



# Formation Techniques de prise de vues HD et 4K approfondies : pratique et montage

Initiation approfondie aux techniques et pratiques des prises de vues, image et son, avec des caméras HD/4K (XDCam, P2), grand capteur (C70, C300, FS5, FS7, FX6, FX9) et Reflex (A7S, 5D). Initiation bases montage avec Premiere ou FCP X. Pratique longue et autonomie.

**DATES** du 28/06/2021 au 16/07/2021 - du 22/11/2021 au 10/12/2021 -

**DURÉE TOTALE** 3 SEM./105h

**MODALITES D'ORGANISATION** Formation présentielle, en nos locaux, 13 rue Desargues, 75011 Paris.

**HORAIRES** 10h-13h puis 14h-18h

**NOMBRE DE PARTICIPANTS** 2 à 6 maximum

**PARTICIPANTS** Réalisateurs, assistants opérateurs, JRI, techniciens, responsables communication, directeurs artistiques.

**NIVEAU REQUIS** Culture audiovisuelle, connaissances minimales en prises de vues. Entretien pédagogique d'orientation et évaluation.

**ACCESSIBILITÉ** Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap. Fauteuils roulants autorisés en largeur maxi 70cm. Pour tout handicap, auditif, visuel ou autre, merci de nous contacter pour les aménagements possibles.

**VALIDATION DES ACQUIS** Contrôle continu tout au long de la formation, exercé par le formateur et supervisé par la responsable pédagogique. Délivrance d'un Certificat de Validation des Acquis et de Qualification Professionnelle en fin de Formation.

**FINANCEMENT** ELIGIBILITE AU CPF Formation finançable par le dispositif du CPF. Code CPF : 235851 Réserver une place sur le site moncompteformation ? La formation se conclut par le test de certification Adobe Premiere Pro. En savoir plus : notre process / le référentiel du test. Sur les 12 derniers mois 16 stagiaires ont passé ce test. 75% des stagiaires ont obtenu un score supérieur à 500 points (sur 1000).

**MOYENS TECHNIQUES** 6 stagiaires maximum. 6 caméras HD/4K légères à capteur 1 pouce Sony XDcam (Sony X70, Z150), 2 caméras P2 (Panasonic), 11 reflex (5 Sony A7S II & III, 4 Canon 5D mark IV, Canon 90D, Panasonic GH5s, Fuji XT3) 20 caméras à grand capteur (Canon C70 et C300, Sony FS5 et FS7, Sony FX6 et FX9, Panasonic EVA1, BMD Pocket 6K). 1 moniteur full HD lcd, 1 moniteur studio 10 bits, 1 moniteur reportage, 1 moniteur 4K. Micros HF, micros cardio et hypercardio, canon, cardio stéréo. Mixettes, perches, recorder audio. Sources de lumières légères et multiples : mandarines, fresnel, led,.... Pieds, perches, supports, clamps, magic arm. Pieds à têtes fluides. Studio avec fonds blanc, noir et vert (chromakey). 1 station Final Cut Pro X / Premiere Pro par stagiaire.

**MOYENS ET MODALITES PEDAGOGIQUES** Une salle de formation avec tableau blanc, un poste informatique pour chaque apprenant, un poste informatique vidéo-projeté pour les formateurs, avec accès internet et imprimante partagée. Alternance de séquences théoriques et d'exercices d'application réelle. Les exercices sont réalisés sous la supervision des formateurs, dans une logique d'apprentissage des compétences et d'autonomie progressive des apprenants. Des exercices plus longs et synthétiques permettent de reprendre un ensemble de compétences dans des cas pratiques types des métiers et compétences concernés, et s'assurer de leur acquisition par les apprenants.

**SUPPORT DE COURS** Mémos écrits en interne : bases vidéo numériques, caméras, reflex Sony, reflex Canon, grand capteur, Final Cut Pro X et Premiere Pro.

**FORMATEURS** Un chef opérateur prises de vues ayant une bonne expérience d'autonomie en prises de vues et une pratique des formats HD/4K, avec de solides connaissances théoriques et techniques, polyvalent sur le son également, et maîtrisant également les outils de montage Final Cut Pro X et Premiere Pro, animant régulièrement des formations.

**LABELS QUALITÉS** Centre certifié Qualiopi (certification nationale) / certifié ISQ-OPQF / référencé Data-Dock / centre certifié Adobe

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Ce stage de formation Prise de vues de trois semaines est une initiation longue et approfondie aux techniques et pratiques de prise de vues HD/4K, avec postproduction sur Premiere Pro ou Final Cut Pro X, au choix.**

Pendant cette formation de 3 semaines, vous apprendrez les bases techniques de la prise de vues vidéo, vous saurez manipuler différentes caméras HD/4K de poing et grand capteur (XDCam HD/EX, Canon C70 et C300, Sony FS5 et FS7, Sony FX6 et FX9, Pocket 6K) et appareils photos numériques Reflex (Sony A7S III, Canon 5D mark IV, 90D), également mettre en place de la lumière et utiliser avec pertinence le matériel audio complémentaire.

A travers différentes mises en situation, vous apprendrez à observer un lieu de tournage, analyser ses avantages et ses contraintes. Chaque expérimentation vous plongera dans la réalité du métier, vous devrez choisir le matériel (boîtier vidéo, lumière, son) selon les conditions de tournage (seul ou en équipe, avec beaucoup ou peu de moyens matériels ou de temps). Vous acquerez une maîtrise et une dextérité professionnelles. Enfin, des bases de montage seront abordées sous Premiere Pro ou Final Cut Pro X (au choix), pour savoir monter de façon autonome un sujet tourné, dans une philosophie « JRI » (montage simple, dynamique et professionnel).

**Les objectifs de cette formation de 3 semaines sont :**

- Connaître les caractéristiques techniques d'une image vidéo
- Préparer le tournage d'un reportage
- Sélectionner le type de caméras et d'appareils photos numériques en fonction des conditions de tournage
- Paramétrer et manipuler des caméras et des appareils photos numériques pour filmer un sujet
- Choisir et paramétrer le matériel de prise de son
- Analyser un lieu de tournage pour installer les différents éléments nécessaire au tournage (lumière, micro, caméra, sujet)
- Produire des plans satisfaisants à tous points de vue : lumière, cadre, point, exposition, son...
- Dérusher dans un logiciel de montage pour peaufiner le tournage et préparer le montage
- Maîtriser les bases d'un outil de montage
- Pré-monter des sujets de reportage, interview, sujet magazine avec des outils de montage
- Maîtriser les exports de diffusion

## CONTENU COMPLET DE LA FORMATION

### LES BASES EN LUMIERE

Emissions et réflexions, couleur(s).

Perception subjective: couleur, lumière, contraste, objets.

Lumières intérieur et extérieur.

Colorimétrie, températures de couleur.

## **TECHNIQUE COULEUR ET LUMIERE**

Types de sources artificielles.

Atténuation, gestion et contrôle des sources directes, indirectes.

Filtrages et corrections.

## **LES BASES EN VIDEO NUMERIQUE**

Formats et standards: tournage, postproduction, diffusion. SD, HD. Formats SD, HD, 4K. Echantillonnage couleur 4:2:2, 4:2:0...

Diffusion finale: DVD, Bluray, web, TV, masters. Codecs H264, H265, ProRes, XAVC, Red...

## **BASES CAMERAS HD/4K**

Caméras : types et fonctionnement.

Mise au point, cadrage, mouvements.

Tournage sur pied, épaule, poignée.

Balance des blancs.

Eclairages : projecteurs, réflecteurs.

Exposition, diaph et shutter.

Profondeur de champ : gestion créative.

## **TECHNIQUES ET OUTILS AUDIO**

Micros : cravatte, cardio, hypercardio, omni. Fil ou HF. Perche, pieds et autres aides.

Mixettes audio.

Micros : hiérarchisation selon usage – interview, plateau, reportage,...

Techniques de prises de son. Pratique.

## **FORMATS HD ET 4K**

Formats et profils.

Fiction, documentaire, reportage et news.

La HD. Le NXCAM. Le DVCPRO HD / P2. Le XDCam HD / EX. XAVC en HD et 4K, I et L, 420 et 422.

Le 4K. 4K ou UltraHD ? Codecs et formats XAVC, H264 et H265, ProRes...

## **CAMERAS XDCam HD/EX**

Caméras de poing à capteur 1 pouce : Sony X70, Z150

## **CAMERAS A GRAND CAPTEUR**

Canon C70 et C300, Sony FS5 et FS7, Sony FX6 et FX9.

# REFLEX NUMERIQUES HD ET 4K

Sony A7S Mark III  
Canon 5D mark IV  
Canon 90D.

Spécificités. Réglages. Maniement.  
Mise en oeuvre pour un usage « cinema like ».  
Matte box, grand angle, adaptateurs...  
Réglages pour exploitation cinéma, TV HD, TV SD.  
Le 4K.

## EXERCICES PRATIQUES

Interview, extérieur, groupe, sons seuls.  
Reportage. Documentaire. News.  
Eclairage : intérieur/extérieur. Filtres, projecteurs, réflecteurs.  
Mise en place éclairage studio interview.  
Débouchage en extérieur.  
Prises de vues multicaméras.

## REPORTAGE

Préparation d'un sujet : documentation, repérages, écriture, découpage...  
Prise de vues.  
Dérushage et visionnage critiques.  
Montage rapide du sujet.

## PRATIQUE APPROFONDIE

Adaptation à différentes situations plus ou moins difficiles en reportage : suivre une course, traiter un événement, illustrer un sport, filmer de manière « invisible », suivre plusieurs personnes, tourner en voiture,...

**Carte blanche aux stagiaires, selon leurs univers, leurs projets, leurs désirs.**

## MONTAGE

Initiation outil de montage (Premiere Pro ou FCP, au choix) : bases, préférences, imports, dérushage, montage, transitions, titrage, mixage son, sorties.

Atelier pratique : montage d'un sujet tourné.

## REPARTITION DES CONTENUS

**3 jours de techniques** : bases image, caméras, lumière, pratique de base

**1 jour de techniques audio**

**2 jours de découverte des Reflex, Canon C300, Sony FS5, FS7, FX9**, et leur accessoirisation.

**2 jours d'approfondissement** image, lumière, caméras

**4 jours de pratique longue** : un ou plusieurs reportages, ou projet personnel (seul ou en binôme)

**3 jours de montage** : initiation aux bases de Premiere Pro ou Final Cut Pro X, montage des rushes tournés.