



PORTRAITS DE VIES

PROGRAMME DE FORMATION N°2

Photographie de portrait : concevoir, préparer et réaliser une séance photographique professionnelle

Nature de l'action	Action de formation destinée à développer les compétences techniques, artistiques, relationnelles et organisationnelles nécessaires à la réalisation d'une séance de portrait.
Public	Photographes débutants ou intermédiaires et personnes souhaitant développer ou professionnaliser une pratique du portrait.
Prérequis	Connaître les notions fondamentales de vitesse, ouverture et ISO et savoir utiliser les fonctions principales de son appareil photo.
Durée	7 heures, réparties sur 2 journées de 3.5 heures.
Effectif	1 à 2 participants maximum.
Tarifs	1 participant : 490 € TTC 2 participants : 860€ TTC (430 par personne)

Objectifs pédagogiques

- Identifier les différents types de portrait photographique.
- Préparer une séance de portrait et définir une intention visuelle.
- Choisir un lieu adapté au projet.
- Analyser et exploiter la lumière naturelle.
- Adapter les réglages de son appareil à la situation.
- Construire différents types de cadrages et de compositions.
- Positionner et guider un modèle.
- Communiquer efficacement pendant une séance.
- Construire une série cohérente d'images.
- Organiser le déroulement d'une séance et anticiper les contraintes.
- Sélectionner les photographies pertinentes et appliquer les bases du post-traitement.
- Réaliser de manière autonome une séance de portrait.

Compétences visées

- Maîtriser et adapter les réglages manuels aux différentes situations de portrait.
- Analyser une lumière naturelle et choisir une stratégie de prise de vue.

enregistré sous le numéro 84381102338. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat



- Définir une intention photographique et construire une composition cohérente.
- Diriger un modèle avec des consignes claires et adaptées.
- Préparer, organiser et conduire une séance de portrait.
- Sélectionner et organiser une série d'images.
- Effectuer les corrections de base nécessaires à une restitution cohérente.
- Travailler avec davantage d'autonomie dans une situation de prise de vue.

Programme détaillé

JOUR 1 – Concevoir et préparer une séance de portrait

Module 1 – Les différents types de portraits

Durée : 30 minutes

Contenu :

- Portrait posé et spontané.
- Portrait environnemental.
- Portrait professionnel et éditorial.
- Portrait lifestyle.
- Portrait individuel et portrait en extérieur/intérieur.

Mise en pratique / exercice : Analyse de photographies afin d'identifier l'intention, le type de portrait, le cadrage, la lumière et le rôle du décor.

Module 2 – Préparer une séance

Durée : 30 minutes

Contenu :

- Analyse de la demande du client ou du modèle.
- Définition de l'objectif de la séance.
- Recherche d'inspiration et définition d'une intention visuelle.
- Choix du lieu.
- Anticipation des conditions météorologiques.
- Préparation du matériel.
- Détermination du déroulement de la séance.

Mise en pratique / exercice : Préparation d'une séance fictive : objectif → inspiration → lieu → lumière → matériel → déroulement.



PORTRAITS DE VIES

Module 3 – Comprendre et utiliser la lumière naturelle

Durée : 1 heure

Contenu :

- Lumière directe et diffuse.
- Ombre et contre-jour.
- Lumière latérale et frontale.
- Orientation et évolution du soleil.
- Utilisation de l'environnement comme réflecteur.
- Gestion des contrastes.

Mise en pratique / exercice : Réalisation de portraits d'un même modèle en faisant varier sa position par rapport à la source lumineuse.

Module 4 – Adapter les réglages à la situation

Durée : 30 minutes

Contenu :

- Choix de l'ouverture, de la vitesse et des ISO.
- Mise au point et profondeur de champ.
- Gestion des variations de lumière.
- Adaptation des réglages au mouvement du modèle.

Mise en pratique / exercice : Détermination des réglages adaptés à plusieurs situations puis vérification par la prise de vue.

Module 5 – Construire un cadrage et une composition

Durée : 30 minutes

Contenu :

- Plans et cadrages du portrait.
- Orientation et angle de prise de vue.
- Gestion du décor et de l'arrière-plan.
- Lignes directrices et espace négatif.

Mise en pratique / exercice : Réalisation d'une mini-série composée de plusieurs cadrages d'un même modèle.

Module 6 – Évaluation intermédiaire

Durée : 15 minutes

Contenu :

enregistré sous le numéro 84381102338. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat



- Mise en situation photographique.
- Analyse des résultats.
- Correction des difficultés techniques et méthodologiques.

Mise en pratique / exercice : Réalisation autonome d'une série courte en appliquant les notions de la première journée.

JOUR 2 – Diriger le modèle et réaliser une séance complète

Module 7 – Diriger et guider un modèle

Durée : 30 minutes

Contenu :

- Communication avec le modèle.
- Positionnement du corps et du visage.
- Placement des mains et regard.
- Expression et posture.
- Déplacement et variations de poses.
- Correction d'une pose et création d'expressions naturelles.

Mise en pratique / exercice : Jeu de rôle photographe/modèle puis réalisation de portraits dirigés.

Module 8 – Mise en pratique d'une séance

Durée : 1.5 heures

Contenu :

- Préparation et installation.
- Choix du lieu et analyse de la lumière.
- Réglages et cadrage.
- Accueil du modèle.
- Présentation du déroulement.
- Progression des poses et variations de cadrages.
- Gestion du temps.
- Adaptation aux contraintes et conclusion de séance.
- Adaptation aux imprévus.

Mise en pratique / exercice : Réalisation d'une véritable séance de portrait avec un ou deux modèles. Le formateur accompagne le stagiaire tout en favorisant son autonomie.

Module 9 – Sélection et bases du post-traitement

Durée : 1.5 heures

**Contenu :**

- Tri et critères de sélection.
- Cohérence d'une série.
- Exposition et balance des blancs.
- Contraste, hautes lumières et ombres.
- Recadrage, netteté et export.

Mise en pratique / exercice : Sélection et traitement d'une série issue de la séance réalisée.

Module 10 – Évaluation finale et bilan

Durée : 15 minutes

Contenu :

- Évaluation des compétences techniques, artistiques, relationnelles et organisationnelles.
- Retour individualisé sur les acquis.
- Définition des axes de progression.

Mise en pratique / exercice : Présentation d'une sélection finale de photographies et entretien de bilan.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques illustrés.
- Démonstrations du formateur.
- Analyse de photographies.
- Exercices individuels et dirigés.
- Mises en situation et jeux de rôle photographe/modèle.
- Réalisation d'une séance complète.
- Analyse individuelle et collective des productions.
- Principe indicatif : environ 30 % d'apports et 70 % de pratique et mises en situation.

Moyens pédagogiques et techniques

- Appareil photo numérique du stagiaire.
- Matériel photographique du formateur.
- Supports pédagogiques et fiches techniques.
- Exemples photographiques et portfolio pédagogique.
- Modèles photographiques.
- Lieu intérieur et/ou extérieur adapté.
- Ordinateur et logiciel de développement photographique.



Modalités d'évaluation

- Évaluation initiale : questionnaire de positionnement.
- Évaluations formatives : exercices techniques, analyses d'images et mises en situation.
- Évaluation finale : mise en situation professionnelle avec réalisation autonome d'une séance de portrait.
- Grille d'évaluation portant notamment sur la préparation, la lumière, les réglages, le cadrage, la direction du modèle, la cohérence de la série, le tri et l'autonomie.
- Bilan individuel et attestation de fin de formation.

Documents remis au stagiaire

- Support pédagogique.
- Fiches pratiques de réglages et de préparation de séance.
- Fiche de déroulement d'une séance.
- Grille d'analyse photographique.
- Sélection des photographies réalisées pendant la formation.
- Attestation de fin de formation.

Accessibilité

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap sous réserve d'une analyse préalable des besoins et des adaptations nécessaires. Un échange préalable permet d'identifier les adaptations pédagogiques, techniques ou organisationnelles à prévoir.