Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

Rzeczpospolita Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

Założenia techniczne, realizatorskie i estetyczne

Raport podsumowuje prace podczas projektu pod tytułem Trening interakcji społecznych w czasach „stories”, realizowanego ze środków europejskich, w ramach projektu grantowego Międzynarodowa współpraca się opłaca (Grupa Profesja).

“Stories” w szkoleniach kompetencyjnych

Jak zorganizować ćwiczenia kompetencyjne z wykorzystaniem nagrań video wykonanych przez osoby szkolone?

NARZĘDZIA

Nagrywanie:

- Smartfon
- Tablet
- Kamera sportowa
- Aparat fotograficzny z funkcją nagrywania video (lustrzanka, bezlusterkowiec)

Sprzęt wspomagający:

- Statyw
- Mikrofon
- Oświetlenie
- Modyfikator światła (blenda)

MENU
INFO
AF-ON
START/STOP
RATE
SET
LOCK

STABILIZACJA NAGRANIA

Statyw elastyczny (lewy dolny róg) pozwala niskim kosztem (od kilkunastu zł) ustabilizować aparat lub smartfona. Taki statyw można ustawić na meblach, dopasowując jego kształt do przestrzeni.

Klasyczne statywy fotograficzne oferują większe możliwości (duża wysokość pracy) za większą cenę. Statywy fotograficzne mogą być również mniej poręczne (trudniej ustawić w ciasnej przestrzeni).

Głowica kulowa pozwala łatwiej manipulować ustawieniem kamery.

AUDIO

- dźwięk nagrania jest ważniejszy niż obraz
- jakość dźwięku dramatycznie spada wraz z odległością od osoby nagrywanej
- powyżej 1 metra warto zastosować dodatkowy mikrofon
    - np. mikrofon krawatowy wpięty w koszulę
    - lub mikrofon kierunkowy (rozwiązanie droższe niż krawatowy)

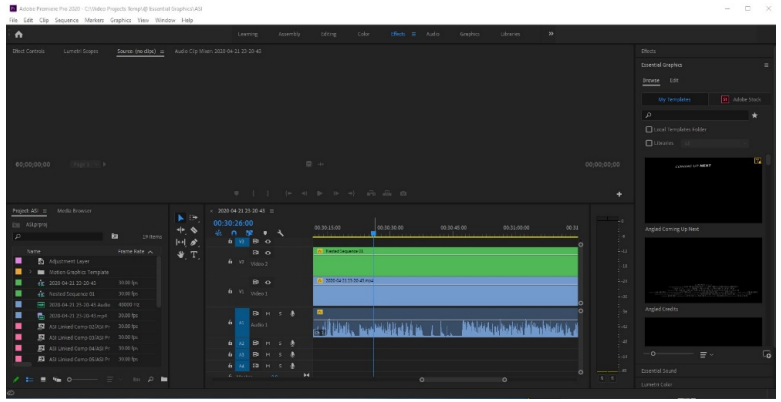
AUDIO – jak podłączyć mikrofon

Smartfon / Tablet

- Wtyk mini-jack TRRS (typowy wtyk dla zestawów słuchawkowych, łączący styki mikrofonu i słuchawek)
- Mikrofony bez słuchawek przeznaczone do używania ze smartfonem również mają wtyk TRRS
- Jak rozpoznać: 4 styki / 3 paski izolujące
- Niektóre urządzenia wymagają przejściówki USB

Kamera / Aparat cyfrowy z możliwością nagrywania

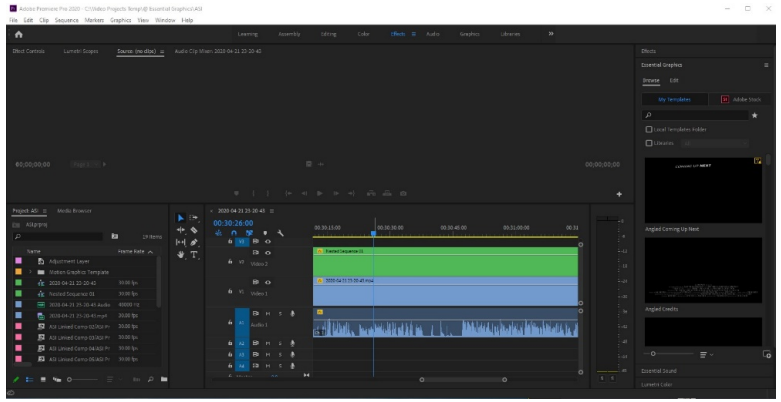
- Wtyk mini-jack TRS (wtyk samodzielnego mikrofonu lub słuchawek)
- Jak rozpoznać: 3 styki / 2 paski izolujące
- Niektóre urządzenia (profesjonalne) mogą korzystać z wtyków XLR zamiast mini-jack.



EDYCJA VIDEO

- Większość urządzeń mobilnych posiada wbudowane (darmowe) narzędzia do edycji video

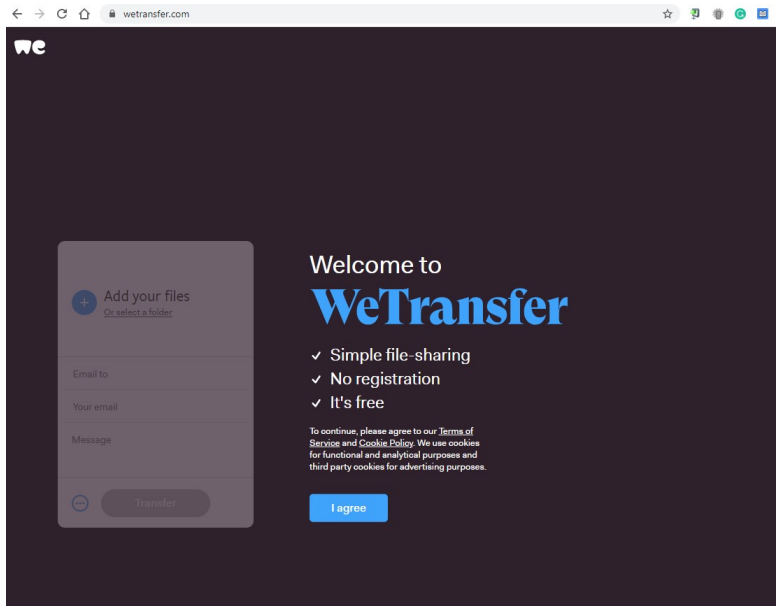
- Nie zalecamy wykorzystania płatnych narzędzi, ale są one dostępne (jeśli ktoś posiada / umie używać)
i mogą dać większe możliwości edycji.



EDYCJA VIDEO

- Podstawowym celem edycji video (w kontekście projektu) jest usunięcie niepotrzebnych fragmentów nagrania – szczególnie początku i końca (czynności techniczne – uruchomienie, wyłączenie nagrania).

- Edytora video można też użyć do sklejenia kilku fragmentów video lub montażu nagrania z przebitkami (ujęcia ilustrujące wypowiedź lub zdjęcia).



UDOSTĘPNIANIE

- Darmowym narzędziem do udostępniania video jest WeTransfer lub serwisy video (np. Youtube).

- Można też korzystać z dysków sieciowych, usług chmurowych (Google Drive, Dropbox) lub serwerów FTP.

- Organizacja, prowadząca szkolenie, może przygotować interfejs udostępniania plików.

- Odradzamy użycie maila – ze względu na rozmiar plików.

WARUNKI TECHNICZNE

Zalecany format nagrania

- Rozdzielczość HD (720p) lub Full HD (1080p)
- Pliki w formacie mp4, mpeg, avi, mov
- 24, 25 lub 30 klatek na sekundę

ZNIEKSZTAŁCENIE GEOMETRYCZNE

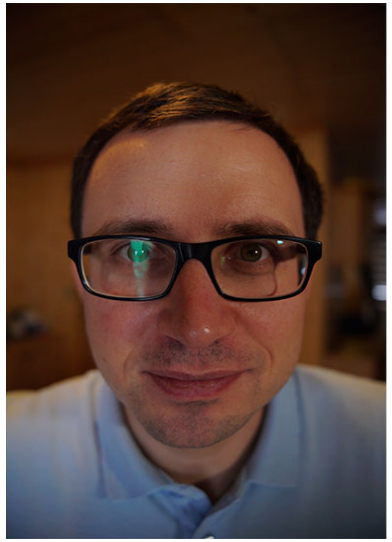
ZNIEKSZTAŁCENIE GEOMETRYCZNE

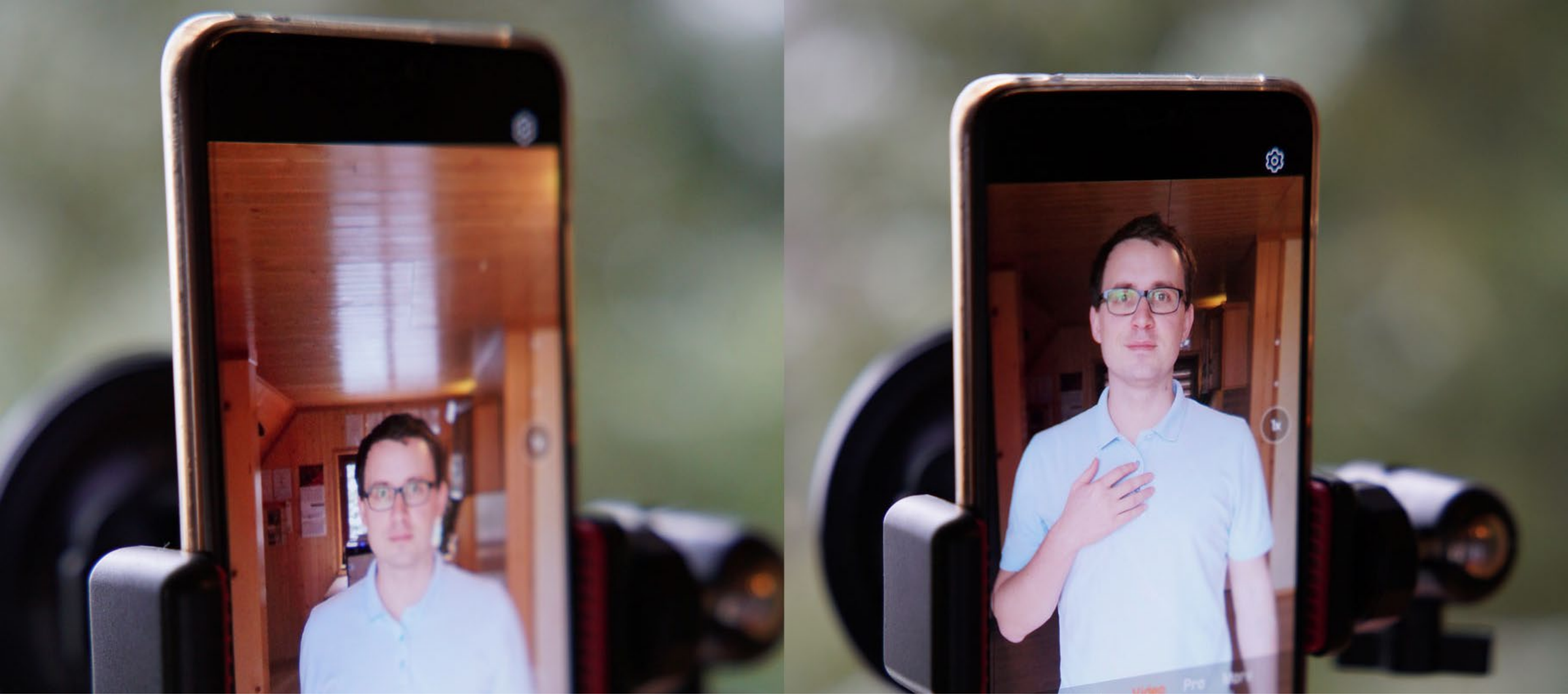
Obiektyw szerokokątny:

- silne zniekształcenie geometryczne
- widoczne obiekty w tle

Obiektyw standardowy

- poprawna geometria
- mniej obiektów w tle (ciaśniejszy kadr)





KOMPOZYCJA

KOMPOZYCJA

Błąd:

- głowa w punkcie centralnym
- nadmiar pustej przestrzeni nad osobą nagrywającą video

Poprawny kadr

- postać wypełnia cały kadr

OŚWIETLENIE

Typowe oświetlenie w warunkach domowych – w trudnych warunkach oświetleniowych nie należy przesadzać z wymaganiami – wystarczy, jeśli twarz będzie równomiernie oświetlona.

Warto zalecić ustawienie oświetlenia minimalnie ukośnie.

Zbyt duże kontrasty i cienie – silne źródło światła świecące ukośnie na twarz rzuca wyraźne cienie.

Przy nagrywaniu video lepiej użyć bardziej rozproszonego źródła światła.

Lampa górna – silne źródło światła and głową osoby, która nagrywa, rzuca wyraźne cienie w dolnej części twarzy.

W takiej sytuacji warto oddalić się od źródła światła i zmienić kąt padania światła na twarz.

Horror – oświetlenie z dołu, typowe dla filmów grozy. Nie polecamy w szkoleniach kompetencyjnych, chyba że celem jest odegranie roli, w której taka atmosfera jest celowa.

W takiej sytuacji warto oddalić się od źródła światła i zmienić kąt padania światła na twarz.

Oświetlenie dolne może być przydatne, jeśli ma zrównoważyć oświetlenie górne (doświetlić cienie).

Sugerowany układ – nagranie na wprost okna przez które wpada przytłumione światło.

Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

Rzeczpospolita Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

Założenia techniczne, realizatorskie i estetyczne

Raport podsumowuje prace podczas projektu pod tytułem Trening interakcji społecznych w czasach „stories”, realizowanego ze środków europejskich, w ramach projektu grantowego Międzynarodowa współpraca się opłaca (Grupa Profesja).