

# Instruktioner Filminspelning till Fysioterapi 2021

## avser Kort föredrag

**Inför inspelningen av ditt material till Fysioterapi 2021 kommer här några tips och förslag på hur du säkrar att vi både ser och hör dig på bästa sätt.**

### Ljus och ljud

Inspelningen gör du med fördel i ett tyst och ljust rum, se till att inte ha starka lampor eller ljusa fönster bakom dig då detta kan göra bilden allt för mörk. Ljuskällorna bör i huvudsak komma framifrån.

För bästa ljud rekommenderar vi att du använder en extern mikrofon. Det går även bra med headset med inbyggd mikrofon.

### Spela in din föreläsning

Ditt korta föredrag spelar du in med hjälp av powerpoint. Välj formatet 16:9 (du hittar detta i menyn under: Design-Bildstreck-Bredbild). När du spelar in ska du aktivera både ljudinspelning samt videoinspelning så att man hör och ser dig när du håller din presentation. Se länken nedan hur du gör det:

<https://support.microsoft.com/sv-se/office/spela-in-ett-bildspel-med-ber%C3%A4ttarr%C3%B6st-och-tidsinst%C3%A4llningar-0b9502c6-5f6c-40ae-b1e7-e47d8741161c>

Du har totalt fem minuter för din presentation. Inled din inspelning med ditt namn och titeln på ditt föredrag. För att få en snygg inledning och ett snyggt avslut vill vi be dig att börja med att titta tyst in i kameran i 3 sekunder och sedan börja din presentation. Samma sak vid avslutningen, stanna kvar med blicken i kameran i ytterligare 3 sekunder innan du stoppar inspelningen.

Tips: Undvik att prata just när du växlar bild eftersom programmet gör ett kort "klipp" som kan påverka ljudet. Bäst är om du är tyst någon sekund när du hoppar till nästkommande bild.

### Spara din föreläsning

Din PowerPoint behöver vi ha in i **.mp4 format**. När du har spelat in din föreläsning i ppt går du till Arkiv. Där väljer du Exportera och sedan väljer du att spara i .mp4 format. Önskad storlek är 1280 x720 pixlar.

För att spara i rätt format går du till Arkiv, välj Exportera, sedan Skapa en video och spara i HD (720p).

Din presentation kommer sedan att sättas ihop med de övriga korta föredragen i din session.

### Leverans

Döp din presentation enligt exempel nedan:

Kortföredrag\_AbstractID\_3 första orden i titeln

Ditt AbstractID hittar du överst i detta brev.

Presentationen skickar du lättast med WeTransfer.com eller Sprend.com till:

[info@cinanova.se](mailto:info@cinanova.se)

### Frågor

Har du frågor vad gäller inspelningen av ert material är du välkommen att höra av dig till:

[info@cinanova.se](mailto:info@cinanova.se)

Du är välkommen att skicka in din presentation till oss så snart du är klar. Ju tidigare desto bättre då vi har möjlighet att vända tillbaka i god tid om det skulle vara några tekniska bekymmer med materialet.

Dock måste vi ha din presentation senast den **17:e september**.

Vi ser fram emot ditt bidrag!

Fysioterapi 2021-teamet