



PREMIÈRE PRO

MULTIMÉDIA

FORMATION PREMIÈRE PRO

FORMATION AU MONTAGE VIDÉO

RÉFÉRENCE : CM03004

★★★★★ 4.5/5

VERSION 1 (MÀJ : 18.04.2025)

1. Définition des
besoins

2. Évaluation des
connaissances

3. Formation

4. Test et validation
des acquis

À la recherche d'une formation **Première Pro** pour booster vos compétences ?

STAGEUP met à votre disposition toute son expertise technique et pédagogique qui vous permettra d'atteindre vos objectifs.

Que vous soyez une entreprise ou un institutionnel, la formation **Première Pro** est assurée par nos formateurs sélectionnés pour leurs compétences reconnues (certification....) et leurs qualités relationnelles.

Quelque soit le niveau des stagiaires, un suivi pédagogique est assuré avant, pendant et après la formation, de manière à constater les acquis et ainsi permettre une mise en œuvre rapide dans un contexte professionnel.

Vous souhaitez organiser votre formation **Première Pro** facilement et de manière personnalisée ? Optez pour une solution en intra, ou participez à une de nos sessions collectives (inter), dans la limite des places disponibles.

Participez à la formation **Première Pro** à Paris, Lille, Marseille, Lyon, Bordeaux, Toulouse, Strasbourg, Nantes, Montpellier, Rennes, Grenoble, Angers, Clermont-Ferrand, Nancy.

Public

Monteurs, cameramen, photographes, graphistes, publicitaires ou toute personne souhaitant réaliser du montage vidéo professionnel.

Prérequis

Maîtriser un logiciel de la gamme Adobe serait un plus.

Objectifs du stage

La formation **PREMIERE PRO** a pour objectifs de :

- Maîtriser les fonctionnalités du montage vidéo et de connaître les procédures d'un système de montage virtuel.

Durée

3 jours

Pédagogie

METHODE PEDAGOGIQUE :

Formation dispensée par un formateur professionnel spécialisé dans les logiciels de montage vidéo et de compositing de la gamme ADOBE.
PC / Mac complet.

Méthode pédagogique participative.

Divers supports de cours.

METHODE D'EVALUATION :

Test de niveau (QCM) effectué en début et en fin de formation de manière à mesurer la progression de l'apprenant et de valider ses acquis.

Quizz intermédiaires à l'oral tout au long du parcours.

SANCTION :

Attestation de formation.

Formation théorique et pratique.

Parler à un conseiller formation

☎ 01.47.23.79.72

CONTENU DU PROGRAMME

Notre formation complète sur Adobe **Premiere Pro**, est conçue pour vous fournir toutes les compétences nécessaires pour maîtriser ce logiciel de montage vidéo professionnel.

Apprenez à manipuler les outils de montage, à appliquer des effets spéciaux, à gérer le son et à exporter vos projets dans différents formats.

Avec des exercices pratiques et des conseils d'experts, cette formation vous permettra de créer des vidéos de qualité professionnelle et d'exprimer votre créativité dans le domaine du montage vidéo.

PROGRAMME DE FORMATION

DÉCOUVERTE ET PRISE EN MAIN DE PREMIERE PRO

- ▶ Présentation de l'interface et personnalisation des espaces de travail
- ▶ Gestion des panneaux : Projet, Source, Programme, Timeline, Effets, Audio
- ▶ Configuration des préférences et optimisation des performances
- ▶ Importation et organisation des médias dans le projet
- ▶ Création et paramétrage d'une séquence adaptée aux formats vidéo
- ▶ Notions de formats vidéo, résolutions, codecs et fréquences d'images

TECHNIQUES DE MONTAGE ET GESTION DES PISTES

- ▶ Utilisation des outils de sélection, découpe, déplacement et zoom
- ▶ Organisation et montage des clips sur la Timeline
- ▶ Synchronisation audio et vidéo, gestion des pistes multiples
- ▶ Utilisation des marqueurs et des raccourcis clavier pour un workflow efficace
- ▶ Création de transitions vidéo et audio, ajustement des fondus
- ▶ Montage avec le mode Ripple et Rolling Edit

EFFETS, TITRAGE ET COLORIMÉTRIE

- ▶ Ajout et personnalisation des effets vidéo dans le panneau Effets
- ▶ Introduction à l'étalonnage avec le panneau Lumetri
- ▶ Correction des couleurs, balance des blancs, ajustement de l'exposition
- ▶ Création et animation de titres avec le panneau Graphiques Essentiels
- ▶ Animation des textes et des objets avec les images clés
- ▶ Application de masques et gestion de la transparence

GESTION DU SON ET OPTIMISATION DU MIXAGE

- ▶ Nettoyage et amélioration de l'audio avec les effets (réduction du bruit, égalisation)
- ▶ Ajout de musiques, bruitages et voix-off
- ▶ Mixage audio et gestion des niveaux avec le panneau Mixage Audio
- ▶ Utilisation des fondus sonores et ajustements précis des pistes audio

TECHNIQUES AVANCÉES ET OPTIMISATIONS DU WORKFLOW

- ▶ Montage multi-caméras et synchronisation automatique des sources
- ▶ Utilisation du montage en proxy pour les vidéos haute résolution
- ▶ Accélération et ralentissement des séquences (Time Remapping)
- ▶ Effets avancés : tracking de mouvement, stabilisation d'image, distorsion
- ▶ Gestion et archivage des fichiers projet pour une collaboration efficace

EXPORTATION ET DIFFUSION DES VIDÉOS

- ▶ Paramétrage des formats d'export pour YouTube, Instagram, télévision
- ▶ Optimisation du débit binaire et des paramètres d'encodage
- ▶ Création de presets d'export personnalisés
- ▶ Bonnes pratiques pour la sauvegarde et l'archivage des projets

FIN DE FORMATION

- ▶ Conclusions.

- ▶ Test de niveau et correction.
- ▶ Évaluation qualitative.
- ▶ Validation des acquis.
- ▶ Remise de l'attestation de formation.
- ▶ Remise d'un support de cours et documents annexes.

Votre formateur **Première Pro**

Des experts à votre service

Fort d'une expérience opérationnelle en projet, votre formateur a été sélectionné par nos services pédagogiques tant pour son expertise que pour ses qualités pédagogiques et sa volonté de transmettre son savoir-faire.

Comment financer la formation **Première Pro** ?

OPCO, POLE EMPLOI, CPF...

En tant qu'organisme de formation s'adressant principalement aux professionnels, nous vous conseillons et nous vous accompagnons dans vos démarches pour la prise en charge en tout ou partie de votre formation .

Nos principaux partenaires sont les **OPCO** tels que par exemple :

- ▶ opco.ep pour les salariés d'agences d'architecture.
- ▶ atlas pour les bureaux d'études et économistes de la construction.
- ▶ fif.pl pour les dirigeants non salariés en profession libérale.
- ▶ afdass pour les salariés d'agences de communication, spectacle, production...

Un chiffrage ainsi que les possibilités de financements selon votre opco vous seront adressés par un de nos conseillers en formation.

Les avantages du **présentiel** :

Déplacement dans vos locaux et partout en France.
La formation peut soit se dérouler dans une pièce dédiée soit dans la pièce principale de votre entreprise si sa configuration le permet.

- ▶ meilleure relationnel avec le formateur.
- ▶ meilleure assiduité.
- ▶ temps de formation concentré sur une période donnée.
- ▶ possibilité de former plusieurs personnes simultanément et de manière plus efficace.

Le présentiel permet également plus de proximité avec le formateur et par conséquent un meilleur relationnel. Les échanges entre les participants sont aussi plus réguliers et plus décontractés.

Formation **Première Pro** dans vos locaux ou en ligne

Quel format choisir ?

Ces deux formats de formation offrent chacun leurs intérêts pratiques. Chaque participant ayant ses préférences et ses contraintes en matière d'organisation, nous vous garantissons une formation réussie que ce soit en présentiel ou en distanciel.

Ils nous ont fait confiance pour leur formation :

[Voir un échantillon de quelques clients](#)

Nos formations sont réalisables partout en France, à domicile ou sur le lieu de travail.

Formation Paris, Lyon, Marseille, Lille, Nice, Bordeaux, Toulouse, Montpellier, Strasbourg...

Prise en charge par votre OPCO (Atlas, Opco EP, AKto, Afdas, FIF PL...)

Les avantages du **distanciel** :

Il est important d'être équipé du matériel nécessaire à savoir : poste informatique équipé, connexion internet fibre, webcam, micro et casque audio.

Un lien de réunion type Zoom ou Teams sera fourni aux stagiaires directement par le formateur.

- ▶ possibilité d'espacer les séances.
- ▶ nombre de participants plus limité.
- ▶ réduction des frais de déplacement.

Le distanciel permet aussi de participer depuis n'importe quel endroit, favorisant ainsi une meilleure gestion du temps et des contraintes personnelles. Les interactions peuvent se faire à travers divers outils collaboratifs, rendant les échanges dynamiques et interactifs.



Centre de formation STAGE'UP

Siège social : 23 rue Antigna 45000 ORLEANS

Siège commercial : 14 rue d'Amsterdam 750009 PARIS

Siret : 488 346 610 000 30 APE : 8559A N°Existence : 24 45 02361 45

email : contact@stageup.fr

01 47 23 79 72



formation dispensée
PARTOUT EN FRANCE



formation éligible
PLAN DE FORMATION