

# APPRENDRE À FILMER AVEC SON SMARTPHONE & À MONTER SES VIDÉOS



## Intervenants :

- **Jean Guillaume Bouëxière et Antoine Claudel**  
**PhenoptiK, entreprise de réalisation audiovisuelle**



**Session Mai 2026  
à Angers**



**J 1 : de 9h30 à 17h30  
J2 : de 9h00 à 17h00**

## FRAIS PÉDAGOGIQUES

**Agents  
relevant d'OCAPIAT  
Gratuit**

**Agents  
Hors réseau  
750 €**

Attestation de formation permettant une prise  
en charge par votre organisme paritaire  
collecteur agréé (OPCA)  
Gratuité pour les salarié·es relevant d'OCAPIAT  
en s'inscrivant sur la plateforme (dans la limite  
des places disponibles)

Les structures associatives sont de plus en plus amenées à s'appuyer sur des supports vidéos pour communiquer et valoriser leurs actions, en produisant des contenus à destination du web et des réseaux sociaux.

Comment tourner des vidéos performantes en limitant les coûts et en simplifiant la production ?

Pour des formats courts notamment, nous sommes nombreux aujourd'hui à avoir en poche le matériel du reporter 2.0. Filmer avec son mobile est devenu incontournable dans la réalisation de supports digitaux. Mais pour des vidéos de qualité il faut le matériel adéquat et surtout une maîtrise technique qui s'apprend. Cette formation vise donc à acquérir les bases du tournage, de la narration vidéo et du montage d'un projet. Elle alternera les apports théoriques et les mises en application pratiques.

## Objectifs de la formation

- **Acquérir les bases théoriques de la prise d'image et du son.**
- **Savoir régler son smartphone et optimiser la qualité de l'image et du son en vue d'un tournage.**
- **Connaître les règles essentielles de cadrage afin de composer des images esthétiques.**
- **Apprendre à bien préparer son tournage.**
- **S'initier au montage vidéo avec un logiciel Gratuit..**

## Démarches pédagogiques

Cette formation est orientée vers la pratique : production de contenus numériques avec un smartphone. Les séquences théoriques courtes sur les bases du cadrage ou de la prise de son alternent avec des exercices en situation : Rédaction d'un scénario, tournage d'une interview avec prise d'images en extérieur, montage vidéo

## Pré-requis / Public

Pas de pré-requis / Tout public

## Modalités d'évaluation

- Positionnement : un questionnaire en ligne est adressé aux participant·e·s avec l'inscription de manière à évaluer leur niveau initial et leurs attentes.
- Evaluation des acquis : au cours de la formation, les exercices réalisés permettent aux intervenants d'évaluer l'acquisition des compétences.
- Bilans à chaud en cours de formation pour mesurer la progression des stagiaires
- Questionnaire d'évaluation à la fin de la formation



La FRCIVAM se réserve le droit d'annuler la formation si un minimum de 8 inscriptions n'est pas atteint



Nous veillerons à ce que nos formations soient accessibles aux personnes en situation de handicap.

Si c'est votre cas, merci de nous le signaler

## RENSEIGNEMENTS



02.40.72.65.05



[frcivampdl@civam.org](mailto:frcivampdl@civam.org)



[www.civam-paysdelaloire.org](http://www.civam-paysdelaloire.org)

## FRCIVAM Pays de la Loire

14 Avenue du Château  
44390 Saffré

SIRET : 37935777500079  
N° OF : 52440410444

## INSCRIPTION



**Questionnaire de pré  
inscription**

# PROGRAMME DÉTAILLÉ

## JOUR 1

- Connaître les notions essentielles liées à l'image et au son
  - État des lieux des différents réglages techniques pour pouvoir paramétrer correctement son smartphone pour un projet vidéo.
  - Découverte des grands principes de cadrage afin d'obtenir des images esthétiques.
  - Astuces à connaître pour réussir sa prise de vue et sa prise de son.
- Apprendre à bien préparer son tournage
  - La rédaction d'un scénario/ séquencier.
  - Les points de vigilance à prendre en compte lors de la préparation d'un tournage.
- Mise en pratique des notions théoriques lors d'un tournage (en trinôme)
  - Tournage d'une Interview courte.
  - Réalisation d'une série d'images d'illustration.

*Bilan de la journée*

## JOUR 2

- S'initier au montage vidéo au moyen d'un logiciel gratuit (trinôme)
  - Organisation et préparation des différents médias (vidéos, photos, sons, musiques) avant un montage.
  - Découverte de l'interface du logiciel.
  - Réalisation d'un montage de 30s à 1min à partir des éléments tournés la veille.
  - Intégrer des titres et un générique à son montage
- Visionnage et analyse collective des différents montages réalisés
  - Auto-critique et regard extérieur des autres groupes.
  - Points d'améliorations possibles : conseils pour améliorer son projet et aller plus loin

*Questionnaire et Bilan de la session (jour 1 et jour 2)*

## MODALITÉS DE PAIEMENT ET DE PRISE EN CHARGE



**Modalités de paiement et attestation :** Votre participation vous sera demandée en fin de formation, sur présentation d'une facture. Un certificat de réalisation vous sera fourni en fin de formation



**Modalités de prise en charge :**

- Pour les salarié.es qui relèvent d'OCAPIAT : gratuité sur les frais pédagogiques car la formation est inscrite dans le catalogue de formation TPE PME Ocapiat (nombre de places limitées)
- Pour les salarié.e.s des autres secteurs, voir avec votre OPCO. pour la prise en charge



**Autres frais :** Restauration et hébergement à la charge des participant.es