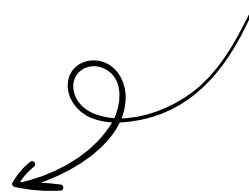


Инструкция для съемок видео

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:



- ★ 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.
- ★ Присылайте видео в максимальном разрешении.
- ★ Продолжительность 1 видео с 1 ракурса от 10 до 40 секунд. Чем больше роликов вы пришлёте, тем лучше.
- ★ Старайтесь снимать видео в светлое время суток. Как дома, так и на улице.
- ★ Не нужно ничего самостоятельно монтировать, накладывать музыку и изображения сверху.
- ★ Постарайтесь менять одежду и локации (дом, улица, двор, детская площадка, поликлиника, кафе и т.д.).

Количество материала для одного дня сбора:

5-7

вертикальных видео
по 10-40 секунд

+

2-3

вертикальных фото

**Идеи для съемок для детей и взрослых
(выбирайте то, что вам подходит):**

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 надувают мыльные пузыри или лепят снежки).



Семейные съемки. Объятия, разговоры, прогулки, совместное чаепитие.



Возможно, у вас уже есть архивные съёмки ребёнка, которые вы часто пересылаете родственникам или выкладываете в соцсетях. Присылайте, это пригодится.



Если ваш ребёнок разговаривает и может сказать несколько слов благодарности всем добрякам, снимите это на видео.



Если ваш ребёнок может рассказать о себе, сколько ему лет, где он живет и чем любит заниматься, попросите его сделать это на камеру. Ещё ребёнок может рассказать любимое стихотворение.



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 держит игрушку.

Для взрослых



Снимите спокойные кадры:

- человек сидит и смотрит в сторону/в окно/в камеру. Можно помахать рукой в камеру. Снять несколько кадров в разных местах и одежде.
- человек идет навстречу камере (также в разных местах).



При съемке 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.



Снимите ваши увлечения, работу, учебу. Это может быть чтение книг, вязание, компьютерные игры, готовка, спорт, танцы, зарядка и т.д.



Лучший вариант, когда есть возможность однородного фона или яркой одежды одного цвета.



Пожалуйста, направьте все фото/видеоматериалы из больниц и с реабилитаций, если такие были.