

Tips för att lyckas med filminspelning

Förberedelser inför inspelning

Kommentarer

Testa din teknik (ljud och bild) i förväg!	Då vet du vad som fungerar bäst och slipper stress.
--	---

Bild

Kommentarer

Ljuset ska komma mot ditt ansikte inte bakifrån.	Vid skarpt solljus kan du behöva dra ner persiennerna. Eventuellt kan du även rikta en lampa lite snett från sidan mot dig. Sitt aldrig med ett fönster eller stark lampa bakom dig. Då syns du bara som en silhuett.
Ordna en lugn bakgrund.	Annars tar bakgrunden/kläderna fokus från dig. I zoom kan du lägga in fiktiva bakgrunder, vilket hjälper mycket.
Ha gärna enfärgade eller diskret mönstrade kläder.	Dina kläder ska skilja sig från bakgrunden så att du syns ordentligt. Småprickigt och smalrandigt kan ge psykedelisk effekt. Undvik det.
Bär du glasögon?	Då bör du sitta så att ljuset inte reflekteras i glasen och hindrar ögonkontakten.
Placera kameran i ansiktshöjd så att du kan titta rakt fram i kameran.	Precis som när du möter någon på riktigt. Vi vill mötas i ögonhöjd. Ställ datorn/kameran på en pall, låda eller uppochvänd papperskorg på bordet.
Sitt med ungefär en armlängds avstånd från kameran vid möten.	Det är bra om du syns med hela huvudet och en del av överkroppen. Det är också bra om det finns lite luft ovanför ditt huvud.
Stå gärna upp när du ska berätta.	Det ger mer energi för dig som talare när du kan röra på dig. Det räcker vanligtvis med att huvud, armar och bål syns.
Titta in i kameran, inte på skärmen, när du pratar.	Då upplever tittarna att ni får kontakt.
Le gärna.	Var inte rädd för kameran. Tänk på kameran som din bästa vän.
Sitt stilla om du håller i datorn/telefonen!	Annars blir de som tittar på din bild sjösjuka.

Ljud

Kommentarer

Undvik störande ljud.	Tekniken prioriterar det ljud som hörs starkast. Alla ljud runt omkring kan tas upp av mikrofonen, tex prat utanför dörren, skrap av skor mot golvet, knarrande stol, tuggljud mm. Använd textilier för att dämpa ljudet i rummet.
Tala en i taget.	Prata inte i mun på varandra om flera personer ska tala. Då hörs det inte ordentligt vad någon har sagt.
Tala lagom fort och tydligt.	Annars riskerar du att allt inte hörs.
Mikrofonen i hörlurar brukar ge bättre ljud än mikrofonen i datorn/telefonen.	En mikrofon kan du enkelt ordna genom att ta vanliga enkla plug-in-hörlurar och fästa mikrofonen på kragen/tröjkanten med ett gem eller klädnypa och koppla till datorn. Mikrofonen kommer då närmare din mun än datorns/telefonens mikrofon och ljudet blir därför bättre. Om du använder mikrofonen i din dator behöver du oftast sitta ganska nära för att höras ordentligt.

[Här](#) finns filmer med korta enkla tips för dig som vill veta mer.

Filmen på bilden finns en bit ner på sidan och visar bra och dåliga exempel.

Den heter: "Digitalt möte inplanerat. Så får du dem att lyssna."



[Här](#) är en länk med avancerade tips för den teknikintresserade.