



Techniques de prises de vues, montage vidéo sur Adobe Première Pro CC et nouveaux médias.

Programme à jour : 2026 - 2027

Public : Toutes les personnes souhaitant acquérir les notions nécessaires à la prise de vue vidéo professionnelle - montage vidéo professionnel • Réalisateur • JRI • graphiste et infographiste • demandeur d'emploi • Chefs d'entreprise • cadres • Particuliers, salariés • Personnes en reconversion professionnelle.

Pré-requis : Accessible aux autodidactes passionnés, bonne connaissance de l'informatique (Windows ou Mac). Un rendez-vous en présentiel ou distanciel sera mis en place pour vérifier ensemble les prérequis.

Durée : 70 heures (10 jours)

Délais d'accès : Entrées et sorties permanentes (Nous contacter)

(Inscriptions possibles 1 semaine avant le démarrage de la session.)

Nombre de stagiaires : 1 à 3

Objectifs : Acquérir les compétences pour se lancer dans la fonction de vidéaste d'événement, vidéo-blogueur, vidéaste généraliste, vidéaste web & monteur vidéo. Acquérir la maîtrise des fondamentaux du logiciel de montage d'Adobe, le montage, l'étalonnage, l'audio, les effets, l'encodage et l'exportation sur plusieurs supports (Web, TV, diffusion sur grand écran, etc.).

Lieu de la formation : 3 rue du Mas de Bonniol, 34880 Lavérune ou Espace Garosud Montpellier.

Les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement : L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire et ce suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques avec le formateur • 1 station de montage par stagiaire • Un vidéo projecteur • Matériel de prise de vue par stagiaire • Les cas pratiques se feront dans l'enceinte du centre de formation • Supports de cours remis sur clé USB et disponibles en ligne (PDF et tutoriels).

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Si besoin, nous pouvons mettre à disposition des locaux adaptés aux personnes en situation de handicap. (Espace Garosud - location de salles à Montpellier).

Modalités d'évaluation : Cas pratiques en continu + évaluation de validation sous la forme d'un exercice pratique avec le formateur.

Formalisation en fin de formation : Attestation de formation validée par le formateur et délivrée par l'organisme de formation.

Un vrai suivi après votre formation : Vous pouvez bénéficier d'un prêt de matériel et d'un accès à nos studios de Postproduction pendant et après votre formation, renseignez-vous. Cours et tutoriels en ligne inclus dans votre espace privé. Nos formateurs restent disponibles après votre formation !

Coût de la formation : 30€ / heure => Cette formation peut être financée en fonction de votre situation.

Programme détaillé :

1°) Ecriture d'un film (Les bases) :

Le travail d'écriture

Le scénario

Note d'intention

Synopsis et découpage technique

2°) Connaître les aspects théoriques et techniques du cadrage vidéo :

Introduction à la prise de vues vidéo

Histoire des caméras numériques

Les optiques en vidéo

Découverte des réglages importants

Exposition, Balance des blancs, Mise au point, Focale

Profondeur de champ, vitesse d'obturation, diaphragme, ISO

Connaître les règles de base pour la prise de vue selon le type d'environnement et le matériel à disposition.

Pratique du cadrage et de la composition d'image.

Règle des 30° - Règle des 180° - les différents types de raccords

Prise de vue fixe et en mouvement (Utilisation et réglage d'un trépied professionnel, réglage d'un stabilisateur 3 axes / steadicam et d'un slider)

Qualité d'image, pertinence des angles, regard artistique.

Maîtrise de la gestion de la lumière, températures de couleur, éclairages artificiels, naturels.

Les techniques de prise de son et les différents micros

Installation et réglage des micros

Cas pratique, réglage des micros (Interviews, captation d'une scène).

3°) Pratiquer le cadrage vidéo sur le terrain et aboutir à un produit fini :

Tournage d'un clip ou d'un reportage au choix.

Gestion du tournage sur le terrain

Vérification et choix du matériel

Repérages du lieu de tournage

Réglages des caméras pour son tournage / Choix des optiques

Balance des blancs / espace colorimétrique et presets des caméras (LUTs)

Mouvements de caméra (Trépieds, sliders et stabilisateurs)

Filmer artistiquement en utilisant la profondeur de champ

Nouveaux médias : utiliser son smartphone pour filmer, monter et diffuser ses vidéos.

4°) Concevoir le montage vidéo sur Adobe Première Pro CC (Dernière version) :

Histoire du montage vidéo et les différentes techniques au fil des années, de l'analogique jusqu'au numérique.

Préparer sa station de montage / méthode d'organisation

Présentation de l'interface Premiere Pro CC

Les conteneurs et les codecs / formats HD, 2k, 4k, 8k, 12k

Personnalisation de l'espace de travail

Paramétrage du projet et préférences

Paramétrage des proxies / doublures sur Adobe Première Pro CC

Méthode d'importation des medias source

Vocabulaire du monteur

Les différents modes de montage

Montage 2, 3 et 4 points

Les raccourcis clavier (PC et MAC)

Le fonctionnement de la time-line / Les outils de la palette

Ajout et suppression de pistes audio et vidéo

Synchronisation et désynchronisation

La fenêtre "option d'effets"

Les images clés / l'animation de filtres, d'éléments

Les transitions vidéo, effets, filtres (leurs utilités)

Les transitions "audio", leurs utilités

Titrage - générique - sous titres

Le mixage audio dans ce logiciel

Notions d'étalonnage sur Première Pro

Utilisation de l'effet Couleur Lumétri

Parade rvg, vectoroscope, forme d'onde YC...

Paramétrer l'effet couleur lumétri

L'exportation avec Adobe Premiere

L'exportation avec Media Encoder

Les différents formats et codec en fonction des diffusions

Dernières nouveautés du logiciel (IA).

5°) Evaluation de la formation, des acquis et suivi du stagiaire :

Evaluation de validation sous la forme d'un exercice pratique avec le formateur.

Suivi du stagiaire à la suite de la formation, prêt de matériel possible.

Supports de cours remis pendant la formation et envoyés par mail.

Prendre contact avec le centre de formation :

www.casinopictures-formations.fr

contact@casinopictures-formations.fr

Contact direct : 06 32 15 89 85

Siret : 79518333400015 / DA : 76 34 08886 34