12 DÉFIS PHOTO DE NATURE

FICHE AIDE-MÉMOIRE & ANTI-ROUTINE DE TERRAIN

DÉFI 01 ☐

L'objectif unique

Sortie complète avec 1 seule focale fixe (ou zoom bloqué). Forcez votre corps à se déplacer.

Le piège : Ne maudissez pas vos limites, exploitez le cadre imposé !

DÉFI 02 ☐

100% Priorité Diaphragme

Fixez l'ouverture (ex: f/2.8 ou f/11) sans y toucher. Domptez la profondeur de champ.

Le piège : Attention à la surexposition en plein soleil à f/2.8.

DÉFI 03 ☐

Le monde en Noir & Blanc

Configurez le viseur en monochrome. Concentrez-vous sur les textures, contrastes et formes.

Le piège : Jugez la scène par sa lumière, pas par ses couleurs.

DÉFI 04 ☐

Le portrait de pied d'herbe

Choisissez 1 sujet micro (mousse, champignon) et réalisez 5 cadrages radicalement différents.

Le piège : Ne restez pas debout, mettez-vous au ras du sol !

DÉFI 05 ☐

L'heure bleue express

Interdiction d'afficher l'écran pendant les 15 minutes clés avant/après le soleil. Fiez-vous à l'instinct.

Le piège : Résistez au besoin d'analyser chaque prise immédiatement.

DÉFI 06 ☐

Chasse au négatif space

Sujet occupant moins de 20% du cadre. Épurez la scène pour laisser respirer la composition.

Le piège : Le vide doit avoir une matière (brume, texture, dégradé).

DÉFI 07 ☐

Le peintre de la nature

Vitesses lentes (1/10s à 1s) avec filé ou zoom-burst sur éléments mobiles (eau, vent, oiseaux).

Le piège : Utilisez un trépied si vous souhaitez un élément fixe net.

DÉFI 08 ☐

Profondeur immersive

Intégrez obligatoirement un premier plan fort à moins de 50 cm du verre de l'objectif.

Le piège : Fermez votre diaphragme (f/8 - f/11) pour garder de la netteté.

DÉFI 09 ☐

Le cadre dans le cadre

Encadrez votre sujet à travers des éléments naturels (branches, rochers, feuillages).

Le piège : Le cadre doit être une fenêtre subtile, pas un obstacle.

DÉFI 10 ☐

L'unique batterie

1 seule batterie, 1 seule carte. Interdiction de mitrailler : 1 déclenchement = 1 intention.

Le piège : Observez plusieurs minutes avant de presser le bouton.

DÉFI 11 ☐

Le contre-jour radical

Shootez face à la lumière. Jouez avec les ombres chinoises, silhouettages et halos.

Le piège : Ne regardez jamais le soleil de midi dans un viseur optique !

DÉFI 12 ☐

L'immobilité (15 min)

Asseyez-vous sur 1 m² et restez immobile 15 minutes sans toucher à l'appareil avant de shooter.

Le piège : Installez-vous confortablement pour éviter de bouger.

📌 **CARNET DE TERRAIN (SPOT / MÉTÉO / RÉFLEXIONS) :**