
- Être titulaire d'une pièce administrative en cours de validité justifiant de l'identité du candidat (recto-verso)

Objectifs pédagogiques

Le Certificat de Moniteur Bénévole (CMB) est un diplôme fédéral permettant :

- D'enseigner bénévolement au sein d'une structure affiliée FFAEMC ;
- De consolider ses compétences pédagogiques et techniques ;
- De préparer le cursus CQP MAM d'enseignant professionnel rémunéré à temps plein.

L'obtention du Certificat de Moniteur Bénévole (CMB) permet d'obtenir des allègements dans la formation professionnelle CQP MAM.

L'obtention d'un CMB dans une mention AEMC permet un allègement pour obtenir un CMB d'une autre mention.

La FFAEMC en tant qu'organisme de formation certifié QUALIOPI assure le bon déroulement de toutes les sessions de formation.

Description / Contenu

1- Programme :

- Comprendre le fonctionnement de sa structure
- Pédagogie : positionnement enseignant, relation pédagogique & dynamique de groupe / Transmettre un mouvement (disciplines : AMCI ; AEC ; AMCX)
- Bases de l'Anatomie / Physiologie
- Analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement [niveau Débutant]
- Énergétique chinoise commun [niveau Débutant]
- Anatomie/physiologie / Renforcement musculaire (discipline : AMCX)
- Énergétique chinoise commun [niveau Débutant] (disciplines : AEC ; AMCI)
- Structure de cours appliqué : mise en situation [niveau Débutant]





- Animer, progresser, adapter : mise en situation [niveau Débutant]
- Pédagogie : progression et mise en situation
- Préparation à l'Examen Pratique

Le CMB délivré par la FFAEMC existe dans 2 mentions :

- CQP MAM AEC – Qi Gong
- CQP MAM AMCI X – Arts Martiaux Chinois Internes (Taichi chuan, Bagua zhang, Yi quan, Hsing I) et Arts Martiaux Chinois Externes (Kung fu, Wing Chun, Jeet Kune Do, Shuai Jiao, Wushu)

2- Durée de la formation :

La durée du CMB est de 72h de formation et 20 heures de stage en situation professionnelle.

Modalités pédagogiques

La formation est dispensée selon les **modalités** suivantes :

- Cours théoriques & mises en situation
- Stage en entreprise de 20h

Moyens et supports pédagogiques

La formation dispensée met à disposition des stagiaires :

- Accès documentation : textes réglementaires, publications institutionnelles et scientifiques, et supports de cours des formateurs.
- Formation en présentiel : salles équipées de vidéoprojecteurs (projection des supports de formation, etc.), connexion Wifi (recherche et ressources Internet), et paperboard (salles spécialisées).
- Extranet participant : accès à un Espace Apprenant en ligne pour retrouver la documentation pratique de leur formation et leur planning.

Modalités d'évaluation et de suivi

1-Evaluation continue :

Les formateurs évaluent les stagiaires en formation via :

- Une préparation à l'examen pratique

2-Examen de certification :

- **Épreuves écrites :**
 - QCM : Réglementation
 - QCM : Énergétique Chinoise (discipline : AEC ; AMCI) ; QCM : Anatomie / Physiologie (discipline : AMCX)
- **Épreuve pédagogique pratique :**
 - Mise en situation pédagogique devant jury de la discipline



Le candidat doit valider toutes les épreuves pour être diplômé.

Nos points forts

Vous former avec la FFAEMC c'est bénéficier :

- D'une formation spécifique aux arts énergétiques et martiaux chinois, avec des contenus entièrement dédiés à nos disciplines,
- De la richesse des échanges avec des pairs.

1-Satisfaction des stagiaires¹ :

- 97% très satisfaits
- 3% satisfaits
- 0% peu satisfaits
- 0% insatisfaits

Les débouchés

Taux d'insertion du CQP MAM (certification 2022) :

- Taux d'insertion global à 6 mois : 92%
- Taux d'insertion dans le métier visé à 6 mois : 49%

¹ Satisfaction basée sur la promotion 2025 composée de 33 stagiaires.