





## easy centre de formation

sarl Lamed services - 10, rue Pergolèse 75016 PARIS  
tél. : 01 55 73 10 21 - [easycentredeformation@gmail.com](mailto:easycentredeformation@gmail.com)

-Siret 534 042 882 00017 -

N° de décl. d'activité auprès du Préfet de la région IDF : 11 75 475 07 75

# PRISE DE VUE PHOTO ET VIDEO

## PUBLIC

Journalistes, ou toutes personnes ayant à effectuer un reportage.

## PRÉ-REQUIS

Notions journalistiques de photo et vidéo.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

*Exercices Pratiques ou Evaluation orale.*

## OBJECTIF

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

*réagir de façon optimale à toutes situations de prises de vue au cours d'un reportage*

## DUREE

80 heures, 12 jours

## LIEU DE FORMATION

Voir convention.

## DATE

Voir convention.

## NOMBRE MINIMUM ET MAXIMUM DE STAGAIRES PAR SESSION

Minimum : 1 - Maximum : 12

## FORMALISATION A L'ISSUE DE LA FORMATION

Remise d'une attestation de formation.

## SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence.

## MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Formation dispensée par un formateur professionnel. Exercices pratiques et mise en situation. Supports pédagogiques : camera et appareil photo.

# DESCRIPTION

## Jour 1

### • Formation vidéo

### • découverte et gestion du matériel : règles et exercices

- Les réglages d'une caméra : focus / iris / shutter
- Le vocabulaire audiovisuelle
- L'impact d'une focale sur une image
- La relation vitesse d'obturation et diaphragme
- La profondeur de champ
- Le suivi de mise au point
- La maîtrise de la température de couleur
- Le bon choix des valeurs de plans
- Le rapport plans, axes et focales
- La règle des tiers

## Jour 2

- Les angles de prise de vues
- Les mouvements de caméras
- Le panoramique et travelling conjugués
- Le plan subjectif
- L'axe d'action entre personnages
- Les règles de montage (Loi des 180° et des 30°)
- Le suivi d'un personnage
- Le champ / contre-champ
- Les raccords de météo, image, son et mouvements

## • Jour 3

### Gérer le son

- Choisir ses besoins en matériel
- Les familles des micros et leurs utilités (la courbe de réponse en fréquences, la directivité)
- L'échantillonnage
- La perception auditive.
- Enrichir son film avec du son indirect

## Jour 4

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

## Jour 5

### • 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

## Jour 6

### • Formation photo

- **Révision rapide des bases de la photo : Exposition (Ouverture, Vitesse, Sensibilité), lumière.**
  - ⇒ Tout l'art de la prise de vue consiste à régler (selon 4 paramètres) la « quantité de lumière » qui impressionne la surface sensible afin d'obtenir l'effet désiré (plus ou moins **sombre**, **net**, **flou**, **bougé**, **défini**, etc...). Les circonstances du reportage dictant souvent certains réglage de ces paramètres :
  - ⇒ Paramètre n°1 : vitesse d'obturation (rappel des fourchettes d'utilisation courantes).
  - ⇒ Paramètre n°2 : ouverture du diaphragme (rappel des valeurs d'ouvertures courantes).
  - ⇒ Paramètre n°3 : sensibilité (analyse des conséquences des progrès récents et de la sensibilité Auto).
  - ⇒ Paramètre n°4 : éclairage artificiel complémentaire (flashes de reportage, lumière continue, flashes de studio).

## Jour 7

- **Les Modes de prise de vue automatiques : avantages et inconvénients à les utiliser.**
  - ⇒ Les avantages : réactivité du photographe débutant face à une situation imprévue.
  - ⇒ Les inconvénients : Manque de contrôle des réactions de l'appareil (déclenchement du flash inopiné).

- ⇒ Revue rapide des modes Automatiques et de leurs limites : Portrait, Paysage, Sport, Macro, Autres Modes...
- **Les Modes de prise de vue avancés : comment les choisir en fonction des circonstances.**
  - ⇒ Les avantages : contrôle précis de chaque paramètre de l'appareil (on parle de « zone créative »).
  - ⇒ Les inconvénients : un apprentissage minimum est requis. Les risques d'erreur sont parfois plus importants.
  - ⇒ Pratique du mode Programme (P) : le plus automatique des modes non automatiques.
  - ⇒ La priorité ouverture (A ou Av) : quand l'utiliser en reportage (un mode « pédagogique » par excellence).
  - ⇒ La priorité vitesse (S ou Tv) : quand l'utiliser en reportage (un mode finalement très sécurisant).
  - ⇒ Les Modes avancés sont de plus en plus faciles à utiliser : sensibilité ISO Auto et Décalage de sécurité.
  - ⇒ Utilisation et personnalisation de la sensibilité ISO Auto (quand et comment l'utiliser, ou ne pas l'utiliser).
  - ⇒ Attention aux conséquences des réglages de sensibilité sur le bruit numérique.

## Jour 8

- **La maîtrise de la profondeur de champs dans le cadre du reportage**
  - ⇒ Définition et rappels généraux sur la notion de profondeur de champs (distribution un tiers / deux tiers, etc...).
  - ⇒ Aspects « significatives » du choix de la Profondeur de champs sur le langage iconographique (sens de l'image).
  - ⇒ Rappels des facteurs modifiant la prof. de champs : taille du capteur, focale, ouverture et distance de mise au point.
  - ⇒ La notion d'hyperfocale et l'utilisation de la Mise au point manuelle en reportage (avec les objectifs grand angle).
- **Choix des objectifs courants et des focales courantes en reportage.**
  - ⇒ Les Focales fixes : indispensables lorsqu'il faut voyager léger, ou produire de la haute définition.
  - ⇒ Les zoom : ils ont révolutionné le reportage, mais ne sont pas sans conséquences sur l'image.
  - ⇒ Structuration en familles d'objectifs : zoom grand-angle, trans standard, trans standards longs, téléobjectifs.
  - ⇒ La question du coût des objectifs et de l'investissement à consentir (comment travailler mieux et moins cher).
  - ⇒ Objectifs spéciaux pour libérer votre créativité (super téléobjectifs, objectifs à décentrement).

## Jour 9

- **Spécificités propres à la photo numérique : le choix des formats (JPEG 8 bits / RAW 12-14 bits).**
  - ⇒ Avantages du JPEG : légèreté et universalité. Cadences de prise de vue élevée sur un nombre de vue important.
  - ⇒ Défauts du JPEG : compression. Paramètres d'image définitivement attribués à la capture (pas le droit à l'erreur).
  - ⇒ Définition du format RAW : le négatif numérique, un format qualitatif et par nature non destructif (non éditable).
  - ⇒ Spécificité du RAW : codé sur 12 ou 14 bits il autorise une grande dynamique, au prix d'un poids de fichier important.

- ⇒ Avantage du RAW : l'Espace coloré, la Balance des blancs et les Réglages d'image restent ajustables.
- ⇒ Un « flux de travail » RAW professionnel, passe obligatoirement par la maîtrise d'un logiciel « tout en un » efficace...
- ⇒ Travailler en JPEG, en RAW+JPEG, ou en RAW seulement ? intérêt respectif des deux formats en reportage.

## Jour 10

- **Réglages de la taille de l'image, de l'espace couleur, et des réglages d'image (Style d'image et Picture Control).**
  - ⇒ Réglage de la taille d'image et de la compression JPEG.
  - ⇒ Les options de tailles RAW intermédiaires (pour mémoire M-Raw et S-Raw).
  - ⇒ Choix de l'Espace coloré : sRGB ou Adobe RVB.
  - ⇒ Réglages d'images : Style d'image et Picture Control.
- **Paramétrage et utilisation des modes autofocus**
  - ⇒ Choix d'un mode AF : Single (One-shot), Continu (Ai-servo), Auto (Ai Focus).
  - ⇒ Choix du mode de sélection des collimateurs AF.
  - ⇒ Paramétrage avancé de l'AF et autofocus Suivi 3D chez Nikon.
  - ⇒ Paramétrage avancé de l'AF et nouveautés de l'AF de l'EOS 7D chez Canon.
- **Paramétrages préalables des reflex numériques dans le cadre d'une utilisation professionnelle**
  - ⇒ Paramétrage précis de la cadence de prise de vue
  - ⇒ Paramétrage du flash : déclenchement sur le second rideau.
  - ⇒ Réglage du correcteur dioptrique.
  - ⇒ Paramétrage du Menu perso (raccourci vers fonctions et Menus préférées).
  - ⇒ Paramétrage de l'Extension de sensibilité ISO.
  - ⇒ Paramétrage des Fonctions personnalisées.
  - ⇒ Paramétrage de la date et du fuseau horaire.
  - ⇒ Paramétrage des infos de copyright.

## Jour 11

- **Types de reflex (et de compacts) en fonction des utilisations envisagées.**
  - ⇒ Plus de résolution est-ce toujours mieux : notion de diffraction et limites qualitatives des optiques...
  - ⇒ Les technologies de capteurs (CCD ou CMOS).
  - ⇒ Reflex Full frame ou à petit capteur ? Se décider en fonction de son parc optique et du coût des optiques.
  - ⇒ Conséquences de la taille du capteur sur : la focale utile d'un objectif et la profondeur de champs.
  - ⇒ Conséquences de la taille du capteur sur : le bruit numérique et la qualité d'image.
- **Revue rapide de l'offre d'APN adaptés au reportage photo professionnel (compacts et reflex).**

- ⇒ Compacts haut de gamme à petits capteurs : à ne - surtout - pas négliger s'il faut rester léger et discret.
- ⇒ Compacts haut de gamme à capteurs APS-C : l'aristocratie du capteur (mais la dépense vaut-elle le coup ?).
- ⇒ Compacts à objectifs interchangeables (micro 4/3, APS-C) : une nouvelle race d'APN entre compact et reflex (2010).
- ⇒ Reflex amateurs à capteurs APS-C (x2. x1,5. x1,6) : les reflex standards accessibles et performants.
- ⇒ Reflex semi professionnels à capteurs APS-C (x1,5. x 1,6) : adoptés par de plus en plus de professionnels.
- ⇒ Reflex semi professionnels à capteurs Full-frame (x1) : le rêve des photographes devenu accessible.
- ⇒ Reflex professionnels à capteurs APS-C (x1,5 Nikon) :
- ⇒ Reflex professionnels à capteurs APS-H (x1,3 Canon) : (un moyen terme original en terme de taille).
- ⇒ Reflex professionnels à capteurs Full-frame (x1 Nikon et Canon) : le prix en vaut-il la chandelle ?
- ⇒ La question des gammes optiques offertes par les fabricants et les fabricants d'optiques compatibles.
- ⇒ La question de la vidéo (rapidement) : filmer en HD ou Full HD, pourquoi, pour qui, comment...
- ⇒ Les avantages et limites de la vidéo au reflex numérique.

## Jour 12

- **Equipements accessoires du reporter : mettre toutes les chances de son côté.**

- ⇒ L'éclairage artificiel : flash de reportage, accessoires de flash, systèmes multi flash de reportage...
- ⇒ L'éclairage de studio transportable : lumière continue, kit flash transportables...
- ⇒ Tripodes et monopodes : a quoi peuvent-ils encore servir ?
- ⇒ Divers accessoires du reporter : par soleil, filtres (protection, polarisants)...
- ⇒ Chartes de gris, chartes couleurs...
- ⇒ Accessoires numériques : Cartes, videurs de cartes...
- ⇒ Choisir son sac photo, deux écoles : musette ou sac à dos. Les sacs à ouverture latérale...