

SCHOOL FOR MATE

LIVRET PÉDAGOGIQUE

CapCut

CapCut · Module de spécialisation

Ce module de 21 heures permet aux apprenants de maîtriser CapCut, de la prise en main de l'interface jusqu'à la publication de vidéos professionnelles adaptées aux réseaux sociaux et aux usages de communication d'entreprise. Construit autour d'un fil rouge réaliste, il alterne vidéos courtes, cas pratiques et mises en situation pour produire des contenus immédiatement exploitables en contexte professionnel.

VOLUME HORAIRE	COURS	BLOCS
21 h	6	3

01 · PRÉSENTATION

La formation en bref

Intitulé	CapCut
Code	CapCut
Type	Module de spécialisation
Certificateur	Hors répertoire
Durée	21 h, 6 cours
Modalité	Formation à distance (e-learning), tutorat assuré par l'organisme de formation
Formats	SCORM 1.2 / 2004, xAPI, sources éditables
Mise à jour	Novembre 2026

Le métier et les compétences visées

Le montage vidéo est devenu une compétence attendue dans de nombreuses fonctions : communication, marketing digital, gestion de communauté, commerce, formation ou entrepreneuriat. Avec CapCut, logiciel de montage disponible sur ordinateur, mobile et navigateur, un professionnel peut concevoir, monter, habiller et exporter des vidéos courtes ou longues sans recourir à une chaîne de production lourde. La compétence visée consiste à transformer des rushes bruts en contenus cohérents, rythmés et accessibles : découpe et assemblage, gestion du son, titrage, sous-titrage, effets, correction colorimétrique, adaptation aux formats des plateformes et export maîtrisé. Elle intègre aussi le respect de la charte graphique, des droits d'auteur et du droit à l'image, ainsi que l'organisation méthodique d'un projet vidéo de la préparation à la diffusion.

Public visé

- Chargés de communication et assistants marketing souhaitant produire leurs vidéos en autonomie
- Community managers et créateurs de contenus pour les réseaux sociaux
- Entrepreneurs, artisans et commerçants désireux de valoriser leur activité en vidéo
- Formateurs et personnels d'organismes de formation produisant des supports vidéo
- Personnes en reconversion vers les métiers de la communication digitale

Prérequis

- Maîtriser les usages courants d'un ordinateur ou d'un smartphone (gestion de fichiers, navigation, installation d'une application)
- Disposer d'un ordinateur, d'une tablette ou d'un smartphone compatible avec CapCut et d'une connexion internet
- Aucune expérience préalable en montage vidéo n'est requise

Objectifs pédagogiques

À l'issue du parcours, l'apprenant est capable de :

- Configurer un projet CapCut adapté au format de diffusion visé (ratio, résolution, fréquence d'images)
- Organiser et importer des médias de manière structurée pour faciliter le montage
- Monter une séquence vidéo cohérente en maîtrisant la timeline, la découpe et le rythme
- Traiter la bande son : niveaux, musique, voix off, réduction du bruit et synchronisation
- Habiller une vidéo avec titres, sous-titres, transitions et éléments graphiques conformes à une charte
- Appliquer des effets avancés : images clés, masques, incrustation, détourage et gestion de la vitesse
- Corriger et harmoniser la colorimétrie d'un ensemble de plans
- Adapter un même contenu aux formats et contraintes des principales plateformes sociales
- Exporter une vidéo avec les réglages appropriés et l'archiver de façon réutilisable
- Vérifier la conformité d'une vidéo au regard des droits d'auteur, du droit à l'image et de l'accessibilité

02 · FIL ROUGE PÉDAGOGIQUE

Maison Calvelle

IM

Inès Moreau

Chargée de communication junior

Torréfaction artisanale de café et vente en boutique et en ligne

Maison Calvelle est une torréfaction artisanale installée à Nantes depuis huit ans. L'entreprise compte douze salariés, une boutique avec bar à dégustation et une boutique en ligne. Jusqu'ici, sa communication reposait sur des photos publiées irrégulièrement. Le gérant, Paul Calvelle, souhaite désormais développer la présence vidéo de la marque : coulisses de la torréfaction, portraits de producteurs, tutoriels d'extraction, annonces d'événements et vidéos pour les réseaux sociaux. Inès Moreau, récemment recrutée en alternance puis en CDI, est chargée de cette mission. Elle dispose d'un ordinateur portable, d'un smartphone récent, d'un micro-cravate et d'une charte graphique sommaire. Elle n'a jamais monté de vidéo de manière professionnelle. Tout au long du parcours, elle va construire une véritable ligne éditoriale vidéo, en produisant des contenus de plus en plus aboutis.

Chaque cours se termine par une mise en situation dans cette entreprise : l'apprenant accompagne Inès dans des situations professionnelles réalistes, de plus en plus complexes, jusqu'à la préparation des épreuves.

La progression

1. M1 : Inès découvre CapCut, organise les premiers rushes tournés dans l'atelier de torréfaction et réalise son premier montage de présentation de la marque.
2. M2 : Inès produit un portrait vidéo d'un producteur partenaire et un tutoriel d'extraction, en travaillant le son, l'habillage aux couleurs de Maison Calvelle et les effets visuels.
3. M3 : Inès décline une campagne de lancement d'un nouveau café en plusieurs formats sociaux, maîtrise l'export et met en place une méthode de production réutilisable pour l'équipe.

03 · ARCHITECTURE

Organisation du parcours

Le parcours est construit sur les compétences visées : chaque bloc regroupe les cours qui préparent à son évaluation.

N°	Bloc et cours	Durée
M1 · Prise en main de CapCut et fondamentaux du montage		**7 h**
1	Découvrir CapCut et préparer un projet vidéo	3 h
2	Monter une première séquence sur la timeline	4 h
M2 · Son, habillage et effets avancés		**8 h**
3	Traiter le son et habiller la vidéo	4 h
4	Maîtriser les effets visuels et la colorimétrie	4 h
M3 · Production pour les réseaux sociaux, export et méthode		**6 h**
5	Créer des contenus adaptés aux réseaux sociaux	3 h
6	Exporter, archiver et industrialiser sa production	3 h
Total du parcours		**21 h**

Répartition des modalités pédagogiques

Chaque sous-chapitre s'ouvre sur une vidéo de 3 à 5 minutes. La vidéo représente 30 % du volume horaire, complétée par du cours texte enrichi, des infographies, des études de cas, des mises en situation et des QCM.



- Vidéos : 6 h 30
- Cours texte et infographies : 6 h 30
- Études de cas et mises en situation : 5 h
- QCM et évaluations : 3 h

04 · PROGRAMME DÉTAILLÉ

Contenu des cours

M1 · 7 h

Prise en main de CapCut et fondamentaux du montage

Cours 1 · Découvrir CapCut et préparer un projet vidéo

3 h

OBJECTIFS

- Identifier les versions de CapCut (ordinateur, mobile, navigateur) et choisir la plus adaptée au besoin
- Créer et paramétrer un projet selon le format de diffusion
- Importer et organiser les médias de manière méthodique

ÉVALUATION FORMATIVE

QCM sur l'interface et les notions techniques, puis exercice pratique de création et d'organisation de projet vérifié par une grille de contrôle

CONTENUS

- Panorama de CapCut : versions disponibles, compte utilisateur et synchronisation
- Découverte de l'interface : médiathèque, lecteur, timeline, panneau de propriétés
- Notions clés de la vidéo : ratio, résolution, fréquence d'images, codecs
- Création et paramétrage d'un projet
- Import des rushes, photos et sons, organisation et nommage des fichiers
- Préparer un montage : brief, intention, conducteur simplifié

Fil rouge · Inès reçoit une carte mémoire contenant une quarantaine de rushes tournés dans l'atelier de torréfaction. Elle doit trier les fichiers, rédiger un conducteur de 60 secondes et créer le projet adapté à une diffusion sur le site de Maison Calvelle.

Cours 2 · Monter une première séquence sur la timeline

4 h

OBJECTIFS

- Assembler des plans sur la timeline en maîtrisant découpe, déplacement et superposition des pistes
- Construire un rythme de montage cohérent avec l'intention du message
- Ajouter des transitions simples et une musique de fond

ÉVALUATION FORMATIVE

Étude de cas : réalisation d'un montage court évalué avec une grille de critères (cohérence, rythme, propreté des coupes), complétée par un QCM

CONTENUS

- Manipulation de la timeline : pistes, zoom, magnétisme, sélection
- Découper, scinder, supprimer et réorganiser des plans
- Recadrer, redimensionner et repositionner une image dans le cadre
- Règles de base de la narration et du rythme en montage
- Transitions : choix, durée et usage raisonné
- Ajout d'une musique de fond et réglage simple du volume
- Prévisualisation, sauvegarde et gestion des versions de projet

Fil rouge · À partir de son conducteur, Inès monte la vidéo de présentation de Maison Calvelle. Paul Calvelle lui demande une version de 60 secondes, dynamique, qui montre le parcours du grain de café de la réception du sac à la tasse.

M2 · 8 h

Son, habillage et effets avancés

Cours 3 · Traiter le son et habiller la vidéo

4 h

OBJECTIFS

- Équilibrer voix, musique et ambiances pour une écoute confortable
- Créer des titres, sous-titres et éléments graphiques conformes à une charte
- Rendre une vidéo accessible grâce au sous-titrage

ÉVALUATION FORMATIVE

Exercice pratique de traitement sonore et d'habillage évalué par grille, accompagné d'un QCM sur les droits d'utilisation des musiques et l'accessibilité

CONTENUS

- Séparer l'audio de la vidéo, régler les niveaux et les fondus sonores
- Enregistrer et intégrer une voix off
- Réduction du bruit, égalisation et amélioration de la voix
- Musiques et effets sonores : bibliothèque intégrée et règles de droits d'utilisation
- Titres et textes : typographie, animations, cohérence avec une charte graphique
- Sous-titrage automatique, correction et mise en forme des sous-titres
- Intégrer un logo, un bandeau nom et une fin de vidéo

Fil rouge · Inès monte le portrait d'un producteur de café partenaire, interviewé au micro-cravate dans un environnement bruyant. Elle doit rendre la voix intelligible, ajouter les sous-titres, le bandeau nom et le logo de Maison Calvelle dans le respect de la charte.

Cours 4 · Maîtriser les effets visuels et la colorimétrie

4 h

OBJECTIFS

- Animer des éléments grâce aux images clés
- Utiliser masques, incrustations, détourage et modification de vitesse
- Corriger et harmoniser la colorimétrie d'une séquence

ÉVALUATION FORMATIVE

Mise en situation pratique : réalisation du tutoriel évaluée par grille de critères techniques et esthétiques, avec autoévaluation guidée

CONTENUS

- Images clés : animer position, échelle, rotation et opacité
- Modification de vitesse : ralenti, accéléré, courbes de vitesse
- Superposition, mode de fusion et incrustation sur fond vert
- Masques et détourage d'un sujet
- Filtres et effets : usage maîtrisé et cohérence visuelle
- Correction colorimétrique : balance des blancs, exposition, contraste, saturation
- Harmoniser des plans tournés dans des conditions de lumière différentes

Fil rouge · Inès réalise un tutoriel d'extraction du café au filtre. Elle doit ajouter des ralentis sur l'écoulement du café, incruster des étapes chiffrées animées et harmoniser des plans tournés en lumière naturelle et sous les néons de la boutique.

M3 · 6 h

Production pour les réseaux sociaux, export et méthode

Cours 5 · Créer des contenus adaptés aux réseaux sociaux

3 h

OBJECTIFS

- Adapter un contenu aux formats et usages des principales plateformes
- Concevoir des vidéos courtes accrocheuses et respectueuses du droit à l'image
- Utiliser et personnaliser des modèles pour gagner en productivité

ÉVALUATION FORMATIVE

Étude de cas : déclinaison d'un contenu en trois formats, évaluée par grille, et QCM sur le droit à l'image et les droits d'auteur

CONTENUS

- Formats verticaux, carrés et horizontaux : choix selon la plateforme
- Recadrage et redimensionnement d'un même projet en plusieurs formats
- Construire une accroche efficace dans les premières secondes
- Modèles CapCut : utilisation, personnalisation et limites
- Droit à l'image, droits d'auteur et mentions obligatoires
- Cohérence éditoriale d'une série de vidéos

Fil rouge · Maison Calvelle lance un nouveau café d'origine éthiopienne. Inès doit décliner une même campagne en une vidéo verticale de 15 secondes, une vidéo carrée et une version horizontale pour le site, en s'assurant que chaque client filmé en boutique a donné son accord.

Cours 6 · Exporter, archiver et industrialiser sa production

3 h

OBJECTIFS

- Choisir les paramètres d'export adaptés à chaque usage
- Contrôler la qualité finale d'une vidéo avant diffusion
- Mettre en place une méthode de production réutilisable

ÉVALUATION FORMATIVE

Projet de synthèse : production complète d'une vidéo de la préparation à l'export, accompagnée de la check-list qualité, évaluée par grille de critères

CONTENUS

- Paramètres d'export : résolution, fréquence d'images, débit, format de fichier
- Export audio seul, export d'images fixes et de sous-titres
- Check-list de contrôle qualité avant diffusion
- Archivage des projets et des médias, gestion de l'espace de stockage
- Création de gabarits internes : intro, outro, styles de texte réutilisables
- Organiser un flux de production vidéo régulier pour une petite équipe

Fil rouge · Paul Calvelle souhaite que d'autres salariés puissent produire des vidéos simples. Inès exporte les vidéos de la campagne, puis formalise une check-list qualité et un kit de gabarits CapCut aux couleurs de Maison Calvelle pour toute l'équipe.

05 · CONFORMITÉ AU RÉFÉRENTIEL

Couverture des compétences

Correspondance entre les compétences visées et les cours du parcours.

Compétence	Bloc	Cours
C1 : Configurer un projet adapté au format de diffusion	M1	1, 5
C2 : Importer et organiser les médias d'un projet	M1	1, 6
C3 : Monter une séquence cohérente sur la timeline	M1	2
C4 : Traiter la bande son (niveaux, voix off, réduction du bruit)	M2	2, 3
C5 : Habiller une vidéo (titres, sous-titres, charte graphique)	M2	3, 6
C6 : Appliquer des effets avancés (images clés, masques, incrustation, vitesse)	M2	4
C7 : Corriger et harmoniser la colorimétrie	M2	4
C8 : Adapter un contenu aux formats des réseaux sociaux	M3	5
C9 : Respecter droits d'auteur, droit à l'image et accessibilité	M3	3, 5
C10 : Exporter, contrôler et archiver une vidéo	M3	6

Évaluations formatives

Chaque sous-chapitre se conclut par un QCM de vérification des acquis, et chaque cours comporte une mise en situation pratique dans le fil rouge Maison Calvelle. Les productions des apprenants sont évaluées à l'aide de grilles de critères explicites (technique, cohérence narrative, respect de la charte, conformité juridique), qui permettent une autoévaluation guidée et, lorsque l'OF le prévoit, une correction par le formateur. Un positionnement initial en début de module et un bilan en fin de module permettent de mesurer la progression de l'apprenant, conformément aux attentes Qualiopi en matière d'évaluation des acquis.

Modalités de certification

Bloc	Modalité d'évaluation
M1	Module non adossé à une certification enregistrée : évaluation des acquis par QCM et exercice pratique de création de projet et de montage court, selon les modalités définies par l'organisme de formation.
M2	Module non adossé à une certification enregistrée : évaluation des acquis par réalisation pratique d'une vidéo intégrant traitement sonore, habillage, effets et correction colorimétrique, notée sur grille de critères par l'organisme de formation.
M3	Module non adossé à une certification enregistrée : projet de synthèse (production complète d'une vidéo déclinée en plusieurs formats et exportée), évalué par l'organisme de formation et donnant lieu à une attestation de fin de formation mentionnant les acquis.

Ce module est un parcours de développement de compétences : il ne prépare pas à une certification enregistrée spécifique et SFM n'est partenaire d'aucun certificateur. Il prépare l'apprenant à l'évaluation finale organisée par l'OF grâce à une progression du simple au complexe, des exercices pratiques

systématiques et un projet de synthèse qui mobilise l'ensemble des compétences C1 à C10. L'OF reste libre d'intégrer ce module dans un parcours certifiant plus large dont il assume la responsabilité de la certification.

Moyens pédagogiques et débouchés

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme e-learning livrée sous la marque de l'OF, accessible sur ordinateur, tablette et smartphone
- Vidéos pédagogiques de 3 à 5 minutes par sous-chapitre, représentant 30 % du volume horaire
- Cours texte enrichis, infographies et fiches mémo téléchargeables (raccourcis, réglages d'export, formats par plateforme)
- Banque de rushes, sons et éléments graphiques du fil rouge Maison Calvelle, libres d'utilisation pour les exercices
- Études de cas, mises en situation et projet de synthèse avec grilles d'évaluation
- QCM d'autoévaluation en fin de sous-chapitre et suivi de progression intégré
- Logiciel CapCut, à installer par l'apprenant dans sa version gratuite ou selon l'équipement fourni par l'OF

Débouchés et évolutions

- Chargé de communication avec compétence vidéo renforcée
- Community manager ou social media manager
- Créateur de contenus vidéo pour les réseaux sociaux
- Assistant marketing digital
- Monteur vidéo junior pour contenus courts
- Entrepreneur ou artisan autonome dans la valorisation vidéo de son activité

Accessibilité

Contenus sous-titrés en français, contrastes conformes WCAG AA, navigation au clavier sur les écrans interactifs. L'organisme de formation qui diffuse le parcours adapte les modalités d'accompagnement aux personnes en situation de handicap avec son référent handicap.

Livrables fournis à l'organisme de formation

- Package SCORM 1.2 / 2004 et xAPI, compatible avec les principaux LMS
- Sources éditables des cours, scripts vidéo et banques de QCM
- Livret apprenant et grilles d'évaluation
- Licence marque blanche à vie, stagiaires illimités, maintenance 24 mois

School For Mate
On crée vos formations, vous n'avez plus qu'à les diffuser.
contact@schoolformate.com · catalogue-2026-sfm.netlify.app

La délivrance de la certification relève exclusivement du certificateur et de l'organisme de formation habilité. Document non contractuel, susceptible d'évoluer avec le référentiel.