

Méthodologie pour réaliser sa vidéo

Table des matières

I. Enregistrer une vidéo simple	3
A. Se filmer avec un smartphone	3
B. Se filmer avec un ordinateur	5
II. Enregistrer une vidéo en montrant son écran	6
III. Le pitch	9
A. Préparation du pitch, TIPS éloquence, dynamisme, ton, clarté du message.....	9
B. Optimiser son image (tenue, gestuelle, regard, sourire, lumière)	9
IV. Essentiel	10

I. Enregistrer une vidéo simple

Contexte

Dans le cadre de votre formation, vous devrez déposer une vidéo afin qu'elle puisse être revue par un formateur. Nous allons vous expliquer comment vous pouvez vous enregistrer simplement. Nous aborderons dans deux parties différentes les deux cas de figures suivant :

- Enregistrer une vidéo qui ne nécessite pas de montrer son écran
- Enregistrer une vidéo et son écran en même temps

Ensuite, nous vous donnerons quelques conseils pour bien préparer votre pitch vidéo.

Si vous ne devez pas montrer votre écran, l'enregistrement d'une vidéo peut se faire simplement avec votre téléphone ou votre ordinateur s'il est équipé d'une webcam et d'un micro.

A. Se filmer avec un smartphone

Méthode

Pour filmer avec votre téléphone, vous aurez besoin d'un appareil compatible avec la vidéo, comme un smartphone moderne. Ouvrez l'application de caméra de votre téléphone et sélectionnez le mode vidéo. Assurez-vous que la caméra soit orientée vers vous et que vous soyez bien cadré dans le champ de vision.

Il est également important d'avoir une bonne source de lumière pour garantir une qualité d'image acceptable. Si vous êtes dans un environnement peu lumineux, allumez la lumière dans la pièce. Une fois que vous êtes prêt, appuyez sur le bouton d'enregistrement, montrez votre carte d'identité, puis commencez à parler.

N'oubliez pas de vous tenir droit et de parler clairement pour une meilleure qualité audio.

Conseil

Pour caler votre smartphone et libérez vos mains, vous pouvez acheter un support pour smartphone qui peut être posé sur une surface stable. Cela vous permettra de maintenir votre téléphone en place pendant que vous filmez.

Sinon, vous pouvez utiliser un livre ou un autre objet stable pour soutenir votre téléphone pendant que vous filmez. Assurez-vous simplement que l'objet soit assez haut pour que la caméra soit à hauteur de visage.

Il existe également des supports de table spécialement conçus pour maintenir votre téléphone en place pendant que vous filmez.



Méthode Passer la vidéo de son téléphone à son ordinateur

Il existe plusieurs façons de passer une vidéo de votre téléphone à votre ordinateur, voici deux méthodes courantes :

Transfert de fichiers via un câble USB : connectez votre téléphone à votre ordinateur avec un câble USB, puis accédez à la mémoire interne ou à la carte mémoire de votre téléphone. Sélectionnez la vidéo que vous souhaitez transférer et copiez-la sur votre ordinateur en la collant dans un dossier spécifique.

Transfert de fichiers via le cloud : utilisez un service de stockage en nuage, tel que Google Drive ou Dropbox, pour télécharger la vidéo sur le cloud, puis accédez à la vidéo depuis votre ordinateur et la téléchargez sur votre disque dur.

B. Se filmer avec un ordinateur**Méthode** Se filmer sous Windows

Pour vous filmer directement avec votre ordinateur sous windows, vous pouvez cliquer sur le menu “Démarrer” en bas à gauche de votre écran, puis sélectionner l’application “Caméra”.

Dans le menu à droite, sélectionnez le mode “Vidéo” puis cliquez sur l’icône de vidéo pour enregistrer.



Ces deux boutons vont alors apparaître :



Le premier vous permet de mettre votre vidéo en pause, et le second de la terminer.

Lorsque vous aurez terminé, vous retrouverez ensuite la vidéo dans votre dossier “Images > Pellicules”.

Plus d’informations sur le site de Windows : Utilisation de l’application Caméra¹.

Méthode

Pour vous filmer directement avec votre ordinateur sous MacOS, vous pouvez utiliser l’application “Photo Booth”. Plus d’informations sur le site d’Apple : Prendre une photo ou enregistrer une vidéo dans Photo Booth sur Mac².

Complément

Lorsque vous avez terminé, visionnez la vidéo pour vous assurer que vous êtes identifiable, que l’on comprend tout ce que vous dites, et que la vidéo est complète.

1 <https://support.microsoft.com/fr-fr/windows/utilisation-de-l-application-cam%C3%A9ra-ea40b69f-be6a-840e-9c8c-1fd6eea97c22>

2 <https://support.apple.com/fr-fr/guide/photo-booth/pbhlp3714a9d/mac>

II. Enregistrer une vidéo en montrant son écran

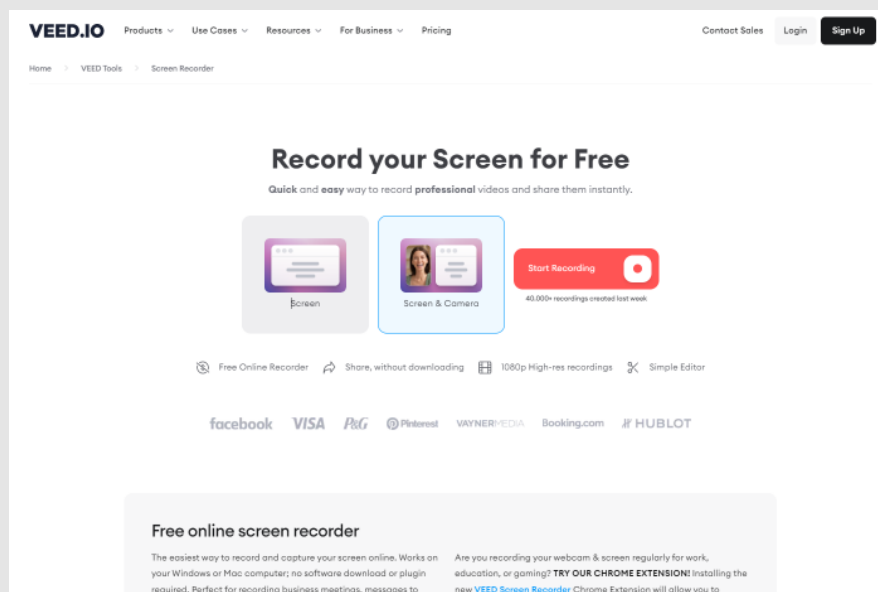
Si vous devez montrer votre écran, l'enregistrement d'une vidéo devra se faire sur votre ordinateur : il faudra alors vous équiper d'une webcam et d'un micro si ces équipements ne sont pas intégrés à votre ordinateur.

L'utilisation d'aucun programme n'est imposée pour votre rendu vidéo : la seule contrainte est que vous rendiez un fichier vidéo où l'on peut voir en simultané votre caméra et votre écran.

Si vous n'avez pas déjà de solution favorite, vous pouvez par exemple utiliser le site veed.io.

Méthode Filmer son écran avec Veed.io

Rendez-vous dans la partie screen recorder de veed.io.

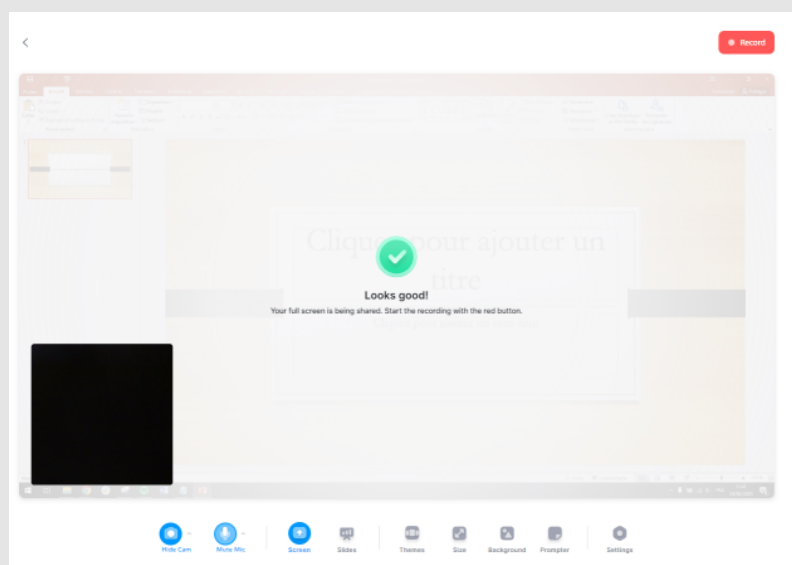


Sélectionnez l'option **“Screen & Camera”**, puis appuyez sur **“Start Recording”**.

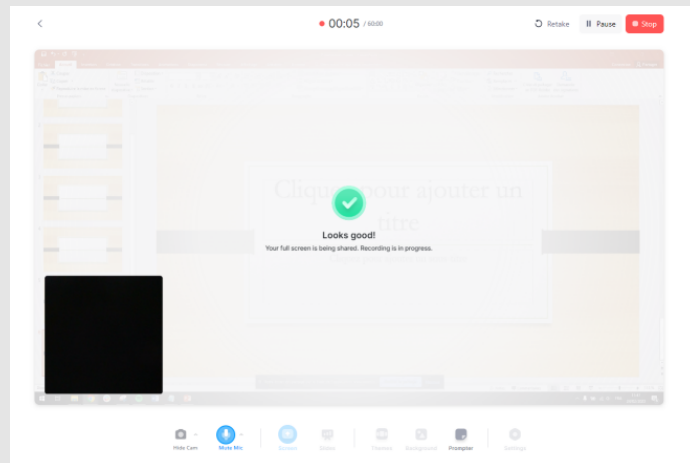
Choisissez ensuite la fenêtre ou l'écran que vous souhaitez montrer en même temps que votre caméra.

Pensez à bien cocher la case **“Partager l'audio”** si vous devez également partager le son de votre ordinateur.

Si la disposition vous plaît et que l'emplacement de votre caméra ne cache aucune information importante, appuyez sur le bouton **“Record”** en haut à droite pour commencer l'enregistrement.



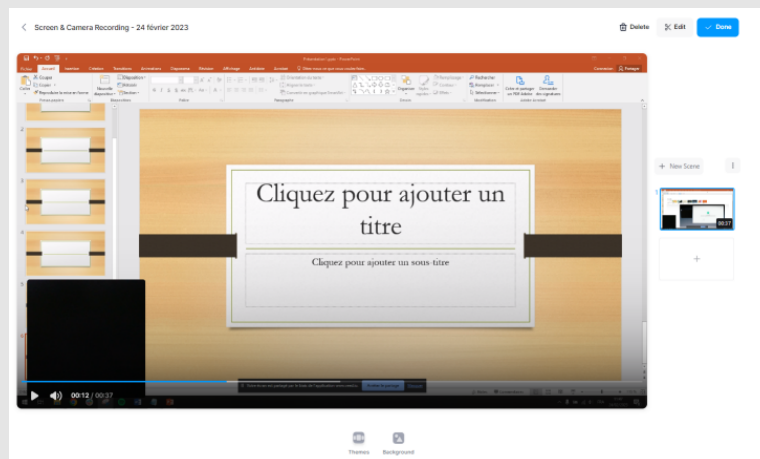
Votre enregistrement est ensuite lancé :



Vous pouvez le contrôler avec les 3 boutons du menu supérieur :

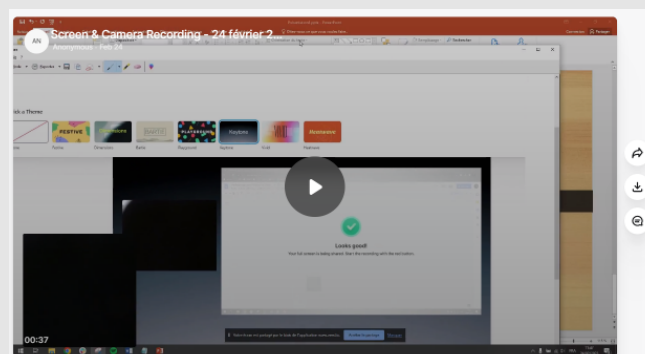
- **Retake** : recommence la prise actuelle sans l'enregistrer
- **Pause** : met en pause la prise actuelle
- **Stop** : termine la prise actuelle lorsque vous avez terminé

Lorsque vous terminez votre prise, vous accédez alors à la page d'édition de votre vidéo.

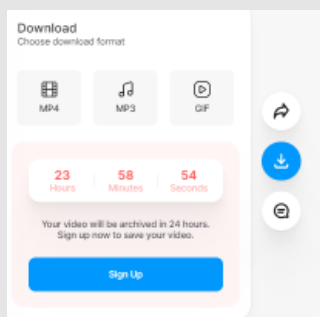


Si tout est bon pour vous, appuyez sur le bouton **“Done”** en haut à droite. Il existe des fonctions d'édition que vous pouvez explorer, mais elles ne sont pas nécessaires pour les projets de votre formation.

Enfin, Veed.io va préparer le rendu de votre vidéo, que vous pouvez télécharger en appuyant sur le bouton **“Download”** (deuxième icône à droite de la capture ci-dessous), une fois le traitement terminé.

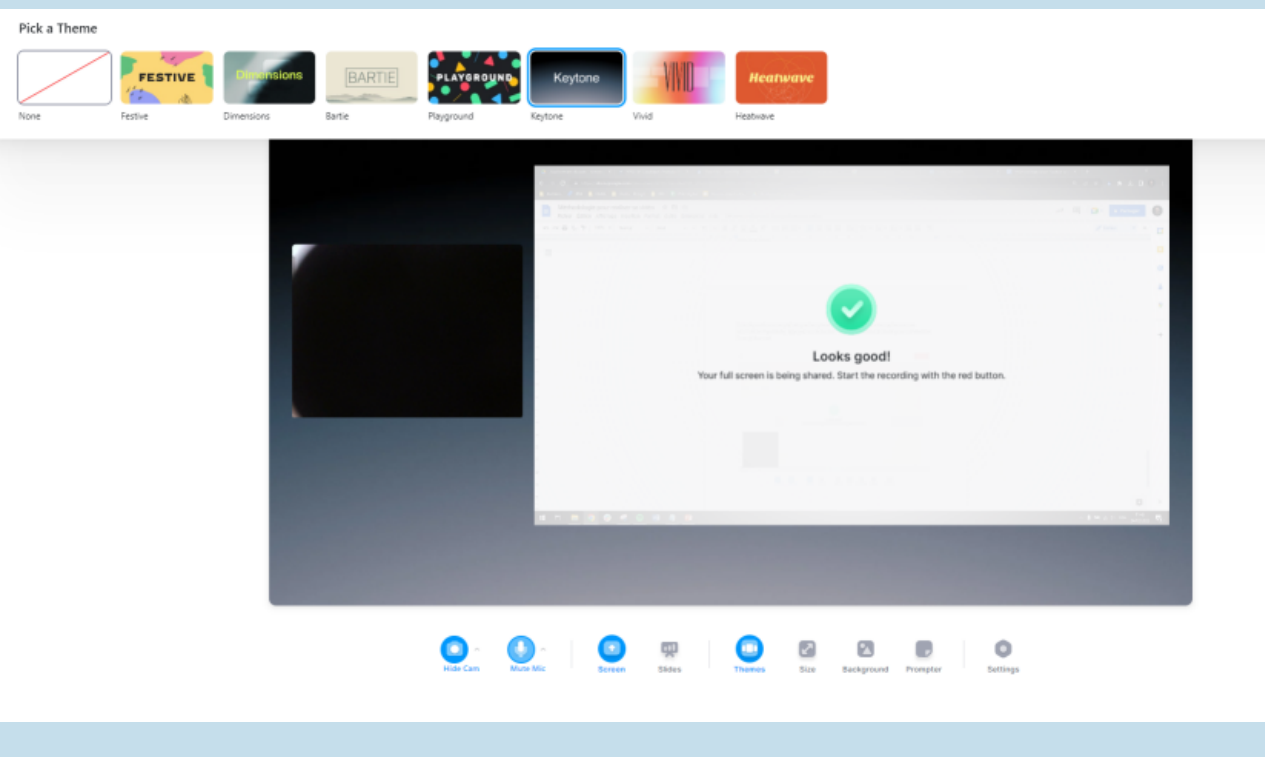


Vous choisirez alors le format “MP4” pour télécharger la vidéo sur votre ordinateur.



Remarque

Si votre caméra bloque la vue de certaines informations, rendez-vous dans l’onglet “Theme” en bas, puis sélectionnez un thème neutre tel que “Keytone”, “Vivid” ou “Bartie”, puis fermez le menu en appuyant à nouveau sur le bouton “Theme”.



Complément

Si vous êtes à l’aise avec les logiciels d’édition vidéo et avez besoin de plus d’options, vous pouvez par exemple utiliser le logiciel gratuit OBS Studio¹.

Conseil

Avant d’enregistrer votre soutenance en entier, enregistrez-vous seulement sur les 15 à 30 premières secondes pour vous assurer que tout fonctionne correctement techniquement.

¹ <https://obsproject.com/fr/download>

III. Le pitch

A. Préparation du pitch, TIPS éloquence, dynamisme, ton, clarté du message

Afin d'avoir la vidéo de soutien la plus agréable possible, il est important de bien préparer votre pitch aussi bien sur le fond que sur la forme. Pour être sûr de ne rien oublier, il est important de bien le travailler en amont du tournage. L'étape numéro une consiste à lister les étapes importantes de votre présentation.

En général, la vidéo d'une soutenance se fait sur un temps donné, par exemple 20 minutes. Il sera alors important de bien découper ce temps pour présenter les différentes choses que l'on attend de vous. Vous pouvez commencer par une introduction de quelques minutes qui vous permet de vous présenter et d'expliquer les tenants et aboutissants de votre soutenance. Vous devez ensuite présenter votre projet suivant les consignes qui vous ont été communiquées, puis conclure. Vous devez laisser du temps pour répondre aux différentes questions qui vous seront également posées. Ce découpage n'est qu'un exemple mais il permet de répondre rapidement et simplement à tous les attendus d'un jury. À vous de l'adapter suivant vos envies et les contraintes de votre formation.

Fondamental

Pensez bien à montrer votre carte d'identité en début de vidéo !

Quand vous avez votre découpage en tête et les éléments que vous devez présenter (images, textes, vidéos, etc.), il vous faudra également préparer votre présentation orale. Vous pouvez être tenté de vous filmer immédiatement : cela n'est pas recommandé. L'entraînement est important ! Prenez le temps de tester votre discours sans caméra afin de voir le temps que cela vous prend, mais également pour identifier les éventuelles difficultés que vous pourriez rencontrer à l'oral, ou les informations que vous auriez oubliées. L'entraînement permet de combler tous ces écueils.

Complément

Lorsque l'on n'a pas l'habitude de ce genre d'exercice, il est récurrent d'avoir des tics de langage et de parler beaucoup trop vite. Une soutenance, ce n'est pas une course. Comme tout discours ou tout exercice oral, il est important de bien respirer. Vous avez l'avantage, avec la vidéo, de pouvoir recommencer en cas de soucis, alors profitez-en ! Prenez le temps de respirer entre vos phrases, mais prenez également le temps dans votre discours global. Vous devez parler plus lentement que lors d'une discussion orale : ici vous exposez un propos, il faut qu'il soit compréhensible. Attention, parler lentement ne veut pas dire parler sans dynamisme, on reste sur un exposé. Il est important d'être dynamique, aussi bien dans la posture que dans la parole, il ne faut pas endormir le jury.

B. Optimiser son image (tenue, gestuelle, regard, sourire, lumière)

En plus de la préparation du tournage et de la préparation de votre discours, il sera également important de vous préparer, vous et votre mise en scène lumineuse. Afin d'avoir une vidéo de soutien qualitative, il vous faudra travailler la forme. Faites le choix d'un fond uni et d'une seule source de lumière. Cette dernière ne doit pas être face à vous mais de côté pour créer du contraste. Vous pouvez également avoir une source de lumière plus légère derrière vous pour créer plus de contrastes et permettre de bien vous voir à l'image.

Conseil

Concernant votre personne, évitez les gestes parasites ou de trop parler avec les mains, cela risque d'attirer trop le regard ce qui peut être négatif. Bien que cela soit complexe parfois, vous devez essayer de donner le change au jury en souriant, essayer de cacher votre stress. Le sourire passe également par le regard, il est important de bien regarder votre objectif pour faire des regards jury et d'essayer de lire le moins possible vos notes.

Enfin, dernier point important, pensez à votre tenue vestimentaire. Bien que la soutenance soit importante, ce n'est pas non plus un gala, le costume n'est pas obligatoire, la robe de soirée non plus. À l'inverse, on évite la tenue trop décontractée. Soyez professionnel, il faut faire comprendre aux jurés qu'ils ont affaire à un(e) professionnel(le) aussi bien dans les propos que dans le rendu visuel.

IV. Essentiel

Voilà qui conclut ce chapitre sur la préparation de vos livrables vidéos pour des soutenances. Comme vous avez pu le voir, une vidéo ne consiste pas qu'à filmer, il est aussi important de prévoir son enregistrement en amont, son message/pitch mais aussi son environnement.

Cette méthodologie propose quelques solutions qui vous permettront de produire un fichier vidéo à déposer sur la plateforme. Vous trouverez les spécificités de chaque évaluation dans vos guides des épreuves et dans les espaces dédiés.