



# La photographie de portrait par Renée Ledoux

## **Technique et théorie**

Les recommandations VS ma réalité

## **Démarches**

Inspiration et approche

Techniques et théorie

# QUELLE CAMÉRA CHOISIR

**La meilleure  
caméra est  
celle que  
vous  
maîtrisez**



Techniques et théorie

# RÉGLAGES IMPORTANTS

## -Le Triangle d'exposition

**Ouverture - Vitesse - ISO**

**Les effets créatifs de chaque réglage**

**Ouverture : Profondeur de champ**

**Vitesse : Figurer ou accentuer le mouvement**

**ISO : Grain à la prise de vue**

## -Étendue et mode de mise au point

**Manuel VS automatique**

**Ponctuelle VS continue**

**Choix du collimateur**



Techniques et théorie

## QUEL OBJECTIF UTILISER

### La “chouchou”

85mm f1.4 - f1.8 (Canon, Nikon, Sony, Tamron, Sigma)

### Ma “chouchou”

50mm f1.4 (je suis une rebelle assumée)

Recommandations:

### Utiliser une focale entre 70mm et 135mm

*Ça évite les déformations et permet de garder une distance acceptable par rapport au sujet...*

### Avoir un objectif à grande ouverture $\geq f2.8$

*Pour obtenir un arrière plan flou et un bokeh qui permet d'isoler le sujet par rapport au fond...*



Techniques et théorie

# COMPOSITION ET CADRAGE

Se familiariser et expérimenter avec les différentes règles de composition



## CHAQUE RÈGLE A SON CONTRAIRE

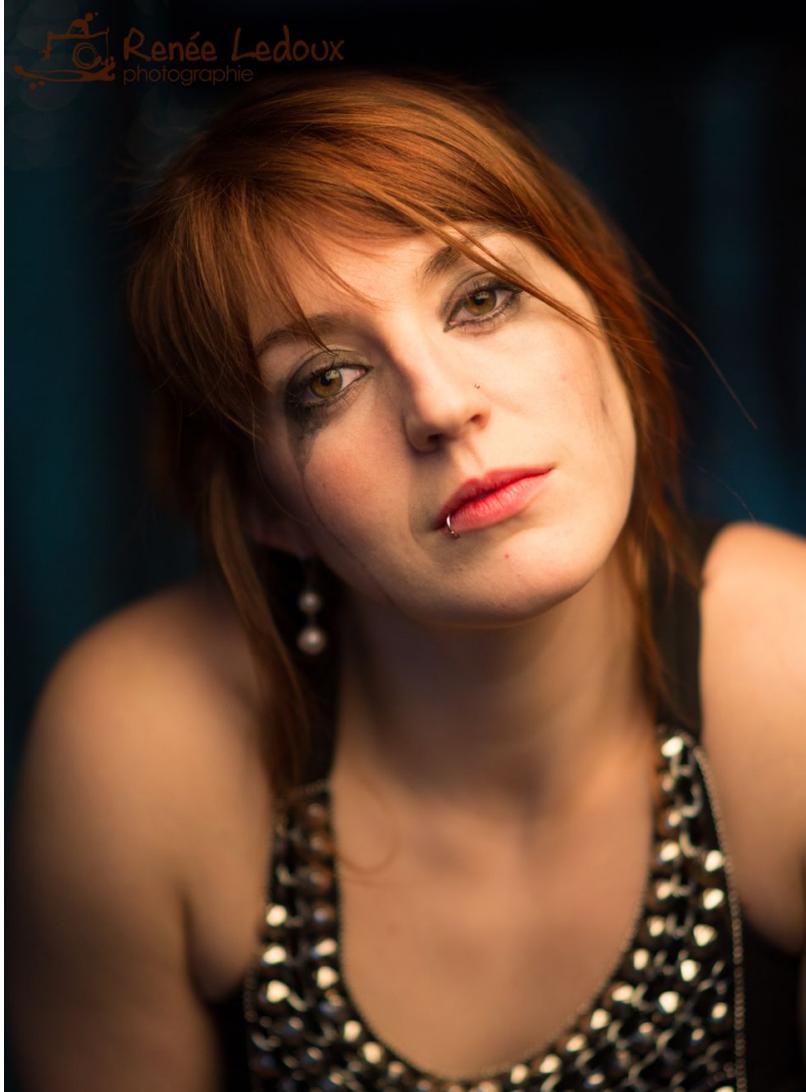
- Règle des tiers
- Symétrie
- Centrer le sujet
- Remplir le cadre
- Laisser l'espace au dessus de la tête
- Garder de l'espace devant le sujet
- Couper les membres (au bon endroit)
- Choisir un arrière plan texturé
- Utiliser différents angles de vue (Plongé, contre-plongé)

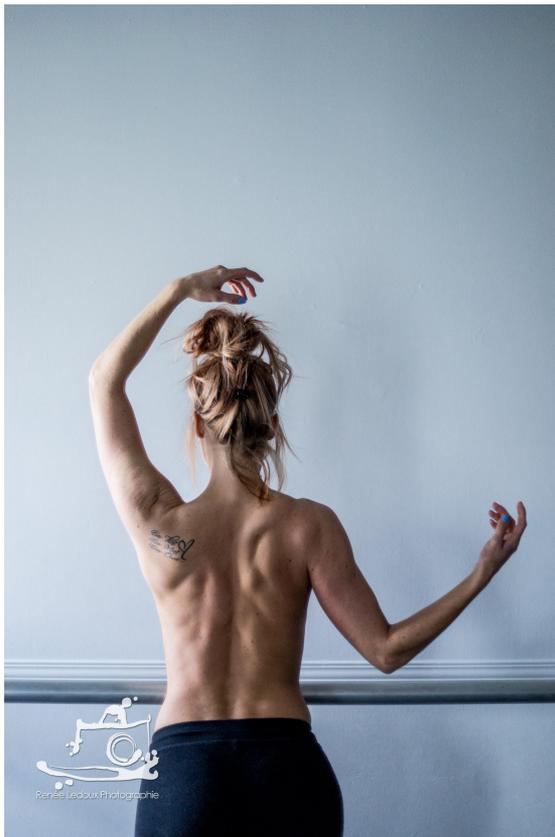
Techniques et théorie

# COMPOSITION ET CADRAGE

## CHAQUE RÈGLE A SON CONTRAIRE

- Garder l'horizon droit
- Déniveler pour créer du dynamisme
- Ne pas transpercer la tête du sujet avec la ligne d'horizon
- Ne pas empaler le sujet avec un poteau (vis à vis sa tête en arrière plan)
- LE FOCUS SUR LES YEUX (les deux de préférences, surtout celui à l'avant)
- Créer des diagonales
- Encadrer le sujet par son environnement





TROUVEZ UN SUJET QUI VOUS PERMETTRA D'EXPÉRIMENTER...

# APPRIVOISER LA LUMIÈRE NATURELLE

**Nous n'avons pas le pouvoir de contrôler le soleil. Ce que l'on peut faire:**

- Contrôler l'exposition sur notre caméra
- Choisir l'emplacement de notre sujet
- Choisir le moment de la prise de vue (tôt le matin, fin de journée, journée nuageuse)
- Changer notre emplacement par rapport au soleil
- Utiliser un flash, réflecteur, diffuseur ou un assistant
- Observer et prendre avantage de l'environnement
- Approcher ou éloigner notre sujet de la source de lumière
- Pratiquer, pratiquer, pratiquer et pratiquer!



Parfois, le meilleur moment l'emporte sur la meilleure lumière et il faut le saisir!



Démarches

## INSPIRATION

- Ne pas essayer d'être original à tout prix
- Porter une attention particulière aux sujets qui nous attirent naturellement
- Photographier seulement ce qui nous intéresse d'approfondir ou d'apprendre
- Sortir de sa zone de confort
- Tenter de représenter en photo un livre, une chanson, un poème qui nous anime



Démarches

## INSPIRATION

- Copier les maîtres ou s'en inspirer
- Aller au bout de ses idées: ce n'est peut-être pas la meilleure, mais ça pousse à avancer
- Essayer une nouvelle technique
- S'imposer des défis
- Se rappeler de jouer
- Ne pas se censurer
- Essayer, essayer, essayer et essayer!





Renée Ledoux Photographie

Rester dans le moment pour ne rien manquer...

Si on connaît les règles, on arrive à les briser en beauté!



Renée Ledoux Photographie

Démarches

## APPROCHE (avant la séance)

Connaître son sujet pour bien le représenter est valable dans tout type de photographie.

Et la meilleure façon de connaître l'être humain devant nous est de lui parler.

Un peu d'histoire, sa passion, motivation, où cette personne travaille, quel genre de musique elle aime, pratique-t-elle un art, un sport, sa plus belle qualité; **essayer de rester dans le positif.**

Établir le plan ensemble, expliquer votre idée, demander la sienne; être sur de soi et de son idée, mais s'assurer que le modèle n'a pas de réticence.

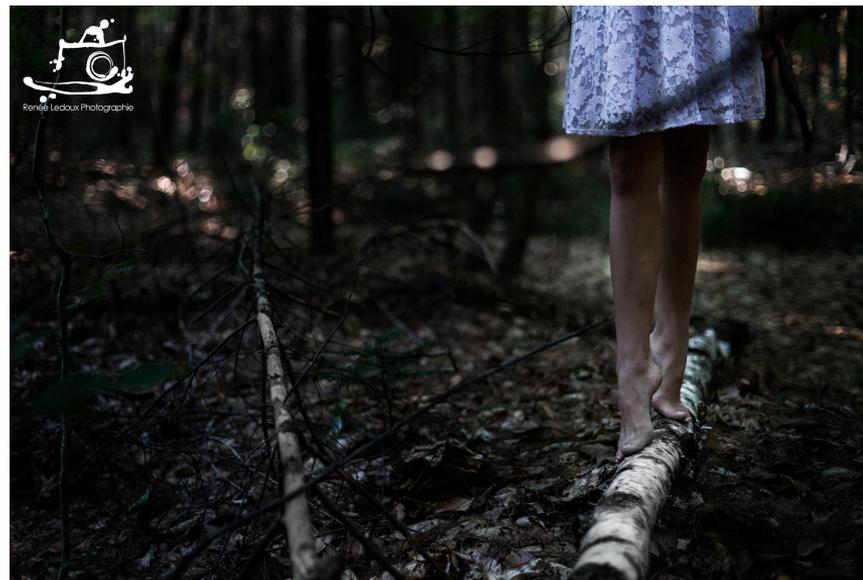
Ne pas avoir peur de refuser poliment un modèle si le courant ne semble pas passer et que la communication n'est pas bonne. Une rencontre préliminaire aide à constater rapidement une incompatibilité.



Démarches

## APPROCHE (avant la séance)

Assembler des images qui servent au projet ou demander au modèle d'en présenter : Le type d'ambiance, les couleurs dominante, le type de coiffure, le maquillage, les accessoires nécessaires, les poses recherchées, les effets ou type de montage à reproduire en post traitement, etc.





Pourquoi se limiter au format portrait (vertical) pour la photographie de portrait?  
Le format paysage (horizontal) fonctionne tout aussi bien.  
Il faut penser à notre histoire, notre message, notre intention.



Démarches

## APPROCHE (durant la séance)

Commencer tranquillement pour se réchauffer. Ne pas avoir peur de mentionner à notre modèle que l'on doit faire quelques tests d'éclairage; le côté technique d'une séance peut être intimidant pour un modèle.

**Parler!** Détendre l'atmosphère par des blagues légères et de bon goût: aucune allusion sexuelle. AUCUNE.

Expliquer clairement à la personne devant nous l'émotion, l'ambiance, l'action ou la pose recherché.

**Au début,** garder une distance acceptable avec le modèle: trop loin, le regard peut sembler distant, trop proche, on embarque dans la bulle de l'autre.

Sourire derrière la caméra et complimenter le modèle sur ce qui va bien.



Démarches

## APPROCHE (durant la séance)

Donner des indications claires:

- Sans tourner la tête, regarde plus bas.

- Appuie ton poids sur la jambe gauche pour que ton genou droit pli.

- Détend tes épaules et lève le menton un petit peu en gardant ton regard dans l'objectif.

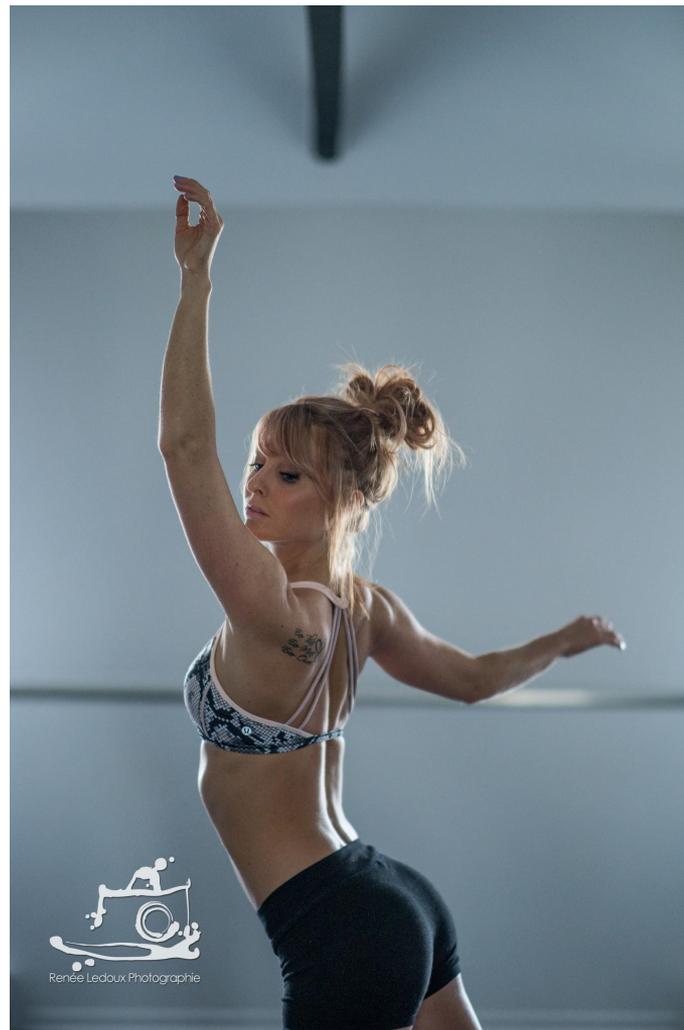
- Et ainsi de suite...

Ne pas hésiter à mimer les positions : si c'est dur à exécuter, on ne demande pas trop au modèle de se contorsionner.

Expliquer au modèle ce qu'on fait: "Je te cadre de la tête au milieu du bras", "J'ai l'arrière plan saturé de lumière pour que tu sois en silhouette", etc.

Ne pas placer le modèle en lui touchant: si la position ne lui vient pas naturellement, placer le modèle nous-même aura l'air inconfortable sur l'image.

Si le modèle est nerveux, lui rappeler de respirer profondément.





© Renée Ledoux Photographie

Quand on maîtrise l'appareil et ses modes, que l'on sait l'influence de chaque réglage sur le résultat final de l'image...

Quand les règles de compositions sont acquises et que notre oeil est plus aguerri...

Quand on arrive à repérer facilement les endroits où les moments idéaux pour faire des séances photo...

Quand l'idée de demander à quelqu'un de poser pour nous est moins intimidante...

Quand les images nous viennent en tête et demandent à être réalisées...

*Il est temps de se concentrer sur ce que l'on aime et se pratiquer pour arriver à développer notre propre style!*



Bonne photo!

