

STEMSOFT



Retningslinjer for bruk av videodokumentasjon

Oslo, august 2023

Dette prosjektet er finansiert med støtte fra EU-kommisjonen. Denne publikasjonen gjenspeiler kun synspunktene til forfatterne og prosjektpartnerne. Kommisjonen kan ikke holdes ansvarlig for bruk som kan gjøres av informasjonen deri.



Erasmus+ 2020-1-NO01-KA226-VET-094190

Innholdsfortegnelse

Håndbok for videoopptak	3
Innledning	3
Planlegging	3
Filming	4
Redigering.....	8
Videopresentasjon ved hjelp av en PC	9
Planlegging	9
Opplasting av videoer til Skillsbank– Retningslinjer for bruker.....	10

Håndbok til videoinnspilling

Introduksjon

Denne Håndboken inneholder beskrivelse av grunnleggende ferdigheter for videoinnspilling, som å lage et manus/storyboard, planlegge opptaket, sjekklister for selve filmingen og tips til etterproduksjon. Det er også et avsnitt som beskriver hvordan du kan lage en videopresentasjon ved hjelp av PC eller Mac. Formålet med dette dokumentet er å hjelpe studenter og andre med å presentere sine kunnskaper og ferdigheter gjennom videoopptak.

Planlegging

Det viktigste når du spiller inn en video er planlegging. Bestem deg tidlig for hva du vil oppnå med videoen. Husk at det er lettere å filme en kort, spesifikk oppgave, i stedet for en lang og kompleks en. Du bør deretter skrive ned hvilke verktøy og komponenter du trenger.

Du bør også designe et storyboard, hvor du i detalj beskriver alle trinn du trenger for å lage videoen. Storyboardet bør inkludere scenene, manuset og de forskjellige opptaksvinklene. Noter når du skal starte og stoppe de forskjellige klippene.



Sjekkliste:

- Når?
- Sted
- Hvilke læringsutbytter skal dokumenteres.
- Hvilke aktiviteter skal dokumenteres? Gi en kort beskrivelse, steg for steg
- Skal det være en dialog?
- Hva slags utstyr er nødvendig?
- Er det behov for andre grafiske elementer?
- Andre nødvendige rekvisitter?
- Personer som skal være med i opptaket.
- Noen sikkerhetsutfordringer?

Etter å ha planlagt aktivitetene, bør du sjekke at du har det riktige utstyret for opptaket. En telefon bør være tilstrekkelig så lenge du filmer i landskapsmodus. Det er nyttig å ha utstyr for lydopptak. En telefon, plassert ved siden av deg, burde være nok. Selv om det er best å ha en partner til å filme, kan filmingen også gjøres ved hjelp av et stativ. Husk også å legge til grafiske elementer og/eller tale som vil bli lagt til i redigeringen. Hvis du legger til en dialog, er det ekstremt viktig å øve, det er vanskeligere enn du tror når opptaket starter.

Sjekkliste til storyboard:

- Fokuser på det viktigste, gjør det enkelt.
- Lag en liste av hvert trinn i innspillingen. fra start til slutt.

- Ha en beskrivelse/oversikt for begynnelsen, midten, og avslutningen.
- Fortell en historie: Engasjer ditt publikum og utform videoen på en mest mulig effektiv måte.
- Ikke alt behøver å ha tale.
- Beskrivende stil eller bør personene snakke sammen?
- Vil den være nødvendig å legge til grafisk elementer eller tale i etterproduksjon? I så fall, husk det når du lager storyboardet.
- Husk at stillbilder kan være veldig nyttig for å belyse bestemte detaljer, etc.
- Gå gjennom hvert steg av innspillingen, og om nødvendig øv før innspillingen.

Filming

Når du er klar for selve filmingen, sørg for at alt filmutstyr og teknisk utstyr er klart og riktig plassert. Kontroller at lyset er godt nok, og at kameraet filmer fra riktig vinkel. Det kan være nyttig å gjøre et testopptak. Sjekk at lys og lyd er bra. Fortsett deretter med filmingen. Mens du filmer, legg merke til de forskjellige klippene i storyboardet, slik at du kjenner kronologien til klippene. Dette vil hjelpe mye i etterproduksjonen.

Generelle forslag til innspilling:

- Før du starter, se over manus/storyboard en gang til.
- Huske å presentere emnet for videoen (dette kan også gjøres i etterproduksjonen)
- Presenter verktøy/utstyr/aktivitet som vises i videoen.
- Sikkerhetsutstyr og risikoer som bør nevnes?
- Forsøk å gjøre opptaket rett foran personen (avhengig av aktivitet selvfølgelig)
- Del opp innspillingen i oversikt og detaljer.

Ting å ta hensyn til/vurdere ved innspilling innendørs:

- Rydd pulten så godt som mulig, fjern gjenstander det er ikke behov for.
- Så langt som mulig: begrens antall personer i rommet.

Ting å ta hensyn til/vurdere ved innspilling utendørs:

Værprognose:

- Tid på dagen
- Velg opptaksstedet nøye og vær oppmerksom på:
 - Lyset
 - Forstyrrende elementer i bakgrunnen
 - Støyende miljø

Testopptak:

Etter å ha tatt opptak i noen få minutter, sjekk:

- Eksponering: underekspontert, noen områder overeksponert?

- Fokus: er objektet i fokus?
- Er lydnivå ok? for lavt eller for høyt (unngå klipping, forstyrrende lyd)
- Hodetelefoner kan være veldig nyttig for å sjekke lydnivå/-kvalitet.

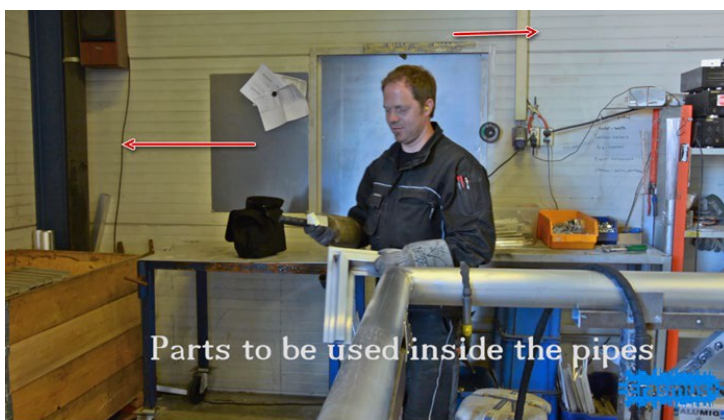
Under opptak:

- Se mot kamera, hvis du er i bildet og hvis du forklarer noe.
- Snakk sakte og ha et «enkelt språk».
- I hvert klipp, legg til en liten "intern" dialog av hva som skal presenteres, det gjør etterproduksjonen enklere.
- Hvis du trenger å endre kameravinkelen under opptaket, stopp opptaket, juster og fortsett.

Eksempler av typisk problemer:



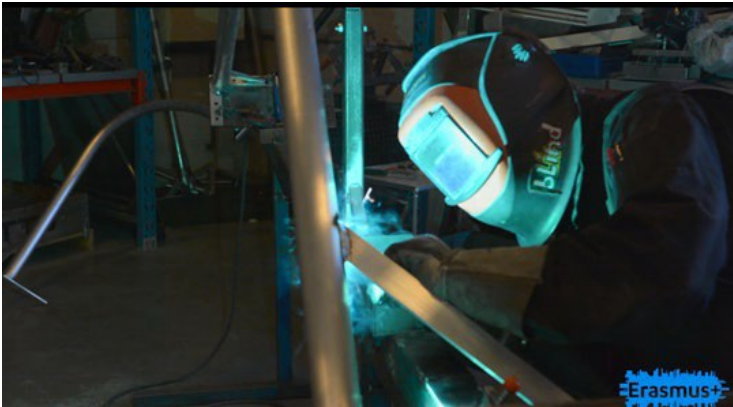
- Problem med bakgrunnsbelysning
- Støyende miljø
- Videooptak/klipp ikke bra: Panorerer for raskt



- Farge støpt/feil hvitbalanse (fargetemperatur)



- Se inn i kameraet.



- Vanskelig å se...



- For nærme
- Venstre arm i veien.



- Forstyrrende «Aktivitet» i bakgrunnen

Redigering

Redigering er antageligvis den viktigste delen av en filmproduksjon. Her vil du kombinere alle klipp, lydfiler og grafikk til en ferdig film. I dette prosjektet anbefaler vi gratisversjonen av DaVinci Resolve, som er et omfattende og brukervennlig program. Det er mange gode opplæringsvideoer på YouTube. Du kan også bruke Windows Film Maker eller lignende programmer, eller til og med apper direkte på telefonen din.

Husk å legge til undertekster og grafikk hvis du trenger det. Undertekster kan være nyttig hvis du har filmet i omgivelser med forstyrrende lyder. Du kan også legge til bilder eller diagrammer for å forklare prosessen med oppgaven ytterligere.

Videopresentasjon ved hjelp av en PC

For en personlig presentasjon av et spesifikt emne som ikke inkluderer praktisk oppgaver, er videopresentasjon på PC-en et godt alternativ.

Det finnes ulike programmer for å ta opptak av deg selv og presentasjonen din (screencast) på en PC. Eksempler på gratis programvarer: OBS Studio eller Google lysbilder, hvis du har Microsoft Office kan du bruke PowerPoint. YouTube vil gi deg mer informasjon om hvordan du bruker disse programmene.

Du trenger en PC med webkamera. Det er mulig å koble et kamera til en PC, men det krever et separat videokort. En ekstern mikrofon kan brukes hvis din PC har en mikrofoninngang eller mikrofonen kan kobles til USB.

Planlegging

De viktigste stegene er å skrive et manus om hva du ønsker å presentere og hvor lang den bør være. Du må også vurdere om det er behov for å legge til grafikk/tekst eller andre visuelle elementer.

Sjekkliste til planlegger:

- Skrive manus og øve.
- Forbered eventuell grafiske elementer som skal være med
- Lag presentasjon i et presentasjonsprogram

Sjekkliste før innspilling:

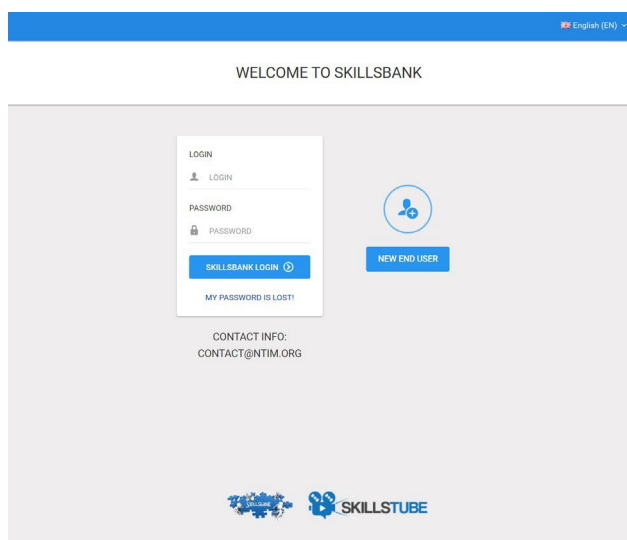
- Sjekk at du har gode lysforhold
- Unngå forstyrrende gjenstander bak deg
- Vær sikker på at du ikke vil bli forstyrret
- Gjør en testinnspilling, Sjekk til lys og lyd

Sjekkliste under opptak:

- Se inn i kameraet
- Snakk sakte og bruk et "enkelt", men engasjerende språk.

Opplasting av videoer til Skillsbank–Retningslinjer for bruker

For full oversikt over Skillsbank se videointroduksjonen [her](#).



English (EN) ▼

WELCOME TO SKILLSBANK

LOGIN

LOGIN

PASSWORD

PASSWORD

SKILLSBANK LOGIN

NEW END USER

MY PASSWORD IS LOST!

CONTACT INFO:
CONTACT@NTIM.ORG

SKILLSBANK SKILLSTUBE

Sluttbruker- / student- / lærlingvideoer vil være koblet til individets egen profil i Skillsbank. For å sette opp din egen profil bør trinnene nedenfor følges:

Hvis dette er de første gang du bruker Skillsbank – gå til www.Skillsbank.eu og velg "Ny End user"



+ UPLOAD

BAKSTAGE EGREEN STEMSOFT BEWELL OTHER

GENDER

MALE
 OTHER

FEMALE
 DO NOT INDICATE

FIRST NAME

LAST NAME

EMAIL

LOGIN

PASSWORD

ADDRESS

POSTAL CODE

CITY

COUNTRY :

SELECT COUNTRY

DATE OF BIRTH

PHONE NUMBER

FACEBOOK

SKYPE

LINKEDIN

[GDPR AND PRIVACY POLICY](#)

CANCEL

SAVE

STEMSOFT

BAKSTAGE EGREEN STEMSOFT BEWELL OTHER

Target Group

Target Group

- Velg målgruppen.

Fyll ut skjemaet...

...og lagre din informasjon.

Du er nå en registrert bruker av Skillsbank og kan bevege seg direkte framover til skjermen hvor din utdanningsbakgrunn og arbeidserfaring kan registreres.

For å laste opp video, gi den en beskrivende tittel, velg type video og legg til mulige forklarende kommentarer:

Du trenger ikke velg kvalifikasjon og læringsutbyttebeskrivelse.

Når du er ferdig vil din Skillsbank profil se som dette, klikk på kameraikonet for å se videoen.

Dangerous Solvents 27.09.2022_

