LES 30 RACCOURCIS AFTER EFFECTS INDISPENSABLES

Les raccourcis que j'utilise tous les jours en motion design, rangés en 5 familles. Pour chacun : la version Mac, la version Windows et le bon moment pour t'en servir.

Source : référence officielle d'Adobe, « Keyboard shortcuts in After Effects » (mise à jour du 5 mai 2026), vérifiée le 13 novembre 2026. Raccourcis du jeu par défaut.

01 NAVIGATION ET LECTURE

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
01	***Lancer ou arrêter la prévisualisation***	Espace	Espace
	Le réflexe de base : lancer la lecture pour juger un mouvement, puis l'arrêter sur l'image à corriger.		
02	***Image suivante / précédente***	Cmd + → / Cmd + ← ou Pg. suiv / Pg. préc	Pg. suiv / Pg. préc ou Ctrl + → / Ctrl + ←
	Pour caler une image clé ou vérifier un détail image par image.		
03	***Avancer / reculer de 10 images***	Cmd + Maj + → / Cmd + Maj + ← ou Maj + Pg. suiv / Maj + Pg. préc	Maj + Pg. suiv / Maj + Pg. préc ou Ctrl + Maj + → / Ctrl + Maj + ←
	Pour parcourir une animation par sauts réguliers et repérer vite l'endroit qui accroche.		
04	***Élément précédent / suivant (image clé, repère)***	J / K	J / K
	Pour sauter d'une image clé à l'autre sur les propriétés affichées, avant d'ajuster une valeur.		
05	***Point d'entrée / de sortie du calque***	I / O	I / O
	Pour aller directement au début ou à la fin du calque sélectionné.		

02 CALQUES

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
06	***Nouveau solide***	Cmd + Y	Ctrl + Y
	Pour créer un fond, une forme de base ou un support d'effet.		
07	***Nouveau calque d'effets (réglage)***	Cmd + Option + Y	Ctrl + Alt + Y
	Pour appliquer un effet ou un étalonnage à tous les calques situés en dessous, d'un seul coup.		
08	***Nouvel objet nul***	Cmd + Option + Maj + Y	Ctrl + Alt + Maj + Y
	Pour piloter plusieurs calques depuis un seul parent : mouvement d'ensemble, rig simple.		
09	***Dupliquer***	Cmd + D	Ctrl + D
	Pour décliner un calque, un masque ou un effet sans repartir de zéro.		
10	***Scinder le calque***	Cmd + Maj + D	Ctrl + Maj + D
	Pour couper le calque sélectionné à l'instant courant. Attention : sans sélection, tous les calques sont scindés.		
11	***Précomposer***	Cmd + Maj + C	Ctrl + Maj + C
	Pour regrouper plusieurs calques dans une sous-composition et garder un montage lisible.		
12	***Couper l'entrée / la sortie à l'instant courant †***	Option + [/ Option +]	Alt + [/ Alt +]
	Pour raccourcir un calque pile à l'image voulue, sans le faire glisser à la souris.		

03 PROPRIÉTÉS ET IMAGES CLÉS

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
13	***Position, Échelle, Rotation, Opacité, Point d'ancrage***	P / S / R / T / A	P / S / R / T / A
	Pour n'afficher que la propriété à animer. Ajoute Maj pour en afficher plusieurs à la fois.		

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
14	***Propriétés qui ont des images clés*** Pour retrouver d'un coup tout ce qui est animé sur les calques sélectionnés.	U	U
15	***Propriétés modifiées*** Pour voir tout ce qui a été changé, pratique quand tu reprends le projet de quelqu'un d'autre.	UU	UU
16	***Ajouter ou retirer une expression*** Le point de départ de toute expression (wiggle, loopOut, liens entre propriétés).	Option + clic sur le chronomètre	Alt + clic sur le chronomètre
17	***Lissage de vitesse (Easy Ease)*** Pour adoucir l'entrée et la sortie des images clés sélectionnées : fini les mouvements robotiques.	F9	F9
18	***Décaler l'image clé d'une image*** Pour avancer ou retarder l'image clé sélectionnée à l'image près.	Option + → / Option + ←	Alt + → / Alt + ←
19	***Éditeur de graphiques*** Pour passer des barres de calque aux courbes et peaufiner l'accélération d'un mouvement.	Maj + F3	Maj + F3

04 *COMPOSITIONS*

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
20	***Nouvelle composition*** Pour démarrer une nouvelle scène ou une nouvelle déclinaison de format.	Cmd + N	Ctrl + N
21	***Paramètres de composition*** Pour changer la durée, la cadence ou le format (16:9, 9:16) de la composition sélectionnée.	Cmd + K	Ctrl + K
22	***Début / fin de la zone de travail*** Pour limiter la prévisualisation et le rendu au passage sur lequel tu travailles.	B / N	B / N
23	***Recadrer la composition sur la zone de travail*** Pour couper la durée de la composition une fois le timing calé.	Cmd + Maj + X	Ctrl + Maj + X
24	***Envoyer à Adobe Media Encoder*** Pour exporter dans le format voulu pendant que tu continues à travailler dans After Effects.	Cmd + Option + M	Ctrl + Alt + M

05 *OUTILS ET AFFICHAGE*

N°	ACTION ET USAGE	MAC	WINDOWS
25	***Outil Sélection*** Pour revenir à l'outil de base et déplacer tes calques.	V	V
26	***Outil Main*** Pour te déplacer dans la composition. Maintenir Espace l'active le temps du geste.	H ou maintenir Espace	H ou maintenir Espace
27	***Outil Plume*** Pour dessiner un masque ou un tracé. Un nouvel appui passe à l'outil Contour progressif du masque.	G	G
28	***Outils de forme*** Chaque appui passe à l'outil suivant : Rectangle, Rectangle arrondi, Ellipse, Polygone, Étoile.	Q	Q
29	***Outil Texte*** Pour écrire directement dans la composition. Un second appui bascule entre horizontal et vertical.	Cmd + T	Ctrl + T
30	***Pleine résolution / demi-résolution*** Pour alléger la prévisualisation quand la machine rame, puis revenir en pleine résolution pour juger les détails.	Cmd + J / Cmd + Maj + J	Ctrl + J / Ctrl + Maj + J

Raccourcis du jeu par défaut d'After Effects. Si tu les as personnalisés, vérifie-les dans Édition > Raccourcis clavier.
UU : deux appuis rapides sur la même touche.

Sur Mac, si les touches F1 à F12 règlent le son ou la luminosité, ajoute la touche fn.
† Touche de ponctuation : sur un clavier AZERTY, son emplacement change. Repère la bonne touche dans Édition > Raccourcis clavier.