

## # Réalisation d'un court-métrage documentaire

Tournage avec un reflex et montage avec première pro

**Niveau :** Fondamentaux

**Durée :** 70 h

du 15/06/2026 au 19/06/2026 et du 29/06/2026 au 3/07/2026

Tarif avec financement : 3700 € net de taxe euros

Tarif particulier : 2499 € net de taxe euros

### Public :

• Auteurs photographes • Les stagiaires relevant de l'Afdas déposeront leur demande de prise en charge sur le portail MyA accompagnée du devis et du programme de la formation remis par l'ENSP. • Afin de vérifier les prérequis, une fiche d'auto-positionnement est à nous retourner au moment de votre demande d'inscription. • Délai de traitement minimum à respecter avant le début de la formation : 2 semaines pour les artistes auteurs / 4 semaines pour les intermittents

### Pré-requis :

• Avoir l'intention de mener des projets de captation et montage vidéo • Pratique soutenue de la prise de vues photo • Connaissance des outils de post-production en photographie • Pratique engagée de l'informatique

### Objectifs :

- Comprendre le fonctionnement d'un reflex en mode vidéo et optimiser les réglages
- Appréhender le processus de filmage et sa narration
- Maîtriser l'environnement technologique et les enjeux d'un tournage vidéo au reflex
- Comprendre la méthodologie du travail de montage en post-production avec Premiere
- Réaliser le montage image et son

### Programme :

## **FORMATEUR | Thomas Lallier & Leslie Lagier**

Cette formation est dispensée sur une durée de 10 jours, soit 2 semaines non consécutives.

## Semaine 1 | TOURNAGE ET SON

**JOUR 1** → Rappels théoriques de la vidéo numérique: formats, signal, codec → Rappels théorique de la prise de vue vidéo/cinéma: cadence, vitesse d'obturation, exposition, température de couleur → Problématiques de l'équipement/accessoirisation des APN, spécificités des divers types d'optiques photo et cinéma → Pratique de l'accessoirisation et adaptation avec le matériel de la formation et/ou le matériel des stagiaires **JOUR 2** → Exercices de prises de vues en extérieur → Gestion de la lumière du jour, utilisation des filtres de densité neutre → Exercice spécifique lié à la vitesse d'obturation, stopmotion → Initiation à la gestion des rushes après tournage, selon méthodologie de classement et problématique des sauvegardes → Problématique du flux de production et de post-production à l'échelle d'un projet de film → Introduction succincte au logiciel Premiere et observation critique des rushes tournés le matin → Initiation à l'étalonnage et évocation du Log vs Picture Profiles **JOUR 3** → Le son, ses caractéristiques (hauteur, intensité, durée et timbre), réflexion et espace sonore → Transformation d'une onde mécanique en signal électrique, la notion de « chaîne du son » → Initiation aux outils de prise de son dans un contexte de tournage avec un APN : les microphones (caractéristiques et directivités) → Apprentissage des réglages audio sur un APN et sur un enregistreur son → Découverte des différents types de micro à utiliser (micros directionnel ou cardioïdes, micro cravate, ou stéréo) → Connectiques et branchements → Faire ses "bons" niveaux (enregistrement et monitoring) **JOUR 4** → Exercices de prises de vues en intérieur, gestion de la lumière du jour et de la lumière artificielle, problèmes des LED et solutions → Situation d'interview posée : découpage, installation lumière, utilisation de plusieurs caméras, direction de regards, moniteur de contrôle → Situation d'interview improvisée : comment tirer partie du lieu de tournage → Étude critique des rushes avec Premiere et observation du signal en étalonnage → Réflexions sur la stratégie narrative, le découpage, les problématiques d'axes, d'angles, de raccords, de style de prises de vue: utilisation de zooms ou d'optiques fixes, nécessité ou non de stabilisation, d'optiques spéciales (optiques TSE, macro) **JOUR 5** → Organisation des tournages, extérieur, intérieur, participation éventuelle d'un.e assistant.e → Stratégie de repérages, applications de géolocalisation, prises de contact locales, plan au sol → Planification du projet incluant le repérage, la prise de vues, le montage, les finitions, les éventuels aller-retour avec un regard extérieur (ou le client), l'inclusion des éléments de générique et la livraison des fichiers master et compression → Visionnage de plusieurs films documentaires de court-métrage, de différents types: films d'auteur, films d'exposition, portraits, événement, films corporate → Temps de questions/réponses collectif relatif aux projets de chaque stagiaires >>>> **Inter-session d'une semaine avec travail personnel à réaliser <<<<**

## Semaine 2 | MONTAGE et RESTITUTION

**JOUR 6** → Présentation du flux de post-production audiovisuel → Méthodologie de travail en montage → Présentation de Premiere, outils, organisation des espaces de travail → Préparation du projet de montage, import des rushes → Bases de la vidéo et du cinéma numérique : normes, codecs, débits, définition, formats → Compréhension du flux de travail en post-production → Imports vidéo, son, classement et identification des éléments **JOUR 7** → Temps de travail individuel sur les rushes, classement, dérushage → Appréhension individuelle de chaque projet, travail sur la structure → Montage, raccords, gestion graphique de l'image vidéo, images clés, vitesses, crop, split screen, modes de fusion → Niveaux sonores, effets, titrage, étalonnage → Élaboration d'une première continuité, un bout à bout **JOUR 8** → Premier visionnage collectif critique des bout à bout → Réflexion sur les intentions et les stratégies narratives envisagées → Finalisation d'une version affinée du montage → Travail sur les raccords, sur les niveaux sonores **JOUR 9** → Appréhension du traitement d'image, effets, recadrage zoom, caches couleurs, stabilisation Introduction aux outils de titrage → Travail individuel sur le traitement d'image et fin du montage de la version affinée → Visionnage collectif critique des montages → Modifications des montages en vue d'une version finale après retour critique **JOUR 10** → Finalisation: étalonnage, niveau sonores, traitement du son (filtre, spacialisation), conformité image → Exploration du module d'export et exports des fichiers master et compression → Préparation de la projection, continuité du programme de visionnage, reprise et rédaction des synopsis, pitch → Tests de

projection → Projection ouverte dans l'auditorium → Discussion critique après projection de chaque film → Bilan de la formation

## Résultats attendus :

## Les plus :

## Supports et ressources fournis aux stagiaires

→ Pour la prise de vue : Canon Mark III et Sony alpha 7R → Optiques stabilisées zoom en Canon et Sony → 6 Kits pour captation en extérieur avec lumière, écran, → Molette de mise au point, appui épaule, microphone Rode → Rotules stabilisées → Un nombre important d'accessoires pour la manipulation de la lumière, réflecteurs, filtres vario ND → Trépieds video → Microphone mono : Sennheiser K6 + Me 64, Rode NTG1 → Microphone stéréo : Audio Technica bp4025, Sennheiser mke 44 → Microphone pour DSLR : Sennheiser mke 400 et 440 et Rode microphone VideoMic → Micro cravate : Rode Rodelink et wireless Go, Sennheiser type G3 → Enregistreurs : ZOOM H5, Sound Device Mix Pré

### > Approches pédagogiques

– Le formateur prend connaissance en amont des fiches d'auto-positionnement des stagiaires afin d'apprécier les attentes et le parcours professionnel de chacun. La formation peut être ainsi ciblée dans le respect du contenu pédagogique annoncé. – L'apprentissage par le « faire » est valorisé par la réalisation d'exercices d'applications répondant aux compétences visées. La formation conduit et enrichit l'action du stagiaire. – La pédagogie repose sur une dynamique participative avec la valorisation des retours d'expérience des participants et des meilleures pratiques.

### > Evaluation

Au terme de la formation, les stagiaires réactivent les apports de la formation au regard des objectifs visés avec l'aide du formateur. Le stagiaire évalue la formation afin d'attester de son niveau de satisfaction et du degré d'acquisition de compétences. Les indicateurs relevés permettent d'améliorer le dispositif de formation.