

Programme de formation

PRÉPARATION CAP MMVF - 67h

Tarif : 1470€



mon Bar à Couture

Juin 2026

Objectifs de la formation:

Accompagner les personnes inscrites au CAP MMVF en candidat libre en proposant une mise en pratique de techniques de montage, de techniques de patronnage, une initiation au dessin de style et un contenu sur l'histoire de la mode et du vêtement.

Ce programme vient en complément d'un travail personnel du stagiaire à la préparation de cet examen. Il répond à un besoin d'être accompagné en présentiel sur une partie technique du programme du CAP MMVF. En complément de notre programme, le stagiaire pourra utiliser des supports pédagogiques de son choix pour la préparation complète à l'examen.

Pré-requis : Il est nécessaire de savoir utiliser une machine à coudre et d'avoir réalisé une ou plusieurs pièces d'habillement.

Profil concerné : toute personne étant inscrite au passage du CAP Métiers de la Mode et vêtement flou.

NB : Les inscriptions au CAP MMVF pour la session 2027 de l'académie de Lille (date d'ouverture des inscriptions à confirmer) se font via le site :

<https://www1.ac-lille.fr/cap-mentions-complementaires-de-niveau-3-121746>

Organisation de la formation:

14 demi-journées (49 heures en groupe) + Prise en main de la piqueuse plate et utilisation de la surjeteuse (2 heures en individuel sur rendez-vous) + 2 jours (16 heures) pour la réalisation d'un CAP blanc de l'EP2

- **Prise en main Piqueuse plate et utilisation de la surjeteuse**
- **Techniques d'assemblage et de finitions sur pièces d'étude**
 - Découverte de la gamme de montage industrielle et des schémas techniques
 - Techniques de montage sur pièces d'étude : finitions bas vêtement (ourlet piqué, rempli surfilé piqué, rempli surfilé point invisible, revers, ...), poches (plaquée, dans la couture, passepoilée, paysanne, ...), Systèmes de fermeture (pattes de boutonnage à même, cachée, braguette, ZIP invisible...), bas de manche (fente indéchirable, patte capucin, poignet), montage de col/pied de col, plis et pinces, montage manche avec embu, points main, ...
À chaque séance, le stagiaire aura l'occasion de coudre sur la piqueuse plate.

=> exemples de techniques de montage demandées dans les 7 dernières annales :
fente indéchirable, col officier, surpiquûre, plis creux, pinces poitrine, poche plaquée à revers, FAG Invisible, ceinture doublée, poche paysanne, patte de boutonnage rapportée, rempli piqué, pinces poitrine, poche italienne, poche 1 passepoil, rempli bague bas de short, ceinture surpiquée, passants, braguette, ceinture rabattue avec passants insérés, poche italienne, plis plats, revers bas de short, poche 1 passepoil, Pli rond, poche 1 passepoil, FAG avec sous-pont, rempli surfilé point invisible...

- **Techniques de patronage**

- Présentation du métier de modéliste et de la construction d'un patron
- Comment créer un modèle à partir d'une base (Bascule de pince poitrine et pince omoplate, création d'empècement devant et dos et création de sous-éléments pièces de haut et bas,...)
- Industrialisation selon les techniques d'assemblage et de finitions (nomenclature, valeurs de couture, retour de couture, ...)

=> exemples de techniques de patronage demandées dans les annales :
ajouter une croisure et une parementure, industrialisation (VC, crans, repères, DL),
ajouter des valeurs de plis et les crans, tracer les chapeaux de plis, transformer la base pour créer le dos de la veste avec un empècement et des découpes bretelles, construire l'enforme du dos de la robe chasuble, la martingale, tracer l'enforme et la doublure, tracer un ½ col officier, transformer le devant en ajoutant un pli rond...

- **Histoire de la mode et du vêtement**

Connaître les caractéristiques des vestiaires de mode de l'antiquité à nos jours.

- **Initiation au dessin de style**

- Réaliser les croquis de vêtements sur silhouette avec mise en couleurs, tout en respectant un moodboard.
- Techniques abordées : dessin d'une jupe, d'un pantalon, d'une robe avec différents volumes, représentation des évasés, des fronces et parties bouffantes du vêtement, des surépaisseurs, des ombres, des plis et drapés, création de motifs (rayures, carreaux, ...)

=> Exemples de questions d'annales :

Création d'un motif graphique sur une basque, proposition d'un nouveau haut d'une robe, créer une représentation graphique florale, dessiner en monochrome des effets ombrés, des reliefs, ajouter des volants au devant, créer une proposition graphique en faisant apparaître du volume sur le haut d'un pantalon, classer chronologiquement des tenues...

- **Technologie du textile**

Ce sujet sera abordé sous la forme d'exercice pratique. Nous détaillerons les fibres, les matières, les différents types de tissage avec des supports à l'appui.

=> Exemples de questions d'annales :

Quelle est l'origine du lin ? du coton ? du polyester ? Quel est l'avantage du mélange Coton/polyester, relier les armures à des photos de textiles, ...

Nous conseillons comme support le livre "Technologie des tissus" - Casteilla - 16,50 €

- **CAP BLANC EP2 (16 heures)**

Une épreuve d'EP2 de CAP Blanc est proposée sur 2 jours consécutifs (16 heures), le sujet est issu des annales de CAP MMVF. Le sujet et les fournitures sont fournis.

Supports pédagogiques :

Des fiches pédagogiques sont fournies à chaque session de patronnage et de montage.
Les fiches pédagogiques de montage reprennent le dessin à plat de la pièce d'étude, la nomenclature et la gamme de montage avec les sections techniques.
Un support sur l'histoire de la mode est fourni ainsi que les figurines pour la séance de dessin de style.

Planning de formation :

Les sessions de formation se déroulent les lundis ou les vendredis selon les groupes, de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00.

Session du 23/11/26 au 24/04/2027 : N°CARIF à venir
horaires de 9h à 17h - 7h

Lundi 23/11/2026 ou Vendredi 27/11/2026
Lundi 30/11/2026 ou Vendredi 04/12/2026
Lundi 07/12/2026 ou Vendredi 11/12/2026
Lundi 01/02/2027 ou Vendredi 05/02/2027
Lundi 22/02/2027 ou Vendredi 26/02/2027
Lundi 01/03/2027 ou Vendredi 05/03/2027
Lundi 08/03/2027 ou Vendredi 12/03/2027

Rdv individuel de 2h à définir par stagiaire

EP2 CAP BLANC : Vendredi 02 et Samedi 3 avril 2027 ou Vendredi 23 et Samedi 24 avril 2027