



FORMATION - AUDIOVISUEL

Realiser et monter une vidéo pour communiquer
Format court

31 avenue de la Sibelle 75014 Paris
Tél. 01 48 03 57 43
Mail : formation@crea-image.net
www.crea-image.net

CREA IMAGE COMMUNICATION
SAS AU CAPITAL DE 20 000 €
ORGANISME DE FORMATION N°11 75 36820 75
N° TVA INTRA COMMUNAUTAIRE FR35479739254
RCS PARIS B 479 739 245 - APE 8559A

■ Durée

7 Jours - 49 Heures

■ Objectifs

- Réaliser le schéma de construction de la vidéo de communication
- Définir le découpage technique du tournage de la vidéo de communication
- Filmer le sujet de la vidéo de communication, avec prise de son direct, après avoir procédé aux réglages de la caméra et des micros
- Monter la vidéo de communication
- Adapter la vidéo de communication réalisée aux différents supports de diffusion choisis

■ Pré-requis

Disposer de compétences en écriture de scénarii et de compétences de base en informatique.

■ Modalités d'inscription

L'admission du candidat se fait sur la base :

- D'un questionnaire préalable dans lequel le candidat détaille ses compétences, ses acquis, ses formations et études et son objectif professionnel
- D'un entretien (téléphonique ou face à face, selon les cas) avec le responsable des formations, de la pédagogie et de la coordination des programmes afin de valider l'admission et répondre aux questions du candidat

■ Méthode pédagogique

Formation présentielle pendant laquelle sont alternées les explications théoriques et techniques et les exercices pratiques.

■ Matériel pédagogique

Caméras Sony PXW-Z200, Sony PXW-Z150-full HD 4K, Sony Alpha 7 III, Canon Eos 6D. Éclairage light Panel. Fresnel. Mandarines. Micros dynamique, cravate, micro à condensateur directif. Mixette. Pour le montage, un ordinateur Mac ou PC par stagiaire avec la dernière version du logiciel. Supports de cours fournis.



■ Modalités d'évaluation

La certification proposée est : Réaliser et Monter une vidéo pour communiquer.

La certification se déroule en 2 étapes .

Pour la première étape, le candidat devra :

- Rédiger une note d'intention
- Filmer le sujet avec prise de son direct
- Monter la vidéo de communication (images, textes et sons)
- Exporter la vidéo de communication montée sous un format compatible avec le support de diffusion choisi d'une durée de 1mn30 à 5mn pour la présenter à un jury

Pour la deuxième étape, le candidat présentera à l'oral, pendant une durée maximum de 30 minutes, ses travaux devant le jury en :

- Décrivant les différentes actions mises en œuvre dans le cadre de sa réalisation
- Décrivant les éventuelles difficultés rencontrées et les solutions techniques mises en œuvre pour y remédier
- Justifiant la pertinence de ses choix techniques et esthétiques

A la suite de ces épreuves le jury délibèrera et remettra sa décision sous 15 jours.

■ Public

La certification « Réaliser et monter une vidéo pour communiquer » s'adresse aux journalistes (salariés ou indépendants, non reporters images), chargés de communication, community managers, dirigeants de TPE/PME souhaitant acquérir des compétences complémentaires en réalisation et montage de vidéos pour communiquer.

■ Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Les aspects, l'accessibilité et le type de handicap au regard des modalités d'accompagnement pédagogiques sont à évoquer impérativement au cours de l'entretien préalable à toute contractualisation afin de pouvoir orienter ou accompagner au mieux les personnes en situation de handicap.



■ Certificat

Cette formation est certifiante et est enregistrée au Répertoire Spécifique de France Compétences sous le numéro RS6881 délivrée le 31 octobre 2024.

Elle est intitulée : « Réaliser et Monter une vidéo pour communiquer »

Taux d'obtention pour l'année 2025 : 100 %.

■ Programme

■ MODULE 1 : Réalisation (4j - 28H) :

Maîtriser sa caméra et ses images : règles et exercices

- Les 4 grands réglages d'une caméra : Exposition, Balance des blancs, Mise au point, Focale et Cadrage
- Le vocabulaire audiovisuel
- L'impact d'une focale sur une image
- Le bon choix des valeurs de plans
- Le rapport plans, axes et focales
- La règle des tiers
- La relation vitesse d'obturation, filtres et diaphragme
- La profondeur de champ
- La bascule de point ou la direction du regard
- La maîtrise de la température de couleur
- La relation réglages et rendu de l'image
- Exercices en situation

Composer un plan vidéo

- Les règles de composition
- Les directives du réalisateur
- Le sens de lecture
- L'utilisation des couleurs
- Sensibilisation à la gestion des lignes et des formes
- La mise en valeur d'une perspective
- Soigner l'esthétisme
- Les passages de mise au point

Prévoir son montage au tournage : les choix à faire

- Les angles de prise de vues
- Les mouvements de base de caméras (Le panoramique, les travellings, etc.)
- L'axe d'action entre personnages

- Les règles de montage (Règle des 180° et des 30°)
- Le passage de l'axe d'action
- Le suivi d'un personnage
- Le champ / contre-champ
- Les raccords de météo, image, son et mouvements
- Exercices en situation

Gérer le son

- Choisir ses besoins en matériel
- Les familles des micros et leurs utilités (Micros à condensateur d'intérieur et d'extérieur, micro-cravate, micro dynamique)
- La perception auditive
- Étude du son direct : les particularités de la prise de son perchée
- Usage et réglages de micro-cravate et de systèmes HF
- Enrichir son film avec du son indirect (captation de son à apposer au montage)
- Exercices en situation

Maîtriser la lumière

- Les différents types de sources lumineuses (lumière naturelle, tungstène, LED)
- L'éclairage mixte (lumière naturelle et artificielle)
- Les accessoires : gélatines, spun et cinefoil
- Étude de l'impact d'un éclairage sur un visage
- Exercice pratique : organiser son tournage avec l'éclairage existant
- Travailler le rendu de l'image avec l'éclairage

Tournage d'une séquence montable avec interview. Peut être la limiter à un travail entre stagiaire

■ Module 2 : Montage (3J-21h) :

Maîtriser les fonctionnalités de base des applications et de montage, à savoir :

- Importer, classer puis assembler les plans filmés en respectant les règles de raccords, afin de parvenir à une vidéo finale bien rythmée et avec un maximum de fluidité
- Synchroniser les images et les pistes sonores de la vidéo



- Réaliser les effets et titrages nécessaires pour la finalisation de la vidéo
- s'aider de l'IA dans le processus
- Exporter la vidéo pour une diffusion web et digital

Préparation du projet & Workflow professionnel

- Notions de base vidéo : HD, 4K, codecs, fréquences
- Présentation de l'interface du logiciel
- Création et paramétrage d'un projet
- Organisation des médias : rushs, musiques, sons,
- Importation et gestion de médias
- Préparation et dérushage : tri, classement

Assemblage et montage

- Utilisation efficace des outils de montage : cut, trim, ripple edit, roll edit
- Montage 2, 3 et 4 points, montage en L et J, insert
- Montage par le texte
- Création de titres et habillage (génériques, bandeaux, intégration de logos)
- Techniques de split screen

Traitement son et finition image

- Gestion des pistes audio : mono, stéréo, multicanal
- Montage son : voix off IA, directs, effets, musiques, vidéo IA
- Outils de mixage audio IA
- Étalonnage basique : Presets colorimétrique

Exportation

- Exportation : formats, codecs
- Adaptation aux différents supports Web (YouTube, Facebook, Instagram)
- Création de versions multi-ratios (16:9, 1:1, 9:16)
- Optimisation du poids et de la qualité des vidéos pour le web
- Vérification finale : P.A.D (Prêt à diffuser), audio et vidéo
- Intégration des sous-titres, timecodes, logos



Mise à jour le 2 juin 2026

31 avenue de la Sibelle 75014 Paris
Tél. 01 48 03 57 43
Mail : formation@crea-image.net
www.crea-image.net

CREA IMAGE COMMUNICATION
SAS AU CAPITAL DE 20 000 €
ORGANISME DE FORMATION N°11 75 36820 75
N° TVA INTRA COMMUNAUTAIRE FR35479739254
RCS PARIS B 479 739 245 - APE 8559A