Créer et monter des vidéos professionnelles avec son smartphone

Valorisez votre activité grâce à des vidéos professionnelles réalisées avec votre seul smartphone. En 2 jours, vous apprenez à filmer des vidéos de qualité en maîtrisant cadrage, lumière et son, puis à les monter et à les exporter avec Edits by Instagram. Une journée optionnelle de mise en pratique vous permet ensuite de produire vos propres vidéos avec un accompagnement personnalisé.

Tarif

L'ingénierie pédagogique étant faite sur mesure, le tarif sera établi en fonction des besoins de l'apprenant et figurera sur les documents contractuels tels que le devis, la convention de formation ou le contrat de formation.

Durée

De 2.00 à 3.00 jour(s), soit de 14.00 à 21.00 heures (sur la base d'une journée de 7 heures).
La formation comprend 2 jours, complétés le cas échéant d'une troisième journée optionnelle de mise en pratique. Cette journée, choisie lors de l'entretien découverte, est consacrée à la production de vidéos propres à l'activité de l'apprenant, en conditions réelles et avec un accompagnement individualisé.
La durée retenue, ainsi que la période ou les dates de formation, figurent sur les documents contractuels (devis, convention ou contrat de formation).

Profils des apprenants

Public concerné :

- Entrepreneurs, indépendants, professions libérales, dirigeants et collaborateurs de TPE/PME souhaitant créer et monter eux-mêmes des vidéos professionnelles pour leur communication

Prérequis :

- Aucun prérequis

Accessibilité et délais d'accès

Inscription sur demande, lors de l'appel découverte, par mail (formation@lolitaghilione.fr) ou par téléphone au 06 29 99 37 78 auprès de Lolita Ghilione. L'accès à la formation s'effectue selon le planning de l'apprenant, au plus tard 15 jours après la demande.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Afin d'étudier les modes de compensation nécessaires et d'adapter au mieux la formation, merci de contacter la référente handicap, Mme Lolita Ghilione, par téléphone au 06 29 99 37 78 ou par mail à l'adresse formation@lolitaghilione.fr.

Qualité et indicateurs de résultats

Les indicateurs de résultats sont transmis sur demande. Les taux de satisfaction, de réussite et le nombre d'apprenants seront diffusés début 2027.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :

- Paramétrer son smartphone et utiliser les accessoires adaptés pour filmer des vidéos de qualité professionnelle
- Appliquer les techniques de cadrage, de lumière et de son pour réaliser ses tournages en conditions réelles
- Monter et personnaliser ses vidéos avec Edits by Instagram : textes, sous-titres, musiques et effets
- Adapter et exporter ses vidéos en haute qualité selon les plateformes de diffusion
- Produire en autonomie des vidéos adaptées à son activité, du tournage à l'export (module optionnel)

Contenu de la formation

Module 1 – Filmer des vidéos de qualité professionnelle avec son smartphone (Jour 1 – 7 h)

- Comprendre les fondamentaux de la création vidéo et les spécificités des formats destinés aux réseaux sociaux.
- Identifier les réglages essentiels et les bonnes pratiques pour optimiser la qualité des vidéos réalisées avec son smartphone.
- Maîtriser les techniques de cadrage, de composition, d'angles de prise de vue et de mouvements de caméra.
- Adapter le positionnement du smartphone et du sujet selon les formats : face caméra, interview, tutoriel, démonstration et vidéo d'ambiance.
- Gérer la lumière naturelle et artificielle, la prise de son et la stabilité de l'image.
- Identifier et utiliser les accessoires adaptés : trépied, microphone, éclairage et télécommande.
- Préparer et organiser ses tournages : choix des séquences, déroulé, matériel et organisation de l'espace.
- Réaliser des prises de vue en conditions réelles en appliquant les bonnes pratiques de tournage.

Module 2 – Monter et exporter ses vidéos avec Edits by Instagram (Jour 2 – 7 h)

- Découvrir l'interface d'Edits by Instagram et ses principales fonctionnalités.
- Importer, sélectionner et organiser ses séquences vidéo.
- Découper, assembler et ajuster les séquences pour construire un montage fluide et dynamique.
- Utiliser les transitions, effets visuels, filtres et animations.
- Ajouter et personnaliser des textes, titres, sous-titres et éléments graphiques.
- Intégrer des musiques, des voix off et des effets sonores.
- Exploiter les fonctionnalités avancées et les outils d'intelligence artificielle disponibles dans Edits by Instagram.
- Adapter les formats et les paramètres de ses vidéos aux différentes plateformes de diffusion.
- Exporter ses vidéos en haute qualité.

Module 3 (optionnel) – Mettre en pratique les techniques de tournage et de montage vidéo (Jour 3 – 7 h)

- Préparer une session de production vidéo adaptée à son activité professionnelle.
- Organiser les séquences à filmer et anticiper les besoins matériels et techniques.
- Réaliser différents tournages en conditions réelles : face caméra, interview, démonstration, tutoriel ou vidéo d'ambiance.
- Mettre en application les techniques de cadrage, de lumière, de son et de composition.
- Sélectionner et organiser les séquences réalisées.
- Réaliser le montage complet de plusieurs vidéos avec Edits by Instagram.
- Finaliser et exporter ses vidéos dans les formats adaptés à leurs supports de diffusion.
- Analyser les réalisations et identifier les axes d'amélioration pour gagner en autonomie.

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Formatrice et dirigeante de l'organisme de formation : Lolita Ghilione

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- La formation peut être dispensée en présentiel ou à distance, en visioconférence via l'outil Zoom.
- **Avant la formation : évaluer les connaissances initiales et les besoins des apprenants.** Lors d'un entretien découverte en visioconférence avec la formatrice, les connaissances initiales, les besoins, attentes et enjeux de l'apprenant seront analysés et les prérequis seront vérifiés. Les apprenants rempliront un questionnaire de pré-formation pour adapter le contenu à leur activité, à leurs intérêts et évaluer leur niveau sur la thématique de la formation.
- **Pendant la formation : évaluer en continu et valider la compréhension en temps réel.** Les apprenants bénéficieront d'un apport théorique avec un support papier et numérique. Ils seront soumis à des exercices pratiques appliqués à leur propre activité, des travaux de mise en situation et des échanges sur leurs pratiques professionnelles dans une pédagogie active et participative permettant un contrôle continu de leur progression et du développement de leurs connaissances et compétences au regard des objectifs visés.

- **À l'issue de la formation : évaluer les connaissances acquises et la satisfaction à chaud.** Un quiz d'évaluation permettra de vérifier l'acquisition des compétences en lien avec les objectifs visés par le programme. Un questionnaire de satisfaction permettra de mesurer l'indice de satisfaction des participants sur l'atteinte des objectifs, la qualité de l'animation et la satisfaction globale de la prestation. Un certificat de réalisation sera remis à chaque apprenant.

Contact de la formation
Lolita GHILIONE : 06 29 99 37 78 / formation@lolitaghilione.fr.

Dernière mise à jour du programme : 19/10/2026