



Fiche Vidéo 1 – Stabilité : Savoir tenir son smartphone

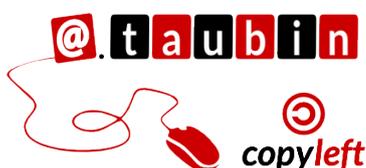
Table des matières

1- Conseils pour améliorer la prise en main de votre matériel.....	1
2- Pour une image bien stable, s'équiper d'un pied et d'un grip.....	4

Sources :

- <http://videonline.info/regle-n1-soyez-pose/> avec l'autorisation de Laurent Clause.
- <http://www.amaranthe.be/blog/storytelling/creer-des-videos-avec-un-smartphone> avec l'autorisation de Sylvie de Meeûs.

Licence : [Creative Commons Attribution](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Fiche Vidéo 1 – Stabilité : Savoir tenir son smartphone

Pour que vos vidéos fassent la différence, il faut qu'elles soient le plus stable possible.

1- Conseils pour améliorer la prise en main de votre matériel.

- **Utiliser le smartphone en position paysage**, ce qui permet de montrer plus de choses dans le cadre.
- **Afficher la grille de tiers** pour faciliter le cadrage et la composition.

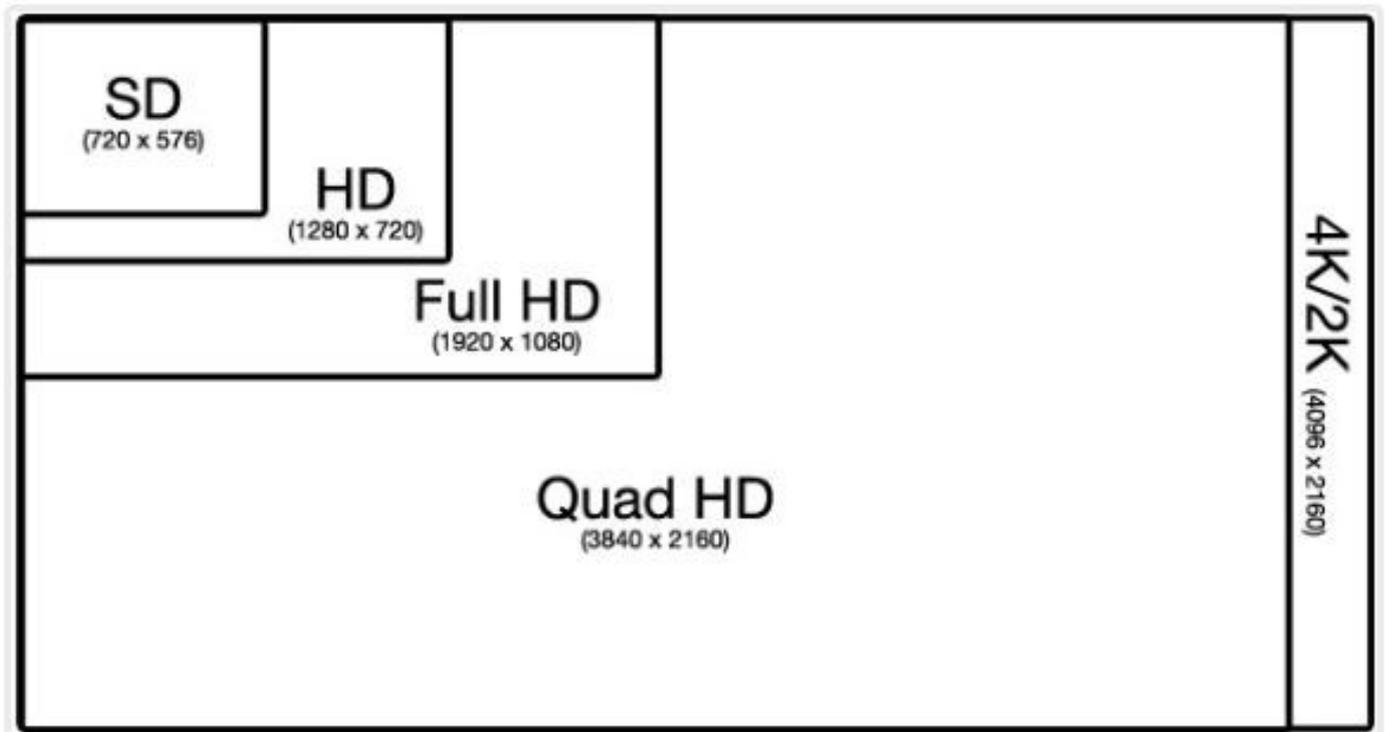


- **Respirer lentement, écarter les pieds avec le même écartement que les épaules et tenir le téléphone à deux mains**, en le pinçant entre vos pouces et index.



- **Mettre le smartphone en mode avion**. Cela évitera que le téléphone vibre ou se mette à sonner pendant la prise.
- **Choisir le format des vidéos**. Même si le smartphone permet d'enregistrer en 4K – 3840x2160px – je conseille d'**utiliser le format Full HD** – 1920x1080px – moins gourmand en ressource (téléphone qui chauffe) et en espace de stockage (vidéos moins lourdes).

Éventuellement utiliser la 4K pour changer la valeur du plan au montage en effectuant un zoom sur l'image sans perte de qualité.



*Four resolutions compared: standard definition, full high definition, Quad HD and 4K/2K.
(Credit: Derek Fung/CNET)*

- **Prendre appui sur vos deux coudes**, si possible, sur le rebord d'une fenêtre ou une sur table par exemple (chaise, table, mur, etc).



- **Se mettre au niveau de ce que l'on veut filmer** (par exemple pour suivre un enfant ou un animal).



- Pour avoir une image encore plus nette, **verrouiller la mise au point** en appuyant sur la partie de l'image à viser.

Une fois verrouiller,
AF s'affiche à
l'écran.



- Pour faire un panoramique ou un travelling, tenir fermement le smartphone et serrer les coudes le long du corps. **Faire les mouvements avec le corps et non les bras.**



2- Pour une image bien stable, s'équiper d'un pied et d'un grip.

Pour améliorer la stabilité des images, il faut s'équiper.

Un Grip permet de mieux tenir le smartphone. Ils présentent l'avantage de permettre d'adapter le smartphone sur les trépieds de l'établissement (Utilisable avec adaptateur vis 3/8 vers vis 1/4).

- 4 trépieds de table avec adaptateurs smartphones



- 1 trépied avec une mini perche, un micro et une lampe



- 2 micros cravates BOYA



- 1 bras articulé avec serre joint et adaptateur vis 1/4 vers caméra d'action



- 4 trépieds, perches du lycée :



- 2 pieds et 1 perche de micro

