



CONCURSO AUDIOVISUAL
Mi mundo con
Fe y Alegría



Toma una
GRAN fotografía
y un video **FANTÁSTICO**

Si nunca has tomado una **FOTOGRAFÍA**, eso no te impide **PARTICIPAR** en el concurso. A continuación te ofrecemos algunos **CONSEJOS** para que puedas realizar mejor *tu material*.



Lo **primero** que debes tener en cuenta es

PREPARAR tu fotografía. *Imagínate lo que quieres que aparezca en ella y*

DEFINE que tipo de *plano* quieres utilizar.



Si quieres mostrar el rostro de tu amigo (a) usa un **PRIMER PLANO** y si quieres enseñar tu aula usa un **PLANO GENERAL**. Los planos te permiten mostrar las *emociones*. Los cerrados te logran fotos íntimas y los abiertos dar más información.



Primer Plano o Close Up:

Es un plano cerrado que muestra en detalle, **PERSONAS** u **OBJETOS**, enfocados desde muy cerca.



Si quieres un primer plano TE SUGERIMOS:

- **Centra la atención** en el o la modelo (persona y objeto)
- Intenta **que el fondo no distraiga** más de la cuenta, pero el fondo también cuenta, no trates de eliminarlo por completo.
- **Cuida el enfoque.** El punto de foco deberá estar siempre en la cara, y particularmente en los ojos cuando hablamos de personas.
- **Cuida las texturas,** especialmente la de la piel. Si nos acercamos mucho puede que se noten demasiado las imperfecciones.



Plano Medio:

Este encuadre es de la cintura para arriba.

Muestra más que el rostro y también te *permite mostrar la pose de tus modelos*. Cuida el fondo aunque no es lo más importante.





Si quieres un plano medio

RECUERDA:

- **Cuida** el enfoque.
- Prepara **tu foto**.
- Hazla **varias veces** y escoge la mejor.
- Dirige a tus **modelos** antes de disparar.
- Pídele una **sonrisa** a tu modelo.
- **Recuerda** que no siempre las personas tienen que estar de pie, pueden **estar sentados**.





Plano Americano o $\frac{3}{4}$:

Las personas aparecen por las rodillas y no necesariamente completas.

Se distinguen los **ROSTROS** y también la posición del cuerpo.

Úsalo si necesitas mostrar más que un plano medio.





Si quieres un plano AMERICANO TEN EN CUENTA:

- Decide si QUIERES un plano americano o prefieres que tu modelo esté completo.
- Recuerda preparar tu foto.
- Está atenta a lo que hay en el fondo, aunque no sea lo más importante.



Plano ENTERO:

Los modelos aparecen de cuerpo entero.

Se **CENTRA** en el modelo, pero debe considerarse el **fondo**. Este plano te **PERMITE** mostrar que las personas y el lugar donde se encuentran, aunque los modelos siguen siendo la prioridad.



RECUERDA:

- Prepara tu foto, dirige al o los **modelos**.
- **Puedes** tener una o varias personas.
- Cuida el fondo.
- Recuerda el **foco** siempre.
- Cuida los **detalles**.





Plano GENERAL:

Es un plano abierto donde la importancia la tiene el **ESCENARIO** y las personas son parte de él.

Con él puedes mostrar los *lugares*. Debes **PRIORIZAR** que objeto es más importante que el otro y debes tener en cuenta que hay objetos *más cerca* y *más lejos*.



TEN EN CUENTA

las **sugerencias** anteriores para este plano: **foco**, detalles, **modelos** y recuerda siempre **preparar** tu fotografía.





OTROS Ejemplos de *Plano* GENERAL



OTRAS Recomendaciones



Al mirar por el visor de la **CÁMARA** toma en cuenta los bordes para que *no recortes* manos, cabeza y si recortas **OBJETOS** que sea intencional.



Si es un plano **general** está pendiente de los *detalles*.



Toma las fotos *siempre en horizontal*, es como **VEMOS** las personas.



Cuida el fondo.

En los *planos* donde la persona es lo importante trata de que sean lo más simple para *permitir* que destaque.





REGLA de Tercios:

- Se usa en pintura y también en fotografía con la *intención* de lograr una armonía.
- Si no tienes la opción en tu cámara **IMAGINA** una *cuadrícula* de dos líneas horizontales y dos verticales que dividen tu imagen en nueve partes.
- Debes *ubicar* el objeto o persona principal sobre una de las líneas de los tercios o los puntos de **INTERSECCIÓN** y no al centro y así la foto tendrá más armonía.





REGLA de Tercios:

- En retratos, asegúrate que los **OJOS** de tu modelo estén ubicados en el tercio *superior* de la fotografía.
- Si tienes *horizonte* colócalo en el centro superior o **INFERIOR** pero no en el tercio del centro.
- Si sigues esa regla la foto se verá bien.

Si tomas las **FOTOGRAFÍAS** *con la cámara*

DE UN **Teléfono** *móvil*

te sugerimos:



- **No usar** el zoom digital.
- **Cuida el FOCO.**
- *Sostén* bien el teléfono.
- **Observa** que tengas **suficiente luz.**
- **Desactiva** el flash.
- Toma las fotos *sin filtro.*
- **Verifica** que el lente de la cámara este *limpio.*
- **Importante:** toma las fotos siempre en **horizontal.**



Si VAS a tomar un VIDEO

te sugerimos:



- **Piensa** en lo que vas a grabar.
- **Graba** los videos en **HORIZONTAL**
- **Cuida el FOCO.**
- *Ideal* que tengas soporte tanto con cámara como con movil.
- **Puedes hacer movimientos** de izquierda a derecha y viceversa Se llaman **PANEO**. Debes tener claro lo que debes mostrar.



Si VAS a tomar un VIDEO

te sugerimos:



- **También puedes usar Zoom.**
- Los movimientos de arriba abajo o viceversa se llaman **PICADO Y CONTRAPICADO** (los debes justificar muy bien).
- **El tiempo** sugerido es entre 6 y 10 segundos.
- **Cuida el FOCO.**
- *Evita* hacer **CONTRALUZ** (la luz está frente a la cámara y oscurece tu imagen)
- Puedes grabar **planos generales** o **primeros planos** (ver láminas de fotografía)





RECUERDA siempre
planificar tu **fotografía**
o tu **VIDEO**
y toma varias veces
para que escojas la que te queda
MEJOR.

Ahora a concursar



Todas las imágenes que aparecen en este manual fueron tomadas por los departamentos de comunicación de los países que integran Fe y Alegría.