

PACHETUL 1: Execuție & Conținut

# Ghid practic de producție Video Scurt (Reels / TikTok / Shorts) cu telefonul

Pregătește cadrul, spune o idee clară și filmează cu echipamentul pe care îl ai.

**Folosește varianta interactivă a acestui material pe platformă (fără să calculezi sau să desenezi tabele de mână)!**

## Începe cu telefonul și un cadru simplu

Studiu ilustrativ: o cafenea filmează un produs în lucru, iar un consultant explică o idee la birou. Ajustează rezoluția, formatul și setările după telefon și destinația clipului.

- Șterge lentila înainte de filmare.
- Alege orientarea cerută de canal și păstrează rezoluție suficientă pentru export.
- 30 fps este potrivit pentru multe cadre vorbite; folosește 60 fps când chiar ai nevoie de mișcare lentă.
- Blochează focalizarea și expunerea dacă telefonul permite; verifică lumina după blocare.
- Folosește camera din spate pentru calitate când poți monitoriza înregistrarea.

## Setările înainte să apeși Record

1080p oferă de obicei fișiere mai ușor de editat; 4K poate ajuta la decupare, dar ocupă mai mult spațiu. Testează spațiul liber, bateria și sunetul.

| Verificare             | Ce alegi                                                                      |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Rezoluție              | 1080p pentru flux simplu; 4K dacă ai spațiu și motiv de decupare.             |
| Cadre pe secundă       | 30 fps pentru vorbire obișnuită; 60 fps pentru mișcare care va fi încetinită. |
| Focalizare și expunere | Atinge subiectul și blochează AE/AF când scena este stabilă.                  |
| Camera                 | Camera principală din spate, dacă poți controla cadrul.                       |
| Sunet                  | Mod avion sau notificări oprite; probă de 10 secunde și ascultare cu căști.   |

## Cele trei surse: lumină, sunet, stabilitate

Lumina de la fereastră poate fi gratuită; o lampă LED este o alternativă când lumina naturală se schimbă. Un microfon lavalieră accesibil poate ajuta, dar poziția și testul sunetului contează mai mult decât prețul.

- Așază subiectul la aproximativ 45° față de fereastră; evită lumina puternică în spate.
- Apropie microfonul de voce și ascultă proba în locul unde va fi redat clipul.
- Sprijină telefonul pe trepied sau pe o suprafață stabilă.
- Nu filma în zone unde camera blochează activitatea sau siguranța echipei.

## Anatomia clipului de 30–45 de secunde

Un clip poate funcționa și mai scurt sau mai lung. Ritmul depinde de mesaj; nu forța un CTA sau un hook care nu se potrivește ofertei.

| Interval orientativ | Rol                         | Exemplu cafenea / consultant                      |
|---------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------|
| 0–3 sec             | Hook vizual, verbal și text | Aburul din ceașcă / o întrebare concretă la tablă |
| 3–15 sec            | Problemă sau context        | Ce întrebare au clienții înainte să comande?      |
| 15–35 sec           | Soluție demonstrată vizual  | Arată un pas sau o listă de verificare            |
| 35–45 sec           | Un singur CTA               | Vezi meniul / cere o discuție de clarificare      |

## 15 cadre B-roll filmabile într-o sesiune

Filmează material pentru editare doar dacă scena este reală și ai permisiunile necesare. O listă de cadre nu garantează o lună de conținut; selectează cadre utile pentru mesajele planificate.

- 1. Cadru larg al spațiului gol și pregătit.
- 2. Mâna pregătește produsul ori instrumentele.
- 3. Detaliu de ingredient sau material identificabil.
- 4. Procesul filmat de sus.
- 5. Procesul filmat lateral, cu fundal simplu.
- 6. Specialistul pregătește o schiță generică.
- 7. Un instrument folosit corect, fără date pe ecran.
- 8. Cadru apropiat cu o etapă de lucru.
- 9. Verificarea calității sau a rezultatului.
- 10. Ambalarea ori pregătirea spațiului.
- 11. Etichetă și detalii ale produsului.
- 12. Mâini care demonstrează o etapă.
- 13. Un cadru de echipă, cu acordul persoanelor.
- 14. Rezultatul final și o panoramare lentă.
- 15. Cadru de încheiere cu spațiu liber pentru titlu.

## Scenariu pentru brand local

Cafenea: arată o băutură preparată și explică un ingredient sau o opțiune din meniu. Menționează dacă oferta este sezonieră și verifică disponibilitatea înainte de publicare.

- Hook: „Ce face spuma să rămână fină?” numai dacă poți explica corect.
- Context: arată ingredientul și pasul preparării.
- Demonstrație: filmează turnarea și textura finală.
- CTA: „Vezi meniul și programul de azi.”

## Scenariu pentru expert sau consultant

Filmează la birou cu un flipchart sau o schiță generică. Nu arăta documente de client ori date de autentificare.

- Hook: „Înainte să automatizezi, verifică acest pas.”
- Context: descrie unde se pierde informația, fără să generalizezi dintr-un singur caz.
- Demonstrație: arată fluxul generic înainte și după o schimbare.
- CTA: „Descarcă lista de verificare” sau „Cere o discuție”.

## Editare rapidă în CapCut

Editează pe o copie a fișierului original. Denumirile și controalele aplicației se pot schimba; verifică actualul meniu din versiunea folosită.

- Taie pauzele care nu ajută ritmul, fără să facă vorbirea greu de urmărit.
- Generează subtitrări, apoi corectează manual nume și diacritice.
- Ține textul în zona sigură și păstrează contrastul.
- Muzica trebuie să rămână sub voce; nivelul depinde de sursă, nu aplica automat un procent fix.
- Previzualizează pe telefon și verifică exportul final înainte de publicare.

## Permisiuni, accesibilitate și verificarea clipului

Obține permisiunea persoanelor filmate și verifică drepturile asupra muzicii, imaginilor și locației. Nu publica informații sensibile sau nepublice în cadru.

- Mesajul se înțelege și fără sunet, prin subtitrări revizuite.
- Nu folosi culoarea ca singur mod de a distinge un element.
- Nu promite rezultate pe care clipul nu le poate demonstra.
- Verifică decuparea, subtitrările și linkul de destinație.

## Autoverificare înainte să publici

Bifează fiecare punct după ce clipul este exportat și previzualizat.

- ☐ Am ales un format potrivit plasamentului și telefonului.
- ☐ Sunetul, lumina și stabilitatea au fost verificate printr-o probă.
- ☐ Scenariul conține o singură idee principală și un singur CTA.
- ☐ Am verificat acordurile și nu apar date private.
- ☐ Subtitrările, textul și zonele sigure au fost corectate.
- ☐ Oferta, disponibilitatea și afirmațiile sunt actuale.