



## Prise de vues avec une caméra HD

<b>Pré-requis</b>	Connaissances basiques en audiovisuel
<b>Objectifs</b>	Savoir prendre en charge un tournage (reportage, interview, illustration...), tester et régler une caméra (objectif, tirage optique, sensibilité, balance des blancs, filtres, niveaux audio, codecs), faire des choix, dégager des priorités, acquérir les bons réflexes pour gérer l'urgence
<b>Durée</b>	10 jour(s)

### TECHNIQUE ET DECOUVERTE DE LA CAMERA

- Les différents modèles
- Grands ou petits capteurs, HD/4K
- Quelle configuration pour quelle utilisation ?
- Fonctions et caractéristiques techniques
- Principales caractéristiques (Switchs, boutons, options...)
- Naviguer dans les menus, réglages des paramètres
- L'image et ses pièges
- Balance des blancs, zebra, monitoring, peaking
- Les températures de couleurs (jour/ artificiel)
- La profondeur de champs, le diaphragme, l'optique
- Le trio focale / lumière / mise au point
- Les vitesses d'obturation
- Les moyens d'éclairages
- L'importance du son
- Réglages des niveaux
- Les configurations possibles (micros, ligne, HF...)
- Les différents types de micros et pourquoi les utiliser
- Équipement supplémentaire et accessoires
- Les optiques
- Eclairage additionnel
- Trépieds, monopodes

### LE CADRE ET LES METHODES DE TOURNAGE

- Les techniques de base
- Les différentes valeurs de cadre

157 boulevard Macdonald 75019 Paris - tél : 01 56 20 19 21  
email : [info@lapins-bleus.com](mailto:info@lapins-bleus.com) - [www.lapins-bleus.com](http://www.lapins-bleus.com)

- Les règles incontournables (raccords, axes... )
- Spécificités de l'interview
- Le mouvement
- Les erreurs à éviter, les réflexes à acquérir
- Flimer, une écriture à part entière
- La grammaire et la composition d'une image
- Exprimer et accentuer une idée par l'image
- Savoir mettre du style, son style
- L'esthétique et ses limites
- Prise en main de la caméra
- Ergonomie de la caméra Les priorités techniques
- Analyser les principales contraintes du tournage
- Utilisation du trépied
- Faire corps avec sa caméra
- Utiliser son environnement pour mieux filmer

### **DEVELOPPER SON REGARD (LA CONFIANCE ET L'IMAGE)**

- Analyse de reportages et d'émissions télévisées
- Les différents types et styles de sujets
- Les techniques de prise de vues utilisées
- Les marques de fabrique
- La recherche de "séquences"
- L'importance des ambiances
- Penser montage
- Caméra en mains : décrire et restituer une situation
- Principes du découpage
- Utilité des plans de coupe
- Vous avez dit "mise en scène"?
- Tourner utile
- La confiance en soi
- caméra en main
- Le montage qui sauve...
- Travailler sa capacité à avoir des idées
- Bien vivre son tournage
- Faire avec les contraintes techniques
- Gérer son temps
- Se donner des priorités
- Gérer le stress du tournage

### **PREMIER TOURNAGE (PRINCIPALEMENT SUR TREPIED)**

- Effectuer les repérages
- Choisir le contexte de l'interview
- Prise de contact avec les interlocuteurs
- Importance du relationnel avant le tournage (bien expliquer son sujet, mettre en confiance...)
- Déterminer les séquences à tourner
- Anticiper les problèmes
- Interviews posées ou en action
- Tourner efficace
- Débriefing et échanges
- Les difficultés rencontrées
- Visionnage critique des rushes
- Les erreurs possibles à éviter
- Préparation du tournage du lendemain

157 boulevard Macdonald 75019 Paris - tél : 01 56 20 19 21  
email : [info@lapins-bleus.com](mailto:info@lapins-bleus.com) - [www.lapins-bleus.com](http://www.lapins-bleus.com)

## **DEUXIEME TOURNAGE (PRIVILEGIANT LE MOUVEMENT)**

Travail sur les difficultés de la veille

Filmer une action, une situation

Moins d'interview pour privilégier la force de l'image

Conditions de lumières et de situations très variées

Travail de portraïtisation

Débriefing

Bilan de fin de stage

157 boulevard Macdonald 75019 Paris - tél : 01 56 20 19 21

email : [info@lapins-bleus.com](mailto:info@lapins-bleus.com) - [www.lapins-bleus.com](http://www.lapins-bleus.com)

SARL au capital de 110 340 € - Siret : 443 451 703 00062 - APE : 85 59 B - TVA : FR 24 44 34 51 703 - Organisme de formation n°11 94 06290 94