

Ref. : VP08619

Durée :  
2 jours - 14 heuresTarif :  
Salarié - Entreprise : 1565 € HT

Repas inclus

# PHOTO : INITIATION AU PORTRAIT

## Réaliser des portraits posés en extérieur et en intérieur

La photographie est une discipline très vaste aux multiples spécialités. Mais depuis le premier daguerréotype jusqu'au smartphone une technique indémodable a traversé les âges : le portrait. À l'heure du numérique et des réseaux sociaux, PYRAMYD vous propose sa formation Photo : initiation portrait afin d'en maîtriser les codes. En seulement deux jours, vous apprendrez tout ce qu'il y a à savoir sur le portrait et la pose, en intérieur comme en extérieur. Théorie, équipement, technique, modèle, retouche... L'enseignement prodigué par nos experts se veut complet et concret, basé sur de nombreux exercices pratiques. Cette formation Photo : initiation au portrait s'adresse à tous les professionnels qui souhaitent développer leur expertise.

### OBJECTIFS

- Identifier les composantes d'un portrait réussi
- Choisir son équipement
- Estimer les contraintes techniques
- Réaliser un portrait avec un modèle
- Finaliser un portrait et livrer des fichiers

### EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

### POUR QUI ?

Cette formation est accessible à tous.

### PRÉREQUIS

Une pratique régulière de la photo est indispensable ainsi qu'une connaissance des modes d'exposition (PSAM) et de la mise au point. Une bonne connaissance de l'outil informatique est nécessaire pour bien suivre la dernière partie du stage consacrée à la postproduction.

### COMPÉTENCES ACQUISES

Réaliser des portraits posés en extérieur et en intérieur

### PROGRAMME

Pendant  
Photo: initiation au portrait

#### Identifier les composantes d'un portrait réussi

- Analyser des portraits pour identifier leurs points forts, leurs similitudes et leurs spécificités
- Identifier les techniques d'expression visuelle : composition, utilisation de la lumière et du contraste, utilisation des couleurs, dosage net / flou
- Comprendre les interactions entre le photographe et les personnes photographiées : contexte, finalité, expressions du visage

#### Étude de cas : observation de portraits célèbres dans les différents modes d'expression graphique (dessin, peinture, photo)

#### Choisir son équipement

- Identifier les différents types d'appareils photos avec leurs avantages et leurs inconvénients
- Choisir les objectifs les mieux adaptés
- Lister le matériel d'éclairage : flash, façonneurs de lumière
- Lister les accessoires indispensables et optionnels
- Choisir une configuration : reportage, studio mobile, studio photo dédié

**Exercice : estimer le budget et les moyens à mettre en oeuvre pour réaliser des portraits**

### **Estimer les contraintes techniques**

- Différencier les modes d'exposition et leur utilisation
- Faire la mise au point en comparant mise au point manuelle, autofocus en mode auto, ponctuel ou continu
- Estimer la vitesse d'obturation pour un modèle en mouvement
- Calculer la plage de netteté nécessaire : profondeur de champ adaptée au portrait de groupe et au portrait individuel
- Analyser les types de lumière par rapport à leur intensité, leur direction et leur température de couleur

**Exercice : expérimenter les réglages sur des objets fixes**

### **Réaliser un portrait avec un modèle**

#### **Réaliser un portrait en extérieur**

- Régler les paramètres de son appareil et de son éclairage en fonction des conditions météo
- Suivre un modèle en mouvement : utiliser le mode d'exposition "Priorité vitesse" et la mise au point continue
- Placer son modèle en fonction de la lumière

**Exercice : réaliser un portrait en extérieur en condition de reportage**

#### **Réaliser un portrait en intérieur**

- Ajuster ses réglages en fonction de la luminosité ambiante et des types de lumière
- Doser l'utilisation du flash

**Exercice : réaliser un portrait dans un environnement de bureau**

#### **Réaliser un portrait dans un studio photographique**

- Concevoir un plan d'éclairage à 1, 2 et 3 sources
- Doser un éclairage avec des flashes de studio
- Choisir et éclairer un fond : fond noir ou fond blanc

**Exercice : mener une séance de prise de vues avec un modèle**

### **Finaliser un portrait et livrer des fichiers**

- Visionner les photos avec un logiciel dédié (Bridge ou Lightroom) pour effectuer le tri et la sélection finale
- Optimiser les portraits avec un logiciel de retouche (Photoshop ou Lightroom) : ajuster la luminosité et le contraste, améliorer le rendu des teintes chair...
- Appliquer des retouches simples
- Livrer les fichiers adaptés à leur utilisation finale

**Exercice : sélectionner et retoucher 5 portraits**

## INTERVENANTS

Emmanuel MOLIA  
Emmanuel MOLIA

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Matériel et/ou logiciels nécessaires pour suivre cette formation : Formation en présentiel : les ordinateurs sont équipés des logiciels nécessaires au suivi de cette formation. Si vous utilisez votre ordinateur personnel (pour formation en présentiel ou classe virtuelle), merci d'installer au préalable : PHOTOSHOP, BRIDGE, LIGHTROOM .- Il est recommandé de se munir d'un double écran. En distanciel, se munir d'un appareil photo avec objectifs , un lecteur de carte SD et Compact Flash d'appoint  
Équipe pédagogique : Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation. Techniques pédagogiques : Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation. Ressources pédagogiques : Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap



## LIEUX ET DATES

**Paris**

15 et 16 janv. 2026  
22 et 23 juin 2026  
12 et 13 oct. 2026