

**METICS**

Unidad de Apoyo a la Docencia Mediada  
con Tecnologías de la Información y la Comunicación



# Principios básicos de producción audiovisual

Producir sus propios materiales audiovisuales para la docencia es posible. Este manual le permite conocer los aspectos básicos necesarios sobre video y audio para crear sus propios recursos.

DOCENTES



## Principios básicos de producción audiovisual

El siguiente manual es un recurso generado por METICS para impulsar la autogestión y actualización docente en el uso de a tecnologías de la información y la comunicación para el aprendizaje.

A través de estas páginas, se presentan los aspectos básicos que podrá compartir con el estudiantado al momento de **realizar una producción audiovisual** para cursos universitarios.

### Condiciones para grabar un vídeo

Antes de comenzar a grabar es importante que tome en cuenta las siguientes siete condiciones sobre la producción de un vídeo:

Encuentre formatos de **guiones y escaletas** en Docencia Multiversa

- Decida ¿qué tipo de vídeo quiere grabar? Existen múltiples tipos de material que usted puede realizar para apoyar su docencia, por ejemplo vídeos explicativos y demostrativos. Puede hacer vídeos en que aparezca de pie en pantalla, algo en la pizarra o hasta materiales en los que se vean sus manos haciendo un ejercicio.
- Seleccione un tema pequeño de alguno de sus cursos para mostrar en el vídeo. Procure que sea un tema sencillo y conciso para que pueda ser presentado en un tiempo corto.
- Tenga un “guion” de lo que va a decir, mostrar o demostrar, que será una guía para que en video no parezca que lee.

- Busque una persona colaboradora para que sostenga la cámara/teléfono celular, cuide que no cambie mucho la luz o hasta procure que no haya mucho ruido en el lugar de grabación.
- Prepare la cámara, teléfono o tableta para grabar. Para asegurarse que su dispositivo es adecuado busque en las especificaciones de su dispositivo (en línea) y verifique que este cuenta con una resolución HD (alta definición), de 800 x 480 o más.
- Escoja un lugar para grabar. Espacio ideal: está aislado de ruido excesivo y está bien iluminado, o sea cuenta, con suficiente luz para que todo, en la cámara o dispositivo móvil se entienda claramente.
- Verifique que el lugar esté libre de elementos de fondo que distraigan o afecten la atención. Recuerde el espacio debe ser agradable, imagínese: ¿Dónde podría verme bien?





También puede realizar los vídeos de sus cursos con estudiantes, colegas o comunidades de forma colaborativa, para construir diferentes materiales o estrategias, como por ejemplo objetos de aprendizaje. *Haga clic en la imagen para conocer más del tema.*



## Elementos para la producción de vídeo

### ¿Cómo quiero ver la imagen?

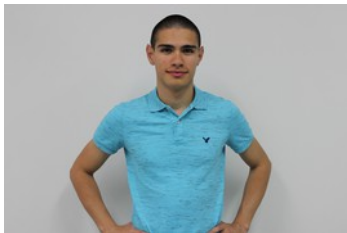


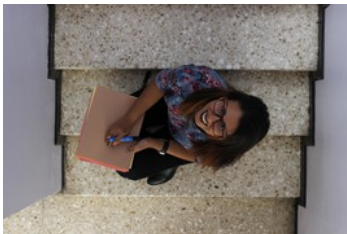
Las formas de colocar a las personas o los objetos dentro del cuadro de las imágenes se llaman **Valores de Plano**. A través su uso y variación, podemos transmitir diferentes intenciones, destacando elementos clave en las grabaciones que ayudarán a colocarnos mejor en la toma.


| Tipo de plano  | Descripción  | ¿Cómo se hace?  | Ejemplo   |
|--|--|---|---|
| <b>Plano General</b>   | Muestra todo el espacio en que se genera la acción. Coloca a la persona u objeto dentro del entorno.<br>Este es el plano más utilizado en conferencias o para presentar contextos. | En esta toma no se usa el zoom y la cámara se debe alejar para que toda la toma entre en el cuadro.         |    |
| <b>Plano Medio</b>   | Muestra la mitad de la persona. Este es el plano más utilizado para vídeos en Internet.  | En el cuadro de la cámara la imagen debe aparecer de las rodillas para arriba o de la cintura hacia arriba. |    |
| <b>Primer Plano</b>  | Se centra en destacar el rostro de la persona y acercarnos a su expresividad.  | En el cuadro de la cámara la imagen debe aparecer de los hombros hacia arriba.                              |   |
| <b>Primerísimo Plano</b><br><b>Primer Plano</b><br><b>Plano Detalle (Objetos).</b> | Se centra en las expresiones faciales de la persona o en detalles del objeto al que se captura.<br>Este plano es muy utilizado para destacar pequeñas partes o reacciones.         | En el cuadro de la cámara la imagen debe aparecer de la barbilla hacia arriba.                              |  |

Existe un plano mayor conocido como el plano **Gran General**, que corresponde a una toma en que se muestra toda la amplitud un escenario o paisaje.

## ¿Cómo coloco la cámara?

Los **ángulos de cámara** son las perspectivas desde donde se coloca la cámara para grabar. Permiten comunicar distintos mensajes, dependiendo del ángulo con que se enfoque la persona u objeto principal. Estos son los ángulos de cámara más utilizados.

| Tipo de ángulo | Descripción   | ¿Cómo se hace?  | Ejemplo   |
|----------------|---|---|---|
| Normal         | Es el plano más común en imágenes. Permite la captación de los elementos con claridad y el mensaje se transmite de forma directa. Cuando son paisajes ayuda a ver generalidades | Coloque la cámara en un ángulo recto, de frente a la persona u objeto.                |    |
| Picado         | Se utiliza para reflejar inferioridad, debilidad del personaje o profundidad en el espacio.   | Coloque la cámara desde arriba de la acción en un ángulo de 45 grados.                |  |
| Contrapicado   | Contrario al plano picado, este es ideal para resaltar personajes, y darles un aire de superioridad.  | Coloque la cámara desde abajo de la acción y viendo hacia arriba levemente inclinado. |  |
| Cenital        | Es muy útil para presentar altura, profundidad o presentar objetos que requieren ser vistos desde arriba.   | Coloque la cámara justo por encima de la acción en ángulo recto, viendo hacia abajo.  |  |

|       |   |   |   |
|-------|---|---|---|
| Nadir | Transmite una sensación de máxima grandeza. Se utiliza para elementos de gran altura o que se desee dar dicho mensaje. Es útil para grabar debajo de paneles o mesas transparentes. | Coloque la cámara en ángulo recto debajo de la acción, viendo hacia arriba. |  |
|-------|---|---|---|

### El espacio dentro del cuadro o "aire"

Para tener una claridad espacial del lugar en el que se encuentra una persona en escena, es una buena práctica dejar una zona libre en el encuadre, a esta zona se le llama **aire** y se asigna de acuerdo a la dirección de la mirada de la persona de referencia. La función del aire es brindar al espectador la noción o dirección visual de la acción.

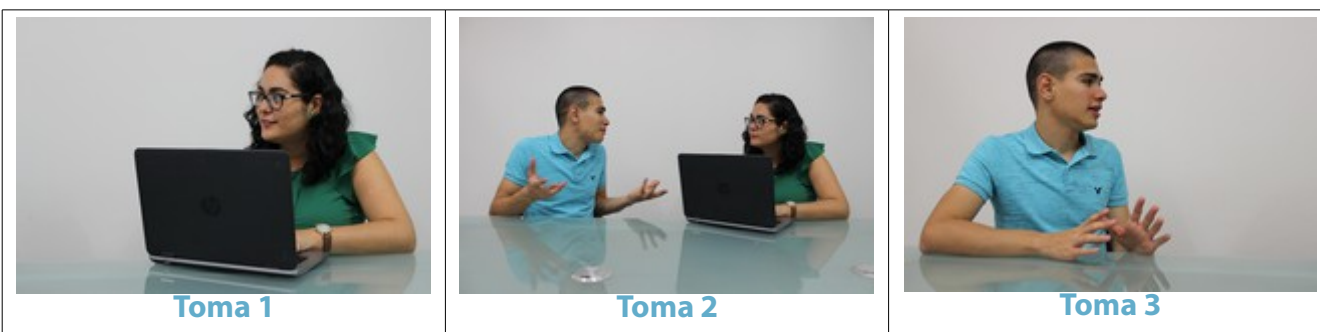
*En esta imagen se da un buen uso del aire al lado izquierdo del encuadre.*



El **encuadre** es la imagen que se ubica dentro del cuadro del video.

### El uso del aire con dos entrevistados

En el caso de tener a dos personas en una conversación, el aire funciona de la misma manera respetando la asignación de acuerdo a la mirada y el espacio construido. En los ejemplos se muestra el eje entre dos personas que dialogan frente a frente.



## La luz: ¿cómo se ven mejores las imágenes?

La luz permite que las imágenes se entiendan, no es solamente un elemento decorativo sino la herramienta principal para la captura de imagen, por lo que su uso adecuado ayudará a comunicar mejor su mensaje. Estas son algunas recomendaciones para cuidar la iluminación.

### Tipos de luces

- Prefiera bombillos de tungsteno o la luz natural.
- Luces fluorescentes: evite grabar bajo este tipo de luces ya que hará que en la imagen haya un parpadeo parecido a cuando se graba una pantalla de televisor con una videocámara.
- Luz natural: prefiera grabar en espacios donde entre la luz del día. En oficinas, habitaciones, salas de reuniones busque las entradas de luz natural como puertas y ventanas para aprovecharla y grabar cerca de ellas. Evite grabar bajo el sol de medio día ya que puede generar un exceso de luz.

### Colocación de la luz

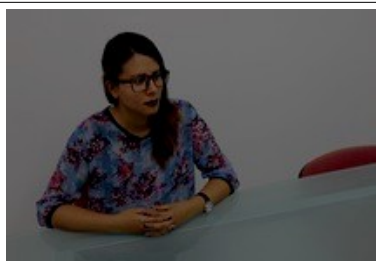
- Las fuentes de luces siempre deben estar detrás de la cámara y no detrás del sujeto. De esta manera la cámara ajustará la exposición de la imagen en la persona y no en el exterior o la fuente de luz.
- En caso de que la fuente de luz sea la iluminación artificial del espacio, ubique la persona u objeto al menos a un metro lejos de la iluminación, es decir, no lo coloque justo debajo del bombillo o fluorescente.



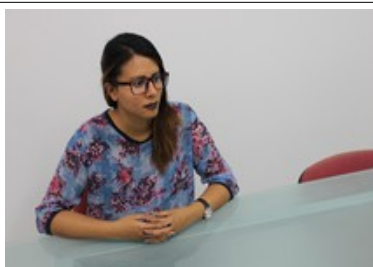
## Exposición a la luz

Es importante tomar en cuenta que la luz no puede apuntar a cámara en ningún momento, ya que la imagen se vuelve difícil de ver por la sobre-exposición. La **exposición** corresponde a la cantidad de luz que se permite entrar dentro del lente de la cámara.

Una exposición ideal nos dará una imagen nítida, clara y bien iluminada según el ambiente. Una imagen subexpuesta es una fotografía para la cual se capturó muy poca luz, y una sobreexpuesta, una foto a la que se le dejó entrar un exceso de luz.



Subexpuesta (no es recomendable)



Exposición ideal



Sobreexpuesta (no es recomendable)

## El sonido

El sonido es uno de los elementos más importantes al producir un vídeo, ya de este dependerá el mensaje que se desea comunicar.

El audio del material puede grabarse en el dispositivo con que se capture el video durante la grabación, aunque hay otras opciones como grabar el audio en otro teléfono, una grabadora digital o dispositivo colocado más cerca de la persona.

Luego puede unir el video y audio en un programa de edición.



Escuche el audio durante la grabación para cerciorarse de la calidad, si no es posible hacerlo simultáneo, una vez finalizado proceda a escucharlo para saber si quedó registrado.

Estos son algunos de los consejos sobre el sonido a la hora de grabar:

- Realice un guión para organizar las ideas que desea locutar o decir, esta será la guía para hacer la narración del vídeo si así lo necesitara.
- Grabe algunas pruebas en video fuerte y claro, y revíselas para corregir cualquier elemento que afecte la claridad en el audio.
- Al grabar, busque un lugar con el menor ruido posible. De no poder obtenerlo, busque espacios en interiores que disminuyan los sonidos que interfieran en la grabación del audio.
- Si utiliza un micrófono, una grabadora o el celular para grabar su voz o la de alguien más, coloque el dispositivo a una distancia de 15 centímetros.
- Busque que el lugar esté lejos de fuentes de ruido excesivas que puedan afectar la claridad del audio, donde no se genere mucho eco.
- Hable de forma clara, con un tono medio sin gritar ni susurrar.

## ¿Cómo construyo el vídeo final?

La edición es el proceso donde se construye el vídeo final con las diferentes piezas grabadas. Aquí se puede incluir la voz, la música, los efectos de sonido, animaciones, fotografías y los vídeos producidos.

Conozca las partes de un programa de edición al visitar estos materiales sobre edición de [audio](#) y [vídeo](#)

Antes de iniciar la edición es necesario organizar todos los elementos, para que al utilizar los programas de edición, tengamos los archivos en orden. Realice los siguientes pasos:

1. Haga un listado de los elementos que va a incluir en el vídeo.
2. Recopile estos elementos. Si requiere bajar alguno de Internet, procure hacerlo de un repositorio de [Creative Commons](#).
3. Haga en su computadora **una carpeta exclusiva** para todos los elementos del vídeo, colocados en sub-carpetas de acuerdo al tipo de elemento: una para el sonido, una para los vídeos y una para las imágenes.
4. Cree una última carpeta donde colocará las versiones finales del vídeo.

Si el vídeo lo realizará en otra computadora es necesario que traslade todas las carpetas y archivos, ya que los programas de edición leen los nombres y las ubicaciones de cada elemento para enlazarlos. En un celular o tableta, puede organizar los archivos en la Micro SD o memoria del celular conectando el dispositivo a la computadora o desde la aplicación de Archivos.

### Incluir títulos, frases o palabras

En el programa de edición usted puede agregar títulos o letras, para ello tome en cuenta:

- **Contraste:** si pone texto sobre el vídeo busque colores que hagan un buen contraste, prefiera los tonos oscuros y no sobre ponga colores brillantes (ejemplo rojo con amarillo) u opacos (gris con azul) uno sobre otro.
- **Color:** utilice máximo 2 tipos de colores en todo el vídeo, el uso excesivo del mismo le resta identidad al producto.
- **Tipo de letra:** prefiera los tipos de letra redondeados (por ejemplo Roboto, Arial o Verdana) y utilice sólo una tipografía.
- **Ubicación:** coloque las frases o palabras en un lugar que pueda ser visible y que no interfiera con la imagen.

### Uso de transiciones

Actualmente los programas de edición ofrecen una gran gama de transiciones, sin embargo no todas están dentro de las tendencias actuales de vídeo, por lo que estas son las tres opciones que puede utilizar en su vídeo.

- **Corte:** se puede considerar el principio más elemental del proceso de edición entre archivos de vídeo. El corte es la separación inmediata que se da entre diferentes planos o tomas, y que ayuda a que la acción se vea dinámica y variada. Podemos entenderlo como el "salto" entre cada toma.
- **Disolvencia:** es un efecto con funciones similares a las del corte. La diferencia radica en la evidencia del proceso de montaje, es decir, resulta explícito en el vídeo que se está realizando una yuxtaposición de planos. Cuando hay una

disolvenca, podemos ver cómo se funde una escena con la otra.

- **Transición creativa:** dentro de las opciones, el uso de barras inclinadas fue traído nuevamente por productos como Tasty, los cuales son videos cortos que utilizan este efecto para ejemplificar rapidez. Para su uso es necesario que cada video cuente con al menos 4 segundos previos y posteriores para que no se pierda información mientras pasa la transición.

**Uso de filtros.** Los programas de edición ofrecen muchas opciones de filtros de color, sin embargo el uso de los mismos puede causar distracción en los contenidos a exponer, bajar la calidad del video o quitarle realismo, por lo tanto sólo son útiles cuando mejoran el color de la imagen real o de desea simular un pasado de forma exagerada, ya sea con blanco y negro o tonos sepia (terracotas).

### Recomendaciones para grabar con teléfono o tableta

Una opción muy accesible y cómoda es grabar nuestro video con el teléfono o tableta. Si optamos por eso, tome en cuenta estas consideraciones:

- **Procure que haya espacio en la memoria de su teléfono/tablet para el video.** Borre fotos, videos y otros que no necesite para abrir espacio en la memoria. Dependiendo de la calidad con que grabe, los archivos pueden ser más o menos pesados.
- **Cargue la batería de su dispositivo.** Imagínese estar grabando y de repente, quedarse sin batería. Cargue desde ya su teléfono para que cuente con batería suficiente para grabar el tiempo e intentos que necesite.
- **Active el modo avión.** Para no recibir llamadas o mensajes que interrumpan o detengan la grabación, ponga su teléfono en modo Avión antes de grabar.

- **Grabe en posición horizontal.** Los medios actuales como YouTube y monitores de alta definición cuentan con pantallas horizontales, por eso al subirlos a la red, los videos con posición vertical suelen observarse con espacios vacíos a los lados, lo que afecta la claridad con que se aprecian.

Haga clic en la siguiente imagen dirigirse al vídeo sobre el tema, el cual podrá compartir con estudiantes y colegas.



Para validar si sus vídeos tienen características óptimas para el aprendizaje visite el documento [Criterios para la validación y producción de Recursos Multimedia para los cursos universitarios.](#)

### Recomendaciones generales

- Evite movimientos bruscos que afecten la visibilidad del material. Para evitar el movimiento brusco, una técnica es sostener la cámara o dispositivo con ambas manos apoyando los codos contra el cuerpo. Otra opción es buscar una superficie para apoyar las muñecas mientras se sostiene el teléfono con ambas manos.
- Evite usar el zoom o acercamiento propio de la cámara en el teléfono, ya que afecta la resolución. En cambio, lo ideal es que la persona que sostiene el teléfono se acerque o se aleje del punto a grabar.

## Material para construir con los estudiantes

Las siguientes condiciones para producir son una guía rápida que los estudiantes podrán seguir para un proceso de producción simplificado.

|    | Condiciones  | Listo | Falta |
|----|--|-------|-------|
| 1  | Luego que su docente le brinde el tema que podrá desarrollar, busque los puntos más relevantes, y pregúntese: ¿Es un proceso? ¿Es una definición? o ¿Son características de algo? Esto le va a ayudar a elegir cómo se presenta la información. Busque hacerlo simple y conciso.   |       |       |
| 2  | ¿Qué tipo de vídeo quiero grabar? Podemos hacer vídeos en que aparezcamos de pie en pantalla, algo en la pizarra o hasta materiales en los que se vean nuestras manos haciendo un ejercicio. También podemos hacer dramatizaciones, títeres, plastilina o hasta podemos inventar canciones sobre el tema.  |       |       |
| 3  | Realice una "escaleta" o "guión" de lo que va a decir, mostrar o demostrar. El guión va a ser una guía, porque en el vídeo no debe sentirse que leemos. Para elaborarlo se recomienda que anote en una hoja o dispositivo un "guión" escrito de lo que va a decir, de manera que tenga una herramienta para practicar y conocer bien los contenidos antes de grabar. |       |       |
| 4  | De acuerdo a la distribución de grupos, asignen roles para cada tarea que se necesite entre los participantes. Es importante que haya personas encargadas de la cámara/teléfono celular, para que no cambie mucho la luz o que haya mucho ruido en el lugar de grabación.  |       |       |
| 5  | ¡Practique!: la práctica y soltura hacen un buen vídeo.  |       |       |
| 6  | Planifique el vídeo. Decida quién o quienes saldrán en el vídeo, que elementos necesita y cuándo lo podrán realizar. Considere si tiene que pedir algún permiso y confirme con tiempo que todo esté listo antes de grabar.   |       |       |
| 7  | Busque el equipo con que grabará, si cuenta con un teléfono inteligente puede aprovecharlo, pues permite grabar vídeos de alta calidad. Las tabletas actualmente ofrecen distintas posibilidades de resolución y calidad de vídeo. También, puede usar una cámara fotográfica o de vídeo para hacer su material.   |       |       |
| 8  | Escoja un lugar (set) para grabar, aislado de ruido excesivo que puede interferir con el sonido en la grabación, que cuente con suficiente luz para que todo en la cámara o dispositivo móvil se vea y entienda claramente, libre de elementos de fondo que distraigan o afecten la atención. Recuerde el espacio debe ser agradable.                                |       |       |
| 9  | Revise ¿En qué plano y ángulo de cámara me quiero colocar? ¿Me sirven para lo que quiero transmitir? Coloque el plano en posición horizontal, nunca vertical. Colocar la toma en vertical afecta su visibilidad en la mayoría de dispositivos.   |       |       |
| 10 | Prepare a las personas o materiales a grabar. El audio puede grabarlo con la misma cámara/celular o con una grabadora, esto depende de la cantidad de personas que estén en pantalla.  |       |       |
| 11 | Ensaye lo que considere necesario antes de grabar. Grabe algunas pruebas donde se hable fuerte y claro, y revíselas para corregir cualquier elemento que genere falta de claridad en el audio.   |       |       |
| 12 | Prepare las condiciones de manera que haya el menor ruido posible en el "set". Luego de ensayar lo suficiente, y cuando se sienta listo o lista, ¡comience a grabar!   |       |       |
| 13 | Grabe cosas pequeñas o detalles que luego le ayudarán a cubrir errores al editar. No todo vídeo tiene que quedar listo en el primer intento, y no se preocupe si se equivoca o tiene que detenerse en la grabación. Repita las veces que necesite.   |       |       |
| 14 | Haga los respaldos de todo el material. Luego de estar seguros que ya se grabaron todas las tomas necesarias, suba los archivos de audio y vídeo a la computadora, en una carpeta coloque los vídeos y en otra los audios. Haga una carpeta con el material en el que se equivocaron o extra, ya que esto puede ser de gran ayuda en el momento de editar            |       |       |

Para conocer más sobre el uso de la plataforma Mediación Virtual, aprovechar sus ventajas y conocer otras herramientas que puede utilizar en sus clases, participe en nuestras actividades de formación y consulte nuestros materiales de aprendizaje en la dirección [metics.ucr.ac.cr](http://metics.ucr.ac.cr)

*Equipo de METICS*



# METICS

Unidad de Apoyo a la Docencia Mediada  
con Tecnologías de la información y la Comunicación



Los derechos patrimoniales de esta obra pertenecen a la Universidad de Costa Rica y son para uso académico. Realizado por la Unidad de Apoyo a la Docencia Mediada con Tecnologías de la Información y la Comunicación (METICS), Vicerrectoría de Docencia. Este material fue escrito por los productores audiovisuales Brenda Alfaro y José Antonio Elizondo.

Principios básicos de producción audiovisual/METICS. 1°.ed. —San José, CR: Vicerrectoría de Docencia, Universidad de Costa Rica (UCR), 2017