

# Kardes veiledere

## Voksenopplæringssamling i Geiranger, 26. oktober 2022

Seniorrådgiver og prosjektleder Gro Marit Rødevand, Karde AS



# Aktuelle veiledere

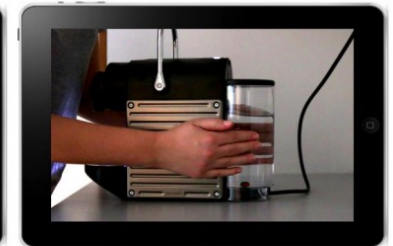
- Gode instruksjonsfilmer
- Kognitiv tilgjengelighet av nettsider og nettsteder
- Informasjon for alle (oversettelse, egentlig NFU og Gro Marit Rødevand, ikke Karde)
- Velferdsteknologi i fritiden: IDÉHEFTE og VEILEDER
- Bonum Domos: Gode boliger for personer med utviklingshemning
- Veileder om Geocaching og individuell tilrettelegging
- Veileder 1, 2 og 3 (kamera/fotografering, mobiltelefon, e-post) for skoleundervisning, kurs eller individuell opplæring, kartleggingsskjemaer for digitale ferdigheter), fra 2012
- Universell utforming av hverdagsteknologier for eldre: Veileder for vurdering og anskaffelse av hverdagsteknologier

# Gode instruksjonsfilmer

- Eksempler på nyttige instruksjonsfilmer
- Forberedelser til filmopptak (skisse, utstyr, planlegge opptaket)
- Filmopptak
- Praktiske og pedagogiske tips
- Tekniske tips
- Filmredigering
- Overføring av bilde- og filmfiler
- Screencast og filming av skjerm
- Mer avansert filmproduksjon (bildeutsnitt, lydopptak, lyssetting, sminke/påkledning)
- Etikk
- [www.karde.no/wp-content/uploads/2014/10/Veileder.pdf](http://www.karde.no/wp-content/uploads/2014/10/Veileder.pdf)

## Gode instruksjonsfilmer

Veileder i å lage gode instruksjonsfilmer på en enkel måte



Forfattere: Mari Sætre Digernes

Gro Marit Rødevand

Prosjekt: Gode instruksjonsfilmer

Dato: 30.04.2015

# Praktiske og pedagogiske tips

- Prøv å følge planen/skissen.
- Øv på det som skal sies og gjøres før du filmer. Lagring og gjennomgang av masse videoklipp etter filmingen er krevende.

## ***Tips til personen foran kamera som skal lære bort:***

- Vis ansiktet ditt og la brukeren se hvem du er. Smil og vær vennlig.
- Snakk langsomt, tydelig og høyt nok.
- Bruk langsomme bevegelser når du skal vise noe.
- Pek med fingeren for å vise knapper på tekniske apparater eller andre ting. Pass på at hånden ikke dekker det du skal vise.
- Ofte er det lurt å gi instruksjoner umiddelbart før du viser hva som skal gjøres. Si for eksempel "Trykk på denne knappen", rett før du trykker på knappen.

# Tekniske tips

- Sørg for å ha nok lys i rommet.
- Dagslys gir det mest naturlige resultatet, men unngå direkte sollys.
- Film i samme retning som lyskilden, ikke mot den.



Mot lyskilden



Med lyskilden

## Tekniske tips

- Bruk stativ eller hold kamera stødig og rett. Kameraet bør være i ro.
- Det er bedre å la personer bevege seg ut og inn av bildet enn å følge dem med kamera.
- Det du filmer, bør være i ro, ikke f.eks. riste eller beveger seg unødvendig.
- Plasser kamera så nær som mulig det du skal filme. Da unngår du forstyrrende elementer, og hovedmotivet er stort og i fokus.
- Unngå zooming. Hold heller kamera nærmere det du skal filme.



# Tekniske tips

Kameravinklingen har mye å si for hvordan personen foran kamera framstår.



Fugleperspektiv



Froskeperspektiv



Rett vinkel

## Tekniske tips

Bruk landskapsvisning (liggende visning) når du filmer med mobil/nettbrett.





## Tekniske tips – god lyd

- Sørg for passe lydvolum, verken for høyt eller for lavt.
- Uten mikrofon: Snakk høyt og hold kamera nær lydkilden.
- Unngå/reduser bakgrunnsstøy (lukk vinduer og dører, fjern lydkilder i bakgrunnen som lufteanlegg og støyende elektriske apparater)
- Vurder å fjerne lyden i opptaket og legge til lyd i filmredigeringsprogrammet.
- Vurder ekstern mikrofon. Myggmikrofon er god til intervjuer og tale fra én person.
- Se og hør umiddelbart på filmopptakene for å vurdere om de er gode nok.

