

PROGRAMME DE FORMATION

Premiere Pro CC 2022 – Les bases

PAO, Design & Audiovisuel

RÉFÉRENCE	VERSION	ÉDITION	DOMAINE
WF-0224	V2026-005	2 novembre 2026	PAO, Design & Audiovisuel

DURÉE	MODALITÉ	PROGRAMME	SANCTION
7 h	Distanciel asynchrone (e-learning) · Présentiel	13 modules 125 leçons	Attestation et certificat de réalisation

Objectifs pédagogiques

Cette formation de 13 modules (126 leçons) a pour objectif de vous enseigner les bases du logiciel Adobe Première Pro. Vous y découvrirez l'interface, le montage, les transitions et les effets vidéos ainsi que l'audio et l'exportation.

L'essentiel de la formation

Public visé

Tout public – Salariés – Entreprises – Alternants – Travailleurs indépendants – Demandeurs d'emploi – Particuliers en reconversion professionnelle.

Monteur(se) vidéo Motion designer

Créateur(trice) de contenu

Prérequis

Aucune connaissance théorique particulière en « PREMIERE PRO CC 2022 - Les bases » n'est exigée. Une première expérience professionnelle ou une pratique du domaine concerné est recommandée.

Comprendre et s'exprimer en français

Disposer d'un ordinateur, d'une tablette ou d'un téléphone compatible

Disposer d'une connexion Internet stable

Posséder une adresse électronique personnelle

Maîtriser les usages numériques nécessaires à l'utilisation d'une plateforme de formation

Utiliser un navigateur Internet récent : Edge, Chrome, Firefox, Safari ou équivalent

Modalités et déroulement

Formation réalisée à distance sur la plateforme WILL FORMATION, avec accès individuel aux contenus pédagogiques, vidéos, exercices, quiz et travaux pratiques. Un accompagnement pédagogique est assuré pendant toute la durée du parcours. Des classes virtuelles ou rendez-vous individuels peuvent être organisés lorsqu'ils sont prévus dans le parcours.

Sur demande et sous réserve de disponibilité, un espace équipé peut être proposé. L'adresse, les horaires, les équipements disponibles et les conditions d'accessibilité sont communiqués avant l'inscription.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Démonstrations
- Études de cas
- Mises en situation
- Exercices d'application
- Travaux individuels
- Accompagnement et retours du formateur

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme LMS
- Vidéos explicatives
- Supports téléchargeables
- Fiches de synthèse
- Quiz et exercices interactifs
- Modèles de documents
- Assistance technique
- Tutorat pédagogique

Modalités d'évaluation

- Questionnaire de positionnement ou évaluation diagnostique avant l'entrée en formation
- Évaluations formatives tout au long du parcours
- Exercices pratiques, études de cas, quiz et QCM
- Évaluation finale permettant de mesurer l'atteinte des objectifs pédagogiques
- Passage des épreuves de certification lorsque la formation prépare effectivement à une certification

Sanction

Une attestation de fin de formation et un certificat de réalisation sont remis au participant sous réserve de la réalisation du parcours.

Lorsque la formation prépare à une certification, le participant est présenté aux épreuves prévues par le certificateur, sous réserve de remplir les conditions requises. La délivrance de la certification relève exclusivement du certificateur ou du jury compétent et ne peut être garantie par WILL FORMATION.

Modalités et délais d'accès

La demande d'inscription peut être effectuée par téléphone, par courrier électronique ou au moyen du formulaire en ligne.

Un entretien ou un questionnaire de positionnement permet de vérifier l'adéquation de la formation avec les besoins, le niveau initial et les prérequis du candidat.

L'inscription devient définitive après validation du dossier administratif, acceptation des documents contractuels et, le cas échéant, confirmation du financement.

Les accès à la plateforme sont généralement activés sous 48 à 72 heures ouvrées après validation complète du dossier.

Les formations à distance sont proposées en entrées et sorties permanentes, sous réserve des délais ou dates imposés par le financeur ou le certificateur.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Les personnes en situation de handicap sont invitées à signaler leurs besoins lors de leur demande d'inscription. Une étude personnalisée est réalisée afin de définir les adaptations pédagogiques, techniques ou organisationnelles appropriées. Lorsque le besoin ne peut pas être satisfait directement, une orientation vers un partenaire ou une structure spécialisée est proposée.

Référent handicap : **handicap@will-formation.com**

Tarif de la formation

Prix : **430 €**

Financement : prise en charge possible par les organismes financeurs, selon les critères d'éligibilité applicables.

Qualiopi processus certifié

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION. Certificat QUA25070009. WILL FORMATION — Société par actions simplifiée à associé unique au capital de 30 000 € — NDA 11757059675 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État) — SIRET 893 713 180 00014 — 01 85 09 25 99 — info@will-formation.com — www.will-formation.com

Programme détaillé

13 modules, 125 leçons — durée totale 7 h.

01 Créer un nouveau projet

1. Choix de la carte graphique
2. Organisation des différents fichiers
3. Organisation des fichiers médias : Copie, Transcodage
4. ou Doublure
5. Nouveau projet (CC2022)

02 Maîtriser l'interface

1. Présentation de l'interface
2. Créer son espace de travail
3. Paramétrer la barre de boutons dans les moniteurs
4. Source et Programme
5. Personnaliser les raccourcis clavier
6. Les préférences

03 Importer des médias

1. Principes d'utilisation de la fenêtre explorateur de média
2. Importer les fichiers sources
3. Importer des médias (CC2022)
4. Importer une séquence d'images fixes comme une vidéo
5. Mode d'affichage des fichiers
6. Modifier le métrage
7. Créer une image postérisée
8. Créer un média Off-line
9. Remplacer un métrage
10. Localiser le fichier source importé dans l'ordinateur
11. Lier les médias
12. Créer des chutiers
13. Gérer les colonnes de métadonnées

04 Moniteur source

1. Fonction de la fenêtre moniteur Source
2. Agrandissement (niveau de zoom), barre d'échelle
3. Résolution d'affichage en lecture ou en pause
4. Outils pour naviguer dans le plan
5. Points d'entrée (in) et de sortie (out)
6. Effacer les points d'entrées et de sorties
7. Time-code : principe et navigation
8. Marques d'éléments

05 Dérushage

1. Créer un sous-clip
2. Créer un sous-élément
3. Chutier de recherche

06 Fenêtre Séquence

1. Créer une séquence à partir d'un rush
2. Créer une nouvelle séquence personnalisée
3. Automatiser à la séquence
4. Activation des pistes vidéos et audios
5. Dérushage - Montage en temps réel
6. Navigation dans la fenêtre montage
7. Zoomer dans le montage
8. Paramétrage des En-têtes de pistes et pré-
9. configurations
10. Enregistrer une hauteur de piste
11. Le magnétisme
12. La sélection synchronisée
13. Marque de séquence et d'élément
14. Verrouiller les pistes
15. Mute et solo

07 Moniteur Programme

1. Marges admissibles
2. Créer des repères
3. Enregistrer des modèles de repères

08 Opérations de montage

1. Poser un plan coupe
2. Déplacer un plan dans le montage
3. Insérer un plan
4. Fonction supprimer et raccorder
5. Dupliquer un plan
6. Étendre les points de montage
7. Propager les points de montage
8. Identifier la matière aux abords des points de coupe
9. Glisser la matière dans un plan
10. Déplacement de la coupe
11. Déplacement du plan
12. Permuter les plans
13. Sélection de piste en amont
14. Couper un plan
15. Remplacer un plan par un autre dans le montage
16. Activer et désactiver un plan
17. Détection de montage de scène (2021)

09 Transitions vidéos

1. Définir la transition vidéo par défaut
2. Appliquer la transition vidéo par défaut
3. Supprimer une transition
4. Appliquer une autre transition
5. Fondu en entrée ou en sortie
6. La transition sur des médias insuffisants

10 Effets vidéo

1. La trajectoire
2. Réaliser un split screen
3. Stabilisateur
4. Effet Noir et blanc et Teinte
5. Ultrakey
6. Flouter un visage
7. Miroir horizontal
8. Ombre portée
9. Barres 16/9 et recadrages
10. Flou directionnel
11. Modes de fusions
12. Coller les attributs d'un clip à l'autre
13. Enregistrer les attributs
14. Recadrage automatique de la séquence (2021)

11 Audio

1. Gérer le volume des clips
2. Choisir une musique à partir du stock (CC2022)
3. Outil de Remixage (CC2022)
4. Amélioration essentielle de l'audio
5. Nouvelles pistes audio
6. Fenêtre de mixage des pistes audio
7. Transitions audio
8. Ajout d'effets audio sur une piste complète
9. Enregistrer une voix-off
10. Effet audio pitchshifter
11. Voie gauche et droite
12. Éclatement de la stéréo en 2 fois mono
13. La piste principale

12 Titrages

1. Créer un titre simple
2. Créer un générique défilant verticalement
3. Créer un générique défilant horizontalement
4. Utilisation des objets graphiques essentiels
5. Télécharger d'autres animations
6. Remplacement des médias dans une zone de dépôt
7. (2021)

13 l'exportation

1. Exportation d'une image fixe depuis le moniteur
2. Définir la plage d'exportation
3. Définir l'emplacement du fichier
4. Réglages Vidéo
5. Réglages Audio
6. Le multiplexeur
7. Exporter les sous-titres
8. Exporter vers les réseaux sociaux
9. Ajouter à la file d'attente
10. Exportation Broadcast
11. Exporter son montage au format Audio
12. Exporter l'audio au format OMF pour Protools
13. Exporter son montage en EDL ou Final Cut
14. Exportation (CC2022)
15. Enregistrer des paramètres d'exportation (CC2022)