



## FORMATION - PHOTO

Photo numérique - Cours complet

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

Maîtriser les techniques manuelles des appareils photo reflex, acquérir les techniques d'éclairage de base et s'initier à la prise de vues en reportage.

Taux de satisfaction pour l'année 2025 : 5/5 ?

## ■ Pré-requis

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Il est toutefois conseillé d'être, à minima, familiarisé avec les appareils photos numériques.

## ■ 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 présentielles durant laquelle seront alternés explications théoriques et exercices pratiques.

## ■ Matériel pédagogique

Appareils photo Canon Eos 6D et Nikon D7000. Trépieds. Flashs. Posemètre. Flashmètre. Lampes bols réflecteurs avec pieds. Lampes mandarines avec pieds. Lampe Fresnel. Batteries. Accessoires : spun, gélatine bleu, réflecteurs, boîte à lumière, fond gris, vert et blanc, chargeurs. Flashs électroniques. Parapluies. Nids d'abeille. Bols. Support de cours fourni.



NB : le stagiaire a le choix entre apporter son propre appareil photo ou utiliser ceux mis à disposition par le Centre de formation.

#### ■ Modalités d'évaluation

Évaluation en fin de parcours type QCM ou questions ouvertes. Exercices pratiques.

#### ■ Public

Toute personne souhaitant s'initier et se perfectionner à la prise de vue numérique. Professionnel dont l'activité recommande une bonne maîtrise de l'outil photographique (photographe, publicitaire, architecte, agent opérateur de tourisme, agent d'investigation, responsable de communication, etc.). Intermittent(e) du spectacle. Artiste-auteur(e).

#### ■ 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.



## ■ Programme

### Maitrise des menus de son matériel

- La nouvelle génération des appareils (tour de table des appareils présents, briefing réflex, Hybrid, les besoins optiques en fonction des métiers, etc.)
- Tailles, résolutions
- Choisir la bonne taille et qualité d'une image
- Les capteurs, Le système des couleurs, Balance des blancs

### Mesure de la lumière et optique

- Réglage de l'exposition en fonction de l'incidence et de l'effet désiré
- Les effets de la vitesse d'obturation (arrêt du mouvement, filé, bougé, etc.)
- Application de la règle de correspondance diaphragme/Vitesse/sensibilité ISO
- Maitrise de la profondeur de champ
- Règles élémentaires d'optique
- Exercices pratiques prévus en après-midi

### Cadre, perspective et composition de l'image

- Développement via Camera Raw
- Visionnage et analyses des prises de vues de la veille
- L'impact du choix de la focale sur l'image
- Maîtrise de la perspective
- Les angles de prise de vue et leurs choix
- Points de force, règle des tiers, etc.
- Les lignes et le rythme
- Les valeurs de plans paysage et personnage
- L'importance du point de vue

### Flash de débouchage (fill-in)

- Initiation au flash d'éclairage et ses différences avec le flash intégré
- Déboucher un contre-jour au flash
- Sortie exercices pratiques



## Le contrôle de son image

- Visionnage et analyses des prises de vues de la veille
- Les différents filtres (polarisant circulaire, filtres ND, etc.)
- Choisir son axe de cadrage en fonction de l'incidence de la lumière réfléchie
- Modes de mesures multi-zones, pondérées et spot
- Autofocus simple, Autofocus Continu et Mise au point manuelle
- Outils de contrôle : l'histogramme, infos, etc.

## Initiation à l'éclairage artificiel continu

- Rappel du vocabulaire et du matériel
- Lumières directes, indirectes, par zones séparées
- Personnaliser ses mesures
- Rapport cadrage / éclairage
- Diriger un regard

## Acquisitions des techniques propres au photo-journalisme et réalisation d'un reportage en extérieur

- Notions de photojournalisme (travail en amont, réalisation)
- Choix de l'angle
- Respect du cahier des charges
- Choix de la focale
- Maîtrise de l'hyperfocale

## Maîtrise de différentes techniques de flash de reportage

- Utilisation du flash de débouchage de contre-jour (Fill-in)
- Utilisation du flash de nuit ou en zone obscure avec maîtrise de l'arrière-plan
- Utilisation du flash déporté (indirect)
- Vitesses d'obturation et filé
- Synchronisation lente. Synchronisation sur le deuxième rideau

## Editing : Tri et sélection du reportage final

- Editing (techniques de tri et choix des images, écriture photographique)



stockage/Archivage, renommage, mots-clés et référencement via Adobe Bridge/Lightroom

### **Initiation à la pratique du flash « strobist » en extérieur/Studio mobile**

- La technique dite « Strobist » permet de façonner la lumière à la manière d'un studio mobile très léger et utile lors de déplacements
- Utilisation du flashmètre
- Pratique du Flash « Strobist » avec un flash et en multi-flashes de reportage (intérieur et extérieur) commandé à distance pour le portrait, les objets
- Gestion de l'arrière-plan (ex : Nuit américaine)
- Équilibre flash et arrière-plan en lumière naturelle
- Analyse des images

Mise à jour le 21 janvier 2026