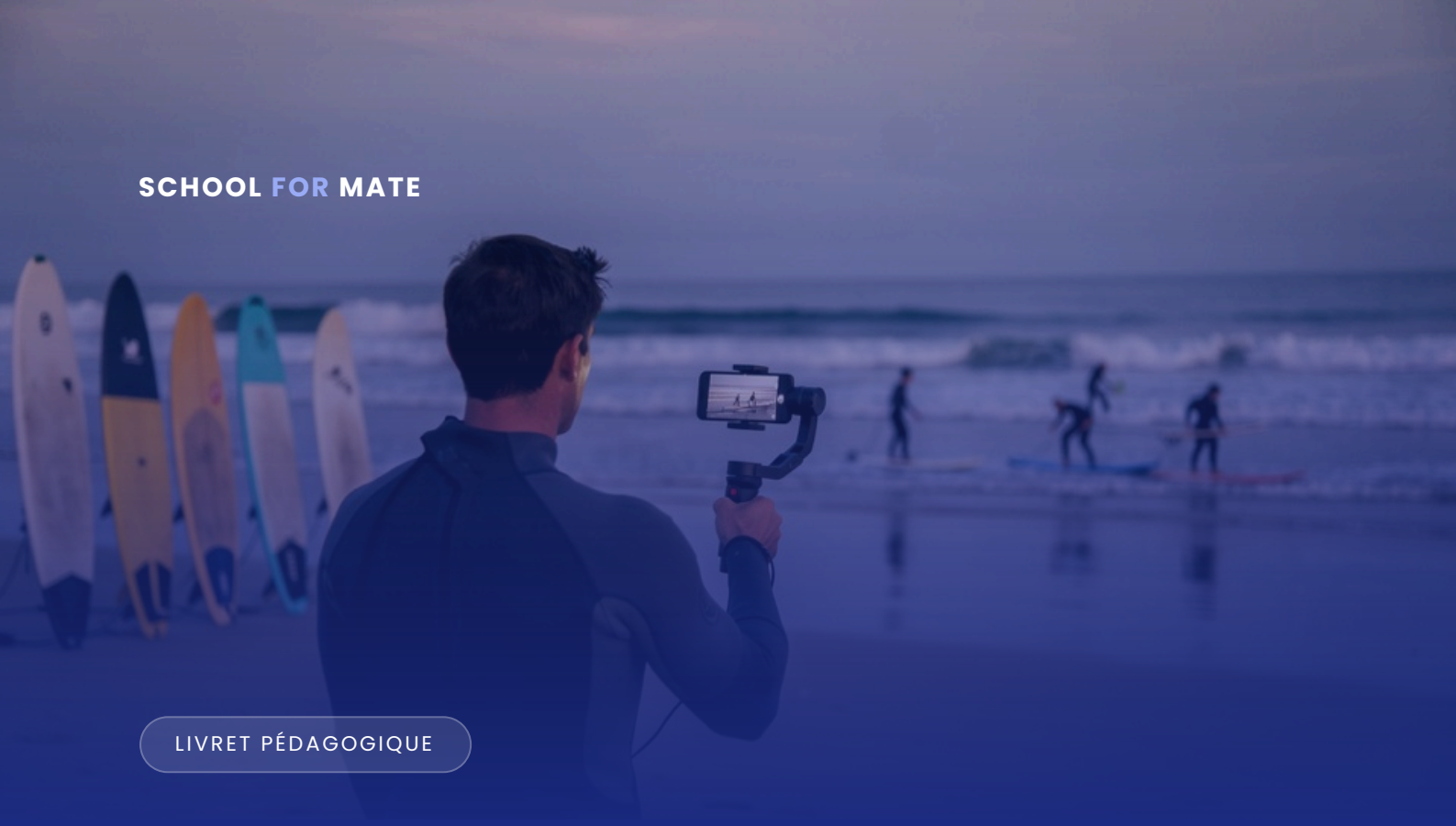
SCHOOL FOR MATE



LIVRET PÉDAGOGIQUE

CapCut 2025

CapCut2025 · Module de spécialisation

CapCut 2025 est un module opérationnel de 21 heures qui permet à vos apprenants de concevoir, monter et diffuser des vidéos professionnelles adaptées aux réseaux sociaux et à la communication d'entreprise avec CapCut (versions bureau, web et mobile). Construit autour d'un fil rouge métier, il est livré clé en main sous votre marque, prêt à être intégré à votre offre de formation.

VOLUME HORAIRE	COURS	BLOCS
21 h	6	3

01 · PRÉSENTATION

La formation en bref

Intitulé	CapCut 2025
Code	CapCut2025
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, community management, commerce ou formation. Les entreprises, quelle que soit leur taille, produisent désormais en interne des contenus courts (Reels, Shorts, TikTok), des vidéos de présentation produit, des tutoriels ou des témoignages clients. Maîtriser CapCut permet de transformer des rushes bruts en vidéos rythmées, sous-titrées, cohérentes avec une charte graphique et optimisées pour chaque plateforme. La compétence visée couvre l'ensemble de la chaîne : préparation du projet, montage, habillage graphique, traitement du son et de l'image, export et diffusion, en respectant les droits d'utilisation des médias et les contraintes de chaque canal.

Public visé

- Chargés de communication et community managers souhaitant produire leurs vidéos en autonomie
- Commerçants, artisans, indépendants et dirigeants de TPE/PME valorisant leur activité sur les réseaux sociaux
- Apprenants en alternance (CFA) dans les métiers du commerce, du marketing ou de la communication
- Formateurs et créateurs de contenus pédagogiques réalisant des vidéos courtes
- Personnes en reconversion vers les métiers de la création de contenus numériques

Prérequis

- Utiliser couramment un ordinateur (gestion de fichiers et de dossiers, navigation web)
- Disposer d'un ordinateur compatible avec CapCut bureau ou d'un accès à CapCut web, et d'un smartphone pour les tournages
- Connaître l'usage courant d'au moins un réseau social
- Aucune connaissance 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 (9:16, 16:9, 1:1) et organiser ses médias
- Réaliser un montage cohérent sur la timeline : découpe, ordonnancement, rythme et transitions
- Créer un habillage graphique conforme à une charte : titres, textes animés, autocollants et modèles
- Générer, corriger et styliser des sous-titres pour une vidéo accessible et lisible sans le son
- Traiter le son d'une vidéo : voix off, réduction du bruit, musique, équilibrage des niveaux
- Améliorer l'image par l'étalonnage, les filtres, l'animation par images clés, l'incrustation et le détourage
- Exporter une vidéo avec des paramètres techniques adaptés à chaque plateforme
- Appliquer les règles de droits d'utilisation des musiques, images et modèles dans un cadre professionnel
- Planifier une série de contenus vidéo et organiser un flux de production réutilisable

02 · FIL ROUGE PÉDAGOGIQUE

Kerlann Glisse

MT

Maëlle Tanguy

Chargée de communication et réseaux sociaux

École de surf et boutique d'équipements nautiques (littoral breton)

Kerlann Glisse est une entreprise familiale de douze salariés installée sur la côte finistérienne. Elle propose des cours de surf et de paddle, la location de matériel et une boutique d'équipements. Jusqu'ici, sa communication reposait sur des photos et quelques vidéos filmées au téléphone, publiées sans montage. Face à une concurrence qui multiplie les contenus courts, la direction confie à Maëlle Tanguy, recrutée depuis peu comme chargée de communication, la mission de produire en interne toutes les vidéos de l'entreprise avec CapCut : présentation des stages, tutoriels sécurité, mise en avant des nouveautés de la boutique et témoignages de clients. Maëlle dispose de rushes tournés par les moniteurs, d'une charte graphique sommaire et d'un objectif clair : être prête pour le lancement de la saison estivale.

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

La progression

1. Bloc M1 : Maëlle découvre CapCut, organise les rushes des moniteurs et réalise son premier montage de présentation de l'école de surf.
2. Bloc M2 : elle habille ses vidéos aux couleurs de Kerlann Glisse, sous-titre un tutoriel sécurité et soigne le son et l'image d'une vidéo produit pour la boutique.
3. Bloc M3 : elle exporte et décline ses vidéos pour chaque réseau, puis met en place un calendrier et des modèles réutilisables pour toute la saison.

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 · Prendre en main CapCut et maîtriser le montage fondamental		**7 h**
1	Découvrir CapCut et préparer son projet vidéo	3 h
2	Monter une vidéo sur la timeline	4 h
M2 · Enrichir ses vidéos : habillage, sous-titres, son et image		**7 h**
3	Habiller ses vidéos et créer des sous-titres	3 h 30
4	Traiter le son et l'image	3 h 30
M3 · Exporter, diffuser et organiser sa production vidéo		**7 h**
5	Exporter et adapter ses vidéos à chaque plateforme	3 h 30
6	Organiser une production vidéo efficace et réaliser un projet complet	3 h 30
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

Prendre en main CapCut et maîtriser le montage fondamental

Cours 1 · Découvrir CapCut et préparer son projet vidéo

3 h

OBJECTIFS

- Identifier les versions de CapCut (bureau, web, mobile), leurs usages et les conditions d'utilisation
- Créer un projet au bon format et organiser ses médias de manière efficace

ÉVALUATION FORMATIVE

QCM sur l'interface et les formats, et exercice pratique de création et d'organisation d'un projet à partir des rushes fournis

CONTENUS

- Panorama de CapCut : versions bureau, web et mobile, offre gratuite et offre Pro
- Découverte de l'interface : bibliothèque de médias, lecteur, timeline, panneau de propriétés
- Formats de diffusion : vertical 9:16, horizontal 16:9, carré 1:1 et choix selon le canal
- Importer, trier et renommer ses rushes, gérer l'espace cloud et la synchronisation
- Construire un mini scénario et un découpage avant de monter
- Bonnes pratiques de tournage au smartphone pour faciliter le montage

Fil rouge · Maëlle reçoit une cinquantaine de rushes tournés par les moniteurs de Kerlann Glisse : elle doit les trier, rédiger un découpage et créer un projet vertical pour une vidéo de présentation de l'école.

Cours 2 · Monter une vidéo sur la timeline

4 h

OBJECTIFS

- Assembler et découper des plans pour construire un récit rythmé
- Utiliser les transitions, la vitesse et le recadrage à bon escient

ÉVALUATION FORMATIVE

Étude de cas : analyse du rythme de deux montages, puis réalisation guidée d'un montage court évalué à l'aide d'une grille de critères

CONTENUS

- Fonctionnement de la timeline : pistes, piste principale, superpositions et magnétisme
- Couper, scinder, supprimer et déplacer des plans avec précision
- Raccourcis clavier essentiels pour monter plus vite
- Construire le rythme : durée des plans, accroche des trois premières secondes, montage sur la musique
- Transitions : choix, durée et usage mesuré
- Vitesse de lecture : ralenti, accéléré et courbes de vitesse
- Recadrage, rotation et redimensionnement d'un plan horizontal vers un format vertical

Fil rouge · À partir de son découpage, Maëlle monte une vidéo de 45 secondes présentant les stages de surf, avec une accroche forte et des ralentis sur les plus belles vagues.

M2 · 7 h

Enrichir ses vidéos : habillage, sous-titres, son et image

Cours 3 · Habiller ses vidéos et créer des sous-titres

3 h 30

OBJECTIFS

- Créer un habillage graphique conforme à une charte d'entreprise
- Produire des sous-titres exacts, lisibles et accessibles

ÉVALUATION FORMATIVE

Exercice pratique d'habillage à partir d'une charte fournie et quiz de repérage d'erreurs de lisibilité et de sous-titrage

CONTENUS

- Ajouter et mettre en forme des textes : polices, couleurs, contours, positionnement
- Animer les textes : entrées, sorties et boucles
- Autocollants, formes et éléments graphiques au service du message
- Appliquer une charte graphique : logo, palette, typographies, zones de sécurité des plateformes
- Générer des sous-titres automatiques et corriger la transcription
- Styliser les sous-titres et mettre en valeur les mots clés
- Principes d'accessibilité : lisibilité, contraste, vidéo compréhensible sans le son

Fil rouge · Maëlle réalise un tutoriel sécurité « Les cinq règles avant d'entrer dans l'eau » : elle l'habille aux couleurs de Kerlann Glisse et le sous-titre intégralement pour un visionnage sans le son.

Cours 4 · Traiter le son et l'image

3 h 30

OBJECTIFS

- Obtenir un son clair et équilibré entre voix, musique et ambiance
- Améliorer et harmoniser l'image grâce à l'étalonnage et aux effets

ÉVALUATION FORMATIVE

Mise en situation corrigée : traitement audio et étalonnage d'une séquence fournie, comparés à une version de référence, et QCM sur les droits musicaux

CONTENUS

- Enregistrer une voix off et utiliser la synthèse vocale de CapCut
- Réduire le bruit, normaliser le volume et équilibrer les pistes audio
- Musique et effets sonores : bibliothèque intégrée et droits d'utilisation commerciale
- Étalonnage : exposition, contraste, balance des blancs, saturation, courbes
- Filtres et cohérence visuelle entre les plans
- Animation par images clés : zooms, déplacements et mises en avant
- Détourage, suppression d'arrière-plan et incrustation sur fond vert

Fil rouge · Pour la boutique, Maëlle monte une vidéo produit sur une nouvelle combinaison : elle enregistre la voix off du vendeur, atténue le bruit du vent et harmonise les couleurs de plans tournés à différents moments de la journée.

M3 · 7 h

Exporter, diffuser et organiser sa production vidéo

Cours 5 · Exporter et adapter ses vidéos à chaque plateforme

3 h 30

OBJECTIFS

- Choisir les paramètres d'export adaptés à chaque usage
- Décliner une même vidéo pour plusieurs canaux de diffusion

ÉVALUATION FORMATIVE

Exercice pratique de déclinaison multi-formats et contrôle à l'aide d'une liste de vérification avant publication

CONTENUS

- Paramètres d'export : résolution, fréquence d'images, débit, format de fichier
- Spécificités des plateformes : vidéos courtes verticales, vidéos longues, réseaux professionnels, site web
- Décliner un montage en plusieurs formats et durées
- Créer une miniature attractive et cohérente avec la charte
- Export audio seul, export d'images fixes et de GIF
- Vérifier une vidéo avant publication : liste de contrôle qualité

Fil rouge · La direction de Kerlann Glisse veut diffuser la vidéo de présentation sur trois réseaux sociaux et sur le site web : Maëlle décline le montage en trois formats et prépare les miniatures.

Cours 6 · Organiser une production vidéo efficace et réaliser un projet complet

3 h 30

OBJECTIFS

- Mettre en place un flux de production réutilisable (modèles, éléments sauvegardés, espace partagé)
- Réaliser en autonomie un projet vidéo complet, du brief à l'export

ÉVALUATION FORMATIVE

Projet final individuel évalué par grille de critères (pertinence, montage, habillage, son, image, export, respect des droits) et QCM récapitulatif

CONTENUS

- Utiliser et personnaliser les modèles CapCut, limites et précautions
- Créer ses propres éléments réutilisables : génériques, textes, effets favoris
- Travailler en équipe : espace partagé, partage de projets et circuits de validation
- Cadre juridique : droit à l'image, autorisations des personnes filmées, licences des médias
- Planifier une série de contenus : calendrier éditorial et formats récurrents
- Projet final : du brief à la vidéo livrée

Fil rouge · En vue de la saison estivale, Maëlle crée un générique et des modèles de textes réutilisables, recueille les autorisations des clients filmés et réalise seule une vidéo témoignage à partir d'un brief de la direction.

05 · CONFORMITÉ AU RÉFÉRENTIEL

Couverture des compétences

Correspondance entre les compétences visées et les cours du parcours.

Compétence	Bloc	Cours
Identifier les versions, fonctionnalités et conditions d'utilisation de CapCut	M1	1
Préparer un projet vidéo : format, scénario, organisation des médias	M1	1, 6
Réaliser un montage rythmé sur la timeline	M1	2, 6
Utiliser transitions, vitesse et recadrage	M1	2
Créer un habillage graphique conforme à une charte	M2	3, 5, 6
Produire des sous-titres exacts et accessibles	M2	3
Traiter le son : voix off, réduction du bruit, équilibrage	M2	4
Améliorer l'image : étalonnage, images clés, détourage, incrustation	M2	4
Exporter avec des paramètres adaptés et décliner pour chaque plateforme	M3	5, 6
Respecter les droits d'utilisation des médias et le droit à l'image	M3	4, 6
Organiser un flux de production réutilisable et collaboratif	M3	6

Évaluations formatives

Chaque cours intègre des évaluations formatives réparties tout au long du parcours : QCM de fin de sous-chapitre pour vérifier la compréhension des notions, exercices pratiques réalisés directement dans CapCut à partir de rushes fournis, études de cas comparant plusieurs montages et mises en situation dans le fil rouge Kerlann Glisse. Les productions pratiques sont accompagnées de grilles de critères et de versions de référence permettant à l'apprenant de s'autoévaluer et au formateur de l'OF d'apporter un retour personnalisé. Le projet final du cours 6 constitue une évaluation de synthèse qui mobilise l'ensemble des compétences du module.

Modalités de certification

Bloc	Modalité d'évaluation
M1	Module non certifiant : aucune épreuve officielle n'est rattachée à ce bloc. L'acquisition des compétences est vérifiée par les QCM et les exercices pratiques de montage, l'OF restant responsable de l'évaluation finale et de la délivrance de l'attestation de fin de formation.
M2	Module non certifiant : aucune épreuve officielle n'est rattachée à ce bloc. Les compétences d'habillage, de sous-titrage, de traitement du son et de l'image sont évaluées par des mises en situation pratiques corrigées, sous la responsabilité de l'OF.
M3	Module non certifiant : aucune épreuve officielle n'est rattachée à ce bloc. L'évaluation repose sur un projet vidéo complet évalué par grille de critères ; si l'OF intègre ce module à un parcours certifiant, il lui appartient de vérifier l'adéquation avec le référentiel de la certification visée et d'en organiser les épreuves.

Le parcours prépare l'apprenant à démontrer ses compétences par la production réelle : chaque bloc se conclut par une réalisation concrète, et le projet final reproduit une commande professionnelle complète, du brief à la vidéo livrée. Les grilles de critères fournies permettent à l'OF d'objectiver l'évaluation des acquis et de constituer des preuves exploitables dans le cadre de sa démarche qualité. Les vidéos réalisées dans le fil rouge peuvent également alimenter un portfolio personnel valorisable auprès d'un employeur ou dans le cadre d'un parcours certifiant plus large choisi par l'OF.

Moyens pédagogiques et débouchés

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme e-learning en marque blanche aux couleurs de l'OF, accessible sur ordinateur, tablette et smartphone
- Vidéos de démonstration de 3 à 5 minutes par sous-chapitre (30 % du volume horaire), filmées en capture d'écran commentée
- Cours texte enrichis, infographies récapitulatives et fiches mémo des raccourcis et paramètres d'export
- Banque de rushes, musiques, logos et charte graphique du fil rouge Kerlann Glisse, utilisables pour les exercices
- Études de cas, mises en situation et projet final accompagnés de grilles de critères et de versions de référence
- QCM interactifs à correction immédiate et suivi de la progression de chaque apprenant
- Logiciel CapCut (version gratuite suffisante pour l'ensemble des exercices) installé sur le poste de l'apprenant ou utilisé en version web

Débouchés et évolutions

- Chargé de communication réalisant les contenus vidéo de son organisation
- Community manager
- Assistant marketing digital
- Créateur de contenus numériques indépendant
- Monteur vidéo junior pour contenus courts
- Évolution vers des formations avancées en montage vidéo ou en production audiovisuelle

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.