

# Formation

## 35 heures

Initiation, intermédiaire

**Nombres d'heures**  
35h

**Capacité**  
En groupe de 5 personnes  
ou personnalisé

**Disponibilité**  
En journée, en soirée  
et/ou en week end

**Matériel mis a disposition**  
1 iMac 27' ou 1 Windows  
1 casque audio

**Lieu**  
En présentiel ou à distance  
  
Dans nos locaux ou dans votre  
entreprise

### Financement

Pole Emploi → 1390€  
FNE → 1395€  
AFDAS/OPCO → 1395€  
CPF → 1600€  
Personnel → 1300€

# PREMIERE PRO

## PROGRAMME

### Jour 1 | Principe du logiciel

- Notion de projet
- Exploitation des fonctionnalités d'Adobe
- Préférences et sauvegarde en ligne
- Bibliothèques

#### Paramétrage et configuration de Premiere Pro

- Présentation et paramétrage de l'interface
- Gestion de l'espace de travail
- Personnalisation moniteur source et programme
- Explorateur de médias
- Raccourcis claviers personnalisables

#### Création d'un projet avec Premiere Pro

- Configuration du projet
- Formats d'imports
- Utilisation des fenêtres source et programme

### Jour 2 | Acquisition

- Préparation des châtières et explorateur de médias, métadonnées
- Acquisition depuis une carte mémoire
- Acquisition :
  - Copies sécurisées
  - Doublures
  - Vérifications

#### Fonctionnalités du montage dans Premiere Pro

- Fenêtre de montage
- Utilisation des pistes et des séquences
- Paramétrage automatique d'une séquence
- Panneau Timecode
- Prélèvement, extraction, insertion
- Trimming
- Gestion des marqueurs
- Montage multicaméra

### Jour 3 | Animation et titres

- Transitions et trajectoires
- Page Objets Graphiques essentiels, création et utilisation de modèles d'animations graphiques

#### L'audio

- Importer et exporter des éléments audio
- Ajout de pistes audio dans la fenêtre de montage
- Filtres audio :
  - Egalisation
  - Dynamique
  - Temporels
- Normalisation des niveaux
- Mixage audio
- Enregistrement d'un commentaire en direct
- Automatismes (ducking, réduction de bruit, niveaux, dynamique) dans la page Amélioration essentielle de l'audio

### Jour 4 | Exportation avancée

- Performances et exports
- Exportation d'un fichier Master (de très haute qualité)
- Exportation et publication directe pour le Web (YouTube, Vimeo...)

#### Finalisation du projet avec Premiere Pro

- Notion de compression (codecs et conteneurs)
- Exportation vidéo
- Exportation tous supports via Adobe Media Encoder

### Jour 5 | Validation des acquis

L'examen sera passé le dernier jour, à l'issue de la formation et s'effectuera en ligne. Il s'agit d'un QCM dont la durée moyenne est d'1h et dont le score obtenu attestera d'un niveau de compétence. La certification permettra de valider vos acquis.



[contact@abfstudio.fr](mailto:contact@abfstudio.fr) ou au 07 54 08 17 77 / 01 88 32 63 32