

## Maîtriser Adobe After Effects

Le 10/09/2026

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- Assurer la gestion de l'interface, des sources et de l'étape de rendu
- Maîtriser l'archivage des projets
- Réaliser des compositions, animations et animations de textes

### CONTENU

#### AVANT LA FORMATION

- Entretien téléphonique avec le formateur afin de personnaliser votre formation.
- Le programme de formation ci-dessous pourra donc être modifié gratuitement en fonction de vos attentes.

#### JOUR 1

Matin

##### **Aspects théoriques : l'environnement de travail et de projet**

- Configurer et faire le réglage des préférences
- Maîtriser l'espace de travail
- Assurer la gestion de projet

##### **Importer des médias**

- Importation de sources, de séquence d'images
- Utiliser des documents Photoshop et Illustrator
- L'interprétation des métrages, des couches Alpha et des sources vidéo

##### **Composer des calques**

- La création d'une composition
- Paramétrer une composition
- Recadrer, agrandir, allonger la durée d'une composition
- Ajouter et savoir manipuler les calques dans une composition
- Utiliser les repères, grilles et règles pour sur le panneau composition
- Utiliser l'accrochage, le panneau montage, la prévisualisation et la précomposition

#### Après-midi

##### **La création d'animation**

- La création d'images clés et de trajectoires de position
- Le contrôle de vitesse
- Le contrôle de l'intercalation entre images clés
- Utiliser les liens parents et les assistants d'images clés
- Savoir utiliser l'outil marionnette
- Réalisation d'exercice d'application

##### **Maîtriser les objets graphiques essentiels**

CONTACTEZ  
NOUS

**Du Lundi au Vendredi**

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : [serviceclient@formasuite.fr](mailto:serviceclient@formasuite.fr)

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

**FORMASUITE**

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382



- Modifier les templates existants
- Créer ses propres templates
- Ajouter un effet ou une image à un objet graphique
- Assurer la gestion des points clés
- Responsive Design

**Maîtriser l'ajout de pistes audio**

- Ajout et contrôle du son
- Paramétrer une animation automatique

**JOUR 2**

Matin

**La gestion de la vitesse de lecture**

- Extension et remappage temporel
- Faire varier la vitesse sur une vidéo
- Réaliser la boucle d'un média ou d'une précomposition

**La reproduction du "flou de mouvement"**

- Mouvement des calques et compositions imbriquées
- Effets
- Amplifier ce flou au sein d'une vidéo

**La découpe des calques**

- La découpe avec cache par approche ou avec modèle et silhouette
- La création de masques vectoriels
- Images en surimpression et effets de découpe

**Après-midi**

Les effets sur After Effects

- Appliquer et animer un ou des effets à un ou plusieurs calques
- Les modes de fusion et styles de calque
- Modifier la colorimétrie
- Savoir déformer à l'aide des effets
- Assurer la gestion des commandes des courbes de couleur Lumetri
- La fonction des calques de contrôle

**Bridge dans After Effects**

- L'installation et le démarrage d'Adobe Bridge
- Présentation et gestion des animations

**La fonction "calques de forme" dans After Effects**

- Les outils de traçage du calque de forme
- La réalisation du calque de forme et d'opérations sur les tracés

**JOUR 3**

Matin

**La 3D sur After Effects**

- Phase préliminaire : adapter son espace de travail à la 3D
- L'intégration de la 3D et calques 3D
- Caméras, lumières, lancers de rayon
- L'usage de la précomposition 3D (réduction des transformations)
- Cinéma 4D
- Les effets 3D, effets Couches 3D et les options d'effets

**CONTACTEZ  
NOUS**

**Du Lundi au Vendredi**

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : [serviceclient@formasuite.fr](mailto:serviceclient@formasuite.fr)

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

**FORMASUITE**

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

**Les calques de texte dans After Effects**

- La mise en forme du texte
- Animer le texte et gérer les propriétés animables
- Animer le texte en 3D
- Faire trembler le texte

**La réalité virtuelle dans After Effects**

- Créer un environnement de réalité virtuelle
- L'extraction de Cubemap

**La création d'effets visuels de type Keying, Rotoscoping et Tracking**

- Utiliser le fond vert ou bleu pour une incrustation
- Se familiariser avec l'outil Roto-pinceau
- Se familiariser avec l'outil Améliorer le contour
- Se familiariser avec l'outil Stabiliser l'image
- Les différentes améliorations
- Suivi de cible et suivi par 4 points
- Utiliser la peinture, utiliser mocha
- Faire un tracking 3D

**Après-midi****Les expressions sur after effects**

- Rajouter du code au sein d'une expression
- Rajouter une expression au sein d'une propriété
- Convertir des espaces géométriques grâce aux expressions
- Relier deux propriétés
- Maîtriser les méthodes de modification des propriétés
- Générer des valeurs aléatoires
- Modifier les variations et les coordonnées
- Faire des arrondis sur des valeurs
- Utiliser des expressions pour des calques de texte
- Utiliser des conditions

**L'utilisation de scripts dans After Effects**

- Définir son moteur (Javascript ou ExtendScript)
- Créer ou ajouter de nouveaux scripts
- Bénéficier des scripts fournis avec le logiciel

**Maîtriser le rendu et l'export**

- Calcul d'une composition dans Media Encoder
- Gestion de la file d'attente et des paramètres de rendu d'After Effects
- Gestion et utilisation des modules de sortie
- Utilisation du format en pixels carrés pour un rendu en pixels rectangulaires (DV)
- L'optimisation et l'archivage des projets
- Création de dossiers de contrôle

**FIN DE LA FORMATION**

- Débrief de la formation avec le formateur pour consolider vos connaissances.

**PREREQUIS**

Maîtriser l'environnement Windows

**CONTACTEZ  
NOUS**

**Du Lundi au Vendredi**

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : [serviceclient@formasuite.fr](mailto:serviceclient@formasuite.fr)

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

**FORMASUITE**

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

- Formation individuelle ou collective (garantie à partir du premier inscrit)
- Formation assurée au sein de vos locaux ou dans une salle de formation dans la ville de votre choix
- Dates de votre choix sans surcoût
- Entretien téléphonique préalable avec notre formateur afin de personnaliser votre formation
- Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation
- Horaires : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
- Nombre de participants : de 1 à 20 participants (au delà nous consulter)
- **Formation accessible à toutes personnes porteuses de handicap. Locaux adaptés.**

**DUREE**

21 heures

**PEDAGOGIE**

Montée en compétence assurée par l'association d'un contenu théorique et pratique. Etude de cas concrets en rapport avec votre quotidien professionnel.

***Suivi de l'exécution :***

- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

***Appréciation des résultats :***

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

**Moyens et supports pédagogiques :**

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Remise d'un support pédagogique
- Echanges interactifs
- Intervention d'un formateur expert dans son domaine

**Modalités d'évaluation et de suivi :**

- Grille d'évaluation (test de positionnement)
- Entretien téléphonique avec le formateur avant la formation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape



**CONTACTEZ  
NOUS**

**Du Lundi au Vendredi**

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : [serviceclient@formasuite.fr](mailto:serviceclient@formasuite.fr)

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

**FORMASUITE**

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

- Echange avec le formateur par visioconférence (webinar), téléphone et mail
- Exercices corrigés, études de cas réels, mise en application concrète et utile
- Évaluation pour valider vos acquis en fin de formation

Profil du formateur :

- Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation.
- Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.
- Formateur référent : M.Lacave Téléphone : 05 31 60 07 07

Une attestation de formation sera délivrée au stagiaire.



**CONTACTEZ  
NOUS**

**Du Lundi au Vendredi**  
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00  
Par téléphone au **05 31 60 07 07**  
Par email : [serviceclient@formasuite.fr](mailto:serviceclient@formasuite.fr)  
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

**FORMASUITE**  
12 rue Courbet 82000 Montauban  
SIRET : 842 016 594 00017  
N° de déclaration d'activité :  
76820087382