



Niedersachsen  
packt an

**ZUSAMMEN.  
MEHR.**

# Ein Leitfaden zur einfachen Video Produktion

## So kannst du deine Erfolgsgeschichte erzählen.

Danke für das vielfältige Engagement! **Gelungene Integration ist Teamarbeit.** Gut, dass Du dabei bist und deine Erfolgsgeschichte in einem Film vorstellen möchtest.

Du hast Dir den Videokoffer ausgeliehen, um ein eigenes Video zu produzieren.

Zeig uns, bei welchem **Projekt du dich engagierst, wie die Integration gelingen kann** und wo Du Verbesserungsvorschläge hast oder Hindernisse überwinden musst.

Wir suchen keine Hollywoodfilme, sondern ehrliche Porträts, Beobachtungen und Kurzdoku-

mentationen. **Lass uns teilhaben – gib uns einen Einblick in Dein Projekt.** Die Form bleibt Dir überlassen. So entsteht eine Vielfalt an Beiträgen, die stellvertretend für die Vielfalt an Ideen und Aktivitäten innerhalb des Bündnisses Niedersachsen packt an ist.

**Du bist kein Kameraprofi? Wir haben hier ein paar wichtige Tipps und Tricks zusammengetragen, die du beim Filmen beachten solltest, um die Bild- und Tonqualität möglichst hoch zu halten.**

Aber egal wie – **der Inhalt zählt!**

## Die Vorbereitung

- 1.** Überlege dir vorab genau, **was/wen/wo** du filmen möchtest.
- 2. Informiere dich vorab über den Drehort**, insbesondere deren Licht- und Tonverhältnisse. Mache ggf. Test-Aufnahmen, um die besten Einstellungen zu finden.
- 3. Erstelle einen kurzen Ablauf-Plan**, damit du genau weißt, wann was passieren soll. Dieser **Drehplan** wird dir helfen, nichts von deinen Vorhaben zu vergessen. Du kannst dort die Bild- und Ton-Einstellungen eintragen, die du vorab ermittelt hast.



## Der Dreh

### 1. Verzichte weitgehend auf

**Kamera-Zooms:** Viele Menschen neigen beim Filmen dazu, häufig zu zoomen. Der Zoom ist für den Zuschauer eine unnatürliche Seherfahrung. Zoom-Fahrten der Kamera wirken eher störend oder wackelig und sollten daher vermieden werden.

**2. Auch auf das häufige Schwenken der Kamera solltest du verzichten.** Es wirkt auf Zuschauer oft störend, wackelig oder verzerrt. Wenn du einen Schwenk mit der Kamera machst, solltest du darauf achten, dass er nicht mehr als 90 bis 120 Grad beträgt und langsam läuft.

**3. Verwende ein Stativ:** je stabiler die Kamera steht, desto besser werden die Aufnahmen. Beschränke Hand- oder Schulter-Aufnahmen auf Situationen, in denen man am Drehort viel Mobilität

braucht, dynamische Bilder erzeugen will oder keinen Platz für ein Stativ hat.

**Drehst du ohne Stativ, solltest du versuchen, auf anderem Wege Stabilität zu finden. So kann es helfen, sich selbst oder die Kamera an einem Geländer, einem Baum oder einer Wand abzustützen.**

Falls es sich um eine statische Einstellung handelt, kannst du versuchen, die Kamera auf einer festen Oberfläche abzustellen. Wenn du die Kamera schulterst, gehe dabei leicht in die

Knie, um die Vibrationen beim Laufen und Bewegen abzdämpfen. Hierbei hilft es auch, weitwinkliger, also mit kurzer Brennweite, zu drehen.

Auch bei Aufnahmen mit dem Smartphone empfiehlt es sich, ein Stativ zu nutzen. Ist dies nicht möglich, kannst du stabilere Aufnahmen erzeugen, in dem du das Smartphone mit beiden Händen hältst und die Arme angewinkelt am Körper hast. Zusätzlich ist es gut, wenn du dich dabei an etwas anlehnen kannst.

### 4. Drehe die Aufnahmen immer länger als die Szene,

die du aufnehmen willst. Nur wenn du sowohl vor als auch nach der eigentliche Szene ausreichend viel Bildmaterial aufgenommen hast, lässt sich die Szene am Ende gut schneiden. Wenn du zum Beispiel eine Landschaft filmst, lass die Aufnahme ruhig 30 Sekunden länger stehen.

### 5. Verzichte unbedingt auf Effekt-Einstellung der

**Kamera.** Diese lassen sich später nicht rückgängig machen und es ist unter Umständen unmöglich, den Film zu schneiden und die Bilder professionell zu bearbeiten.

**6. Generell ist es wichtig, das Bild bewusst zu wählen,** also darauf zu achten, was gezeigt werden soll – und was nicht. Angeschnittene Gegenstände am Bildrand wirken oft störend und zu viele Hintergrundobjekte können vom Vordergrund ablenken.

**7. Es hilft immer, mehrere Einstellungen aufzunehmen,** sodass man sich später im Schnitt für die beste entscheiden kann.

**8. Wenn man eine Person positioniert,** achtet man darauf, dass sie in der Kamera vom Rand aus gesehen etwa im goldenen Schnitt steht (3/5 vom Bild).

**9. Sprechen Personen miteinander, so bildet die Linie zwischen ihnen die Handlungsachse. Die Kamera sollte diese gedachte Linie nicht ohne Grund überschreiten** (Achsensprung), da dies irritierend auf den Zuschauer wirken kann.

Erst wenn die Handlung sich verschoben hat und eine neue Handlungsachse etabliert wird, kann auch die Kamera die Seiten wechseln.

## Das Licht

**1. Am einfachsten ist es, an bewölkten oder bedeckten Tagen zu filmen,** da die Lichtverhältnisse dann stabil sind. Bei starkem Sonnenlicht musst du zum einen immer auf den Sonnenstand achten, um kein zu starkes Gegenlicht zu haben, zum anderen ändert sich das Sonnenlicht im Laufe des Tages so stark, dass es schwieriger ist, einheitliche Licht-Ergebnisse zu erreichen.

Generell ist seitlicher Lichteinfall (morgens oder abends) besser als grelles Licht (mittags), da Gegenstände und Gesichter klarer konturiert und erkennbar sind. **Grelles Licht sollte auch vermieden werden,** weil digitale Aufnahmen wesentlich empfindlicher auf Überbelichtung reagieren als klassische Filme.

**2. Grundsätzlich sollte man sich beim Ausleuchten an der Sonne orientieren.** Mehr als ein Nasenschatten wirkt unnatürlich. Wirft das Gesicht allerdings überhaupt keine Schatten mehr, wirkt es flach.

Üblicherweise wird die stärkste Lichtquelle – Scheinwerfer oder beispielsweise die Sonne – die sogenannte Führung, auf die der Kamera abgewandte Seite des Gesichts gerichtet. Diese Lichtquelle bestimmt auch die Richtung des Schattenwurfs. Sind nun noch Teile des Gesichts zu dunkel, können weitere Lichtquellen zur Aufhellung eingesetzt werden. Schräg von hinten auf Schultern und Kopf gerichtete Scheinwerfer erzeugen einen leichten Lichtkranz und heben die Person zusätzlich vom Hintergrund ab.

**3. Bei Innen-Aufnahmen wird meist mit künstlichem Licht gearbeitet.** Filmst du eine Person, die relativ nah an der Kamera steht, kannst du vermutlich mit herkömmlichen Lampen ein gutes Ergebnis erzielen. Zur Ausleuchtung ganzer Räume oder Bühnen benötigst du meist starke Scheinwerfer. Das Ziel besteht darin, eine möglichst gleichmäßige Ausleuchtung ohne Schatten im Gesicht oder hinter den Darstel-

lern zu erzeugen. Plane zur Erprobung der Ausleuchtung Zeit ein.





## Der Ton

**1. Der Ton hat bei vielen Filmen einen stärkeren Einfluss auf das Ergebnis als das Bild.** Ein schlechter Ton kann den ganzen Film unbrauchbar machen. Den Ton nehmen die Zuschauer stark – aber eher unbewusst – wahr. Sie empfinden einen störenden Hall im Raum oder Störgeräusche bei Außendrehen (wie Verkehrslärm oder Wind) bei Interviews oder Dialogen oft als unprofessionell. Darum sollte die Qualität der Ton-Aufnahmen bei Aufnahmen von Sprechenden/musizierenden Menschen **höchste Priorität** haben.

**2.** Für Sprachaufnahmen, die nicht in einem ruhigen Innenraum aufgenommen werden, empfiehlt es sich, den Ton durch ein Ansteck-Mikrofon aufzunehmen, das direkt am Körper der Sprechenden Person angebracht wird. **Ansteckmikrofone erfassen nur den Ton in ihrem direkten Umfeld.** Zumindest sollte bei Interviews ein externes Mikro, zum Beispiel bei Handyaufnah-

men, eingesetzt werden, um den Ton zu verbessern, denn damit kommt man näher an die Sprechende Person heran, auch wenn die Kamera weiter entfernt bleibt. Solche externen Mikrofone leihen wir dir gern aus.

**3. Es ist wichtig, den Ton häufiger zu kontrollieren,** denn auch kleine Störgeräusche, wie etwa das Ticken einer Uhr, können im Nachhinein nicht mehr entfernt werden.

## Der Schnitt

**1.** Bevor die Szenen geschnitten werden, solltest du dir einen **Überblick über das Material schaffen** bzw. alle Aufnahmen sichten. Dabei schreibst du dir anhand von Time-Codes auf, welche Aufnahmen du für deinen Film nutzen willst.

**2.** Mit Hilfe eines Schnittprogramms (s. u.) kannst du dann aus dem Material die Szenen heraus-schneiden, die du brauchst.

**3.** Eine Bildbearbeitung solltest du nur dann vornehmen, wenn es sich um ungewöhnlich helle oder dunkle Aufnahmen handelt. Dann kannst du anhand der Helligkeits-Einstellungen des Schnittprogramms nachjustieren. **Ohne professionelle Erfahrung solltest du unbedingt vermeiden, Farbeinstellungen an den Aufnahmen vorzunehmen.**

**4.** Achte unbedingt darauf, dass der Film nicht zu lang wird. Die Aufmerksamkeits-Spanne von Zuschauerinnen und Zuschauern – gerade im Internet – ist meist sehr gering. **Der Beitrag sollte am Ende nicht viel länger als 1 Minute sein.** Mach lieber mehrere kurze Videos zum selben Thema (mit unterschiedlichen Schwerpunkten) als ein zu langes.

## Die Schnittprogramme

**1.** Grundsätzlich unterschieden werden muss zwischen **Programmen für Mac und Programmen für den PC.**

**2.** **Mac-Benutzerinnen und -Benutzer** können meist mit dem Programm „iMovie“ arbeiten. Es bietet für den einfachen Gebrauch ausreichende Möglichkeiten.

**3.** Die meisten **Windows-Userinnen und -User** werden über das Programm **Windows Film Maker** (vorher: Windows Movie Maker) verfügen. Es reicht für einen einfachen Video-Schnitt aus.

**4.** Für PC- bzw. Windows-User gibt es verschiedene kostenlose **Schnitt-Software im Internet.** Als Beispiel sei hier die **Freeware Shotcuts** genannt, die unter <https://shotcut.org/> als kostenloser Download bereitgestellt wird.

**5.** Im Internet findet man zu allen Schnittprogrammen genaue **Anleitungen und Tutorials** oder Beispielvideos.



## Die Musik

**1.** Wenn du in deinem Video **Musik verwenden möchtest, musst du dafür die entsprechenden Lizenzen erworben haben.** Die meiste so genannte kommerzielle Musik unterliegt den **Richtlinien der GEMA**, die für die Lizenzierung bzw. Kosten zuständig ist. Das Verwenden von Musik ohne den dazugehörigen Kauf der Nutzungsrechte hat meist **teure Konsequenzen und sollte immer vermieden werden!**

**2.** Es gibt jedoch auch so genannte **„GEMA-freie“ Musik** (nicht gleichbedeutend mit kostenfrei oder lizenzierungsfrei).

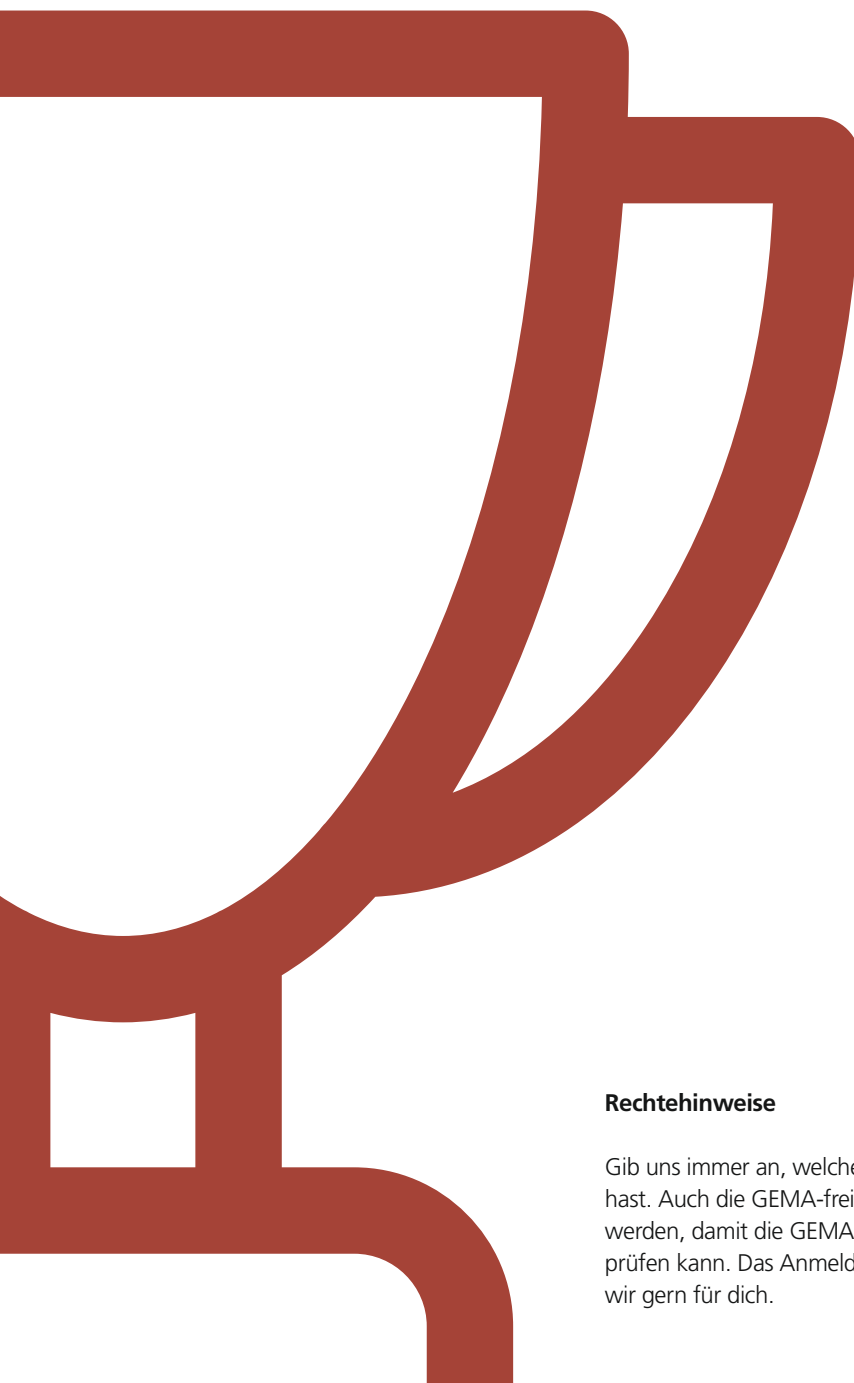
**3.** Im Internet **finden sich verschiedene Anbieter solcher GEMA-freien und auch kostenloser Musik.** Hier ist es jedoch wichtig, genau darauf zu achten, *welche Bedingungen* der Anbieter mit der Verwendung der Musik verknüpft.

**4.** Eine **Quelle für kostenlose und GEMA-freie Musik** findest du z.B. hier:

<https://www.musicfox.com/info/kostenlose-gemafreie-musik.php>

<https://www.terrasound.de/gemafreie-musik-kostenlos-downladen/>

<https://audiohub.de/kostenlose-gemafreie-musik>



**Wenn du dein Video fertiggestellt hast:**

Sende es an uns und wir zeigen deine Geschichte – Wir posten es auf dem YouTube-Kanal! Des Bündnisses „Niedersachsen packt an!“

**Wir wünschen dir viel Erfolg bei deinem Filmdreh.**

**Fragen?  
Probleme beim Dreh  
oder Schnitt? Du könntest  
Hilfe gebrauchen?**

Schreibe uns per  
**E-mail** an [erfolgsgeschichten@ausniedersachsen.de](mailto:erfolgsgeschichten@ausniedersachsen.de)

oder ruf uns an unter  
**Telefon** +49 (0) 511 120 6862  
(Mo.– Fr. 11 bis 16 Uhr)

**Rechtehinweise**

Gib uns immer an, welche Musik du verwendet hast. Auch die GEMA-freie Musik muss angemeldet werden, damit die GEMA die korrekte Verwendung prüfen kann. Das Anmeldeverfahren übernehmen wir gern für dich.

Hast du sonst irgendwelche fremden Bilder/Musik/Sprache oder Videoszenen aus dem Internet in deinem Video verwendet? Sag uns, welche du woher genommen hast, dann prüfen wir die Nutzbarkeit.

Lass dir von allen Personen, die du aufgenommen hast, immer das Rechteübertragungsformular

(siehe Anhang) ausfüllen. Jede Person hat ein Recht an seinem Bild, das muss respektiert werden. Mit dem Formular kannst du dir die Nutzung freigeben lassen, um spätere Probleme zu vermeiden. Bei der Aufnahme von Kindern müssen deren Erziehungsberechtigten unterschreiben. Beachte auch immer den in Deutschland wichtigen Datenschutz.