

## **Dicas para gravar seu vídeo com boa qualidade de imagem e som 😊**

Quer participar do concurso cultural dos 60 anos do Monteiro, mas não sabe por onde começar? A gente ajuda com algumas dicas para que o vídeo fique com um bom resultado de áudio e imagem. Anota aí:

### **PASSO 1**

#### **Prepare o conteúdo para filmar**

Elabore um pequeno roteiro/pauta escrito antes de gravar com os pontos mais importantes que você quer falar.

### **PASSO 2**

#### **Escolha um local adequado**

Ao selecionar o local onde seu vídeo será gravado, tome cuidado com as imagens de fundo. Prefira um fundo branco, neutro ou com poucas distrações visuais, para que elas não interfiram na imagem do seu rosto e na mensagem que quer transmitir.

Tenha cuidado com a iluminação para que a imagem fique nítida.

Cuide para que o local seja silencioso e que o áudio possa ser ouvido com clareza, sem interferência de sons externos, como músicas de fundo, latidos de animais, barulho de carros passando ou de outras pessoas ao redor.

### **PASSO 3**

#### **Enquadre corretamente**

O enquadramento correto para filmagens com o celular é manter o smartphone com a lente à altura dos olhos, para manter contato visual com a câmera.

A posição ideal para a gravação é na horizontal ou em formato de paisagem (celular deitado).

### **PASSO 4**

#### **Evite interrupções**

Enquanto estiver fazendo a gravação, lembre-se de colocar o celular em modo avião para não ficar recebendo mensagens ou chamadas que interfiram no momento da gravação.

### **PASSO 05**

#### **Faça um vídeo teste**

Antes de enviar o vídeo definitivo, é interessante ver como ficou o enquadramento, a iluminação, som, ruídos externos e o tempo de duração da fala. Se achar necessário, teste algumas vezes até realizar a gravação final. Fale devagar e de forma natural fazendo as pausas corretamente.

Após clicar no botão gravar, espere pelo menos 3 segundos antes de começar a falar.

Antes de apertar no botão “parar”, aguarde pelo menos 3 segundos.

**Boa sorte!**