

Nicolas Croce

J'APPRENDS LA PHOTOGRAPHIE

25 exercices pour **PROGRESSER**
et **RÉUSSIR** ses photos

EYROLLES



J'APPRENDS LA PHOTOGRAPHIE

Pour progresser en photographie, il faut prendre des photos... beaucoup de photos, et avoir un peu de méthode ! Or quand on ne peut s'offrir des cours et que le jargon des livres techniques nous effraye, il n'est pas rare de se décourager.

Ce livre très accessible, particulièrement destiné aux débutants, propose 25 exercices concrets qui recouvrent quatre grands thèmes de la photo : les bases techniques, la lumière, la mise en valeur de son sujet et la créativité bien sûr, car il s'agit de se faire plaisir et de rester motivé ! Très illustré, émaillé de nombreux conseils, il vous guidera dans la découverte de la photo et vous aidera à progresser rapidement, et ce quel que soit votre appareil (compact, reflex ou smartphone).

■ Techniques de base ■ Mise en valeur du sujet ■ Plaisir et motivation



© Bérénice Croce

Entrepreneur, photographe passionné, adepte du développement personnel et doué pour donner des conseils clairs et pertinents, **NICOLAS CROCE** associe ces quatre facettes de sa personnalité pour aider les débutants à progresser en photographie. Après plusieurs années de pratique, il crée son blog dédié à la photo en 2014 (photo.nicolascroce.com). Depuis, il y publie des articles techniques et répond aux questions concrètes de ses lecteurs.

J'APPRENDS
LA PHOTOGRAPHIE

Chez le même éditeur

Dans la collection « Photographier avec son... »

- V. Lambert, *Photographier avec son Nikon D500* (à paraître).
P. Garcia, *Photographier avec son Canon EOS 80D* 2016, 244 p.
P. Garcia, *Photographier avec son Canon 750D/760D*, 2016, 220 p.
V. Lambert, *Photographier avec son Nikon 7200*, 2016, 304 p.
P. Druel, *Photographier avec son Nikon D750*, 2015, 256 p.
V. Lambert, *Photographier avec son Nikon D810*, 2015, 304 p.
P. Druel, *Photographier avec son Nikon D3300*, 2014, 224 p.
N. S. Young, *Photographier avec son Canon EOS 70D*, 2014, 284 p.

Techniques de la photo – Prise de vue

- V. Gilbert, *Les secrets de l'exposition en photographie* (à paraître).
P. Druel, *Les secrets de la photo de portrait* (à paraître).
G. Lepetit-Castel, *Les secrets de la photo argentine* (à paraître).
T. Legault, *Les secrets de l'astrophotographie* 2016, 140 p.
A. Wijnen, *Shoot ! Des photos qui vous ressemblent*, 2016, 144 p.
C. Gatum, *Petite encyclopédie de la photo numérique*, 2016, 192 p.
L. Poullaouec, *Clic ! Le manuel des petits photographes*, 2016, 96 p.
S. Kelby, *Photo numérique – Le best of de Scott Kelby*, 2016, 288 p.
F. Milochau, *Les secrets de la photo de paysage*, 2016, 216 p.
D. Dubesset, *Les secrets du cadrage photo*, 2016, 144 p.
D. Dubesset, *Les secrets de la macro créative*, 2016, 180 p.
C. Jentzsch, *Les secrets de la photo de voyage*, 2016, 224 p.
A.-J. Jacquart, *Mission photo pour les 8-12 ans*, 2016, 144 p.
L. Tichané, *Les secrets de la photo d'enfants*, 2016, 240 p.
M. Freeman, *Capturer l'instant*, 2015, 208 p.
A.-L. Jacquart, *Retouchez vos photos pas à pas – Luminosité, contraste, couleur*, 2014, 192 p.
A.-L. Jacquart, *Mémophoto – Les réglages de l'appareil*, 2012, 14 p, dépliant.
A.-L. Jacquart, *Mémophoto – La composition étape par étape*, 2012, 14 p, dépliant.
A.-L. Jacquart, *Composez, réglez, déclenchez !*, 2011, 160 p.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'Éditeur ou du Centre Français d'exploitation du droit de copie 20, rue des Grands Augustins, 75006 Paris.

Et bien d'autres titres. Consultez notre catalogue sur www.editions-eyrolles.com.

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Mise en pages : STDI

Schéma : Bérénice Croce

Toutes les photos sont la propriété de l'auteur, Nicolas Croce © Tous droits réservés

© Groupe Eyrolles, 2016, ISBN : 978-2-212-11884-1

J'APPRENDS LA PHOTOGRAPHIE

EYROLLES



Sommaire

Introduction	VI
Une motivation au top !	VI
Les bases techniques de la photographie	1
Un minimum de technique à maîtriser	2
Exercice 1 - Le yoga du photographe	3
Exercice 2 - Le point au coin	11
Exercice 3 - Focale fixe	18
Exercice 4 - Triangle d'exposition	27
Exercice 5 - Vitesse d'obturation fixe	43
Exercice 6 - Ouverture fixe	57
Apprivoiser la lumière	73
Exercice 7 - Regarder DQO	74
Exercice 8 - Lucky Luke	79
Exercice 9 - Silhouettes	84
Exercice 10 - Surexposition	97
Exercice 11 - À contre-jour	106
Mettre en valeur son sujet	113
Exercice 12 - Un peu plus près des sujets	114
Exercice 13 - Dans la peau d'un pro	121
Exercice 14 - It's a small world	128
Exercice 15 - L'obsessionnel	132
Exercice 16 - En forme	136

Créativité... Se faire plaisir et rester motivé	143
Exercice 17 - Le mauvais élève.....	144
Exercice 18 - Les 100 pas.....	149
Exercice 19 - Reflets.....	154
Exercice 20 - Autoportrait.....	161
Exercice 21 - Portraits de rue.....	168
Exercice 22 - Je t'aime.....	179
Exercice 23 - Être reconnaissant.....	183
Exercice 24 - Projet personnel.....	188
Exercice 25 - Progresser et rester motivé.....	195
Conclusion	203
La photographie peut changer le monde.....	203
Un dernier service avant de vous quitter.....	204
Remerciements	205

Introduction

Pourquoi vous intéressez-vous à la photo ? Peut-être la naissance de votre enfant vous a-t-elle donné envie de prendre de jolies photos de lui ? Peut-être partez-vous en voyage et espérez-vous montrer à vos amis de splendides images de votre périple ? Moi je suis parti en Suède. J'ai trouvé les paysages fantastiques, mais j'ai été déçu par les images que j'ai ramenées. Voici ce qui m'a poussé à m'intéresser à la photo.

Une motivation au top !

Toutes les personnes que je rencontre et qui débutent en photographie sont extrêmement motivées. Quand je leur demande pourquoi elles se lancent dans la photo, elles me racontent des histoires passionnantes.

Quelques mois passent, et quand je les revois, il n'y a plus d'histoires passionnantes. Tout ce qu'elles me disent c'est qu'elles ont acheté tel ou tel appareil photo, ou qu'elles se demandent si la distance hyperfocale de leur objectif est à 2,35 m ou 2,39 m...

Encore quelques mois passent et j'apprends qu'elles ont abandonné la photo. Manque de motivation, manque de temps, manque d'argent, manque de talent ou d'inspiration... Il y a toujours une bonne excuse pour se justifier mais, en réalité, leur problème n'est pas là.

Que s'est-il passé au cours de ces quelques mois ? Pourquoi une personne arrête-t-elle la photo aussi rapidement, alors qu'elle était motivée à ses débuts ? La réponse est très simple.

Quand on commence la photo, on est excité par ce qui se passe devant son appareil. Un paysage, un lieu, une personne, une expérience, peu importe. C'est ce qui se trouve devant notre appareil qui nous pousse à nous intéresser à la photo.

Puis, lorsque commence notre apprentissage de la photo, notre attention se focalise sur deux choses : la technique et le matériel. Et c'est là que beaucoup de débutants font une erreur. En se focalisant sur leur appareil plutôt que sur ce qu'il y a devant eux, ils perdent leur motivation et leur passion !

Vous n'avez pas commencé la photo parce que vous vouliez avoir le plus gros appareil photo du quartier, ni pour apprendre comment appuyer sur un bouton, n'est-ce pas ?



◀ Aksel, mon fils, et Bérénice, ma femme, en train de jouer... L'important se trouve devant votre appareil photo, pas à l'intérieur de celui-ci.

Pour progresser, vous avez besoin d'un minimum de technique. Cette technique de base, c'est ce dont nous allons parler dans la première partie de cet ouvrage. Vous aurez également besoin d'un minimum de matériel. **Mais n'oubliez jamais que le plus important est ce qui se passe devant votre objectif !** Pas à l'intérieur de votre appareil.

Si au cours de votre apprentissage vous restez concentré sur ce qui se trouve devant votre objectif, vous serez toujours motivé et passionné.

Vous pourrez alors découvrir ce qu'il y a de plus beau dans la photo : au bout de quelques mois de pratique, vous vous apercevrez que ce qui se trouve devant votre appareil a changé ce qui se trouvait derrière... Vous !

Pour vous repérer dans ce livre

Trois niveaux d'exercices sont proposés dans cet ouvrage.

- **Niveau 1** : ce symbole  désigne les exercices pouvant être faits sans appareil. Vous n'aurez pas à prendre de photos ; il vous suffira d'observer. Bien entendu, le travail d'observation (et de réflexion), plus particulièrement mis en œuvre dans certains exercices, deviendra un réflexe au fil de votre pratique.
- **Niveau 2** : ce symbole  désigne les exercices pouvant être faits avec un compact ou un smartphone. Vous prendrez des photos sans avoir à modifier de réglages.
- **Niveau 3** : ce symbole  désigne les exercices nécessitant un reflex, car il vous faudra changer certains réglages (chose que vous ne pourrez faire ni avec un smartphone ni avec un compact).



BRASSERIE DES

CHAPITRE 1

Les bases techniques de la photographie

Peu importe l'activité dans laquelle vous vous lancez, il y a toujours un minimum de technique à maîtriser avant de vous amuser.

Un minimum de technique à maîtriser

Quand j'étais enfant, je me souviens de mes débuts à vélo. C'était près du port, à Banyuls-sur-Mer, le village dans lequel j'ai grandi. Il y avait deux marches. Une première assez petite, et une seconde beaucoup plus haute. Pour la première, tout s'est bien passé. Puis, devant la seconde, j'ai hésité. Je n'étais pas sûr d'y arriver. J'ai freiné, mais c'était trop tard. Ma roue avant était déjà dans le vide. À cause de mon coup de frein, je n'allais plus assez vite. La roue avant s'est bloquée, la roue arrière s'est levée, et je suis passé par-dessus le guidon. Résultat : quelques points au menton. J'en ai encore la cicatrice.

La photo ne fait pas exception à cette règle. Pour vous amuser et créer des images intéressantes, vous devez maîtriser un minimum de technique. Ne vous en faites pas, cet apprentissage est plus facile que ce que vous imaginez. Et vos erreurs seront moins douloureuses que celles faites en vélo !

Dans ce premier chapitre, je vous propose 6 exercices. Chacun aborde un point technique particulier de la photo. Si vous débutez, ces exercices vous paraîtront compliqués. Lisez attentivement la partie « Conseils de pro » de chacun d'eux. Elle vous aidera à comprendre la technique nécessaire à la réussite de l'exercice. Il vous faudra du temps pour comprendre toutes les notions abordées dans ce chapitre. C'est tout à fait normal. Ne vous découragez pas, vous allez y arriver, je peux vous le garantir. Si vous bloquez et commencez à vous ennuyer, passez aux chapitres suivants. Vous reviendrez à ce chapitre un peu plus tard.

Le jour où vous maîtriserez ces 6 exercices et comprendrez les notions que j'y aborde, vous aurez la technique nécessaire pour réussir 80 % de vos photos. Peut-être même plus. Vous serez autonome pour continuer votre apprentissage seul. Ça vaut le coup d'y passer un peu de temps.

Exercice 1 - Le yoga du photographe



Ce premier exercice est très simple et ne nécessite aucune connaissance technique, mais il n'en est pas moins fondamental. Tout ce que vous avez à faire pour le réaliser, c'est de sortir avec votre appareil, quel qu'il soit (le smartphone est autorisé !), pour prendre quelques photos.

Pendant votre sortie, à chaque photo que vous prendrez et juste avant de déclencher, faites attention à la façon dont vous tenez votre appareil ainsi qu'à la manière dont vous vous positionnez.

Posez-vous les questions suivantes :

- est-ce que je tiens mon appareil photo convenablement ?
- suis-je dans la position la plus stable possible pour prendre cette photo ?

Si vous êtes incapable d'y répondre, suivez bien ces premiers conseils.

But et bénéfices de l'exercice

S'il n'est pas intentionnel, le flou est synonyme de photo ratée. Le but de cet exercice est d'apprendre à mieux tenir votre appareil pour éviter que vos photos soient floues.

Les clés de la réussite

Pour que cet exercice soit efficace, il faut le pratiquer régulièrement et pendant une période assez longue. Essayez de le faire pendant un mois d'affilé par exemple.

Au cours de ce mois de pratique, lors de toutes vos sorties photo, faites attention à votre position et à la façon dont vous tenez votre appareil photo. Au bout de quelque temps, tenir correctement votre appareil deviendra un réflexe. Vous n'y penserez même plus.

Conseils de pro : bien tenir son appareil photo

Quelques jours avant d'écrire ces lignes, j'ai reçu le témoignage de Romain, un lecteur de mon blog. Sa femme Céline venait d'accoucher

d'un garçon, leur premier enfant. Tout s'est bien passé et ils sont tous les trois heureux aujourd'hui. Quelques minutes après l'accouchement, Céline, Romain et leur fils sont remontés dans leur chambre. C'était la première fois qu'ils étaient seuls tous les trois. Romain, qui avait apporté son appareil, s'est empressé de prendre quelques photos de ce moment magique et unique.

Après trois jours passés à la clinique, la petite famille est de retour à la maison. Romain a importé toutes les photos sur son ordinateur pour les envoyer à la famille. Lorsqu'il les voit sur un grand écran pour la première fois, il s'aperçoit qu'elles sont toutes floues. Pas complètement floues, sinon il s'en serait aperçu sur l'écran de son appareil, mais suffisamment pour que ce soit gênant.

Lorsqu'une photo est floue, il n'y a plus rien à faire. Elle est définitivement ratée. Vous aurez beau faire tout ce que vous voudrez avec un logiciel de retouche, la photo restera floue. Vous ne pourrez jamais rattraper cela sans que ça se voit sur la photo. Un accouchement est un événement unique. Impossible de revenir en arrière pour reprendre ces photos. En voyant le résultat, Romain a décidé d'apprendre la photo. Lui et Céline veulent un second enfant et il ne veut pas refaire la même erreur.

Le léger flou qui est apparu sur les photos de Romain est facile à expliquer et à éviter. Il s'agit d'un « flou de bougé ». Au moment où Romain a pris sa photo, il ne tenait pas correctement son appareil et celui-ci a bougé lorsqu'il a appuyé sur le déclencheur. C'est ce mouvement qui a créé du flou sur sa photo.

Le problème des photos floues

À moins qu'il ne s'agisse d'un effet artistique recherché, lorsqu'une photo est complètement floue, elle est ratée. Le flou est impossible à rattraper en postproduction. Certains logiciels proposent des outils permettant d'augmenter la netteté d'une photo. Mais s'ils sont capables d'améliorer une photo où le flou est très léger, ils ne permettent en aucun cas de rattraper une photo complètement floue. Il est donc primordial que vous y fassiez attention lorsque vous photographiez.

En photographie, il existe trois types de flous principaux :

- le flou de bougé ;
- le flou de mouvement ;
- le flou lié à une faible profondeur de champ.

Savoir à quel type de flou on a affaire nous permet de savoir comment y remédier.

Celui qui nous intéresse dans cet exercice, vous vous en doutez, c'est le flou de bougé. Ce flou est provoqué par un mouvement de l'appareil au moment du déclenchement.

- Lorsqu'une de vos photos est floue, comment savoir s'il s'agit d'un flou de bougé ? C'est simple : tout ce qui se trouve sur la photo est alors flou.
- En cas de flou de mouvement, seul le sujet en mouvement (une personne, une voiture, une branche secouée par le vent...) est flou. Les objets qui ne bougent pas sont nets.
- Dans le cas d'un flou de profondeur de champ, il y a une zone de votre photo à une certaine distance de votre appareil qui est nette. Seuls les objets situés à l'avant ou à l'arrière de cette zone seront flous.

Dans la pratique, ce n'est pas toujours aussi évident de distinguer les différentes sortes de flou, mais peu à peu vous arriverez à savoir si le flou apparaissant sur votre image est dû à un mouvement de votre appareil ou non.

Les causes du flou de bougé

Le flou de bougé se produit lorsque votre appareil photo bouge au moment de la prise de vue. En photographie, tout ce qui bouge est retranscrit sur la photo finale par du flou. Si votre appareil bouge au moment où il enregistre votre photo, l'ensemble de votre photo sera donc flou.

Selon les conditions dans lesquelles vous prenez votre photo, éviter de bouger sera plus ou moins difficile.

Plus il fera sombre quand vous prenez une photo, plus votre cliché sera sensible au flou de bougé. En effet, moins il y a de lumière, plus le temps d'exposition (c'est le temps durant lequel votre appareil enregistre la lumière) de votre appareil photo augmente. Ce qui augmente le temps pendant lequel vous avez des chances de bouger et d'obtenir une photo floue. Nous reviendrons là-dessus un peu plus loin dans cet ouvrage (voir pages 40 et 54).

De même, plus la longueur focale de votre objectif sera importante (n'ayez pas peur, ce n'est rien de compliqué), plus votre cliché sera sensible au flou de bougé. Si vous prenez deux photos avec exactement les mêmes réglages et dans les mêmes conditions, mais avec deux objectifs différents : un 20 mm (grand-angle) et un 200 mm (téléobjectif), vous aurez beaucoup moins de chances d'avoir du flou de bougé avec le 20 mm qu'avec le 200 mm. Je reviendrai également sur la notion de longueur focale un peu plus loin dans cet ouvrage (voir pages 19 à 24).

Ne vous inquiétez surtout pas si ce que je vous dis ressemble à du chinois pour l'instant. **Retenez simplement que plus vous zoomez avec votre appareil, plus votre photo sera sensible au flou de bougé.**

Pour résumer, vous devez être particulièrement attentif au flou de bougé et suivre les conseils que je vais vous donner dans cet exercice, notamment quand vous photographiez en faible lumière (soirée, intérieur d'une maison, forêt très sombre, etc.) et/ou lorsque vous utilisez un téléobjectif puissant (lorsque vous zoomez beaucoup, si vous préférez).

Comment tenir son reflex pour éviter le flou de bougé ?

Voici comment tenir votre appareil photo pour le stabiliser au maximum lorsque vous prenez une photo.



► *Position pour une bonne stabilisation de l'appareil et limiter le risque de flou de bougé*

Si vous photographiez avec un appareil de type reflex ou hybride, les points importants auxquels vous devez faire attention sont les suivants :

- la main gauche doit être sous l'objectif pour le stabiliser au maximum ;
- le pouce et l'index de cette même main entourent l'objectif. Vous pouvez ainsi tourner facilement la bague de mise au point de votre objectif si vous êtes en mise au point manuelle, ou changer la longueur focale si vous utilisez un zoom ;
- les coudes sont collés au torse et le coude gauche bloqué contre le ventre.

Cette position vous permet d'être bien stable et limite les mouvements parasites lorsque vous appuyez sur le déclencheur (**photo a**).

Dans cette position, il est également très simple de passer d'un cadrage « paysage » (pour prendre une photo horizontale) à un cadrage « portrait » (pour prendre une photo verticale). La main gauche reste en place

et ne bouge pas ; en revanche, le coude droit et la main qui est sur le déclencheur pivotent sur l'axe matérialisé par l'objectif de l'appareil (photo b).



◀ Pour passer d'un cadrage horizontal à un cadrage vertical, la main gauche reste en place ; seul le bras droit pivote.

Et si je photographie avec un smartphone ou un compact ?

Lorsque vous prenez une photo avec un smartphone ou un compact et que vous utilisez l'écran de l'appareil pour cadrer et visualiser votre photo, là aussi faites attention à votre position.

Essayez de rapprocher vos bras le long de votre corps et, comme avec un appareil photo classique, calez vos coudes contre votre ventre (photo c).



◀ Lorsque l'on photographie avec un appareil tenu à bout de bras, le risque de mouvement augmente. Faites attention à votre position !

Les coudes collés au corps, votre appareil aura ainsi moins de risques de bouger lorsque vous prendrez votre photo.