

MANUAL

GRABACIÓN DE VÍDEO

CREASALUD



Edición: **Farmamundi 2019**.

Diseño y maquetación: **Labox Marketing y Comunicación**.

Este trabajo se encuentra bajo la licencia **Creative Commons**:



CC BY-NC-SA (Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual)

Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

Financian:



ÍNDICE

1.	LA HERRAMIENTA: CINEMA FV-5	4
2.	COMPOSICIÓN	8
3.	ILUMINACIÓN	12
4.	MOVIMIENTO	13
5.	SONIDO	14
6.	EL TIPO DE IMAGEN	15

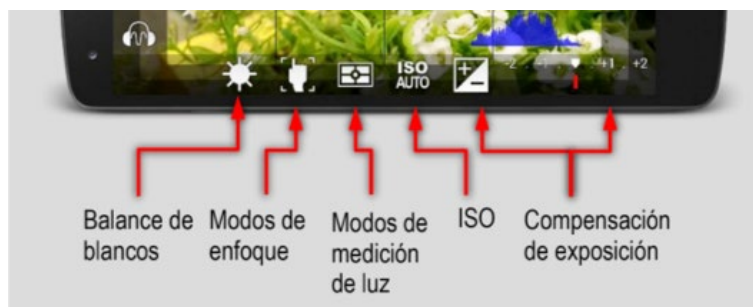
1 LA HERRAMIENTA: CINEMA FV-5

Esta es una de las muchas herramientas de grabación disponibles. Cinema FV 5 funciona como la mayoría de cámaras de móvil, su peculiaridad es que permite conectar **un micrófono** a través de la salida de audio.



Disponible en Google Play Store de manera gratuita.

Los principales controles están siempre disponibles en la parte inferior de la pantalla. Cambiar cualquiera de esos controles es tan sencillo como dar dos toques sobre ellos, con lo que podrás ver sus efectos reflejados en el visor. Podrás incluso modificar esos parámetros durante la grabación.



CONFIGURACIÓN

Al pulsar en la rueda superior derecha, puedes acceder a las herramientas de configuración, donde podrás modificar cualquier aspecto del vídeo: cámara, sonido, vídeo, ajustes del visor,...



Para utilizar el micrófono, debes configurarlo. Para ello ve a la configuración del Audio y asegúrate que en **Fuente de audio** está seleccionada la opción **“External mic”**.



En la barra lateral izquierda, bajo la configuración, encontrarás más herramientas de ajustes:



- ▶ Contiene controles del vídeo y visor como estabilización de imagen o la rejilla de composición
- ▶ Modo de iluminación
- ▶ Monitorización de audio
- ▶ Botón de reproducción

SONIDO

Para grabar el testimonio de la persona entrevistada utiliza un micrófono de corbata; de esta manera se recogerán mejor sus palabras. Para ello, inserta el cable del micrófono en el conector de los auriculares.



La luz verde de la esquina superior izquierda, indica que el sonido está entrando bien. Puedes comprobar la grabación, pulsando el botón de reproducción. Una vez asegurado que el sonido entra bien, pulsa al REC/botón de grabación.



2 COMPOSICIÓN

Compagina diferentes tipos de planos para hacer tu vídeo más atractivo y completo.

PLANOS CORTOS

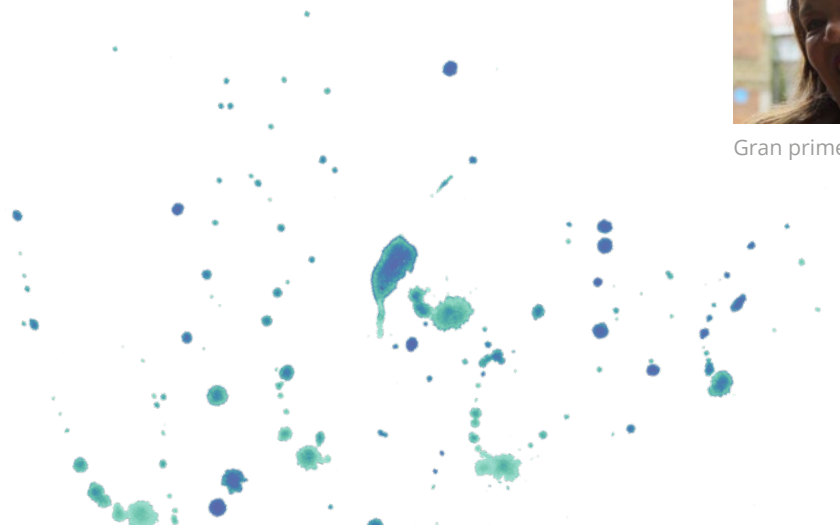
Se corresponden con una distancia íntima, sirven para mostrar confianza e intimidad respecto a la persona que estamos grabando o destacar detalles que de otra manera pasarían desapercibidos.



Primerísimo primer plano



Gran primer plano



PLANOS MEDIOS

Sitúan el centro de la acción y nos presentan a sus protagonistas. Se corresponde con la distancia de relación personal, distancia adecuada para mostrar la realidad de las personas.



Primer plano



Primer plano amplio



Plano medio



Planos recomendados para la realización de entrevistas

PLANOS LARGOS

Tienen un valor descriptivo. Muestra el entorno que rodea a la persona o al objeto, como un amplio escenario. Se da así más relevancia al contexto que a las figuras que se graban.



Plano general



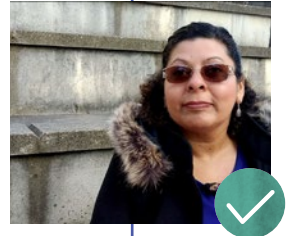
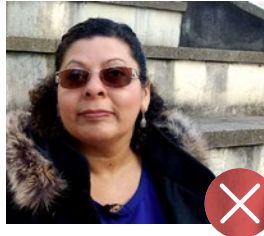
Plano muy general

Sigue estos consejos para asegurar que tu vídeo sale perfecto

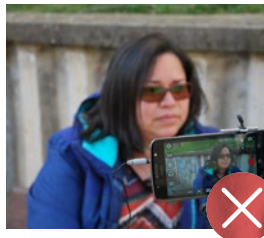
Encaja bien la figura en la pantalla.



Deja espacio en el sentido lógico de la mirada.



Evita objetos que se interpongan entre los personajes.



Graba siempre en horizontal

3 ILUMINACIÓN



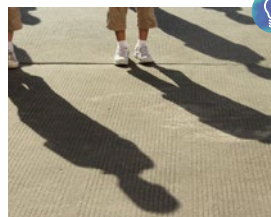
Utiliza luz natural.

Procura grabar con luz natural, en exteriores. Durante la noche y en interiores, la poca iluminación dificulta la grabación. Ten cuidado también si hace mucho sol, la imagen puede quemarse y salir muy blanca.



Cuidado con los contraluces.

Procura tener siempre la luz a tus espaldas al grabar y la acción bien iluminada.



Cuidado con las sombras.

En ocasiones tu propia sombra puede aparecer en el plano o proyectada sobre el personaje.

4 MOVIMIENTO



Usa trípode.


Para conseguir una imagen más estable usa trípode, monopie o sujeta la cámara o el móvil con las dos manos apoyando los codos en el cuerpo.




No hagas movimientos bruscos.


Procura no mover el móvil demasiado bruscamente mientras grabas. La imagen se distorsiona y quien esté viendo el vídeo puede marearse.


5 SONIDO


 Si no usas el micrófono, procura acercarte lo máximo posible a la persona que habla.

 Si usas el micrófono durante las entrevistas, haz una prueba de audio antes de comenzar.



 Si estás grabando en la calle procura elegir un sitio silencioso, evita las obras, el tráfico,...

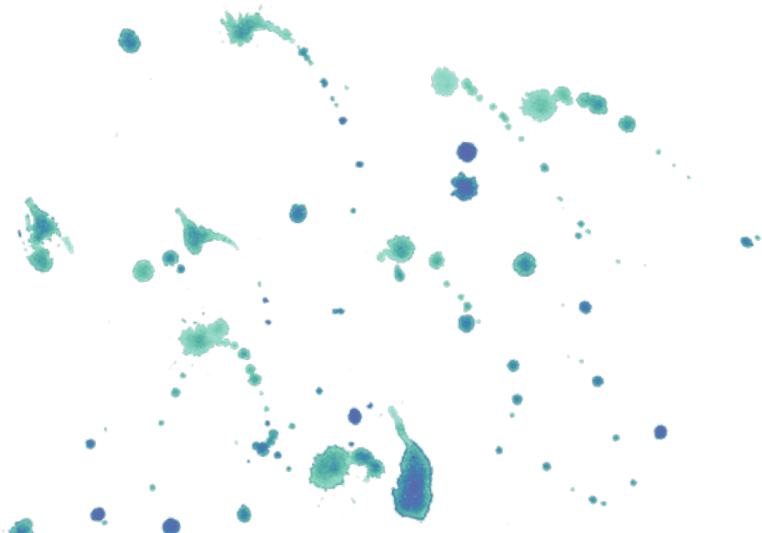
 Durante las grabaciones tenéis que estar en silencio. Si grabas una conversación evita que hablen al mismo tiempo.

 Dejar unos segundos antes y después de las respuestas te facilitará la edición posterior.

6 EL TIPO DE IMAGEN

Es importante que las imágenes que grabes respondan a la diversidad de la sociedad. Para ello, asegúrate que en tus vídeos:

- > Las mujeres están suficientemente representadas y no exclusivamente en tareas relacionadas con lo doméstico o los cuidados.
- > Se refleja la **pluralidad étnica y cultural** de la sociedad.
- > El **lenguaje** empleado en entrevistas o explicaciones es **inclusivo**.



CREASALUD