

GUIDE DES BONNES

# PRATIQUES

CRÉER DES VIDÉOS AVEC  
SON TÉLÉPHONE

## CHECKLIST AVANT LE TOURNAGE



**PASSER EN MODE AVION**



**NETTOYER L'OBJECTIF**



**FILMER À L'HORIZONTALE**



**VÉRIFIER LA BATTERIE**



**AVOIR ASSEZ DE  
MÉMOIRE**



**SE PRÉOCCUPER DU SON**



**ÊTRE STABLE**

GUIDE DES BONNES

# PRATIQUES

CRÉER DES VIDÉOS AVEC  
SON TÉLÉPHONE

## ASTUCES



### CHOISIR SON CADRE



### ALTERNER LES PLANS



### NE PAS DÉPASSER 5 SECONDES PAR PLAN

### RESPECTER LA MÉTHODES DES 5 PLANS



- Gros plan des mains : quoi ?
- Gros plan du visage : qui ?
- Plan moyen ou serré : où ?
- Plan avec amorce (derrière l'épaule) : comment ?
- Faites jouer votre créativité

SOURCES : DIRECTION DE LA CULTURE ET DE LA CULTURE SCIENTIFIQUE  
DE L'UNIVERSITÉ GRENOBLE ALPES ET LA CASEMATE