



臺北市政府教育局

高中課程與教學工作圈

Taipei Senior High School Curriculum and Instruction Workgroup

資源整合組 專案助理教師 趙庭萱



用影片來傳達吧！

每次滑過臉書，是不是有些影片看個兩秒就滑過去？
是因為甚麼原因？沒主題？拍的爛？(怎麼樣叫爛？)
什麼樣的影片才能抓住別人目光？

美感

如何拍出好影片？

資源整合組 專案助理教師 趙庭萱

2018.09.07

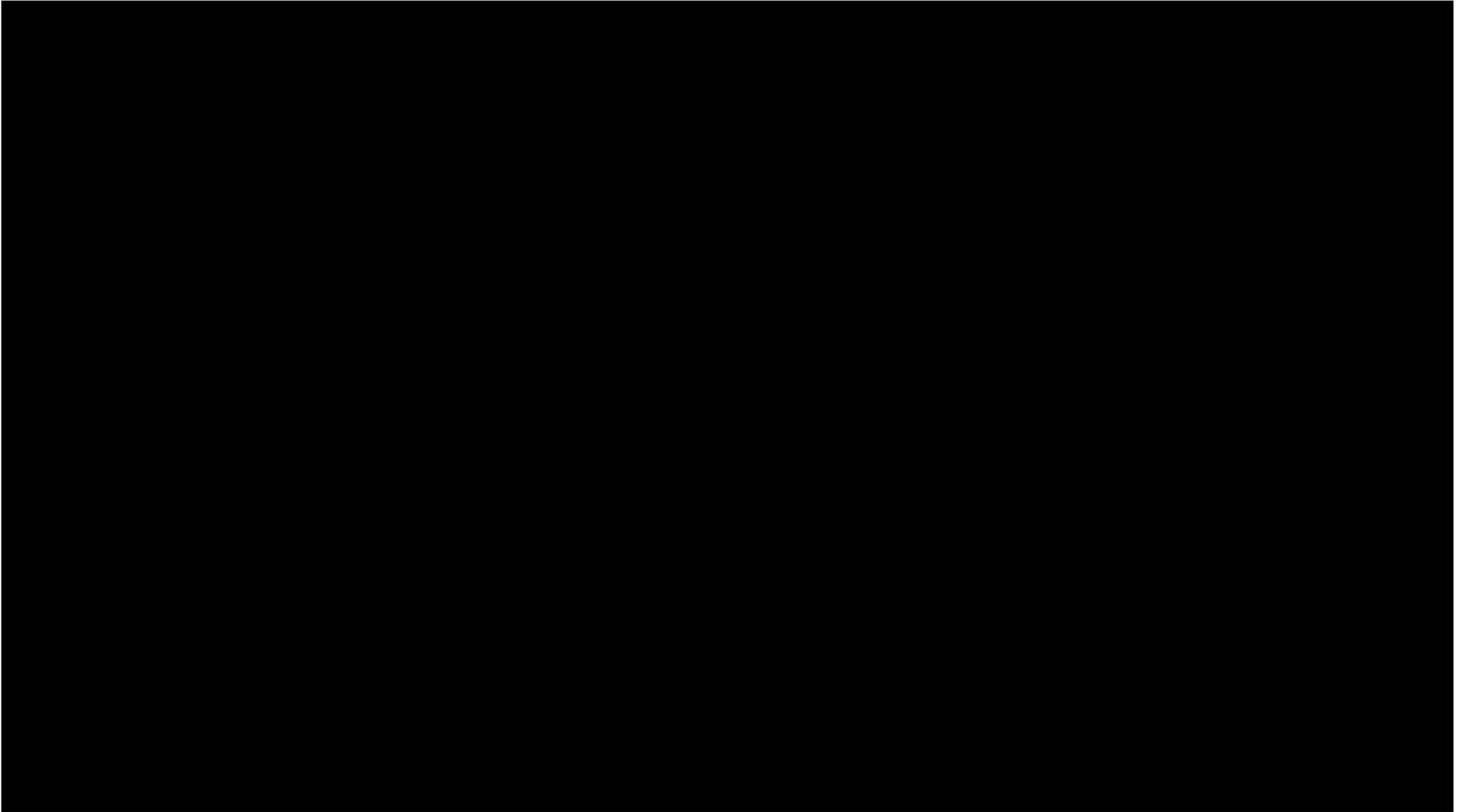
目錄

姿勢很重要

光線剛剛好

你就是大導演

拍攝時間長一點



影片製作流程

1. 確認影片製作目的與需求
2. 擬定腳本
3. 拍攝
4. 後製：剪輯、調光調色、音效處理等

攝影的事前準備

寬螢幕比例 16 : 9

高解析度 1920x1080

防手震



在有限的資源中盡量調整成最好的狀態！

拍攝環境乾淨 不干擾 不搶戲



01

姿勢很重要





圖片來源：網路資料

1.1 穩定度：減少攝影機的晃動

找到水平線，保持機身水平
晃動的鏡頭會讓人頭暈、浮躁
可以利用腳架以及支撐物



1.2 動態拍攝怎麼辦？

鏡頭移動速度慢

保持下半身穩固

找到水平線，保持機身水平



轉動上半身



全身旋轉





02

光線剛剛好

2.1 先確認光源

光線要充足

如果光線 “**供需不均**” 就會有以下情形



光源提供 < 光源需求



光源提供 = 光源需求



光源提供 > 光源需求









03

你就是大導演



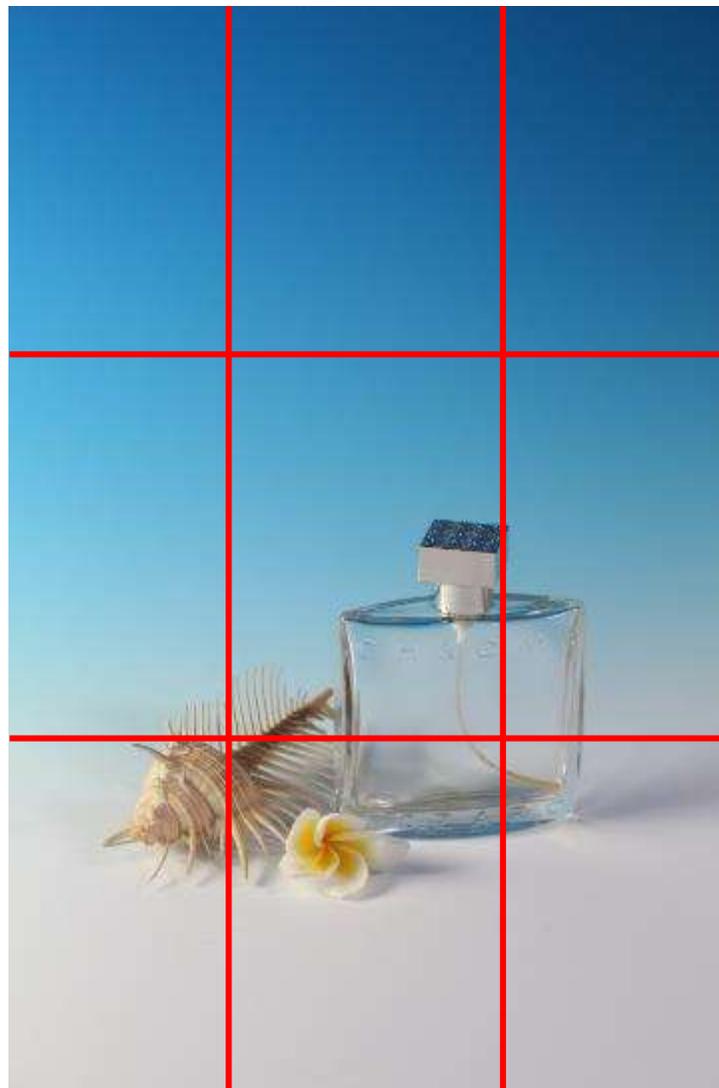
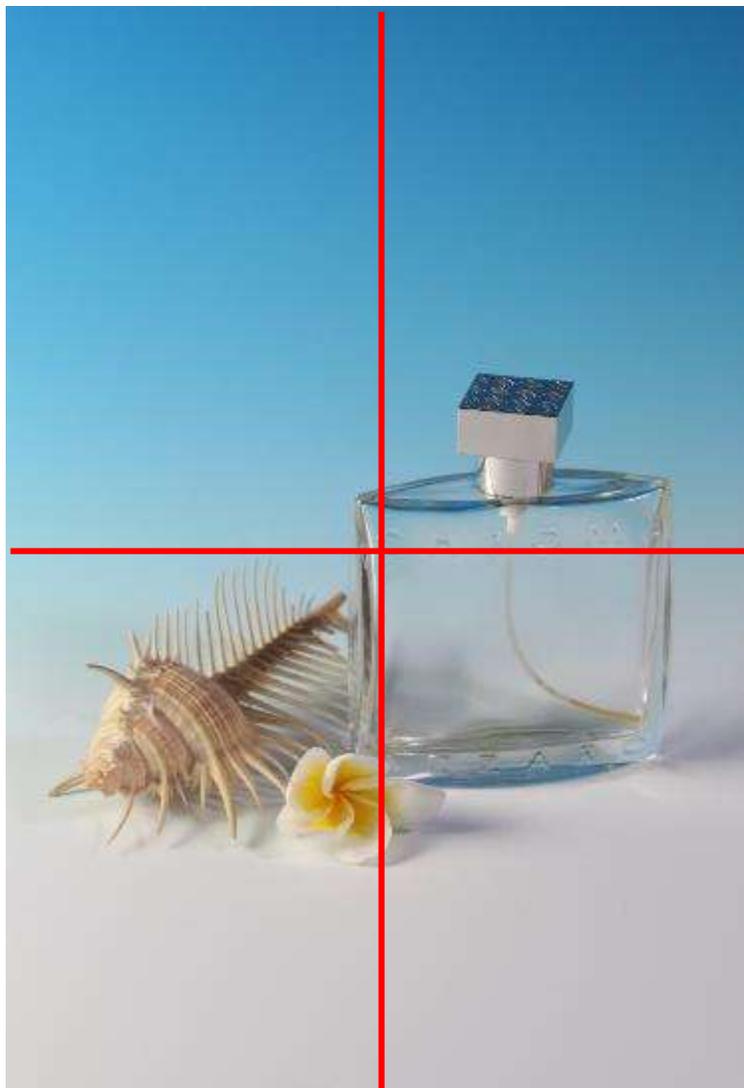
3.1 構圖

構圖是為了說一個好故事

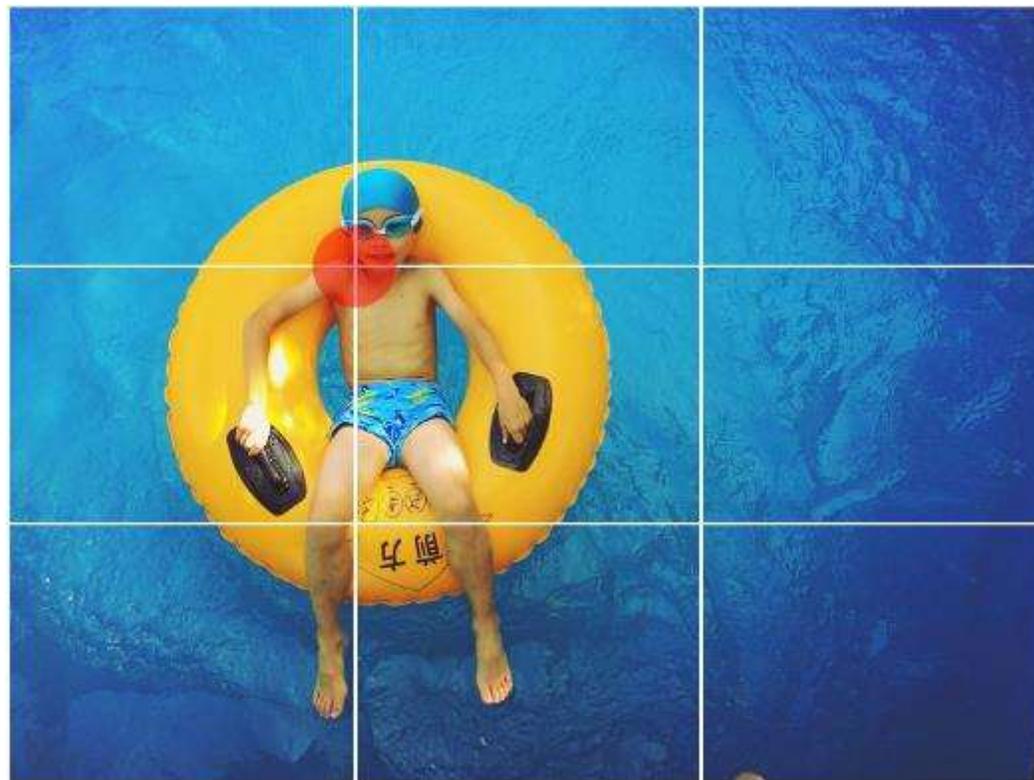
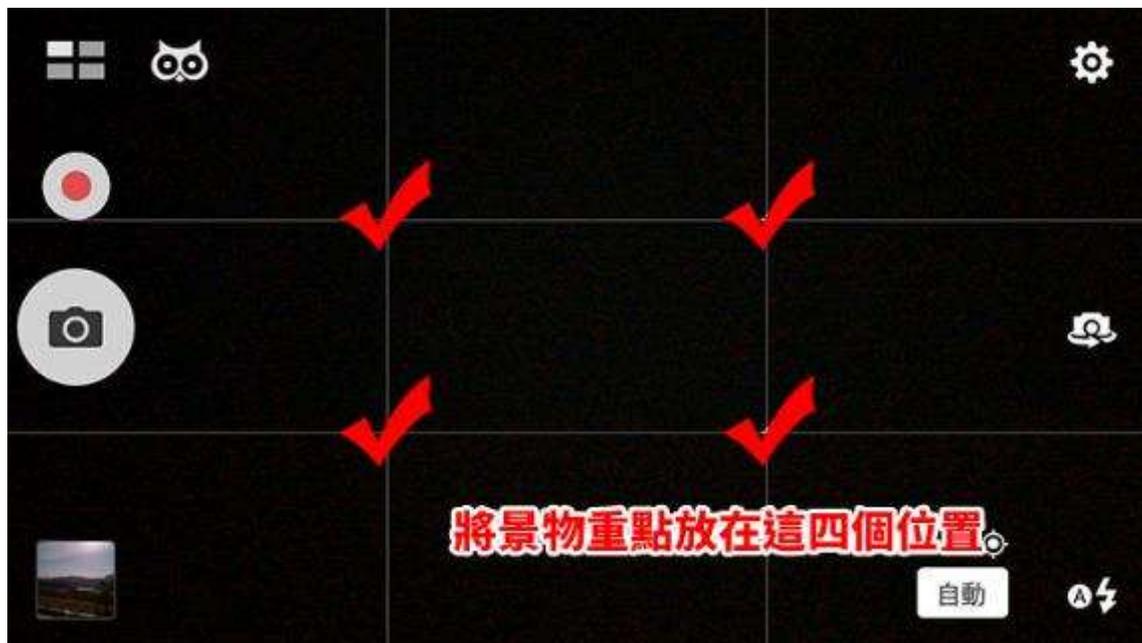
畫面要經過思考，
如何讓一張照片或畫面傳達訊息



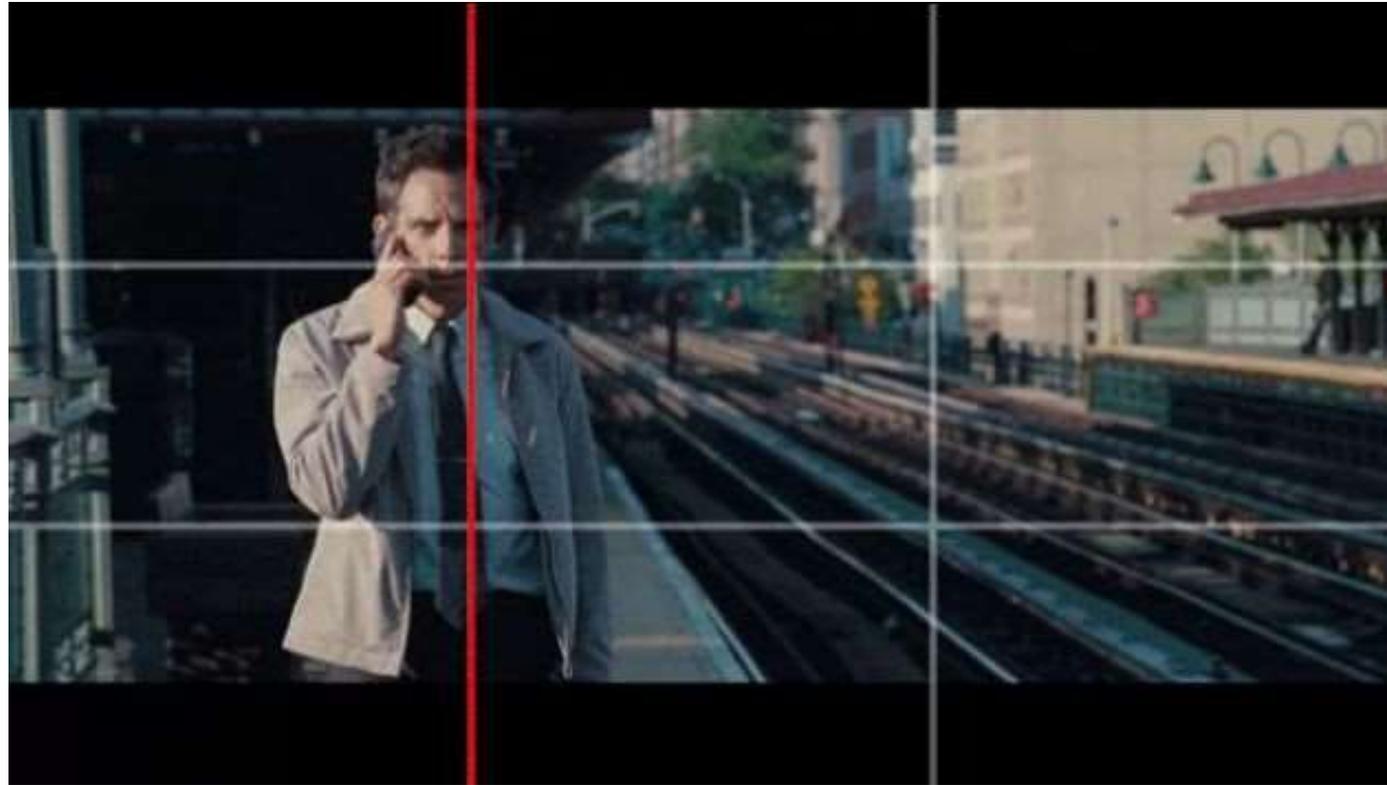
3.2 構圖方式：井字構圖



3.2 構圖方式：井字構圖



3.2 構圖方式：井字構圖



3.2 構圖方式：井字構圖

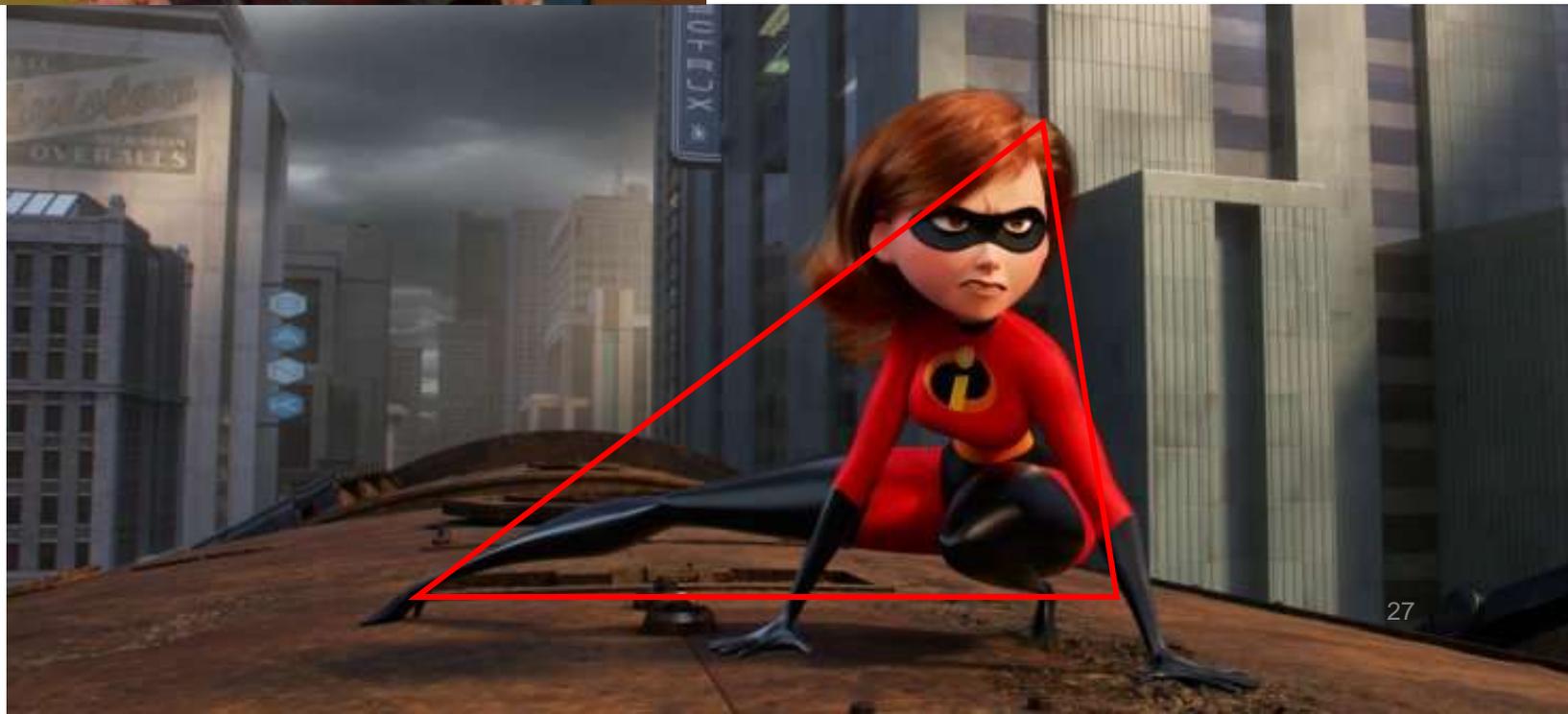


3.2 構圖方式：井字構圖



3.2 構圖方式：三角形構圖



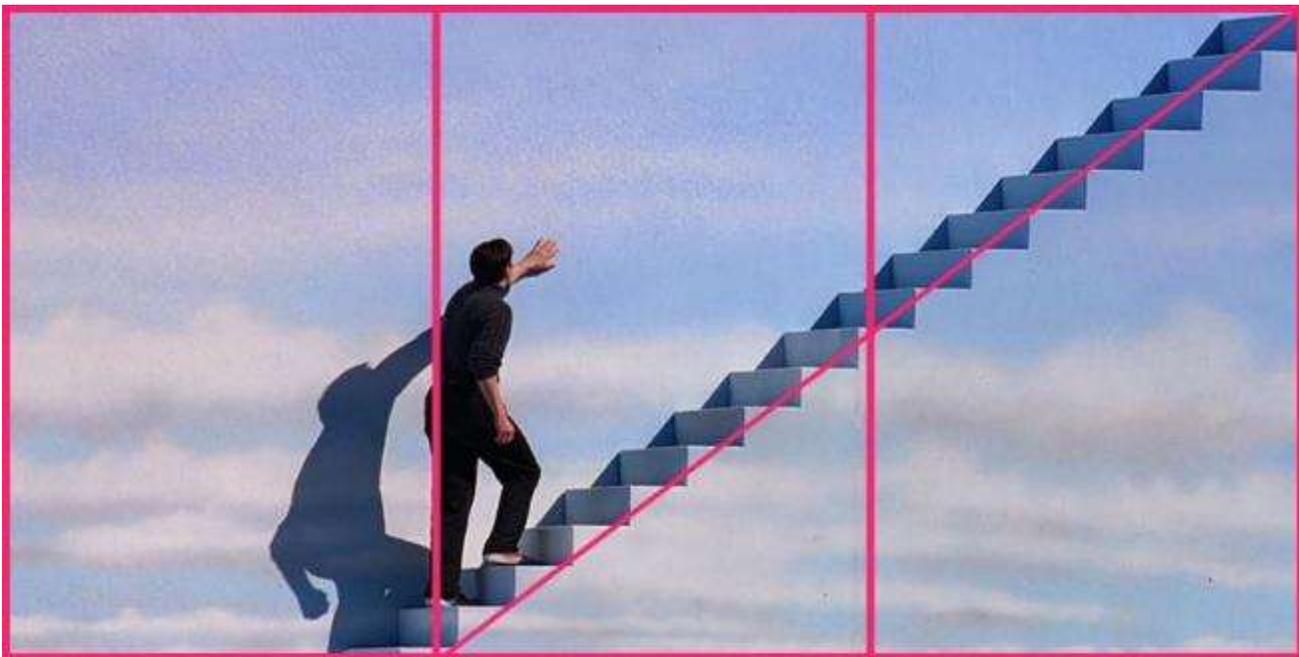




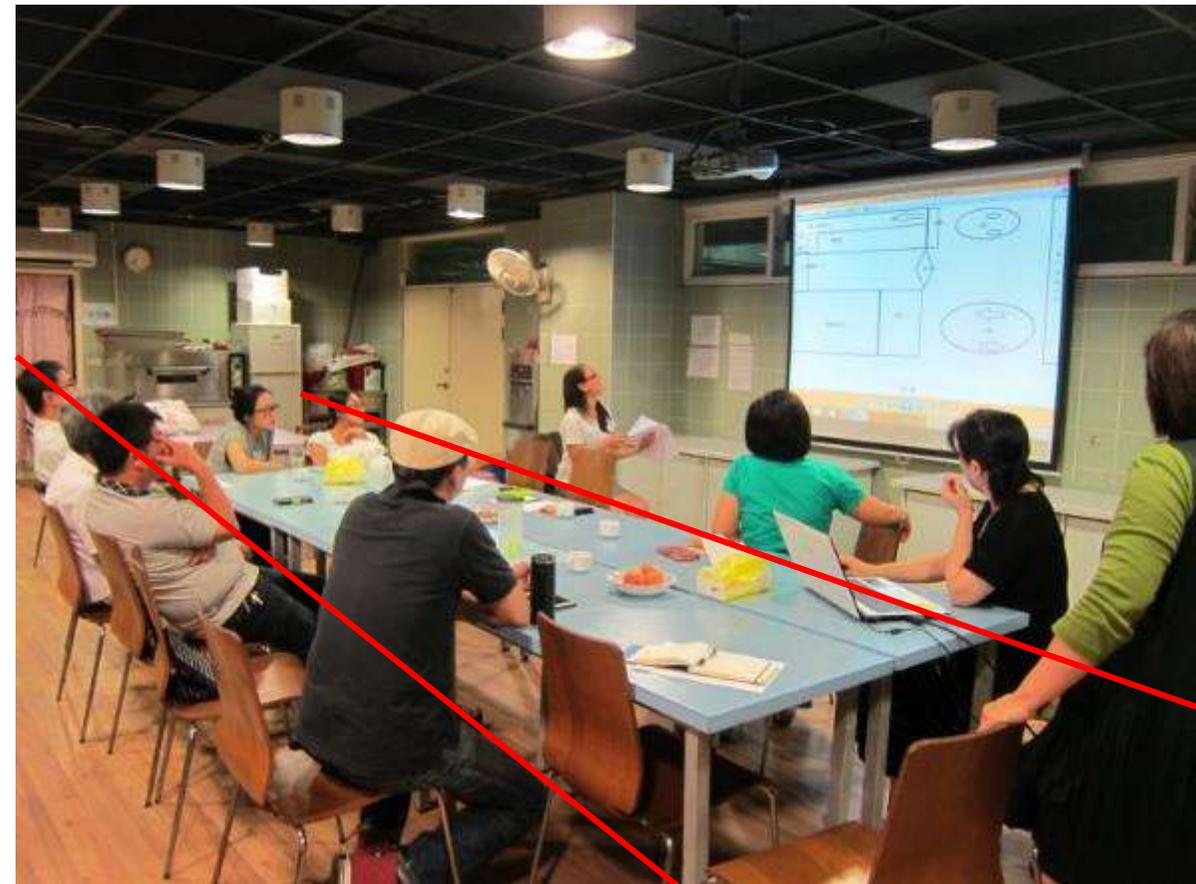
3.2 構圖方式：線條導引構圖



3.2 構圖方式：線條引導構圖



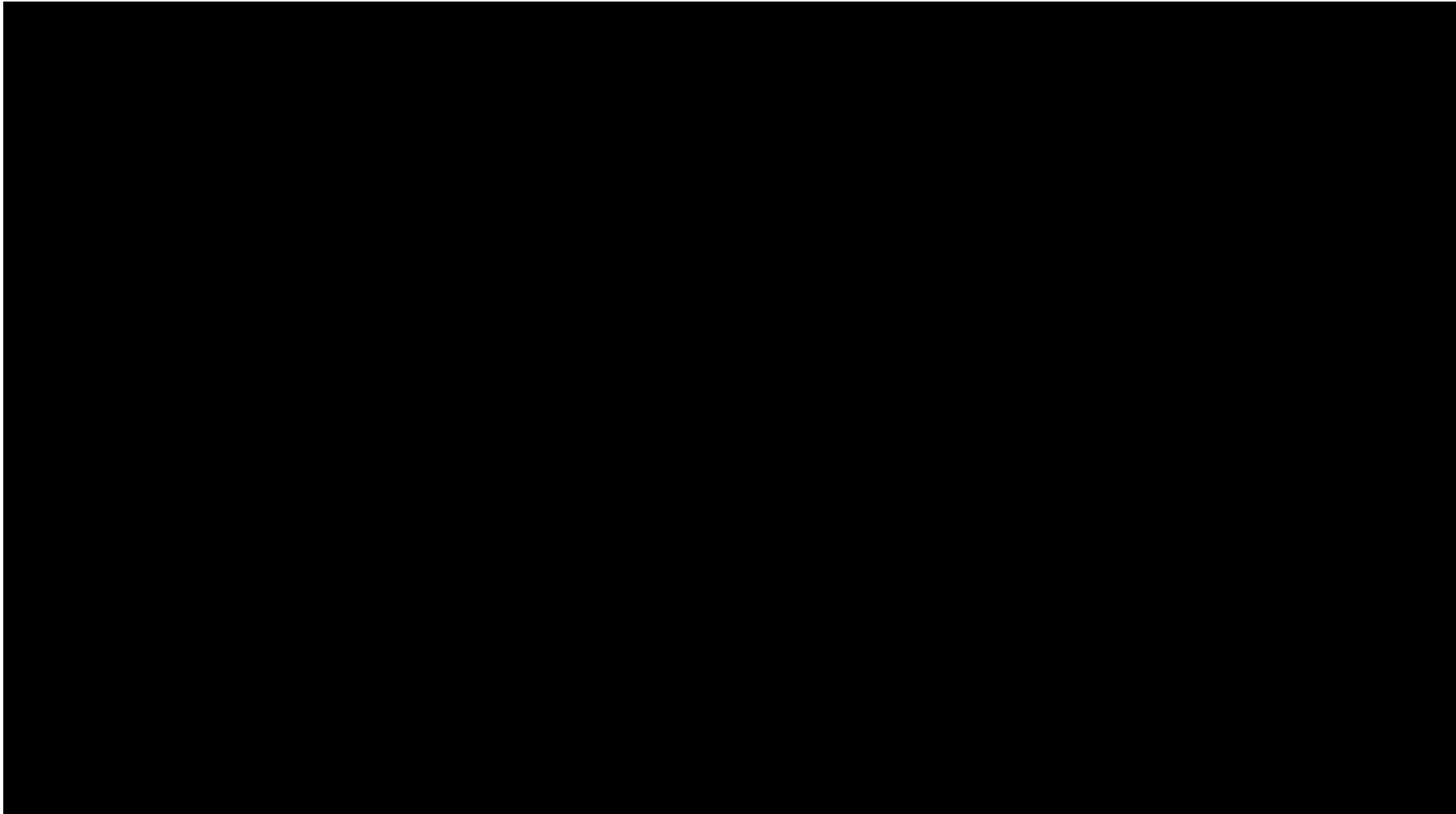
3.2 構圖方式：線條引導構圖



3.2 構圖有很多種，但是最重要的就是



凸顯主角！



3.3 拍攝角度：親近、多元

以對方的視線高度為最佳角度

避免單調的正面鏡頭過多，多嘗試不同角度 EX.側面



3.4 廣角-中景-特寫

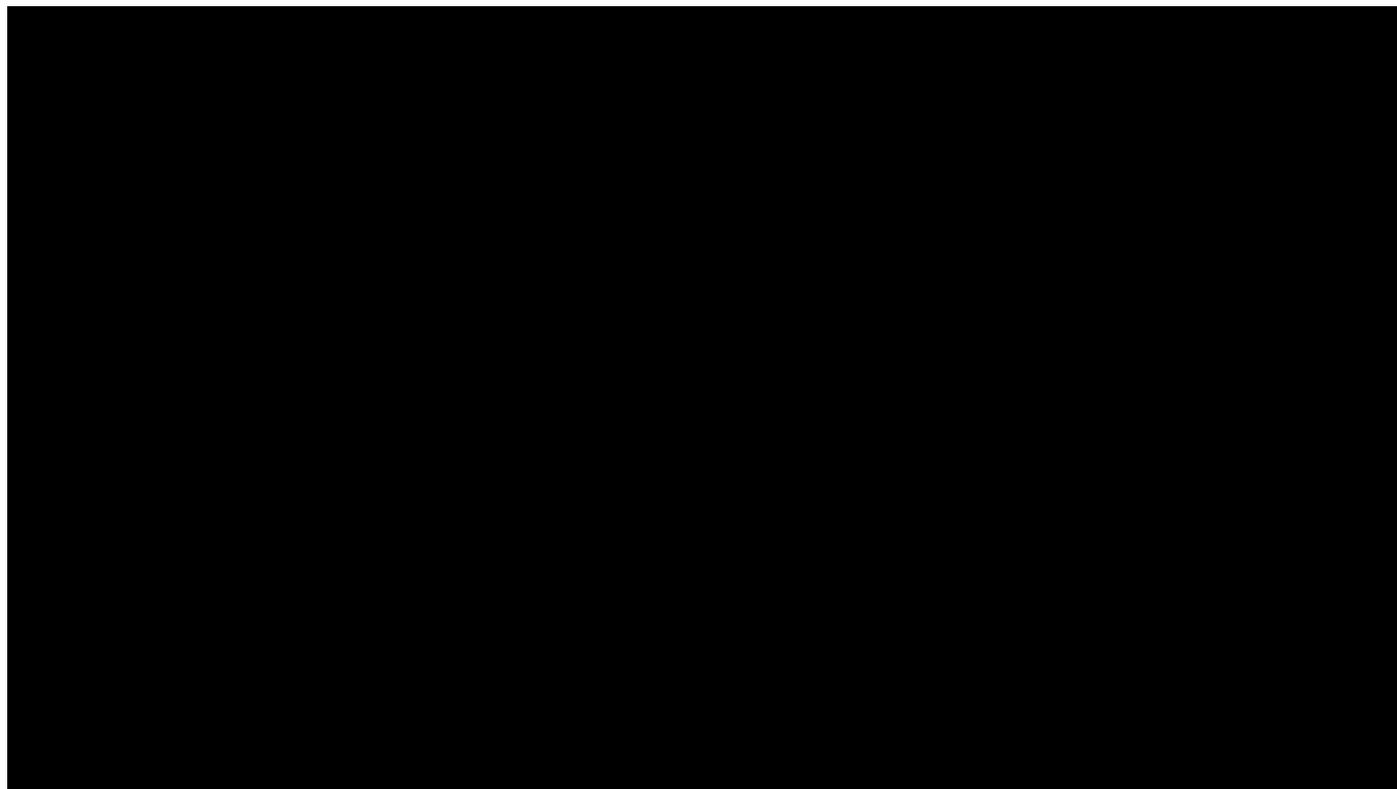
廣角交代環境

中景及特寫凸顯主題

人物大小

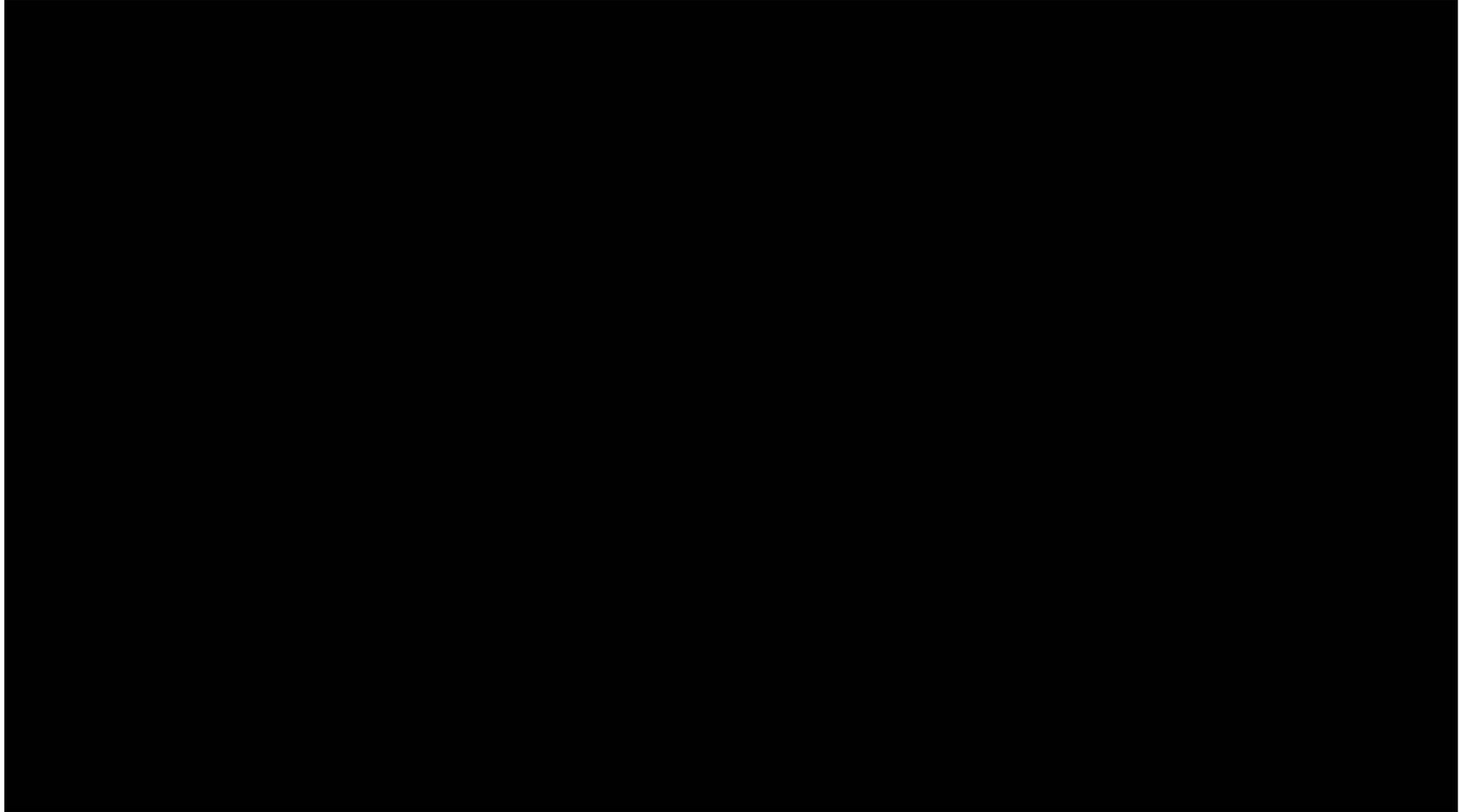
特色和表情(近距離)

情境與氣氛(遠距離)



不要隨意的ZOOM IN 又ZOOM OUT

再看一次



3.5 拍攝要分段，一個畫面只拍攝一個主題

以「到國外博物館觀光」為例，我們可以將整個影片或照片分為四個主題：

鏡頭1：博物館的外觀概述

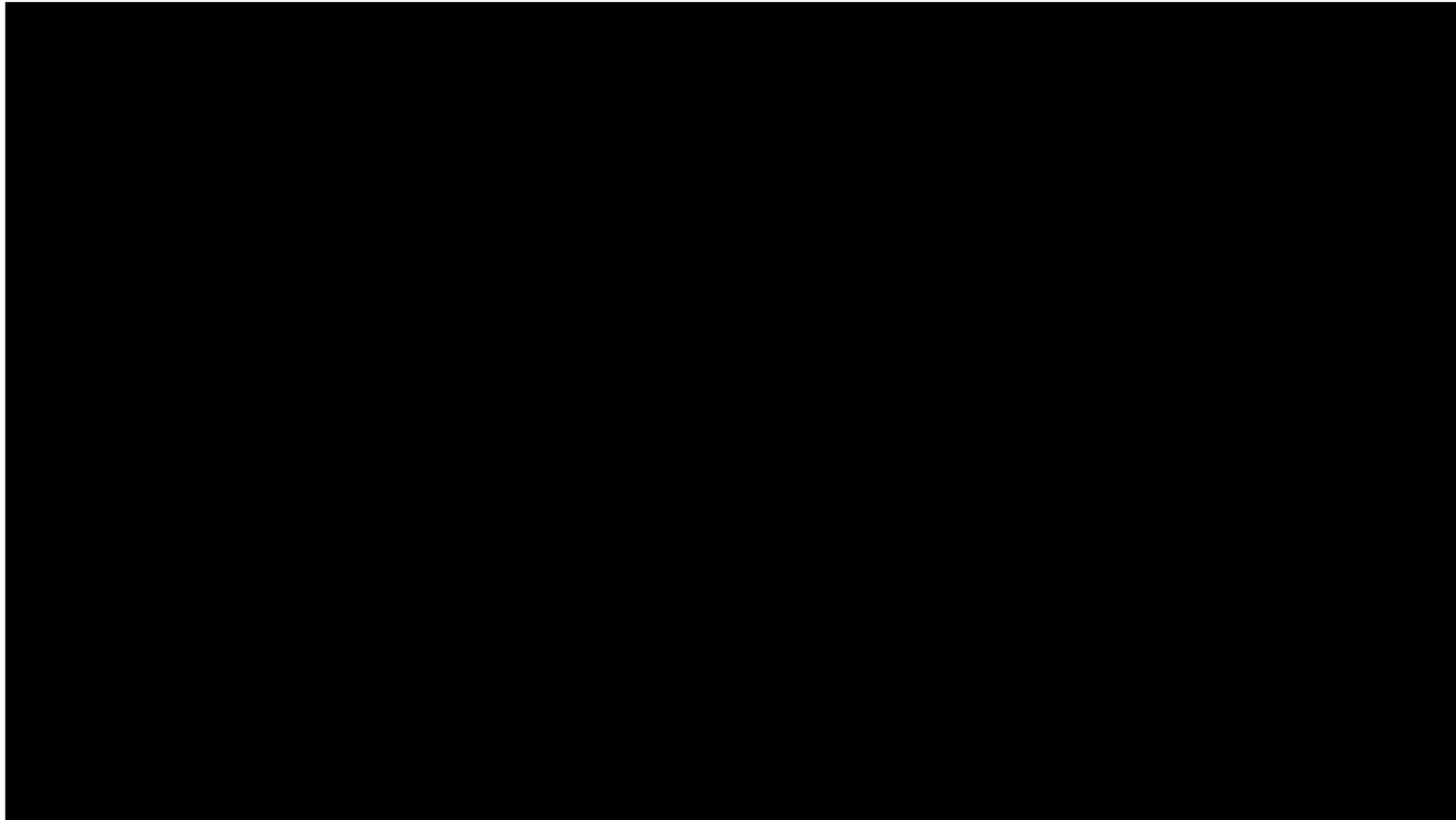
鏡頭2：博物館的正面描寫

鏡頭3：博物館的外牆細節

鏡頭4：來博物館參觀的人群

3.6 如何用照片說故事

使用較廣的照片，微微放大或縮小、平移等



3.7 想像你的觀眾

這些影片的片段會給誰看？

老師？家長？學生？與教育有關的人們？

所有台灣民眾

你希望他們得到

什麼樣的資訊？





04

拍攝時間長一點

4.1 拍攝時間要充足

為了後續剪接需要，畫面前後各留2秒



4.2 到底要拍多久？

文字相關：可以在心裡念念看

意境：心情、活力



4.2 到底要拍多久？

遠景（廣闊遙遠的景色） 8~10秒

中景（稍近的景色） 5~7秒

近拍（由近處拍攝） 3~4秒



最後請謹慎的篩選

檢視影片以及照片是否“有品質”

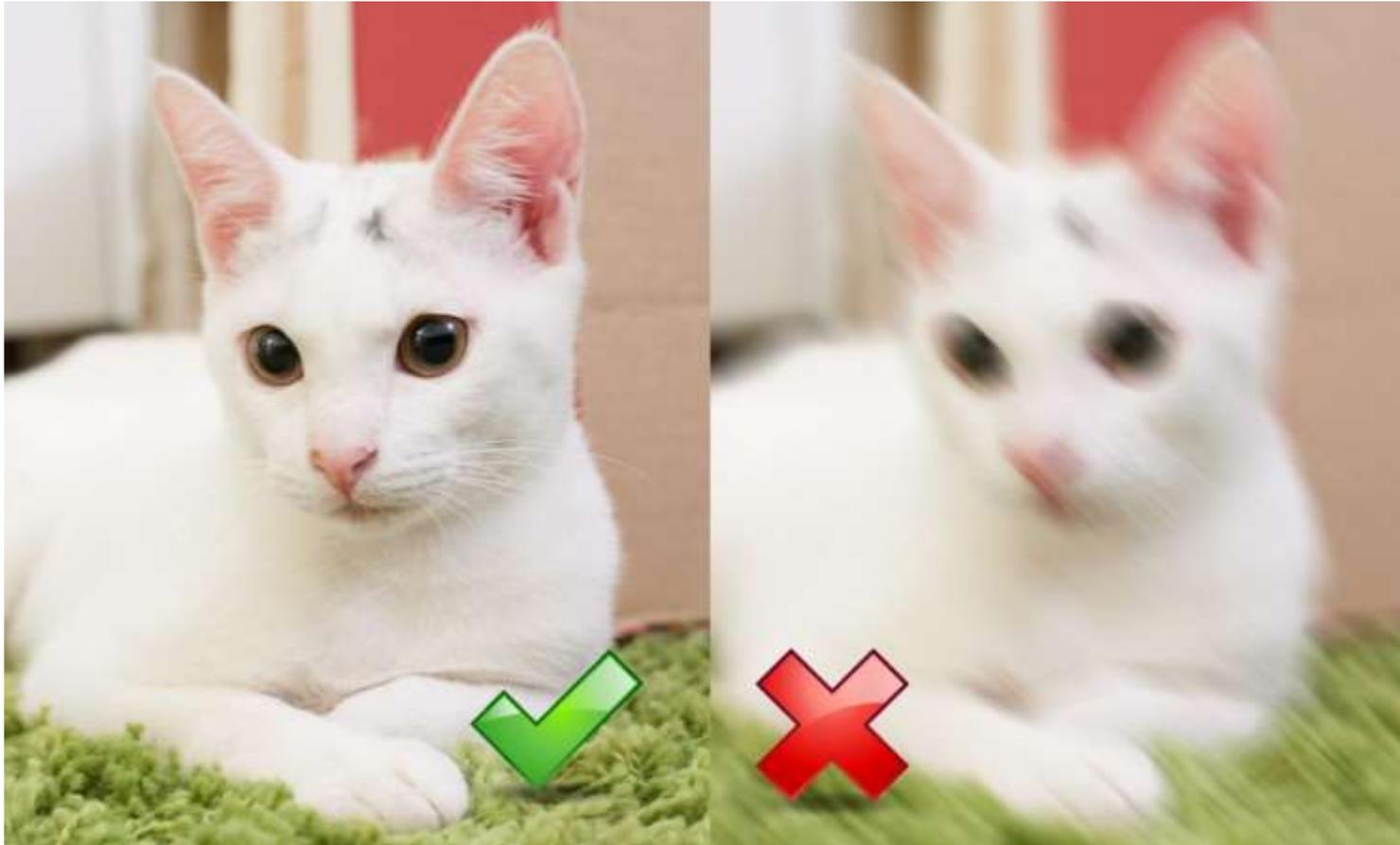


最後請謹慎的篩選

上下左右留空間



最後請謹慎的篩選



www.islide.cc

謝謝大家

趙庭萱 製作 請勿商用、修改