

# Critères d'admission

Des membres actifs

## **Préambule**

L'Association Suisse pour le Qigong et le Taijiquan (SGQT ASQT) a pour but de garantir et de promouvoir un haut niveau d'enseignement et une transmission éthique de ces deux arts en Suisse.

Elle est ouverte à toutes les écoles et organismes de formation qui enseignent le Qigong et/ou le Taijiquan et qui obéissent aux directives éthiques (voir préambule des statuts) et aux statuts de la SGQT ASQT.

L'affiliation en tant que membre actif de la SGQT ASQT est soumise à l'approbation des directives éthiques et à la correspondance documentée aux critères d'admission. Les critères d'admission peuvent être remplis autant par des personnes qui ont suivi une formation au sein d'une institution que de manière autodidacte.

Les membres actifs se répartissent en sous-catégories correspondant à leur niveau de qualification, ce qui fait l'objet du présent règlement.

## 1 Niveaux de qualification

Afin de différencier les niveaux de qualification de ses membres actifs, la SGQT ASQT distingue trois catégories d'affiliation, par ordre croissant d'exigences :

- **Instructeur, Instructrice (I)**
- **Enseignant, Enseignante (E)**
- **Formateur, Formatrice (F)**

Les membres actifs peuvent faire usage de la mention « reconnu(e) par la SGQT ASQT », par exemple « Instructrice Qigong reconnue par la SGQT ASQT ».

### 1.1 Instructeur – Instructrice (I)

Le titre d'instructeur/instructrice permet l'enseignement général à des groupes de débutants et de niveaux légèrement avancés. L'exécution correcte et la capacité d'expliquer les formes et les différents exercices sont au premier plan. L'accent est mis sur les aspects visibles plutôt que sur les processus internes.

Les instructeurs et instructrices qui remplissent les conditions nécessaires, peuvent passer au niveau d'enseignant, enseignante.

### 1.2 Enseignant – Enseignante (E)

Le titre d'enseignant/enseignante permet la transmission à des niveaux avancés avec possibilité d'application dans différents domaines. En plus de la maîtrise complète des formes et des exercices, les enseignants doivent avoir l'expérience et la maturité nécessaires afin de guider les élèves sur leur chemin de développement personnel interne.

Les enseignants et enseignantes qui remplissent les conditions nécessaires, peuvent passer au niveau de formateur, formatrice.

### 1.3 Formateur – Formatrice (F)

Le titre de formateur/formatrice reconnaît la capacité à diriger et à organiser des formations aux niveaux d'instructeur/instructrice et d'enseignant/enseignante.

Les formateurs/formatrices qui souhaitent proposer des formations en profitant de l'appellation « reconnu par la SGQT ASQT », doivent soumettre un descriptif détaillé de la formation ou de la formation continue proposée (contenu, nombre d'heures, durée, animateurs/animateuses) à l'approbation du comité.

## 2 Critères d'évaluation

Un système de distinction générique a été établi afin de différencier les niveaux de qualification.

Notes préliminaires :

- Une heure de formation / séance = 60 min.
- Par « heure de formation/formation continue », on comprend une heure de pratique dirigée. La pratique personnelle (ou en groupe), ainsi que le temps dédié aux études et aux travaux écrits ne sont pas comptés comme des heures de formation ou de formation continue.

## 2.1 Critères d'évaluation Qigong

|                                                         | Instructeur, Instructrice                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Enseignant, Enseignante                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Formateur, Formatrice                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Durée de formation / formation continue</b>          | 3 ans                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | + 2 ans (5 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                            | + 5 ans (10 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Nombre d'heures de formation/ formation continue</b> | 360 heures                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | + 180 h (540 h au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                            | + 360 h (900 h au total)                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Expérience pratique</b>                              | 3 ans de pratique quotidienne                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | + 2 ans (5 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                            | + 5 ans (10 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Expérience d'enseignement</b>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 20 heures d'enseignement individuelles, autonomes et documentées</li> <li>• Dont max. 5 heures sous supervision, en tant qu'assistant(e), dans des groupes</li> </ul>                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 ans</li> <li>• + 160 h (180 h au total) d'enseignement</li> </ul>                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 ans</li> <li>• + 400 h (580 h au total) d'enseignement</li> <li>• 10 journées de stage</li> </ul>                                                                                                                   |
| <b>Connaissances pratiques</b>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance des postures de base, des alignements et des mouvements de Qigong</li> <li>• 3 formes en mouvement</li> <li>• 1 forme immobile</li> <li>• Exercices complémentaires couché, assis, debout, en marchant</li> </ul>                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• +1 forme en mouvement (4 au total)</li> <li>• +1 forme immobile (2 au total)</li> <li>• Expérience dans des exercices de base couché, assis, debout, en marchant, exercices internes</li> </ul>                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des connaissances pratiques acquises</li> <li>• Maîtrise élémentaire d'une forme courte de Taiji</li> </ul>                                                                     |
| <b>Connaissances théoriques</b>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance élémentaire des concepts, contextes, principes de base, objectifs et orientations principales du Qigong</li> <li>• Connaissances de base en MTC : Yin et Yang, 5 phases de transformation, 12 méridiens</li> <li>• Connaissances de base en anatomie et physiologie</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance des concepts, contextes, principes de base, buts et orientations principales du Qigong</li> <li>• Connaissances de base en MTC : Yin et Yang, 5 phases de transformation, 12 méridiens</li> <li>• Connaissances de base en anatomie et physiologie</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des connaissances théoriques acquises</li> </ul>                                                                                                                                |
| <b>Compétences pédagogiques</b>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissances méthodologiques et didactiques élémentaires de direction d'un groupe</li> </ul>                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissances méthodologiques et didactiques approfondies</li> <li>• Aisance dans la gestion d'une dynamique de groupe et dans la communication</li> </ul>                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des compétences pédagogiques acquises</li> </ul>                                                                                                                                |
| <b>Examen de compétences<sup>1</sup></b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Partie pratique</i><br/>Préparation et réalisation d'une unité d'enseignement et</li> <li>• <i>Partie théorique</i><br/>Examen écrit et/ou travail de diplôme et/ou 3 rapports d'activité</li> </ul>                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Épreuve pratique</i><br/>Préparation et réalisation d'une unité d'enseignement ou</li> <li>• <i>Épreuve théorique</i><br/>Examen écrit et/ou travail de diplôme et/ou 3 rapports d'activité</li> </ul>                                                                  | <p><i>Aucun certificat de compétence supplémentaire n'est exigé. Après un examen individuel approfondi, le/la candidat(e) est convié à un entretien avec le comité de l'ASQT. Suite à cela, le/la candidat(e) reçoit le titre de formateur/formatrice.</i></p> |

<sup>1</sup> Dans la mesure du possible, les certificats de capacité doivent être fournis par les formateurs/formatrices. Au cas où cela ne serait pas possible, en particulier pour une personne en formation autodidacte, un certificat peut être demandé auprès du comité.

## 2.2 Critères d'évaluation Taijiquan

|                                                          | Instructeur, Instructrice                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Enseignant, Enseignante                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Formateur, Formatrice                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Durée de formation / formation continue</b>           | 3 ans                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | + 2 ans (5 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | + 5 ans (10 ans au total)                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Nombre d'heures de formation / formation continue</b> | 360 heures                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | + 180 h (540 h au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | + 360 h (900 h au total)                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Expérience pratique</b>                               | 3 ans de pratique quotidienne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | + 2 ans (5 ans au total)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | + 5 ans (10 ans au total)                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Expérience d'enseignement</b>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 20 heures d'enseignement individuelles, autonomes et documentées</li> <li>• Dont max. 5 heures sous supervision, en tant qu'assistant(e), en groupe</li> </ul>                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 ans</li> <li>• + 160 h (180 h au total) d'enseignement</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 ans</li> <li>• + 400 h (580 h au total) d'enseignement</li> <li>• 10 journées de stage</li> </ul>                                                                                                            |
| <b>Connaissances pratiques</b>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 formes qui correspondent à peu près en longueur et en nombre de parties à la forme des 24 mouvements</li> <li>• Une des formes doit être une forme à mains nues</li> <li>• Connaissance des postures de base, des alignements et des principes des mouvements, pousser-mains</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• + 2 formes (4 au total)</li> <li>• Dont une forme longue à mains nues<sup>1</sup> (plus longue que la forme des 24 mouvements)</li> <li>• Expérience en Tui-Shou (pousser-mains)</li> <li>• Connaissance des applications</li> <li>• Connaissance d'une forme armée</li> <li>• Maîtrise d'un exercice élémentaire de Qigong (immobile ou en mouvement)</li> <li>• Maîtrise d'exercices basiques mobiles et immobiles et d'exercices internes</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des connaissances pratiques acquises</li> </ul>                                                                                                                          |
| <b>Connaissances théoriques</b>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance des concepts, contextes, principes de base, objectifs, traditions, directions, styles et écoles de Taijiquan.</li> <li>• Connaissances de base en MTC : Yin et Yang, 5 phases de transformation, 12 méridiens</li> <li>• Connaissances élémentaires en anatomie et physiologie.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance des concepts, contextes, principes de base, objectifs, traditions, directions, styles et écoles de Taijiquan.</li> <li>• Connaissances de base en MTC : Yin et Yang, 5 phases de transformation, 12 méridiens</li> <li>• Connaissances élémentaires en anatomie et physiologie.</li> </ul>                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des connaissances théoriques acquises</li> </ul>                                                                                                                         |
| <b>Compétences pédagogiques</b>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissances méthodologiques et didactiques élémentaires de direction d'un groupe</li> </ul>                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissances méthodologiques et didactiques approfondies</li> <li>• Aisance dans la gestion d'une dynamique de groupe et dans la communication</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondissement et personnalisation des compétences pédagogiques acquises</li> </ul>                                                                                                                         |
| <b>Examen de compétences<sup>2</sup></b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Partie pratique</i><br/>Préparation et réalisation d'une unité d'enseignement et</li> <li>• <i>Partie théorique</i><br/>Examen écrit et/ou travail de diplôme et/ou 3 rapports d'activité</li> </ul>                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Épreuve pratique</i><br/>Préparation et réalisation d'une unité d'enseignement ou</li> <li>• <i>Épreuve théorique</i><br/>Examen écrit et/ou travail de diplôme et/ou 3 rapports d'activité</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                               | <p>Aucun certificat de compétence supplémentaire n'est exigé. Après un examen individuel approfondi, le/la candidat(e) est convié à un entretien avec le comité de l'ASQT. Suite à cela, le/la candidat(e) reçoit le titre de formateur/formatrice.</p> |

<sup>1</sup> Pour la qualification en tant qu'enseignant(e) de Taijiquan, on entend par « forme longue » également l'ampleur des exercices, pas seulement la durée temporelle. Cela tient compte du fait que, selon le lieu de formation, les formes sont enseignées avec un nombre plus ou moins important de parties d'exercices, et à des vitesses différentes.

<sup>2</sup> Dans la mesure du possible, les certificats de capacité doivent être fournis par les formateurs/formatrices. Au cas où cela ne serait pas possible, en particulier pour une personne en formation autodidacte, un certificat peut être demandé auprès du comité.

### **3 Examen des requêtes**

Le comité examine les demandes d'adhésion à la SGQT ASQT. Lorsque l'adhésion est refusée pour cause de lacunes, une nouvelle demande peut être déposée une fois que le/la candidat(e) les a comblées.

### **4 Directive concernant l'obligation de suivre des formations continues**

Tous les membres actifs ont l'obligation de suivre régulièrement des formations continues. Un minimum de 25 heures de formation continue doivent être accomplies dans une période de deux ans.

Les membres qui disposent du statut de formateur/formatrice de l'ASQT depuis plus de 15 ans peuvent être exemptés de l'obligation de participer à des formations continues. Une demande d'exemption doit être déposée auprès du comité par écrit.

Les critères d'admission ci-dessus ont été adoptés par l'assemblée générale du 6 mars 2021 avec entrée en vigueur immédiate.

Note : En cas de d'incohérence ou de divergence entre la version allemande et la version française, c'est la version allemande qui fait foi.