



NANTES

DU 26 AU 28 MAI 2026

DU 28 AU 30 SEPTEMBRE 2026

réaliser des vidéos pour les réseaux sociaux

La communication par l'image en mouvement a pris une place prépondérante ces dernières années avec des formats courts et dynamiques. Pour se démarquer, les artistes, designers, graphistes... doivent acquérir des connaissances en prise de vue et en captation sonore, puis les restituer par le montage son et vidéo. Cette formation propose une initiation à ces nouvelles pratiques, dans l'objectif d'apprendre à produire du contenu de qualité avec un matériel léger et accessible.

PUBLIC

Toute personne engagée dans des pratiques artistiques ou créatives (arts visuels, audiovisuel, communication, marketing) souhaitant développer la réalisation de contenus vidéo adaptés aux réseaux sociaux (Instagram, YouTube, TikTok...).

PRÉ-REQUIS

- Avoir une pratique créative (arts visuels, communication ou audiovisuel) et développer son activité dans un cadre professionnel
- Support informatique indispensable (ordinateur portable personnel)
- Connaissance basique d'un logiciel de traitement d'image ou vidéo

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les bases de la captation vidéo (image et son)
- Utiliser correctement un micro pour une prise de son adaptée aux interviews et formats courts
- Identifier les cadrages, mouvements et lumières adaptés aux réseaux sociaux
- Monter et habiller ses vidéos avec Adobe Premiere Pro
- Exporter et adapter ses vidéos selon les formats et exigences d'Instagram et YouTube

CONTENU

- Initiation à la captation vidéo
- Gestion du son : utilisation d'un micro, réglages audio, synchronisation image/son
- Lumière naturelle et artificielle : principes d'éclairage rapide pour la vidéo
- Les formats Instagram et YouTube : vertical, horizontal ; storytelling adapté à chaque plateforme
- Montage sous Adobe Premiere Pro : import, sélection, découpe, habillage graphique, sous-titrage
- Export optimisé pour Instagram et YouTube

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Alternant apports théoriques et de démonstrations pratiques, la formation repose sur des temps d'exercices de tournage en conditions réelles, puis des exercices de montage sur Premiere Pro à partir des rushes réalisés. Ce module amène les participant·es à une analyse collective des productions réalisées pendant la formation. À l'issue de la formation, un support et des documents de travail sont remis aux stagiaires.

ÉVALUATION

- Production d'un contenu vidéo adapté à un projet défini
- Évaluation des acquis à l'issue de la formation

En partenariat avec :



FORMATEUR

Maxime LARGERIE est directeur artistique et lead 3D artist, passionné par tout ce qui touche à l'image et au mouvement. Après plusieurs années passées en studio, il a développé une approche transversale de la création : entre conception visuelle, 3D, vidéo et outils IA. Il aime transmettre une vision moderne et accessible de la création de contenu.

INFORMATIONS PRATIQUES

Durée

3 jours / 21 heures de formation

Horaires

9h30-13h / 14h-17h30

[accueil à 9h30 le 1^{er} jour de formation]

Effectif

6 personnes maximum

Frais pédagogiques

840 euros H.T.

Renseignements et inscriptions :

formation@amac-web.com
0240485538

Notre organisme de formation est doté d'un référent handicap qui peut étudier avec vous les différents aménagements de votre projet de formation.