

Créer des vidéos percutantes avec CapCut

Màj le 19/06/2026

Public	Tout public souhaitant apprendre à monter rapidement des vidéos courtes, dynamiques et prêtes à publier avec CapCut, dans un cadre professionnel, associatif, entrepreneurial ou personnel. - Communication - Marketing - RH / marque employeur - Créateurs de contenu - Indépendants / entrepreneurs - Community managers - Managers - Commerciaux - Chefs de projets - Toute personne amenée à créer des vidéos pour LinkedIn, Instagram, TikTok, YouTube Shorts, site web ou intranet
Prérequis	Aucun prérequis avancé en montage vidéo. Une aisance de base avec un smartphone ou un ordinateur est recommandée. Venir avec son smartphone, tablette ou ordinateur personnel équipé de CapCut installé et fonctionnel. Disposer, si possible, d'un compte CapCut actif et de quelques vidéos ou photos à utiliser en exercice.
DISPOSITIONS PRATIQUES	Formation en présentiel dans les locaux du studio. Un poste formateur et un écran de démonstration sont utilisés pour les démonstrations collectives. Les participants doivent venir avec leur propre appareil pour les manipulations individuelles. Rushs vidéo, fichiers audio, éléments graphiques, modèles de checklists et supports pédagogiques fournis. Possibilité de travailler sur ses propres contenus ou sur un cas pratique fourni.
Modalités et délai d'accès	Accès sous 48h après validation de l'inscription. Convocation envoyée par email avec informations pratiques.
Présentation générale (Problématique, intérêt)	CapCut permet de monter rapidement des vidéos adaptées aux réseaux sociaux, mais un montage efficace demande une méthode : choisir les bons plans, rythmer la vidéo, ajouter des titres lisibles, gérer le son, créer des sous-titres et exporter au bon format. Cette formation apporte une approche pratique pour créer des vidéos courtes, propres et percutantes, sans entrer dans un logiciel de montage complexe. Le participant apprend à construire un montage simple, ajouter un habillage visuel, adapter le format et exporter une vidéo prête à publier.
Objectifs pédagogiques	À l'issue de la formation, le participant saura : - Créer et organiser un projet dans CapCut - Importer vidéos, photos, musiques et éléments graphiques - Réaliser un montage simple et dynamique - Couper, déplacer, ajuster et rythmer les plans - Ajouter titres, textes, transitions et éléments visuels - Nettoyer et équilibrer simplement le son

	- Générer et corriger des sous-titres automatiques - Adapter une vidéo aux formats verticaux, carrés ou horizontaux - Exporter un fichier prêt à publier
Contenu de la formation / Programme	Module 1 - Découvrir CapCut et son workflow vidéo (15 min) - Comprendre les usages de CapCut : réseaux sociaux, contenus courts, vidéos internes - Identifier les étapes : import, montage, habillage, sous-titres, export - Différencier version mobile, desktop et usages possibles - Repérer les erreurs fréquentes d'un montage trop chargé ou mal rythmé Module 2 - Créer un projet et préparer ses médias (30 min) - Créer un projet dans CapCut - Importer vidéos, photos, sons et éléments graphiques - Organiser les médias utiles au montage - Choisir le bon format de départ : vertical, carré ou horizontal - Préparer une timeline claire et exploitable Module 3 - Monter une vidéo dynamique (50 min) - Couper et assembler les plans - Supprimer les silences, hésitations et longueurs - Rythmer une vidéo courte avec des coupes propres - Ajouter des plans d'illustration ou images de coupe - Ajuster durée, vitesse et ordre des séquences - Créer une première version montée Module 4 - Ajouter un habillage visuel simple (35 min) - Ajouter titres, textes et noms d'intervenants - Utiliser transitions et effets avec sobriété - Ajouter logo, couleur ou éléments de marque si nécessaire - Améliorer la lisibilité des textes à l'écran - Éviter les effets qui dégradent la qualité perçue Module 5 - Travailler le son et les sous-titres (40 min) - Régler le volume des voix, musiques et sons d'ambiance - Nettoyer ou améliorer simplement une piste audio - Ajouter une musique sans couvrir la voix - Générer des sous-titres automatiques - Corriger transcription, rythme et lisibilité des sous-titres Module 6 - Adapter les formats et exporter (35 min) - Recadrer une vidéo pour LinkedIn, Instagram, TikTok ou YouTube Shorts - Créer une version verticale, carrée ou horizontale - Vérifier son, image, sous-titres et textes avant export - Choisir les bons réglages d'export - Nommer et organiser les fichiers finaux Module 7 - Mise en pratique complète (25 min) - Créer une vidéo courte à partir de rushs fournis ou personnels - Ajouter montage, habillage, son et sous-titres - Exporter une version prête à publier - Retours personnalisés du formateur Module 8 - Évaluation & conclusion (10 min) - Débrief collectif - QCM de validation des acquis - Remise de l'attestation de formation

Modalités pédagogiques	Démonstrations en studio Exercices pratiques Mise en situation sur rushes fournis Manipulation guidée de CapCut Checklists montage, sous-titres, export QCM final
Encadrement de la formation / Intervenant	Jourdren Alexandre — Gérant & Producteur vidéo Studio Le 264 — spécialiste en communication B2B depuis 15 ans
Durée	4 heures
Dates	Voir convocation
Lieu	Le 264 – Studio Vidéo 5 rue Kepler, 75116 Paris
Coût par participant	490 € HT soit 588€ TTC / participant (ou forfait entreprise selon devis)
Accessibilité	Accessibilité Les locaux du studio Le 264 ne sont actuellement pas accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR). Toutefois, afin de garantir l'accessibilité de l'action de formation au plus grand nombre, des solutions alternatives peuvent être proposées : - organisation de la formation en distanciel (visioconférence) - possibilité de réaliser la formation dans un lieu accessible mis à disposition par l'entreprise. Adaptation des supports et modalités pédagogiques selon les besoins contact dédié pour étudier toute situation particulière Référent accessibilité : Jourdren Alexandre – ajourdren@ajdr-group.com 06 30 37 31 78
Responsable de l'action, Contact	AJDR GROUP / LE 264 5 rue Kepler — 75116 Paris Mail : formation@ajdr-group.com Responsable pédagogique : Jourdren Alexandre
Suivi de l'action / Évaluations / Enquête de satisfaction	Feuilles d'émargement Exercice pratique QCM final Attestation de fin de formation Une enquête de satisfaction à chaud complétée à la fin de la formation Une enquête de satisfaction à froid transmise trois mois après la formation
Pour aller plus loin	Accès illimité à des ressources pédagogiques régulièrement mises à jour