

## Инструкция для съёмок видео

**Уважаемые подопечные, прочтите, пожалуйста, инструкцию. Это важно!**

Сейчас приоритет в социальных сетях у видеоконтента. Это позволяет показать и рассказать, какой образ жизни ведет подопечный, чем он увлекается, каких успехов достиг. Такой формат вызывает больше доверия у добряков и помогает нам помогать. Пожалуйста, следуйте рекомендациям из этой инструкции. Они помогут снять видео и фото, которые мы сможем выложить в соцсетях фонда.

### **Важно:**

1. Перед началом съемки обязательно протрите камеру. Снимайте видео и фото только в **вертикальном** формате. Важно снимать ребенка лицом к камере, а не спиной. Селфи использовать не получится.
2. Присылайте видео в максимальном разрешении.
3. Продолжительность 1 видео с 1 ракурса от 10 до 40 секунд. Чем больше роликов вы пришлёте, тем лучше.
4. Старайтесь снимать видео в светлое время суток. Как дома, так и на улице.
5. Не нужно ничего самостоятельно монтировать, накладывать музыку и изображения сверху.
6. Постарайтесь менять одежду и локации (дом, улица, двор, детская площадка, поликлиника, кафе и т.д.)

### **Количество материала для сбора:**

На 1 день сбора нужно 5-7 вертикальных видео по 10-40 с и 2-3 вертикальных фото.

### **Идеи для съёмок для детей и взрослых (выбирайте, что вам подходит):**

1. **Для детей:** яркие моменты из жизни ребёнка. Можно показать, как он играет с любимой игрушкой, ест, гуляет, ползает, ходит, смеётся, рисует, лепит или выполняет упражнения. Главное, чтобы в кадре было движение и/или эмоции. Если в семье несколько детей, можно снять их взаимодействие (общение, игру, объятия, смех, прогулку за руку, как надуваете мыльные пузыри или лепите снежки).
2. Семейные съемки. Объятия, разговоры, прогулки, совместное чаепитие.
3. **Для взрослых:** снимите ваши увлечения, работу, учебу. Это может быть чтение книг, вязание, компьютерные игры, готовка, спорт, танцы, зарядка и т.д.
4. Возможно, у вас уже есть архивные съёмки ребёнка, которые вы часто пересылаете родственникам или выкладываете в соцсетях. Присылайте, это пригодится.
5. Пожалуйста, направьте все фото/видеоматериалы из больниц и реабилитаций, если такие были.
6. При съёмке обращайте внимание на ракурс: все ли вмещается в кадр? Одно и то же действие можно снять с разных сторон и планов. Например, крупно показать руки ребёнка, когда он трогает игрушку.
7. Снимите спокойные кадры:
  - человек сидит и смотрит в сторону/в окно/камеру. Можно помахать рукой в камеру. (Снять несколько кадров в разных местах и одеждах)
  - человек идет навстречу камере (также снять несколько кадров в разных местах)
8. При съёмке видео постарайтесь максимально показать проблему (если это возможно), на которую ведется сбор. Если это сильный сколиоз – снимите спину в корсете, дыхание на ИВЛ, если нужна ортопедическая операция, покажите, как ребенок ходит. Обратите внимание, подопечный должен быть в одежде.
9. Если ваш ребёнок разговаривает и может сказать несколько слов благодарности всем добрякам, снимите это на видео.
10. Лучший вариант, когда есть возможность однородного фона или яркой, однородной одежды.
11. Если ваш ребёнок может рассказать о себе, сколько ему лет, где он живет и чем любит заниматься, попросите сделать это на камеру. Ещё ребёнок может рассказать любимый стих.