

A hand holding a black smartphone is positioned in the upper right quadrant. The background is a vibrant red with stylized, wavy flame shapes in various shades of red and orange. In the bottom left corner, there are bright yellow flame shapes. The overall aesthetic is bold and energetic.

COMO SE GRAVAR EM CASA

Um guia simples para fazer
vídeos melhores com o celular.

LUZ



**Fique de frente
para uma janela
(ela vai ser sua
iluminação principal).**



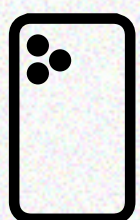
**Evite luz forte
atrás de você.**

**Se usar ring
light, deixe na
altura do rosto.**

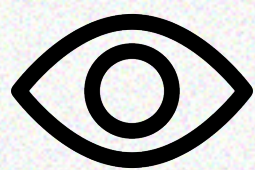
CELULAR



Grave na vertical.



A câmera traseira é melhor que a frontal. Mas se ficar ruim de ver como ta ficando, vai com a frontal mesmo.



Deixe o celular na altura dos olhos.



Limpe a câmera antes de gravar.



Apoie o celular em um tripé ou superfície firme.

ENQUADRAMENTO



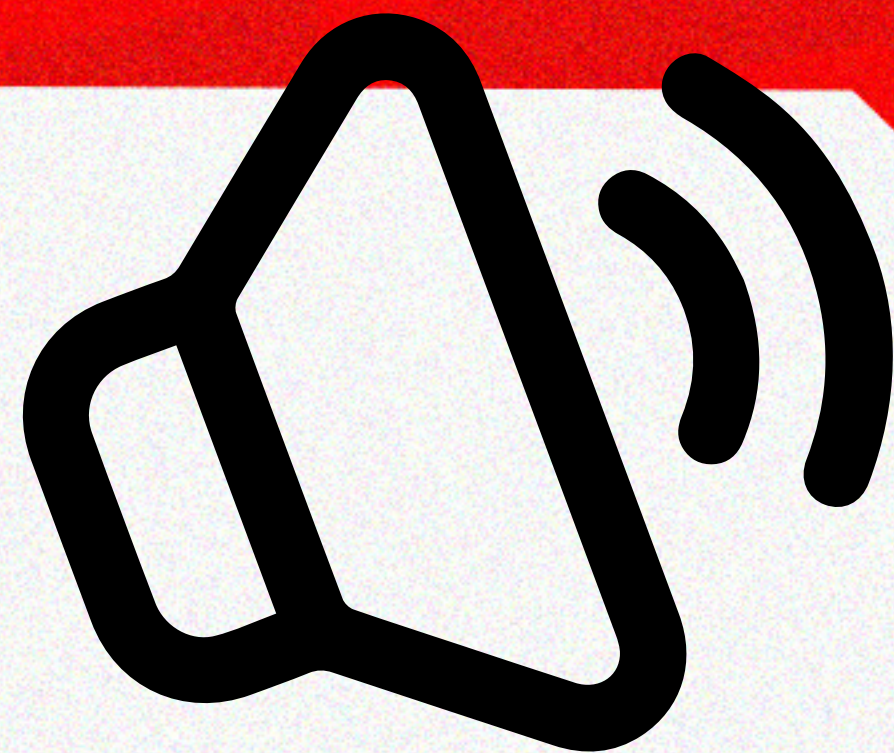
**Deixe pouco
espaço acima da
cabeça.**

**Mostre do peito
para cima.**



**Olhe para a lente.
(e não para você
mesmo)**

ÁUDIO



Grave em um lugar silencioso.

Fique perto do celular.

Feche portas e janelas.

**Desligue ventilador e
ar-condicionado, se possível.**

Evite lugares com muito eco.

Tem microfone? Use.

**Mas teste antes.
grave 10 segundos e escute
o áudio antes de começar.**

COMO FALAR

Não precisa decorar tudo.

Pense em:

COMEÇO → IDEIA → FINAL



Errou?

Pare, respire e grave a frase novamente.
Na edição, você corta.

ANTES DO REC

- ☐ Câmera limpa
- ☐ Celular carregado
- ☐ Luz boa
- ☐ Áudio testado
- ☐ Fundo organizado
- ☐ Notificações desligadas
- ☐ Celular firme

**AGORA É
SÓ GRAVAR.**

EDITANDO NO CAPCUT

CORTE OS ERROS

Tire:

- Silêncios longos
- Erros de fala
- Repetições
- Partes desnecessárias

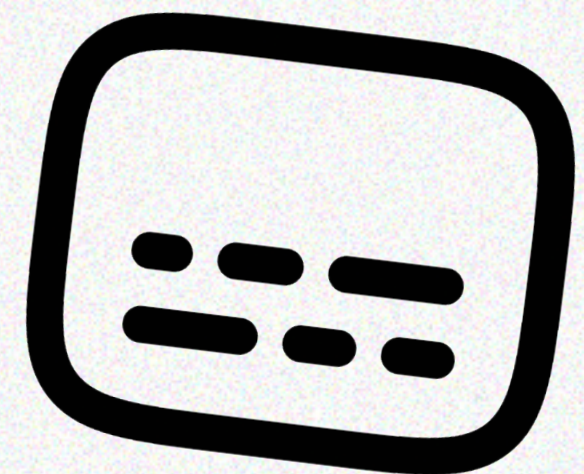


Quanto mais direto, melhor.

USE LEGENDAS

Adicione legendas para facilitar a compreensão.

- Use letras grandes.
- Não coloque texto demais.
- Destaque palavras importantes.



COLOQUE IMAGENS E VÍDEOS

Use imagens para complementar o que você está falando.



Não coloque imagens só por colocar.



MÚSICA

A música deve ficar **baixa**, atrás da sua voz.

Se a pessoa precisa se esforçar para entender sua fala, a música está alta demais.

EFEITOS

Menos é mais.

Evite exagerar em:

- Transições
- Efeitos sonoros
- Zooms
- Animações

Use quando realmente ajudar o vídeo.

FORMATO

Para Instagram, TikTok, Kwai e Shorts:

9:16 – Vertical

Antes de exportar, confira se nenhum texto ficou cortado.

EXPORTAÇÃO

Para começar: **1080p • 30 FPS**

Assista ao vídeo inteiro antes de postar.

SE LIGA!

- Corte o que não precisa.
- Deixe o que importa.
- Publique.

TUTORIAIS

clique
no link

"FUNDO VERDE" NO CAPCUT

youtube.com/shorts/8hBBkCwPrPo?is=en_GllZxE4tf-74J

COMO CORTAR UM VÍDEO

vt.tiktok.com/ZSbbAYXPr/

COMO USAR VÍDEO EM CAMADA

youtube.com/shorts/1lE-24udLIU?is=0ZWolAHc1F05mqeH