



## Fiche Vidéo 2 – Le cadrage : règle des 1/3, paysage, valeurs de plan

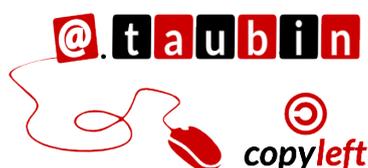
### Table des matières

1- La valeur des plans.....	1
2- Les angles de prise de vue.....	3
3- Grille de composition : la règle des tiers.....	4

### Sources :

- [https://movilab.org/index.php?title=Créer\\_un\\_reportage\\_audiovisuel](https://movilab.org/index.php?title=Créer_un_reportage_audiovisuel) sous licence [Creative Commons Attribution](#)
- <https://magasin-n.com/les-lecons-de-cinema-ocs/>

Licence : [Creative Commons Attribution](#)



## Fiche Vidéo 2 – Le cadrage : règle des 1/3, paysage, valeurs de plan

Vous pouvez regarder cette vidéo **sur le hors champ et la voix off** :



- <https://vimeo.com/99612904>

### Conseils du MOOC Gobelins :

- **Cadrer**, c'est sélectionner dans l'espace un "morceau" de vie, de décor, de la vision pour montrer à un spectateur un élément qui va raconter une histoire quand il sera raccordé à d'autres cadres ou plans, c'est faire un choix.
- **Composer**, c'est "arranger" dans l'espace en 2D à l'intérieur du cadre les différents éléments que l'on a sélectionnés afin que le spectateur en ait une lecture évidente dans un premier temps, puis on passera à des compositions susceptibles d'éveiller des sentiments ou une réaction sensible au spectateur.
- **Pour éviter les pièges** : analyser l'image en surface et en profondeur.
- **Le cadre** comprend tout ce qui est présent dans l'image, décors, personnages, accessoires, ...
- **Le champ** est la portion d'espace contenue à l'intérieur du cadre
- **Le hors champ** est l'ensemble des éléments (personnages, décors, ...) qui,

n'étant pas inclus dans le champ, lui sont rattachés imaginaires par le spectateur, et ce par un moyen quelconque. Il est essentiellement lié au champ puisqu'il n'existe qu'en fonction de celui-ci. Tout choix de cadrage détermine un hors champ.

## 1- La valeur des plans

Vous pouvez regarder cette vidéo **sur le cadrage** :



- <https://vimeo.com/99612094>

Les valeurs de cadre servent à caractériser la portion d'espace réel contenue dans le cadre de la caméra.

**Il n'y a pas de zoom sur un smartphone**, se déplacer près du sujet pour faire des plans rapprochés.

Valeurs de plan	Descriptif
	<p><b>Plan d'ensemble :</b> il situe l'action et montre tous les protagonistes dans leur contexte. Ce plan doit durer assez longtemps pour que le spectateur puisse assimiler les informations que le réalisateur a voulu donner.</p>
	<p><b>Plan moyen :</b> Il cadre un ou plusieurs personnages en pied. Il concentre l'attention du spectateur sur le ou les personnages éventuellement dans un espace qui les situe.</p>
	<p><b>Plan américain :</b> il cadre les personnages à mi-cuisses. Il rapproche encore davantage le spectateur des personnages. Le plan américain a été ainsi dénommé car c'est le plan typique des films américains des années 1930-1940.</p>
	<p><b>Plan rapproché taille :</b> ce plan cadre les personnages à la ceinture. Il place les acteurs à la distance qui sépare les interlocuteurs d'une conversation. Il accentue l'intimité, permet de lire les réactions psychologiques. La durée de ce plan est fonction du dialogue et de l'action en cours.</p>
	<p><b>Plan rapproché poitrine :</b> il a les mêmes fonctions que le plan rapproché taille, en accentuant un peu plus les traits du visage du personnage.</p>

Valeurs de plan	Descriptif
	<b>Gros plan :</b> on ne voit qu'une partie d'un personnage sur laquelle on veut attirer l'attention. Il permet de lire directement la vie intérieure d'un personnage, ses émotions, ses réactions les plus intimes. C'est le plan de l'analyse psychologique.
	<b>Très gros plan :</b> il montre un seul objet ou un détail du visage par exemple. Généralement très bref, il sert la progression du récit ou du suspense en attirant l'attention sur un détail dramatique frappant.
	<b>Insert :</b> Cette notion est une notion de montage, pas de tournage. Il possède une dynamique propre et présente souvent un plan de détail (voir plan de coupe).

## 2- Les angles de prise de vue

Vous pouvez regarder cette vidéo **sur la plongée et la contre-plongée :**

- <https://vimeo.com/99614662>



Angles de prise de vue	Descriptif
	<b>Plongée :</b> Le plan en plongée est un plan où la caméra est placée en hauteur par rapport au sujet filmé et où elle plonge sur lui. Ce plan écrase le personnage et donne au spectateur le sentiment de supériorité.

Angles de prise de vue	Descriptif
	<p><b>Normal :</b> Le plan en angle normal donne un point de vue neutre.</p>
	<p><b>Contre-plongée :</b> La contre-plongée est l'inverse de la plongée. Elle grandit le personnage et donne une sensation d'infériorité au spectateur.</p>

### 3- Grille de composition : la règle des tiers

Vous pouvez regarder cette vidéo [sur les mouvements de caméra :](#)

- <https://youtu.be/NUWt1PI94WE>



#### Retenez ces règles :

- Éviter lors d'un cadrage de laisser un espace trop important au-dessus de la tête. Trop d'erreurs consistent à intégrer le plafond, les néons, ... au-dessus d'une personne interviewée.
- Le cadre suit le regard. Ne pas fermer le regard dans un cadrage.

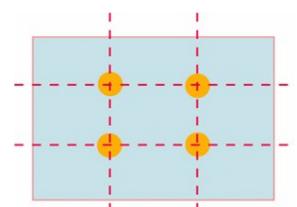
Avec certaine application, comme [OpenCamera](#), on peut afficher différentes grilles de composition. Je vous conseille d'utiliser la grille des tiers.

On s'en sert pour établir des lignes imaginaires qui découpent l'image en trois parties horizontales et verticales égales. Ces lignes sont appelées lignes de forces.

Il en ressort la règle des tiers, qui doit être utilisée pour son cadrage.

**La proportion idéale en photographie est donc de 1 tiers pour 2 tiers.**

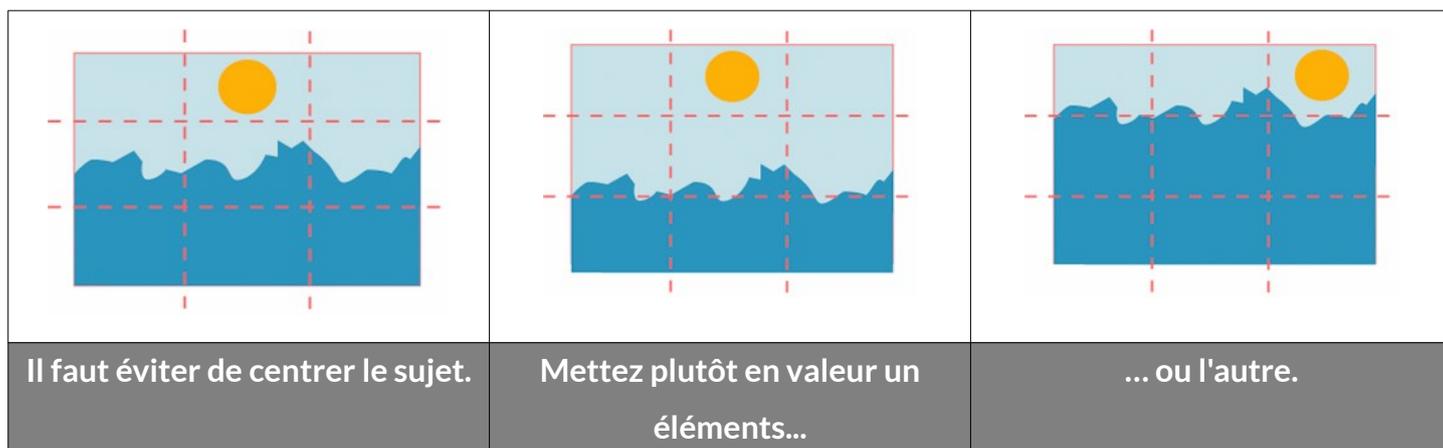
Les intersections de ces 4 lignes font ressortir les points forts de la photo. Il



s'agit en fait des **4 points où l'œil va être le plus attiré**.

- Pour dynamiser sa photo et renforcer son esthétisme, il faudra donc veiller à placer le sujet au tiers de son viseur

- Il faut éviter de placer deux éléments importants sur une même ligne de force car ils auraient tendance à s'affaiblir mutuellement.



**Lors d'une interview :**

- Faire en sorte qu'**une des verticales traverse le personnage** et que **ses yeux se trouvent sur l'horizontale supérieure**.
- Détail supplémentaire mais essentiel : s'il est dans le tiers droit de l'image, le sujet doit regarder à gauche durant l'interview pour que son regard

traverse le cadre. Autrement dit, l'interlocuteur doit se tenir à gauche du smartphone. Et vice et versa : si le sujet est cadré à gauche cadre, l'interlocuteur doit se placer à droite du smartphone pour que le regard de l'intéressé traverse le cadre en passant par son centre. **Voir photo en bas au centre.**

