

## Formation Maîtrise de la Lumière Studio

*Cette formation de 3 jours vous propose d'acquérir les bases de la lumière et de découvrir des plans d'éclairage simples et efficaces, pour un rendu professionnel assuré. Idéal pour développer votre créativité grâce à la lumière artificielle, cette formation apportera à vos photos de portraits famille, grossesse, naissance, corporate ou même produit la plus value professionnelle qui mettra en lumière vos projets !*

**Durée:** 21.00 heures (3.00 jours)

### Profils des stagiaires

- Photographes professionnels ou qui souhaitent le devenir
- Communicants
- Artisans
- Créateurs de contenus
- Services marketing

### Prérequis

- Maîtriser le « Triangle d'exposition » ; ouverture, temps de pose, ISO
- Comprendre et savoir appliquer les bases techniques de la photographie

### Objectifs pédagogiques

- Connaître et comprendre les quatre effets fondamentaux de la lumière sur la matière. Puissance, contraste, dureté couleur.
- Comprendre le comportement physique de la lumière et son interaction avec les matières (peau, textile, objets, surfaces réfléchissantes ou mates).
- Choisir et utiliser de manière pertinente les sources de lumière continues et les flashes de studio, en fonction du rendu recherché.
- Maîtriser le fonctionnement des lumières continues et des flashes de studio.
- Régler son appareil photo en fonction de sa lumière
- Reconnaître et exploiter les principaux modeleurs et accessoires (softbox, réflecteurs, coupe-flux, grilles...) pour modeler la lumière.
- Concevoir et mettre en place des set-ups d'éclairage simples, reproductibles et efficaces, adaptés à différents types de prises de vue (portrait, corporate, famille, produit).
- Analyser une demande client et traduire un besoin visuel en choix techniques d'éclairage.
- Anticiper les contraintes techniques et logistiques d'un shooting studio, de la préparation à la prise de vue.
- Gagner en autonomie, en efficacité et en créativité dans l'utilisation de la lumière artificielle.

### Contenu de la formation

- Jour 1 – Matin : Fondamentaux
  - Présentation des stagiaires, tour de table des attentes. Visite du lieu et des studios. Rappel du déroulé de la formation.
  - Rappel théorique : Triangle d'exposition et lien direct avec la lumière Différence entre lumière "subie" et lumière "construite"
  - Vocabulaire et définitions clés : Source, direction, diffusion, réflexion Notion de taille apparente de la source Distance source / sujet / fond
  - Exercices : Analyse collective de photographies Décrire la lumière : nombre de sources, direction, qualité, intention Apprendre à "lire" une lumière avant de la reproduire
- Jour 1 – Après-midi : Modeler la lumière
  - Toutes les variables importantes pour modeler la lumière.
  - Découverte des 4 effets majeurs de la lumière.

- Exercice pratique sur table avec un petit objet facile à manipuler.
- Découverte du matériel de studio : Les sources de lumière continue et flash Le fond (mur, décor, papier...) Les modeleurs (soft-box) Les réflecteurs
- Mise en pratique par les stagiaires.
- Jour 2 – Matin : Lumière naturelle et logique d'observation
  - Révision générale.
  - La photo en lumière naturelle, extérieur (si météo favorable) ou lumière du jour en intérieur.
  - Exercice guidé et challenge photographique.
  - Observer, anticiper et exploiter une lumière existante.
- Jour 2 – Après-midi : Le portrait en lumière artificielle
  - Mise en place d'un studio avec une seule source de lumière (flash).
  - Les 4 éclairages classiques du portrait.
  - Les types de sources (key light, déboucheur, kick light, arrière plan...).
  - Gestion du fond : clair, sombre, neutre, texturé.
  - Exercice en petit groupe : répondre à une demande client.
- Jour 3 – Matin : Aller plus loin avec plusieurs sources
  - Montage de set-up à deux flashes.
  - Démonstration de 4 ambiances efficaces et facile à installer.
  - Gestion du contraste et de la hiérarchie visuelle.
  - Mélange flash + lumière continue : contraintes, avantages créatifs, gestion des dominantes et cohérence colorimétrique.
- Jour 3 – Après-midi : Autonomie et professionnalisation
  - Travaux libres en autonomie, en petit groupe ou en binôme (portrait, mise en scène libre, tests créatifs).
  - Recommandation sur l'achat de matériel à petit prix : priorités, alternatives à petit budget, éviter les erreurs courantes à l'achat.
  - Évaluation de fin de formation : mise en situation, analyse des images produites
  - Debriefing, partage des ressentis. Questions/Réponses.

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Les formateurs sont tous des photographes professionnels en activité depuis de nombreuses années. Ils ont acquis et développés une pédagogie mêlant théorie et pratique permettant une progression facile et pratique. Ils suivent l'actualité technique et l'évolution des techniques de photographie de studio afin d'adapter leur enseignement.

### Moyens pédagogiques et techniques

- En petit groupe de 8 personnes maximum avec un de nos formateurs (minimum 12 ans d'expérience dans la formation photo)
- Alternance entre contenus théoriques et mises en pratique en demi-groupes
- Présentation du cours par vidéo-projection
- Support de cours que vous conservez après la formation
- Deux studios photo équipés, une salle de cours dédiée, café et thé offert
- Etude de cas concrets

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

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Evaluation des photographies réalisées par les stagiaires sur le plan technique afin de comprendre les erreurs commises et les corriger.
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.