



## FORMATION - AUDIOVISUEL

Réaliser et monter une vidéo pour communiquer  
Smartphone

31 avenue de la Sibelle 75014 Paris  
Tél. 01 48 03 57 43  
Mail : [formation@crea-image.net](mailto:formation@crea-image.net)  
[www.crea-image.net](http://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

5 Jours - 35 Heures

## ■ Objectifs

Réaliser une vidéo de communication complète avec à votre Smartphone de l'écriture jusqu'au montage en passant par le tournage.

## ■ Coup d'œil sur la formation

La formation se déroule de façon chronologique comme la conception d'une vidéo professionnelle.

La première journée est rythmée par des enseignements théoriques et par des exercices pratiques pour aboutir à l'écriture d'un scénario complet en accord avec le brief reçu pour mener à bien votre tournage du lendemain.

Les deux jours suivants sont dédiés au tournage de votre film. Ce tournage s'effectue sous l'œil aguerris de votre formateur. Le tournage se fait en situation dans l'entreprise de votre choix. Votre formateur vous guide et vous donne les conseils appropriés pour délivrer une vidéo de qualité professionnelle. Vous découvrirez également la manipulation d'accessoires annexes lors de votre tournage : un stabilisateur, des objectifs interchangeables, des micros ou encore de la lumière.

Les deux derniers jours de la semaine sont consacrés au montage. Ce montage est réalisé sur un logiciel de montage dans les locaux du Centre de formation. Vous prendrez les bases techniques du logiciel, puis entrerez en action pour monter vos images de la veille. Vous apprendrez également la gestion des sons, de la musique et l'apposition d'une voix off.

A l'issue de cette formation, vous aurez écrit, tourné et monté votre film.

## ■ Pré-requis

Posséder un Smartphone récent.

## ■ 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 pour le tournage et le montage.

## ■ Matériel pédagogique

Un stabilisateur (Osmo), un micro-cravate, un micro externe, un trépied ainsi que des lumières artificielles. Pour le montage : un ordinateur Mac ou PC par personne équipé de la dernière version du logiciel. Support de cours fourni.

## ■ 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 2mn30 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%

### ■ Avis

**Van Der Small :**

?5 étoiles

*"Très bonne expérience pour ma part. Que ce soit en montage ou en création vidéo via smartphone, tous les formateurs sont des professionnels du secteur avec une expérience réelle et non des professeurs éloignés de toute réalité. Il en résulte des formations vivantes, enrichies de moult anecdotes où le partage des connaissances et bonnes pratiques fonctionne à merveille. Un immense merci à Olivier, Pierre-Albert et Sébastien pour tous leurs précieux conseils. Cerise sur le gâteau, l'accueil et l'encadrement prodigués par Joseph et Hugues sont professionnels et bienveillants pour une expérience optimale, le tout dans des locaux*



*impeccables et adaptés. Bref, vous l'avez compris, je recommande chaudement."*

31 avenue de la Sibelle 75014 Paris  
Tél. 01 48 03 57 43  
Mail : [formation@crea-image.net](mailto:formation@crea-image.net)  
[www.crea-image.net](http://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

## ■ Programme

### Écriture (1 jour)

- Comprendre les avantages du tournage avec un smartphone : légèreté, vitesse et discrétion
- Concevoir un sujet qui requiert une approche rapide et économique
- Créer une structure narrative claire et imaginer les plans nécessaires pour livrer le message
- Préparer un plan de travail et des solutions alternatives pour les images indispensables

### Tournage (2 jours)

- Connaître et apprendre à contourner les contraintes liées à la caméra intégrée d'un smartphone : plage dynamique, profondeur de champ, enregistrement du son
- Accessoires permettant d'élargir les fonctionnalités vidéo du smartphone : stabilisateurs d'image et microphones externes
- Exercices de tournage : conception et réalisation de mouvements complexes de caméra
- Filmer et enregistrer le son d'une interview avec des smartphones
- Tournage des plans nécessaires pour la réalisation des sujets préparés la veille : mettre les avantages de la prise de vues avec un smartphone au service du sujet

### Montage (2 jours)

- Prise en main de l'interface graphique d'un logiciel de montage
- Importation des fichiers tournés la veille. Montage basique
- Synchronisation de l'image et du son. Montage en deux pistes – interviews et illustrations
- Exportation et diffusion du film

## ■ MODULE 1 : Formation Réalisation – Initiation (5 J- 35 H)

### 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 : gélamines, 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

## ■ **MODULE 2 : Formation Réalisation – Perfectionnement (5 J- 35 H)**

### **Préparer son sujet**

- Choix du sujet
- Angle d'attaque
- Choix des personnages (acteurs ou témoins pour interview)
- Découpage technique (description et numérotation des plans, gestion et ordonnancement des plans, angle de prise de vue, valeurs de plans qui priment, mouvements de caméras, son in, off et hors champ, etc.)
- Plan de travail
- Coordination des équipes image et son
- Préparation des autorisations de tournage
- Feuille de service

### **Prévoir son matériel et penser diffusion**

- Workflow
- Normes télévisées, cinéma et web
- Critères techniques qui améliorent une image (taille des capteurs, échantillonnage, forme du pixel, diamètre de l'optique, quantification, balayage)

- Gestion des supports
- Préparer sa caméra : Formatage carte, remise à zéro du timecode, choix du format d'enregistrement, choix du profil d'image
- Exercices pratiques : Pré-réglages des caméscopes avant tournage en fonction d'une diffusion prévue

## **Prendre des partis pris techniques, pour son tournage**

- Tournage d'un clip avec une séquence au ralenti et dépassement de cadence d'images
- Comment réaliser un timelapse et un hyperlapse

## **Gagner en esthétique – Justifier ses choix colorimétriques**

- Comment régler sa courbe de gamma sur la caméra avec l'aide des profils d'image
- Tournage en codec interne ou en RAW
- Le cas particulier du tournage multi caméras et du fond vert

## **Tournage des sujets choisis par les élèves en condition réelle à Paris (3 jours sur 5 au maximum)**

### **Approfondissement de notions techniques** (optionnel si le temps de tournage le permet)

- Mouvements de caméra : Panoramique et travelling
- Exercice pratique avec trépied et Gimbal
- Reconstitution d'une lumière en 3 points pour une interview
- Prise de son en condition optimale (Perche et micro-cravate)

### **Exercice pratiques sur la gestion des plans en réalisation**

- Story board, perception de l'espace et du temps au spectateur, placement dans le cadre et la lumière, plan subjectif, plans imposés, points et gestion d'une trajectoire, identification d'un personnage, passages de portes, changements de lignes d'actions entre plusieurs personnages
- Raconter une histoire en un certain nombre de plans
- Écriture d'un découpage technique (selon exercices)
- Raconter une histoire avec sa caméra, sans montage, exemple du tourner-monter



- Correction des exercices
- Le découpage des films
- Écriture finale du découpage technique

### **Analyse des rushes**

- Apprendre à connaître ses points forts, corriger ses points faibles
- Exercices : corrections de l'ensemble des réalisations

Mise à jour le 10 avril 2026