

KRÓTKIE FORMY WIDEO – OD NAGRANIA DO PUBLIKACJI (REELS, SHORTS, TIKTOK)

WAŻNE INFORMACJE O SZKOLENIU:

Szkolenie „Krótkie formy wideo – od nagrania do publikacji (Reels, Shorts, TikTok)” uczy tworzenia viralowych rolek telefonem, bez drogiego sprzętu, poprzez praktyczne techniki nagrywania (kadrowanie, oświetlenie, dźwięk) i scenariusze angażujących formatów. Program obejmuje montaż w CapCut (cięcia, napisy, efekty), Canvie (animacje) oraz DaVinci Resolve (profesjonalny poziom darmowy), plus zrozumienie algorytmów Instagram, TikTok, Facebook i YouTube Shorts do optymalizacji publikacji i analizy efektów. Uczestnicy zyskają umiejętności samodzielnej produkcji treści zwiększających zasięgi, idealne dla promocji osobistej marki lub organizacji w mediach społecznościowych.

CELE I KORZYŚCI ZE SZKOLENIA:

Celem szkolenia jest:

- nauczenie uczestnika nagrywania angażujących materiałów wideo telefonem, bez potrzeby studia czy drogiego sprzętu, poprzez praktyczne techniki kompozycji, oświetlenia i dźwięku.
- Montażu rolek w narzędziach jak CapCut, Canva i DaVinci Resolve: cięcie, efekty, muzyka i tekst.
- Zrozumienie algorytmów platform (TikTok, Instagram Reels, YouTube Shorts) i optymalizacja zasięgów poprzez timing, hasztagi i trendy.

Korzyści dla uczestnika

- Samodzielne tworzenie profesjonalnych rolek, oszczędzając na sprzęcie i agencjach.
- Znajomość zasad montażu zwiększającego zaangażowanie (retencja, interakcje) i zasięgi.
- Świadome publikowanie treści promowanych przez algorytmy, co buduje osobistą markę lub biznes online.

PROGRAM:

1. Nagrywanie telefonem - kadrowanie, oświetlenie, dźwięk
 - Ustawienia aparatu: rozdzielczość, FPS, stabilizacja
 - Zasada trójkąta i kadrowanie pionowe (9:16)
 - Oświetlenie naturalne vs lampki LED, jak uzyskać profesjonalny obraz za grosze
 - Dźwięk: mikrofony krawatowe, kierunkowe i bezprzewodowe do telefonu
 - Tła i aranżacja przestrzeni, jak wyglądać wiarygodnie bez studia
2. Scenariusze i formaty rolek, które działają
 - Hook/bait, jak zatrzymać kciuk w pierwszej sekundzie
 - Sprawdzone struktury: problem–rozwiązanie, lista, przed/po, storytelling
 - Formaty viralowe: gadająca głowa, tutorial, POV, trend remix
 - Bank pomysłów na treści
 - Pisanie skryptów: od luźnej notatki do gotowego scenariusza w 5 minut
3. Montaż w CapCut - cięcia, napisy, efekty, przejścia
 - Interfejs i podstawowy workflow od importu do eksportu
 - Dynamiczne cięcia: rytm, tempo, usuwanie pauz

- Automatyczne i ręczne napisy
 - Efekty, filtry i przejścia, kiedy dodają wartość, a kiedy przeszkadzają
 - Szablony CapCut: jak z nich korzystać i dostosowywać do siebie
4. Montaż w Canvie - proste wideo i animacje
 - Tworzenie wideo z grafik, zdjęć i klipów w edytorze Canva
 - Animacje tekstów i elementów, efekt profesjonalnej motion graphics
 - Szablony wideo Canva: szybka personalizacja pod swoją markę
 - Dodawanie muzyki, voiceoverów i przejść
 - Eksport w odpowiednich formatach i jakości
 5. DaVinci Resolve - darmowy montaż na profesjonalnym poziomie
 - Instalacja i pierwsze kroki: interfejs, zakładki, logika programu
 - Import, oś czasu, cięcia i podstawowa korekta kolorów
 - Napisy i grafiki w module Fusion (podstawy)
 - Eksport: optymalne ustawienia pod social media
 - Kiedy warto przejść z CapCut na DaVinci i czy to się opłaca
 6. Algorytmy platform: Instagram, TikTok, Facebook, YouTube Shorts
 - Jak naprawdę działają algorytmy rekomendacji w 2026 roku (i co o nich wiemy)
 - Co każda platforma „nagradza”
 - Różnice w dystrybucji treści
 - Crossposting: jak i kiedy publikować tę samą rolkę na wielu platformach
 - Najczęstsze błędy, które zabijają zasięgi
 7. Optymalizacja publikacji - opisy, najlepszy czas publikacji
 - Pisanie opisów, które angażują (CTA, pytania, storytelling w opisie)
 - Hashtagi: ile, jakie, czy w ogóle jeszcze działają
 - Najlepsze godziny publikacji, dane vs mity
 - Okładki rolek: jak zaprojektować miniaturkę, który przyciąga
 - Planowanie i harmonogramowanie treści: narzędzia i rutyny
 8. Analiza skuteczności i mierzenie efektów
 - Kluczowe wskaźniki: wyświetlenia, retencja, zaangażowanie, konwersja
 - Statystyki natywne platform: co gdzie znaleźć i jak czytać
 - Testy A/B w praktyce: co zmieniać i jak wyciągać wnioski
 - Raportowanie wyników: prosty szablon do comiesięcznej analizy
 - Od danych do decyzji: jak dostosowywać strategię na podstawie liczb

ADRESACI:

Szkolenie skierowane jest w szczególności do osób zajmujących się promocją miasta/gminy, które robią relacje z wydarzeń, tworzą materiały reklamowe i edukacyjne. Szkolenie znajdzie również zainteresowanie wśród osób, które pracują w dziale promocji w administracji państwowej, jednostkach podległych pod JST, w urzędach JST, uwieczniają relacje z działań i kampanii społecznych, tworzą rolki produktowe materiały brandingowe i treści sprzedażowe, a także rzecznicy prasowi.

PROWADZĄCY: Trener specjalizujący się w sztucznej inteligencji, kompetencjach cyfrowych i komunikacji w mediach społecznościowych. Były samorządowiec z praktyczną perspektywą funkcjonowania administracji publicznej. Na co dzień zajmuje się content marketingiem i edukacją, między innymi w zakresie AI oraz nowych technologii

INFORMACJE ORGANIZACYJNE I KARTA ZGŁOSZENIA

Krótkie formy wideo – od nagrania do publikacji (reels, shorts, tiktok)



Szkolenie będziemy realizowali w formie webinarium online.



24 września 2026 r.

Szkolenie w godzinach 9:00-14:30



Cena: 479 PLN netto /os

Przy zgłoszeniu do 31 sierpnia 2026r. cena 449 PLN netto/os.

Udział w szkoleniu zwolniony z VAT w przypadku finansowania szkolenia ze środków publicznych.

CENA zawiera:

- udział w profesjonalnym szkoleniu online z możliwością zadawania pytań,
- materiały szkoleniowe w wersji elektronicznej,
- certyfikat ukończenia szkolenia w wersji elektronicznej

DANE DO KONTAKTU:

Fundacja Rozwoju Demokracji Lokalnej im. Jerzego Regulskiego
Ośrodek Regionalny w Zielonej Górze
al. Niepodległości 16/9, 65 – 048 Zielona Góra
tel. 68 453 22 09, e-mail: szkolenia.zg@frdl.org.pl

DANE UCZESTNIKA ZGŁASZANEGO NA SZKOLENIE

(dane do faktury)

Nazwa i adres nabywcy

NIP Nabywcy

Nazwa i adres odbiorcy

NIP Odbiorcy

NIP

Telefon

1. **Imię i nazwisko uczestnika**, stanowisko,
E-MAIL i TEL. DO KONTAKTU

2. **Imię i nazwisko uczestnika**, stanowisko,
E-MAIL i TEL. DO KONTAKTU

Oświadczam, że szkolenie dla ww. pracowników jest kształceniem zawodowym finansowanym w całości lub co najmniej 70% ze środków publicznych (proszę zaznaczyć właściwe)

TAK ☐

NIE ☐

Faktura zostanie wystawiona jako faktura ustrukturyzowana w Krajowym Systemie e-Faktur (KSeF).

Uwagi:

Proszę o przesłanie faktury na adres mailowy:

Proszę o przesłanie certyfikatu na adres mailowy:

Dokonanie zgłoszenia na szkolenie jest równoznaczne z zapoznaniem się i zaakceptowaniem regulaminu szkoleń Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej zamieszczonym na stronie Organizatora www.zg.frdl.pl oraz zawartej w nim Polityce prywatności i ochrony danych osobowych.

**Wypełnioną kartę zgłoszenia należy przesłać poprzez formularz zgłoszenia na www.zg.frdl.pl
do 18 września 2026 r.**

UWAGA! Liczba miejsc ograniczona. O udziale w szkoleniu decyduje kolejność zgłoszeń. Zgłoszenie na szkolenie musi zostać potwierdzone przesłaniem do Ośrodka karty zgłoszenia. Brak pisemnej rezygnacji ze szkolenia najpóźniej na trzy dni robocze przed terminem jest równoznaczny z obciążeniem Państwa należnością za szkolenie niezależnie od przyczyny rezygnacji. **Płatność należy uregulować przelewem na podstawie faktury w KSeF.**

Podpis osoby upoważnionej