

ANEXO 4. REQUISITOS PARA GRABAR EL VIDEO

1. No se permite la proyección exclusiva de diapositivas o poster, pueden ser una herramienta de apoyo, pero los expositores deben aparecer en el video presentando el proyecto.
2. Deben tener una duración mínima de cuatro (4) minutos y máxima cinco (5) minutos
3. Ser grabado con una calidad mínima de 480p y máxima de 720p en formato mp4; puede utilizar un conversor gratuito si se requiere.
4. El peso recomendado para cada archivo no debe ser superior a 350 MB, en caso de que se supere este límite, usar un compresor gratuito como [Convertio](#)
5. Debe realizar la miniatura del video según el formato dispuesto por el encuentro (Anexo 6)

Consejos:

1. Grabar en formato horizontal. Cada uno en el centro, eso nos permite tener facilidad al manejar el material.
2. Asegurarse de no tapar el micrófono del celular, de ser posible grabar el sonido con manos libres y un celular aparte o hablar en un tono alto y claro.
3. El encuadre debe ser desde el abdomen hacia arriba.
4. Evitar los espacios abiertos o con mucho viento.
5. No grabar en contraluz.
6. Mantenerse tranquilo(a), tener una respiración controlada y mirar siempre la cámara.
7. Respuestas breves y concretas.
8. Poner el celular en una base firme, evitar movimientos en la toma.
9. Limpiar el lente antes de empezar a grabar.
10. No grabar en la noche.
11. Revisar la calidad de la grabación del video en el celular que sea alta.
12. Para la presentación pueden apoyarse en herramientas como un Prompter, como el del siguiente enlace: <https://pcmacstore.com/es/app/1114323504/power-prompter-express>
13. Link tutorial del CMA-Poli: <https://www.youtube.com/watch?v=IPwA08Zc5p8>