

Livret éducatif photo

# Comment je sélectionne vos plus belles images

LE SECRET DERRIÈRE CHAQUE PHOTO

COMMENT JE SÉLECTIONNE VOS PLUS BELLES IMAGES

LE SECRET DERRIÈRE CHAQUE PHOTO

**1** Le sujet principal se trouve ici.  
Placez les personnages sur le côté gauche afin naturellement le regard vers eux.

**2** Le couple est positionné sur cette ligne verticale.  
C'est l'un des points forts de l'image. On s'adonne naturellement à cette zone.

**3** Espace négatif  
Cet espace vide à droite équilibre la photo et lui donne du poids. Il met encore plus en valeur le couple.

**4** Le mouvement de la robe.  
Placez cette robe pour la robe crée une belle dynamique et guide le regard vers le couple.

**5** Stabilité et équilibre  
Le bas de l'image reste équilibré - les pieds du couple sont bien ancrés dans la photo.

**6** Profondeur et contexte.  
Cet espace complète l'histoire - il montre le lieu sans distraire l'attention du sujet principal.

♥ LA RÉGLE DES TIERS (EN 6 CASES) | On évite le centre. On place le sujet sur le côté pour une image plus vivante et harmonieuse.

Education photographique  
Photo de couple  
Photo de future maman  
Photo de bébé

Amandine Bell

Photo de couple

Photo de future maman

Photo de bébé

# Photo 1 — Analyse d'un couple



Cette image illustre la **règle des tiers en 6 cases** — mais aussi comment la détourner avec intention. Chaque zone de la photo raconte quelque chose. Décryptons-la ensemble.

## ① Sujet principal

Placer les personnages sur le tiers gauche attire naturellement le regard vers eux.

## ② Ligne verticale

Le couple est positionné sur cette ligne. L'œil adhère naturellement à cette zone.

## ③ Espace négatif

Cet espace vide à droite apporte de l'air et met encore plus en valeur le couple.

## ④ Mouvement & élan

Place dans une zone active : crée une sensation dynamique et donne vie au couple.

## ⑤ Stabilité

Le bas de l'image reste ancré. Les pieds du couple sont bien présents dans la photo.

## ⑥ Profondeur & contexte

L'espace complète l'histoire du lieu sans distraire l'attention du sujet principal.

# Les choix techniques qui font la différence

## Les règles sont faites pour être brisées

On parle souvent de la règle des tiers, mais ici, elle est **volontairement détournée**. Si l'on imagine la photo découpée en plusieurs cases, notre instinct nous pousserait à placer le couple au centre.

Et pourtant... **le couple est décalé sur la gauche**.

→ Ce choix crée un déséquilibre maîtrisé qui attire naturellement l'œil et donne une sensation de liberté. L'image devient plus légère, plus aérienne.

## L'espace pour respirer

La partie vide à droite s'appelle l'**espace négatif**.

→ Il permet de :

- Mettre davantage en valeur le couple
- Donner de la respiration à l'image
- Éviter une composition trop lourde

La photo *respire*.

## Les points d'interaction

Plusieurs éléments créent du **lien visuel** :

- Les mains qui se touchent
- Le baiser
- Les corps rapprochés

→ L'œil circule naturellement entre ces zones, ce qui renforce la lecture de l'image.

# Ce qui donne l'âme à la photo

1

## Une émotion sincère

Le geste est naturel, non figé. → On ressent une **vraie connexion**.

2


## La robe en mouvement

La robe qui s'envole apporte de la vie. → Sans ce détail, l'image serait beaucoup plus statique. On recherche ici le **mouvement et la dynamique**.

3

## La connexion du couple

Les corps doivent être proches, les têtes idéalement rapprochées. On **"ferme" l'espace** pour traduire la complicité.

 Le langage corporel est essentiel : il exprime le soutien, raconte une relation, et crée une interaction romantique. Trop de distance casserait cette connexion. Ici, le lien est **fort et visible**.

# Plein pied, face objectif



## Format & intention

Le format portrait **allonge la silhouette** et met en valeur les courbes. Objectif : sublimer le ventre.

## Position du corps

Ne jamais avoir les jambes totalement droites. Plier légèrement les genoux, se mettre sur la pointe des pieds. ➡ Crée un **point d'amincissement**.

## Placement des mains

Une main sous le ventre, une main à la hanche. ➡ Guide le regard, structure la pose et fait **ressortir les courbes**.

## 💡 Éclairage

Lumière douce et frontale décalée, légèrement à gauche, orientée vers le bas. Modificateur parapluie. ➡ Résultat : ombres très légères, **lumière enveloppante et flatteuse**.

# Plan américain, trois quarts



## Angle & mise en valeur

Position de trois quarts ou légèrement de profil. →  
Idéal pour **accentuer le volume du ventre**.

## Posture

Genoux légèrement pliés, jambe la plus proche de l'objectif fléchie. → Crée de la profondeur et **met le ventre en avant**.

## Placement des mains

Une main sur le ventre, une main sous le ventre. →  
**Double point d'attention visuel**.

## Regard & expression

Regard vers l'objectif, léger sourire. → **Connexion directe** avec le spectateur.

- ✓ Le contraste sujet/fond est parfaitement maîtrisé : fond sombre, tenue colorée. La lumière de type **softbox** glisse doucement sur le ventre et le visage.

# Pose naturelle de bébé qui dort



## ① Placement du sujet

Le visage du bébé est positionné proche de l'**intersection haut gauche** — là où l'œil humain se pose naturellement en premier. On regarde directement ce qui compte : l'émotion et la douceur.

## ② Lecture naturelle

Le corps s'étire vers la droite. La robe crée une ligne douce et fluide : **visage → corps → pieds → texture du plaid**. C'est fluide, sans rupture.

## ③ Équilibre visuel

Le haut (lit en rotin) **structure** l'image. Le bas (matière blanche douce) **apporte du calme**. Le bébé n'est pas centré → moins statique, plus vivant.

## ④ Espace vide & cohérence artistique

L'espace à droite met en valeur la robe et donne une sensation de légèreté. Tons doux (rose/beige/blanc), matières cocooning, pose naturelle — **tout est harmonieux**.