



REMCREAD

Empowering Refugee & Migrant Women
through Creative Methods and Digital Literacy

MODUL 4: Fotos und Videos mit dem Smartphone Unterrichtsplan



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Finanziert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Projektnr. **2023-1-PL01-KA220-ADU-000156610**

Projekt-Webseite: <https://www.remcreadwomen.eu/>



Modul 2. Fotos und Videos mit dem Smartphone

Das Modul „Foto/Video mit dem Smartphone“ konzentriert sich darauf, die Fähigkeiten, das Selbstvertrauen und die Kreativität der Teilnehmenden im Umgang mit Smartphones zu fördern, um hochwertige visuelle Inhalte für den persönlichen Ausdruck, das Engagement in der Gemeinschaft oder unternehmerische Zwecke zu produzieren. Es wurde in einem interaktiven Format entwickelt, das in verschiedenen Umgebungen eingesetzt werden kann, z. B. in einem einzelnen Workshop, einer mehrtägigen Schulung oder in gemischten, Online- oder Präsenzformaten.

Das Ziel dieses Moduls ist es, den Lernenden den Wert des visuellen Storytellings näherzubringen, grundlegende Foto- und Videotechniken zu vermitteln und ihnen zu zeigen, wie sie effektive Strategien zur Inhaltsplanung für verschiedene digitale Plattformen anwenden können. Durch das Erlernen dieser Fähigkeiten können die Teilnehmenden ihre Kommunikation, Darstellung und Beteiligung in der digitalen Welt verbessern.

Der **Aufbau** des Moduls verbindet Theorie, Demonstrationen und praktische Übungen. Zu den Aktivitäten gehören:

- **Eisbrecher**, die die Teilnehmenden dazu anregen, ihre eigene Umgebung anhand von Fotos zu teilen und zu reflektieren.
- **Praktische Übungen** zu Kameraeinstellungen, Bildkomposition, Beleuchtung und Tonaufnahmen.
- **Kreative Herausforderungen** wie das Fotografieren oder Filmen von Objekten unter Verwendung bestimmter Techniken.
- **Gemeinschaftsprojekte**, darunter die Planung eines Inhaltskalenders und die optionale Produktion einer Gruppenvideo- oder Fotoserie.
- **Kritische Diskussionen und Reflexionen** über ethisches Storytelling, Plattformanforderungen und effektive Strategien für soziale Medien.

Das Modul kann als Komplettpaket verwendet werden oder es können bestimmte Aktivitäten ausgewählt werden, die den Bedürfnissen, Sprachkenntnissen und digitalen Kompetenzen der Lernenden entsprechen. Jeder Abschnitt enthält Lernergebnisse, Beschreibungen der Aktivitäten, benötigte Materialien und Zeitvorschläge sowie Tipps für die Moderatoren, sodass es praktisch und leicht in verschiedene Unterrichtskontexte integriert werden kann.

Letztendlich unterstützt dieses Modul Lehrkräfte dabei, Migrantinnen und Geflüchtete Frauen zu befähigen, visuelle Medien als Werkzeug zur Selbstdarstellung, zum Erzählen von Geschichten und zur sozioökonomischen Teilhabe zu nutzen.

Nachstehend finden Sie die Lernergebnismatrix, in der die Kenntnisse, Fähigkeiten und Einstellungen analysiert werden, auf denen das Modul basiert.



	WISSEN	FÄHIGKEITEN	EINSTELLUNGEN
4.1 Visuelle Inhalte	Die Bedeutung visueller Inhalte verstehen. Die Auswirkungen hochwertiger visueller Inhalte auf die Interaktion in sozialen Medien und die Sichtbarkeit von Marken verstehen. Ein Gefühl bekommen für bewährte Verfahren erfolgreicher Unternehmen, die effektives visuelles Storytelling auf Social-Media-Plattformen einsetzen.	Erwerb analytischer Fähigkeiten zur Bewertung der Bedeutung visueller Inhalte für das Social-Media-Marketing. Fähigkeit zur Erstellung hochwertiger visueller Inhalte. Erwerb von Recherchefähigkeiten zur Identifizierung erfolgreicher Strategien für visuelles Storytelling.	Motivation, die Qualität der eigenen visuellen Inhalte zu verbessern. Inspiration, innovativ zu sein und Strategien an das eigene Unternehmen anzupassen.
4.2 Tipps und Tricks beim Verwenden des Smartphones für visuelle Inhalte	Sich mit Tipps und Tricks zur Optimierung der Smartphone-Kameraeinstellungen für hochwertige Fotos vertraut machen. Einblick in Kompositionstechniken bekommen: Drittelregel, Bildausschnitt, Blickwinkel usw. Einblick in Beleuchtungstechniken bekommen: natürliches Licht vs. künstliches Licht, Verwendung von Reflektoren oder Diffusoren. Einblick in Tonaufnahmetechniken bekommen.	Praktische Erfahrungen im Fotografieren sammeln. Fähigkeit, visuell ansprechende Fotos und Videos für das Social-Media-Marketing zu erstellen. Kreative Fähigkeiten für das Storytelling und die Gestaltung von Videoinhalten. Erwerb von Kenntnissen im Aufnehmen und Bearbeiten von Videos mit Smartphone-Apps. Erwerb von Problemlösungsfähigkeiten zur Bewältigung technischer Herausforderungen bei der Videoerstellung.	Die Erkenntnis, dass es entscheidend ist, auf Details zu achten. Die Bereitschaft, zu experimentieren, zu lernen und die eigenen Fähigkeiten im visuellen Storytelling zu verfeinern. Sicherheit im Umgang mit Smartphone-Technologie zur Erstellung von Inhalten. Offenheit für Feedback und konstruktive Kritik.
	Die Anforderungen an Fotoinhalte auf	Fähigkeit, visuelle Inhalte unter	In Anbetracht der Tatsache, dass die



4.3 Arten und Anforderungen für visuelle Inhalte	verschiedenen Plattformen kennenlernen (unterschiedliche Größen, Beibehaltung der Qualität usw.) Sich mit Reels und Videos auf verschiedenen Social-Media-Plattformen (Instagram, Youtube, Facebook, TikTok usw.) vertraut machen	Berücksichtigung verschiedener Plattformen und Anforderungen zu planen.	Vertrautheit mit einer Plattform in der Regel mit der Zeit zunimmt.
4.4 Content-Planung und -Strategien	Die Bedeutung der Vorausplanung von Inhalten verstehen.	Fähigkeit, einen Content-Kalender zu entwickeln und unter Verwendung von Planungsstrategien und -hilfen für Konsistenz zu sorgen. Organisatorische Fähigkeiten zum Erstellen und Pflegen von Content-Kalendern. Zeitmanagementfähigkeiten zur effektiven Zuweisung von Ressourcen für die Content-Erstellung.	Verpflichtung zu Beständigkeit und langfristigem Erfolg. Vorbereitung und Weitsicht bei der Erfüllung von Inhaltsanforderungen



Lernergebnisse:

Nach Abschluss dieser Einheit sind die Lernenden in der Lage:

- die Bedeutung des visuellen Storytellings bei der Erstellung von Inhalten für soziale Medien zu verstehen
- grundlegende Foto- und Videotechniken mit dem Smartphone zu erlernen
- grundlegende Kompositions-, Beleuchtungs- und Tonaufnahmetechniken für die Erstellung hochwertiger Inhalte zu erlernen
- Einblicke in die Content-Strategie zu gewinnen

Dauer: ca.4h

Aktivitäten	Ziele	Tipps zur Moderation	Material	Dauer	Weiterführende Literatur/Links zu Materialien
EISBRECHER: Bitten Sie die Teilnehmenden, mit ihren Handys ein Foto von etwas zu machen, das ihre tägliche Arbeitsumgebung repräsentiert. Anschließend zeigen sie das Foto der Gruppe und erklären kurz, was es darstellt.	Die Teilnehmenden in das Thema einführen Ihre digitalen Kompetenzen ermitteln Eine entspannte Lernatmosphäre schaffen	Das Thema kann je nach Gruppe und Zielen des Workshops angepasst werden.	Ein großer Schulungsraum, in dem die Teilnehmenden sich frei bewegen können.	20 Min	
Aktivität 4.1 Die Bedeutung des visuellen Storytellings Beginnen Sie die Aktivität, indem Sie die Kraft des visuellen Erzählens erläutern und wie es Menschen bewegen, Verständnis	Die Bedeutung des visuellen Storytelling für die Kommunikation, Aufklärung und Stärkung von Migrantinnen und geflüchteten Frauen verstehen		Projektor, Laptop, Präsentation und eine Reihe von Bildern/Videos zum Thema. Eines davon wird bereits in der	20-30 Min	https://www.bluleadz.com/blog/11-visual-storytelling-techniques-you-should-be-utilizing-in-your-content



fördern und emotionale Verbindungen schaffen kann. Betonen Sie, dass das Erzählen von Geschichten durch Fotos und Videos Sprachbarrieren überwinden kann, was es besonders wertvoll für die Arbeit mit vielfältigen Gemeinschaften wie Migrantinnen und geflüchteten Frauen macht. Einige wichtige Punkte zur Diskussion: • Bilder können komplexe Emotionen und Erfahrungen auf eine Weise vermitteln, wie es Worte nicht vermögen. • Visuelle Inhalte können das Publikum schnell und effektiv ansprechen, insbesondere in den sozialen Medien. • Wenn es ethisch und durchdacht umgesetzt wird, kann visuelles Storytelling das Bewusstsein schärfen, zum Handeln anregen und zu sozialem Wandel beitragen. • Vorsicht vor Ausbeutung: Es ist wichtig, die Zustimmung der Betroffenen einzuholen, sie respektvoll darzustellen und schädliche Stereotypen zu vermeiden.			Präsentation vorgeschlagen.		https://en.wikipedia.org/wiki/Visual_hierarchy https://shorthand.com/the-craft/8-tips-for-great-visual-storytelling/ Schöne Website zum Erstellen von Storytelling-Inhalten online in Form von Präsentationen oder Artikeln mit Fotos/Videos https://shorthand.com/
--	--	--	-----------------------------	--	---



Wählen Sie einige Fotos/Videos aus, die eine Geschichte erzählen. Zeigen Sie der Gruppe 2–3 ausgewählte visuelle Geschichten (Fotos oder kurze Videos). Jede Geschichte sollte nicht länger als 2–3 Minuten dauern. Bitten Sie die Teilnehmenden nach dem Anschauen, sich einen Moment Zeit zu nehmen, um individuell darüber nachzudenken, welche Emotionen oder Gedanken die Bilder bei ihnen ausgelöst haben. Reflexionsfragen: Welche Emotionen hat diese visuelle Geschichte bei Ihnen ausgelöst? Welche Botschaft oder Erzählung haben Sie aus der Geschichte mitgenommen? Inwiefern steht diese Geschichte in Zusammenhang mit den Erfahrungen der Migrantinnen oder geflüchteter Frauen, mit denen Sie arbeiten?					
Aktivität 4.2 Kamera-Basics Stellen Sie den Teilnehmenden zu Beginn folgende Fragen: • Was fotografieren Sie am häufigsten? • Was fotografieren Sie gerne?	- Die Funktionsweise einer Kamera verstehen - Lernen, wie man die Kamera seines Smartphones richtig benutzt - Neue Einstellungen und Funktionen auf dem	Einige Teilnehmenden verfügen möglicherweise nicht über bestimmte Einstellungen, den PRO-Modus oder sehr leistungsstarke Smartphones. Weisen	Projektor, Laptop, Präsentation Smartphones (Teilnehmende bringen ihre eigenen mit)	50-60 Min	https://www.picmonkey.com/blog/the-ultimate-photography-cheat-sheet



- Was machen Sie anschließend mit Ihren Fotos? Stellen Sie den Teilnehmenden anschließend die wichtigsten Kameraeinstellungen vor – Blende, Verschlusszeit, ISO und Belichtung. Praktische Übung: Bitten Sie die Teilnehmenden, alle Kameraeinstellungen zu überprüfen und mit jeder Einstellung Fotos/Videos aufzunehmen. - Fokus/Belichtung manuell einstellen - Mit Foto- und Videomodus experimentieren - Üben Sie, zuerst ein Foto und dann ein kurzes Video aufzunehmen Diskussion: Fragen Sie, was sie Neues entdeckt haben und welche Einstellungen sie nützlich oder herausfordernd fanden. Komposition in der Fotografie Zeigen und besprechen Sie die verschiedenen Arten der Bildkomposition und wie die Teilnehmenden das Raster auf ihren Handys einstellen können. Aktivität: Geben Sie allen Teilnehmenden einen Gegenstand und bitten Sie sie, ein Foto und ein kurzes Video davon zu machen, wobei sie die gerade	Smartphone erkunden und entdecken Verstehen, was Bildkomposition ist und warum sie wichtig ist	Sie darauf hin, dass dies letztendlich nicht so wichtig ist, sondern dass es vielmehr darauf ankommt, wie sie die Fotos aufnehmen und sich dabei mehr auf die Komposition und das Licht konzentrieren. Je nach Thema des Workshops können Sie sich auf Kompositionen konzentrieren, die allgemeiner oder für die Produktfotografie nützlicher sind. Alle sind in der Präsentation enthalten.	Stative oder Handstabilisatoren		https://www.picmonkey.com/blog/how-exposure-works https://petapixel.com/photography-composition-techniques/ https://sunsetshutterbug.com/make-your-handmade-products-look-good-with-these-photography-composition-tips/
---	---	--	--	--	--



besprochenen Kompositionsregeln anwendet.					
Aktivität 4.3 Licht Erklären Sie den Teilnehmenden die Bedeutung des Lichts in der Fotografie und anschließend die Unterschiede zwischen natürlichem Licht und Innenlicht. Zeigen Sie ihnen, wie man aus einem Karton eine Softbox bastelt, und stellen Sie ihnen das Material zur Verfügung, damit sie in Teams von maximal drei Personen eine Softbox bauen können. Bitten Sie sie, nachdem sie fertig sind, dieselben Objekte, die sie zuvor fotografiert haben, erneut zu fotografieren, diesmal mit der Softbox. Projizieren Sie am Ende alle Fotos nacheinander und vergleichen Sie sie mit den Fotos, die ohne Softbox aufgenommen wurden. Bitten Sie die Teilnehmenden, sich gegenseitig Feedback zu geben.	• Mehr über die Bedeutung des Lichts in der Fotografie lernen • Verstehen, wie man natürliches Licht beim Fotografieren nutzt, ebenso wie Innenbeleuchtung und Softboxen • Produktfotografie entdecken	Verwenden Sie einen Raum, der Zugang zu verschiedenen Arten von Licht hat, sowohl natürlichem als auch künstlichem. Optional können Sie die Teilnehmenden in den nächsten Park oder auf eine freie Fläche mitnehmen, um im natürlichen Licht zu üben. Je nachdem, auf welche Art der Fotografie Sie sich konzentrieren möchten, können Sie mit einer Softbox üben oder auch nicht. Sie können die Teilnehmenden bitten, ihre eigenen Produkte mitzubringen, die sie fotografieren möchten. Sorgen Sie dafür, dass sich die Gruppe sicher	Kartons, transparentes Papier oder weißes A4-Papier oder je nach Größe des Kartons, Schere und Klebeband. Große weiße und bunte Blätter Papier oder Karton Lampen oder verschiedene Arten von Lichtquellen, die bewegt werden können	30-40 Min	https://www.pixelz.com/blog/use-smartphone-to-capture-high-quality-product-images/



		und wohl fühlt, wenn sie Feedback erhält, und bitten Sie die Teilnehmenden, nicht zu streng miteinander umzugehen.			
Aktivität 4.4 Tonaufnahmen	• Lernen Sie, warum Ton bei der Videoproduktion das Wichtigste ist. • Erlernen, wie man bei Sprachaufnahmen einen klaren Ton erzielen kann. • Verschiedene Plattformen für lizenzierte Musik entdecken		Kleine Mikrofone, die an das Smartphone angeschlossen werden können (Dji, Rode oder jede andere Marke); Kabelkopfhörer und kabellose Kopfhörer (diese können auch von den Teilnehmenden angefordert werden)	20-30 Min	Plattformen für lizenzfreie Musik: freesound.org ccmixter.org , YouTube Audio Library
Aktivität 4.5 Content-Strategien Stellen Sie den Teilnehmenden die erforderlichen Größen für Beiträge und Reels/Stories für jede Plattform vor. Diese finden Sie in der Präsentation. Sprechen Sie über die Bedeutung der Content-Strategie, wenn Sie Ihre Marke, Ihr Produkt oder Ihre Organisation bewerben möchten. Bedeutung von Konsistenz, Zeitplanung und Vielfalt der Inhalte (lehrreich, inspirierend, unterhaltsam).	• Die Grundsätze der Content-Strategie erlernen • Die Planung einer Content-Strategie testen und simulieren			30 Min	https://blog.hootsuite.com/social-media-content-creation/ Plattformen für lizenzfreie Fotos und Grafiken: unsplash.com pixabay.com



Einführung in Content-Kalender. Praktische Übung: Die Teilnehmenden arbeiten in Gruppen daran, einen einmonatigen Content-Kalender für die von ihnen gewählte Plattform zu erstellen. Dabei sollten sie die Art der Inhalte, die Häufigkeit der Veröffentlichungen und besondere Kampagnen oder Veranstaltungen berücksichtigen. Teilen Sie die Kalender mit der Gruppe, um Feedback und Vorschläge zu erhalten.					pexels.com freepik.com
Abschlussprojekt – Optional Die Teilnehmenden werden in kleine Gruppen aufgeteilt und müssen ein kurzes 30-Sekunden-Video oder eine Serie von 3-5 Fotos erstellen. Der Inhalt kann verschiedene Themen haben: 1. Stärkende Botschaften für Migrantinnen/Geflüchtete 2. Werbung für ein Produkt oder eine Reihe von Produkten, die von Migrantinnen/Geflüchteten entworfen/hergestellt wurden.	• Anwendung der erlernten Fähigkeiten durch die Erstellung eines kurzen visuellen Inhaltsprojekts			30-60 Min.	



Lassen Sie die Teilnehmenden zwischen den beiden Optionen wählen. Sie müssen alles, was sie zuvor gelernt haben, anwenden und auf ihr Projekt übertragen. Jede Gruppe teilt ihr Projekt auf der Plattform des Workshops (geschlossene Gruppe), entweder in einer WhatsApp-Gruppe oder auf Facebook. Der Moderator und die Teilnehmenden geben konstruktives Feedback zu den technischen Aspekten und zum Storytelling. *Dies kann als Aktivität genutzt werden, die sie in ihrer Freizeit nach dem Workshop durchführen können.					
Aktivität 4.6 Zusammenfassung und Fragen Den Workshop abschließen und weitere Fragen beantworten. Den Teilnehmenden die Handouts mit Informationen aus der Präsentation und zusätzlichen Aufgaben zum Üben zu Hause aushändigen.	• Hervorhebung wichtiger Grundsätze und Auseinandersetzung mit Bedenken.		Handouts	5-10 Min	



Leifaden: Fotografieren mit dem Smartphone

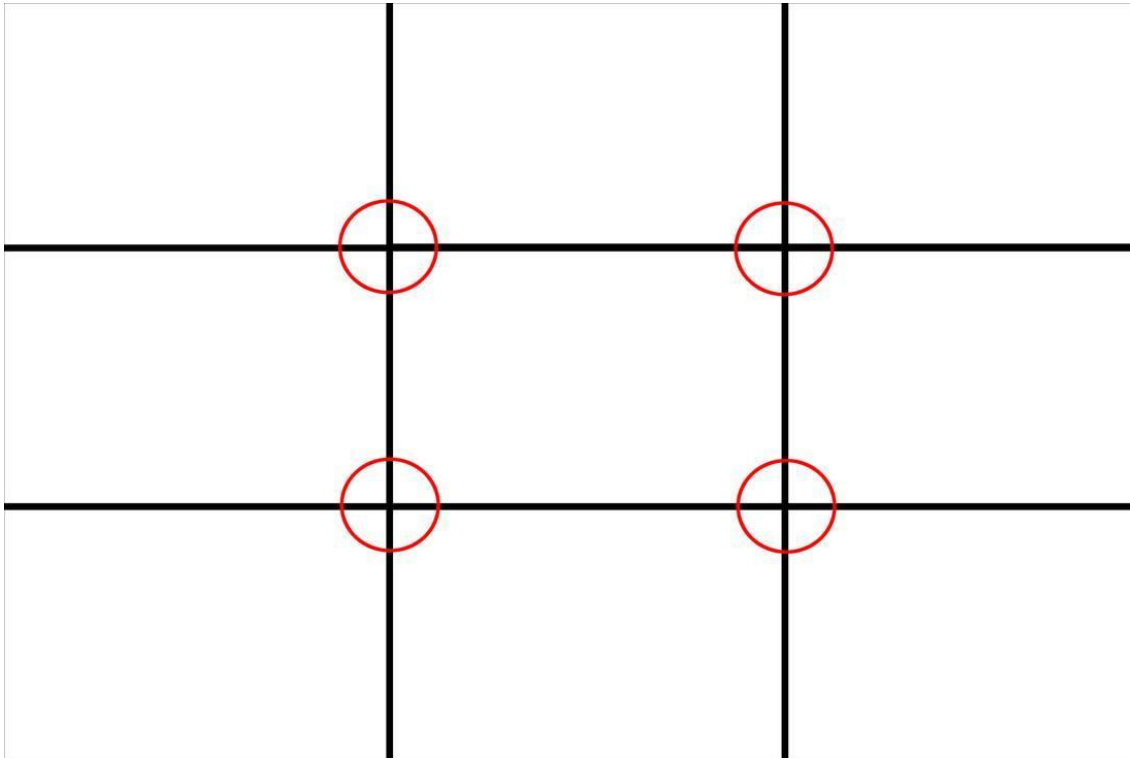
1. Die Smartphone-Kamera verstehen

- **HDR-Modus:** Hilft dabei, das Licht in kontrastreichen Szenen auszugleichen.
- **Gitterlinien:** Aktivieren, um die Drittelregel für eine bessere Bildkomposition anzuwenden.
- **Fokus und Belichtung:** Auf den Bildschirm tippen, um auf ein Motiv zu fokussieren und die Helligkeit anzupassen.
- **Nachtmodus und Pro-Modus:** Ideal für schlechte Lichtverhältnisse und mehr manuelle Kontrolle.
- **ISO:** Steuert die Lichtempfindlichkeit der Kamera. Ein niedrigerer ISO-Wert eignet sich am besten für helle Bedingungen, während ein höherer ISO-Wert bei schlechten Lichtverhältnissen hilft, aber zu Bildrauschen führen kann.
- **Blende:** Legt fest, wie viel Licht in die Kamera eintritt. Während die meisten Smartphones eine feste Blende haben, lassen sich bei einigen die Einstellungen zur Steuerung der Schärfentiefe anpassen.
- **Verschlusszeit und Belichtung:** Kürzere Verschlusszeiten frieren Bewegungen ein, während längere Verschlusszeiten mehr Licht hereinlassen, aber zu Unschärfe führen können. Mit der Belichtungskorrektur (+/-) können Sie Ihr Bild aufhellen oder abdunkeln.

2. Bildkomposition

- ♦ **Drittelregel** – Platzieren Sie Ihr Motiv an einer Schnittstelle der Gitterlinien.
- ♦ **Führende Linien** – Nutzen Sie Straßen, Mauern oder Schatten, um den Blick des Betrachters zu lenken.
- ♦ **Rahmen** – Nutzen Sie Fenster, Türen oder Objekte, um einen natürlichen Rahmen um Ihr Motiv zu schaffen.
- ♦ **Negative Space** – Geben Sie Ihrem Motiv Raum zum „Atmen“, um einen minimalistischen und klaren Look zu erzielen.

Übung: Machen Sie 3 Fotos mit unterschiedlichen Kompositionsmethoden und vergleichen Sie die Ergebnisse.



3. Die Bedeutung des Lichts

Tipps für das Fotografieren bei natürlichem Licht:

- Weiches, gleichmäßiges Licht (wie in Fensternähe) eignet sich am besten für Porträts.
- Die Golden Hour (kurz nach Sonnenaufgang oder vor Sonnenuntergang) sorgt für warme, schöne Farbtöne.
- Vermeiden Sie die harte Mittagssonne – suchen Sie sich einen schattigen Platz oder setzen Sie Ihr Motiv ins Gegenlicht, um einen leuchtenden Effekt zu erzielen.
- Bewölkte Tage sind ideal für Fotos.

Übung:

1. Nehmen Sie sich jeden Tag ein paar Minuten Zeit, um das Licht und seine Veränderungen im Laufe des Tages zu beobachten und wie es die Atmosphäre verändert.
2. Machen Sie ein Foto desselben Motivs unter verschiedenen Lichtverhältnissen (Schatten, helles Licht, Gegenlicht) und achten Sie auf die Unterschiede.

4. Tipps für Porträts und Produktfotos



Für Porträts:

- Positionieren Sie das Subjekt leicht außerhalb der Bildmitte.
- Halten Sie spontane Momente fest, um natürliche Ausdrucksformen einzufangen.
- Verwenden Sie den Porträtmodus (falls verfügbar), um den Hintergrund unscharf zu gestalten.

Für Produktfotos:

- Verwenden Sie eine Softbox (selbst gebastelt aus einem Karton und transparentem Papier), um das Licht zu streuen.
- Platzieren Sie die Produkte vor einem sauberen, schlichten Hintergrund.
- Fotografieren Sie aus verschiedenen Blickwinkeln, um die vorteilhafteste Perspektive zu finden.

Übung: Üben Sie anhand dieser Tipps, Porträts und Produktfotos aufzunehmen.

5. Content-Strategie

Wichtige praktische Tipps:

1. Beginnen Sie mit einer Zielgruppenanalyse
2. Erstellen Sie eine Persona für Ihre Zielgruppe (siehe Modul 2)
3. Legen Sie fest, welche Art von Inhalten für Ihre Zielgruppe und Ihre Marke am besten geeignet ist (Foto, Video, Text, Audio usw.)
4. Setzen Sie sich Ziele
5. Entwickeln Sie Ihre visuelle Identität: Welche Farben repräsentieren Sie, welche Art von Bildmaterial, Stil usw.
6. Erstellen Sie Ihren Content-Kalender und beginnen Sie mit dem Teilen!

Aufgabe: Erstellen Sie ein kurzes 30-Sekunden-Video oder eine Serie von 3–5 Fotos. Sie können sich dabei auf folgende Themen konzentrieren: Motivierende Botschaften für Migrantinnen/Geflüchteter Frauen / Werbung für ein Produkt oder eine Produktreihe, die von Migrantinnen/Geflüchteter Frauen entworfen/hergestellt wurde.