



► Nom :

► Prénom :

Ce document a été réalisé à partir des compétences listées sur le site internet de la CNAV¹ et ensuite complété au fil de l'eau en fonction des remarques des usagers ... n'hésitez donc pas à vous exprimer² !

Le « livret du plongeur vidéaste » est un document sous licence libre (cc-by-sa) que vous pouvez télécharger gratuitement sur le site : <https://videosub.fr/le-livret/>

¹<http://cnav.imagesub.com/apprendre-la-video/131-formation-de-plongeur-vidaste>
²<https://videosub.fr/contact/>



A. L'environnement		Remarques
A1 : Niveau 1		
▶ A1.1 Connaissance de l'environnement		
▶ A1.2 Risques		
▶ A1.3 Respect du milieu		
A2 : Niveau II		
▶ A2.1 Formation plongeur bio (FFESSM) / Autre		
▶ A2.2 Connaissance des comportements & réactions <i>(ex. épine dorsale dressée, défense d'un territoire ...)</i>		
▶ A2.3 Connaissance des écosystèmes (lieux de vie) <i>(ex. congre & crevettes, anémone & araignée ...)</i>		
A3 : Niveau III		
▶ A3.1 Formation plongeur bio (FFESSM) / Autre		
▶ A3.2 Disposer d'une bibliothèque de référence <i>(ex. bibliographie du plongeur bio ...)</i>		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/lenvironnement/>

B. La sécurité		Remarques
B1 : Niveau 1		
▶ B1.1 Règles de sécurité générales		
▶ B1.2 Spécificités de la vidéo sous marine		
▶ B1.3 Connaissance des problèmes liés au temps et profondeur		
▶ B1.4 Spécificités « vidéo » de la sécurité		
▶		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/la-securite/>



C. Le scénario		Remarques
C1 : Niveau 1		
▶ C1.1 Cohérence globale de l'histoire		
C2 : Niveau 2		
▶ C2.2 Cohérence entre les plans		
▶ C2.3 Cohérence de l'espace / temps		
C3 : Niveau 3		
▶ C3.1 Originalité du scénario		
▶ C3.2 Préparation initiale (storyboard...)		
▶ C3.3 Anticipation des problèmes (alternatives) <i>(ex. scénario sur le mola-mola et aucun mola pendant le sépur ...)</i>		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/le-scenario/>



D. Le Matériel		Remarques
D1 : Niveau 1		
▶ D1.1 Transport		
▶ D1.2 Préparation		
▶ D1.3 Utilisation		
▶ D1.4 Entretien		
▶ D1.5 Mise à l'eau		
▶ D1.6 Contrôle de l'étanchéité		
D2 : Niveau 2		
▶ D2.1 Choisir le matériel adapté à ses contraintes		
▶ D2.2 Réglages Automatique / Manuel		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/materiel/>



E. La lumière		Remarques
E1 : Niveau 1		
▶ E1.1 Adapter son éclairage en fonction des prises de vue		
E2 : Niveau 2		
▶ E2.1 Connaissance des différents types d'éclairages		
E3 : Niveau 3		
▶ E3.1 Lumière naturelle, artificielle, mixte		
▶ E3.2 Puissances différentes		
▶ E3.3 Utilisation des filtres		
▶		
▶		
▶		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/la-lumiere/>



F. La prise de vue		Remarques
F1 : Niveau 1		
▶ F1.1 Stabilité de la prise de vue (pas du plongeur ...)		
▶ F1.2 Cadrage		
▶ F1.3 Échelle des plans		
▶ F1.4 Angles de prises de vue		
▶ F1.5 Plans fixes		
▶ F1.6 Filmer un Plongeur / la Faune / la Flore		
▶ F1.7 Plongée et contre plongée		
F2 : Niveau 2		
▶ F2.1 Travellings		
▶ F2.2 Zoom		
▶ F2.3 Panoramiques		
F3 : Niveau 3		
▶ F3.1 Composition d'image		
▶ F3.2 Entrées et sorties de champ		
▶ F3.3 Proximité / Macro		
▶		
▶		



G. Le son		Remarques
G1 : Niveau 1		
▶ G1.1 Choix de la bande son		
G2 : Niveau 2		
▶ G2.1 Gestion des transitions de la bande son		
G3 : Niveau 3		
▶ G3.1 Choix des bruitages		
▶ G3.2 Nettoyage de la bande son (souffle, bruit de fond)		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/le-son/>



H. Le montage		Remarques
H1 : Niveau 1		
▶ H1.1 Démonstration et exemples à partir des plans des stagiaires		
H2 : Niveau 2		
▶ H2.1 Capture (N2)		
▶ H2.2 Dérushage (N2)		
▶ H2.3 Édition (N2)		
▶ H2.4 Transitions (N2)		
▶ H2.5 Sonorisation avec ou sans commentaire (N2)		
▶ H2.6 Exportation		
H3 : Niveau 3		
▶ H3.1 Scénario (N3)		
▶ H3.2 Montage élaboré (N3)		
▶ H3.3 Correction d'images (N3)		
▶ H3.4 Sonorisation avec commentaires (N3)		

Auto-formation et ressources en ligne <https://videosub.fr/le-montage/>

Documents officiels de la FFESSM :

- [Fiche officielle d'évaluation vidéaste niveau 1](#)
- [Fiche officielle d'évaluation vidéaste niveau 2](#)
- [Fiche officielle d'évaluation vidéaste niveau 3](#)