

🎬 MODULE 11 : LE LANGAGE CINÉMATOGRAPHIQUE (LA GRAMMAIRE)

1. 🖐️ INTRODUCTION : Vous parlez une nouvelle langue

Imaginez que les **plans** sont des mots, et que le **montage** est la grammaire. 🧠

Si vous mettez des mots dans le désordre, personne ne comprend votre phrase. En vidéo, c'est pareil : si vous enchaînez les plans n'importe comment, le spectateur est perdu.

Dans le Module 1, nous avons vu comment *composer* une image fixe. Ici, nous allons apprendre comment les images *dialoguent* entre elles.

2. 📐 LES ANGLES DE VUE : Le pouvoir psychologique

La hauteur de votre caméra change le sens de l'histoire. Ce n'est pas juste esthétique, c'est psychologique.

A. ⬇️ La Plongée (High Angle)

- **C'est quoi ?** La caméra est placée plus haut que les yeux du sujet, et regarde vers le bas.
- **Le sens :** Le sujet paraît plus petit, écrasé. Il semble vulnérable, dominé ou en danger. 😬

B. ⬆️ La Contre-Plongée (Low Angle)

- **C'est quoi ?** La caméra est placée plus bas que les yeux, et regarde vers le haut.



- **Le sens :** Le sujet paraît immense. Il inspire la puissance, la domination, l'héroïsme (ou la menace). 💪

C. 👁 Le Niveau des Yeux (Eye Level)

- **C'est quoi ?** La caméra est exactement à la hauteur du regard.
- **Le sens :** La neutralité. C'est un rapport d'égal à égal. C'est le style le plus utilisé en documentaire ou en interview. 🤝

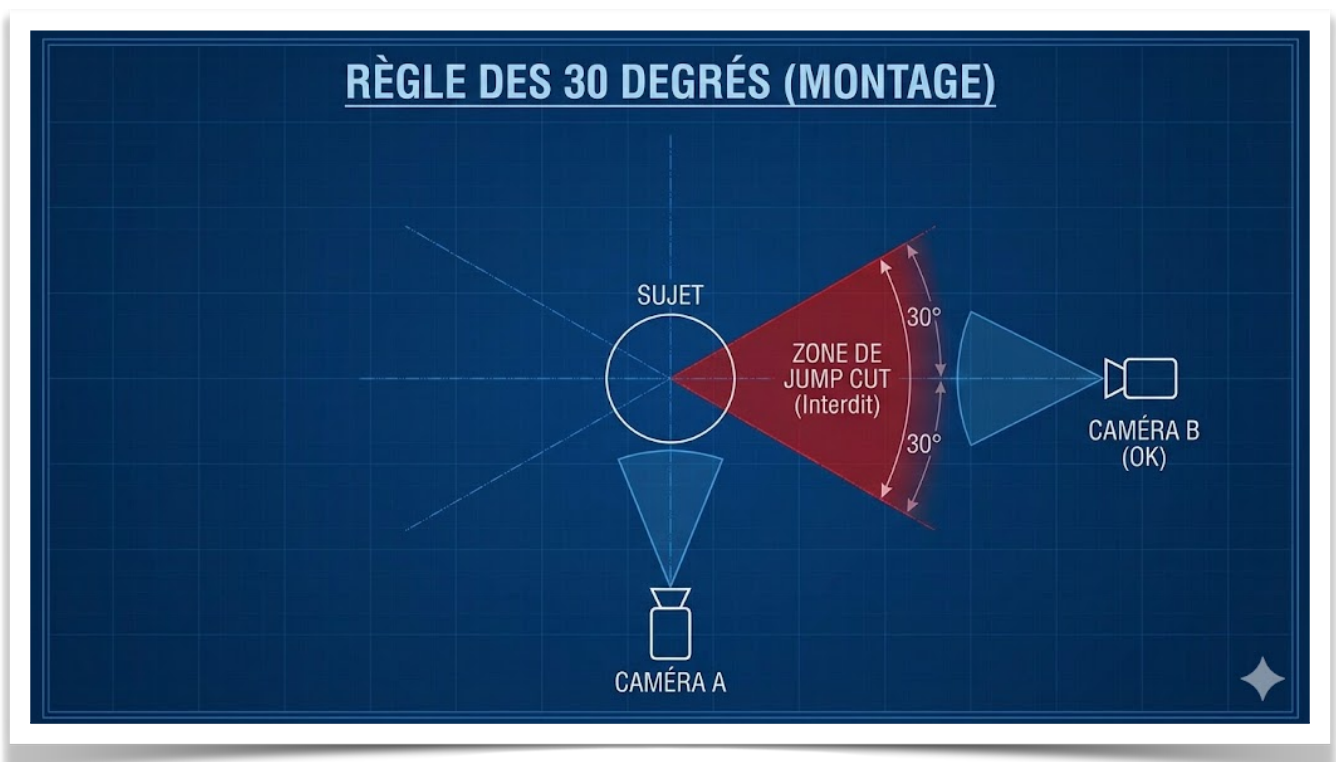
3. 🚫 LA RÈGLE DES 30° (ÉVITER LE "JUMP CUT")

Note : Ne pas confondre avec la Règle des 180° (Axe d'action) vue dans le Module 1, ni avec la Règle des 180° (Shutter) du Module 3.

La Règle des 30° est vitale pour le montage.

Le Problème : Si vous coupez d'un plan A à un plan B, mais que votre caméra a très peu bougé (moins de 30 degrés), l'image va "sauter". Le spectateur aura l'impression qu'il y a eu un bug technique ou une erreur de montage. C'est ce qu'on appelle un **Jump Cut** (saut d'image). 🐸

La Solution : Si vous changez de plan, changez-le franchement !



1. **Changez d'angle :** Déplacez la caméra d'au moins 30° autour du sujet.
2. **Changez d'échelle :** Passez d'un Plan Large à un Gros Plan (sans forcément changer d'angle).

En résumé : Si la différence entre deux plans est trop subtile, c'est une erreur. Si elle est marquée, c'est un choix. ✅

4. ✂️ LES RACCORDS (La fluidité)

Pour qu'une coupure soit invisible, elle doit être logique.

A. 👁️ Le Raccord de Regard (Eyeline Match) C'est la géométrie des yeux. Si dans le plan 1, l'acteur regarde vers la **Droite** (hors champ), alors dans le plan 2, la personne qu'il regarde doit obligatoirement regarder vers la **Gauche**. S'ils regardent tous les deux vers la droite, ils ne se parlent pas !

B. 🏃 Le Raccord de Mouvement (Match on Action) C'est le secret des montages dynamiques.

- *Plan 1 (Large)* : L'acteur commence à ouvrir une porte.
- *CUT*
- *Plan 2 (Serré)* : La main finit d'ouvrir la porte. On coupe **pendant** l'action. Le mouvement masque la coupure.

5. 📷 LES MOUVEMENTS DE CAMÉRA

Une caméra ne bouge pas "pour faire joli". Chaque mouvement a un sens.

- **Le Panoramique (Pan)** 🔄 : La caméra tourne sur son axe (gauche/droite). *Sens : On suit un regard ou on découvre le décor.*
- **Le Travelling (Tracking)** 🚂 : La caméra se déplace physiquement. *Sens : On accompagne le personnage, on vit l'action avec lui.*
- **Le Zoom** 🔍 : On se rapproche optiquement sans bouger. *Sens : On focalise l'attention de manière artificielle (effet voyeur ou dramatique).*

6. 💡 LE CONSEIL DE PATRICK

"Ne bougez pas pour rien !

Avec les stabilisateurs modernes (Gimbal), les débutants ont tendance à tout filmer en bougeant, tout le temps. C'est fatigant et ça donne le mal de mer. 🤢

Un plan fixe sur trépied est souvent bien plus puissant. Il impose un cadre, une composition. Demandez-vous toujours : **Pourquoi je bouge ?**

- Pour suivre un personnage ? OK. 👍
- Pour révéler une info cachée ? OK. 👍
- Parce que je m'ennuie ? **Restez fixe.** 🛑

7. 📖 LE PETIT LEXIQUE DU MODULE 11

- **Jump Cut** : Coupe brutale entre deux plans trop similaires. À éviter (sauf effet de style clip/YouTuber).
- **Champ / Contre-champ** : Alternance de plans entre deux personnes qui se parlent (respectant la règle des 180° du Module 1).
- **Plan de coupe (B-Roll)** : Un plan supplémentaire (mains, décor) qui sert à masquer une coupe dans l'interview.
- **Amorce (Over the Shoulder)** : Quand on voit l'épaule de la personne de dos au premier plan.