



2026

Programme

Formation Adobe Premiere Pro, montage et compression vidéo



Quelques Indicateurs de 2023 à 2025

La moyenne du taux globale de satisfaction, durant cette période, sur l'ensemble des formations dispensées est de **99,57%** sur **979** personnes formées.

Cette formation a été suivie par **36** stagiaires.

L'évaluation de leur satisfaction se monte à **100 %**.

Le nombre de session est de **2** par an.

Adobe Premiere Pro, montage et compression vidéo

Objectifs :

Vous acquerez les compétences requises pour exploiter Adobe Premiere Pro en vue de produire des montages vidéo de niveau professionnel. Vous bénéficierez d'une vision complète du processus de production vidéographique, depuis la captation des séquences jusqu'à l'exportation du projet finalisé pour diffusion sur divers supports (internet, ordinateur, DVD, bande magnétique, etc.).

Catégorie & but :

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation. Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail.

Public :

Professionnels du multimédia, responsables de sites internet, rédacteurs, opérateurs audiovisuels, ainsi que tout intervenant amené à gérer des contenus vidéographiques.

Pré-requis :

Aucune connaissance particulière.

Durée :

21 heures sur 3 jours soit 7h00 par jour.

Dates :

A fixer.

Tarif :

1000 € H.T. ou selon le devis transmis.

Modalités et délais d'accès :

L'accès à la formation s'effectue après :

- une prise de contact via le formulaire d'inscription ou par e-mail,
- une analyse du besoin et du niveau du participant,
- la validation de l'inscription par l'organisme de formation.

L'inscription est réputée acquise dès lors que l'audit téléphonique est réalisé, que le devis et la convention soient signés.

Un délai minimum obligatoire de **11 jours ouvrés** entre la validation de l'inscription et la date théorique d'entrée en formation du stagiaire.



Adobe Premiere Pro, montage et compression vidéo

Programme de la formation

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

Méthodes mobilisées et outils pédagogiques

La formation repose sur une pédagogie active et progressive combinant :

- des apports théoriques ciblés,
- des démonstrations pas à pas,
- des exercices pratiques appliqués à des cas concrets,
- des mises en situation en lien avec les besoins professionnels,
- des temps d'échanges et de questions-réponses,
- un accompagnement et des retours personnalisés du formateur.

À l'issue de chaque stage, Zak Formation fournit aux participants un **questionnaire d'évaluation** du cours qui est ensuite analysé.

Une **feuille d'émargement** par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

Prise en compte du handicap

Nous avons choisi de prendre en compte le handicap en proposant une adaptation de la formation tant dans l'aménagement des cours que dans les modalités de mise en œuvre.

- un accueil à temps partiel ou discontinu,
- une durée de formation adaptée,
- des modalités adaptées de validation de la formation professionnelle.

Éléments matériels de la formation

Supports techniques : (si concerné. Ex : une partie pratique sera réalisée dans les locaux de l'entreprise)

Salle de formation :

Équipements divers mis à disposition : rétroprojecteur - ordinateur PC avec connexion internet sera mis à disposition du stagiaire

Documentation : le formateur s'appuiera sur un support réalisé par lui-même associé à un diaporama diffusé sur rétroprojecteur

Compétences des formateurs

La formation sera assurée par Monsieur ZAKARIA Adil, Chef de projet & infographiste multi-média, ingénieur pédagogique E-learning, ayant suivi une formation de formateurs en 2012 et assurant des formations depuis cette date.

Formation ouverte ou à distance FOAD

Modalités techniques : dans le cas d'une formation à distance, celle-ci sera dispensée via une plateforme collaborative sécurisée qui permettra de mettre en relation les stagiaires et le formateur (ingénieur pédagogique E-learning).

Nature des travaux demandés : le stagiaire devra mettre en application les manipulations effectuées par le formateur. Mise à disposition des fichiers sources.

Durée : toutes les 2 heures, le stagiaire devra réaliser les exercices pendant 30 minutes.

Moyens d'organisation, d'accompagnement, pédagogique et technique : Visioconférence en direct, messagerie mis à disposition du stagiaire.



Adobe Premiere Pro, montage et compression vidéo

1) Processus général de production.

- Aperçu des équipements nécessaires pour la réalisation vidéo.
- Adaptation de l'environnement de travail.
- Paramètres utilisateur et gestion des sauvegardes de projets.

2) Capture vidéo, importation des rushes, gestion des médias

- Principes de capture vidéo et d'importation des sources.
- Fenêtre de capture. Création de bacs (dossiers).
- Modes de visualisation des médias. Le mode planche-contact.

3) Sélection et visionnage des rushes

- Présentation des méthodes de travail pour examiner ses sources.
- Fenêtres source et programme.
- Outils de navigation dans les séquences visionnées.

4) Méthodes et instruments de montage

- Montage à 2, 3 et 4 points.
- Jonctions et segmentation des séquences.
- Marqueurs d'éléments, de séquence, repères.

5) Transitions audio et vidéo

- Application de transitions audio et vidéo.
- Fenêtre des paramètres d'effets. Transitions et durée par défaut.
- Zone de travail et précalculs audio/vidéo.

6) Sources audio et module de création de titres

- Ajustement du niveau audio, volume.
- Types de pistes (mono, stéréo, 5.1).
- Fenêtre de création de titres Adobe.

7) Image fixe et vitesse d'un élément

- Fonction d'image fixe.
- Vitesse d'un élément.
- Remappage temporel.

8) Voix-off et exportation vidéo

- Montage et optimisation d'une voix-off.
- Les formats d'exportation et de diffusion.



Adobe Premiere Pro, montage et compression vidéo

Programme de la formation



Zak Formation - 335 chemin de cabut - 84190 VACQUEYRAS

Site internet : www.zak-formation.fr - **Tél :** 06 61 56 51 88 - **Mail :** contact@zak-formation.fr

SIRET 750 605 230 00044 - Code APE 8559B - TVA Intracommunautaire FR 84 750605230

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n° 93840438884 du préfet de la région de Provence-Alpes-Cote-d'Azur