Réaliser et monter des vidéos professionnelles avec son smartphone

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 1900941F — Mise à jour : 20 février 2026

Organisme responsable : **OULAOUPS**

Présentation de la formation

Objectifs

Réaliser des vidéos professionnelles avec son smartphone et les publier sur les réseaux sociaux.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les étapes clés pour préparer un tournage.
- Savoir paramétrer son smartphone pour filmer.
- Connaitre les règles de composition et de cadrage d'une vidéo.
- Savoir monter une vidéo sur CapCut via son téléphone portable.
- Connaitre les différents formats vidéo en fonction de chaque réseau social.
- Connaitre le matériel pour réaliser des vidéos professionnelles avec son smartphone.
- Savoir exporter ses vidéos sur les réseaux sociaux.

Programme

Module 1 : Filmer avec son smartphone.

- Les règles du cadrage.
- Les codes de construction de l'image à l'ère des réseaux sociaux.
- Découvrez les cadrages, les échelles de plan, les mouvements de caméra et les astuces pour un rendu professionnel.
- Préparer et organiser son tournage
- Faire un storyboard
- Savoir configurer son smartphone.

Module 2 : Les formats des vidéos sur les réseaux sociaux

- Comment faire des réels sur Instagram.
- La vidéo sur Facebook.
- Le feed vidéo sur LinkedIn.
- Les différents formats vidéos sur YouTube.
- Comment réaliser des mèmes.

Module 3 : Quel équipement pour filmer comme un pro avec son smartphone ?

- Les accessoires de tournage
- Le matériel pour la prise de son
- Le matériel pour la stabilisation
- Les lumières

Du matériel sera mis à votre disposition pour pouvoir tester différents sets up.

Module 4 : Réaliser une interview en vidéo avec son smartphone

- Préparer et structurer une interview.
- Rédiger des questions ouvertes et engageantes.
- Choisir le lieu et organiser le décor.
- Positionner correctement la caméra et le sujet.
- Soigner la prise de son avec un micro adapté.
- Intégrer des plans de coupe (b-roll) pour dynamiser l'interview.

Module 5 : Faire le montage de ses vidéos depuis son smartphone

- Découverte de l'application CapCut pour faire ses montages
- Intégrer des titres
- Intégrer du son
- Intégrer des b-roll
- Intégrer une image de couverture
- Intégrer des images ou un logo
- Réaliser le sous-titrage de sa vidéo
- Utiliser les templates pour créer des vidéos.

Module 6 : Créer des miniatures sur Canva

- Conception de miniature et d'image à la une en fonction des différents réseaux sociaux.

Module 7 : Publier ses vidéos sur les réseaux sociaux

- Les particularités des formats vidéos sur les réseaux sociaux en 2025.
- Exporter ses vidéos sur Instagram, TikTok, Facebook, LinkedIn, ...
- Le référencement des vidéos sur les réseaux sociaux.

Ateliers pratiques : *création et montage de vidéos pour vos réseaux sociaux avec les retours en direct du formateur.*

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Sans niveau spécifique

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2060500S	Présentiel	Rennes	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #1900941F