



Anleitung: So machst du perfekte Videos & Fotos mit dem iPhone

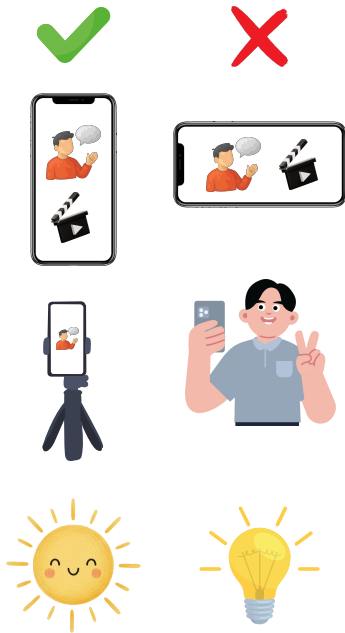
(für Social Media Stories, Reels & Posts)

Bonus: Equipment, das ich selbst für professionelle Aufnahmen mit meinem iPhone nutze - am Ende verlinkt

1. Generelle Qualitätsregeln

Diese Dinge gelten IMMER – egal für welche Plattform:

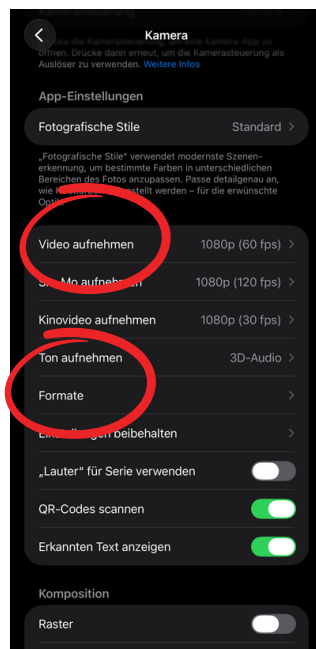
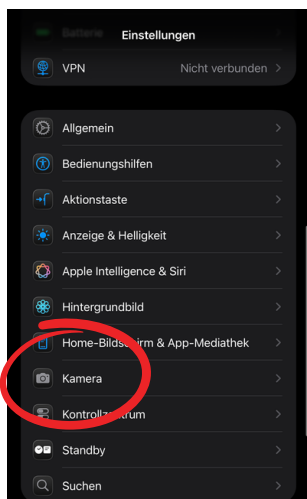
- Hochkant filmen! (außer explizit anders besprochen)
- Hauptkamera benutzen (nicht die Selfie-Cam)
- Kamera-Linse vor Aufnahme reinigen
- Handy stabil halten oder mit einem Stativ aufstellen, bestenfalls Gimbal nutzen
- Gute Lichtquelle vor dem Gesicht (Natürliches Licht ist besser als künstliches Licht)



2. Video- & Kamera-Einstellungen

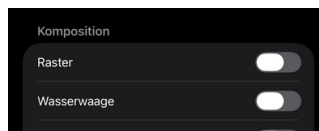
Diese Einstellungen solltest du einmalig vor jeder Session setzen, um in optimaler Qualität aufzunehmen:

navigiere unter
Einstellungen zu
→ Kamera

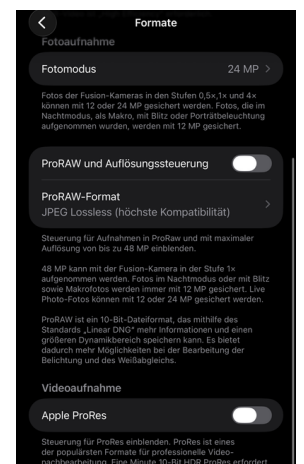


unter Video aufnehmen die höchste Qualität wählen (je nach iPhone Modell bis zu 4k 120FPS)

unter Formate kann ProRes und ProRAW angeschaltet werden → führt zu maximaler Qualität, verbraucht jedoch sehr viel Speicherplatz, *daher nicht zwingend notwendig.*



Raster und Wasserwaage bieten die Möglichkeit, für bessere Ausrichtung (einfach ausprobieren)



3. Seitenverhältnisse je Plattform

Je nachdem welche Art von Content produziert wird, ist die Auswahl des Seitenverhältnisses essenziell, da ansonsten Teile der Aufnahme beim Upload aus dem Bild geschnitten werden könnten.

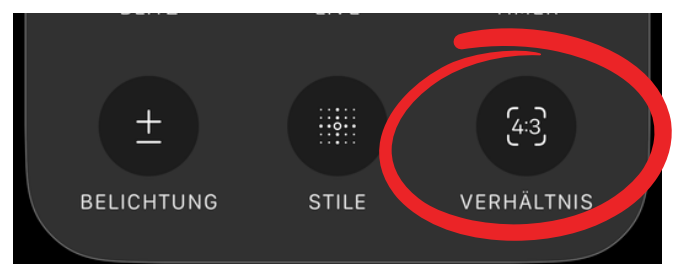
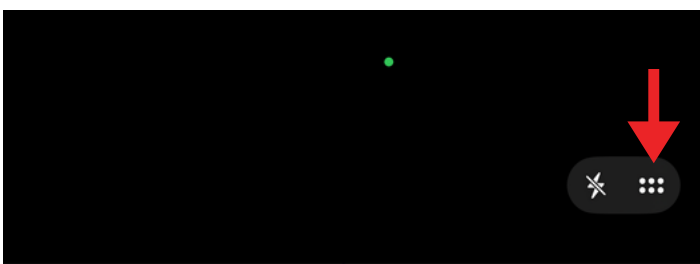


Videos – sowohl Reels, Shorts als auch Stories – werden grundsätzlich im 9:16-Format veröffentlicht. Das iPhone nimmt dieses Format standardmäßig in Hochformat auf, was ideal für Social Media ist.

Beim Posten von Bildern muss das Seitenverhältnis jedoch oft angepasst werden, da sonst Inhalte abgeschnitten werden können. Instagram bietet aktuell vier gängige Seitenverhältnisse:

9:16 für Stories, 4:5 für den Feed-Post im Hochformat (maximale Sichtbarkeit im Feed), 1:1 für quadratische Beiträge, 4:3 eher selten, aber möglich für Querformat

Für die beste Darstellung wird empfohlen Bilder im passenden Verhältnis aufzunehmen, damit das Motiv nicht verloren geht oder automatisch beschnitten wird.



Das Seitenverhältnis kann in der Kamera App beim Aufnehmen von Bildern durch Klick auf das Raster in der oberen Leiste geändert werden.

4. Tonqualität

Ein gutes Video steht und fällt mit dem Ton. Schlechter Ton wirkt sofort unprofessionell, selbst wenn das Bild perfekt ist. Deshalb unbedingt Folgendes beachten:

- Abstand zum Mikrofon: Das iPhone sollte nicht zu weit von dir entfernt sein.

Störgeräusche vermeiden:

- Filmen möglichst nicht draußen im Wind oder in der Nähe von Straßen, Musik oder Menschen. Hintergrundgeräusche machen den Ton schwer verständlich.

Keine Musik während du sprichst:

- Wenn du erklärst oder sprichst, muss die Stimme ganz klar hörbar sein. Musik kann später im Schnitt unterlegt werden.

Extra-Tipp:

- Wenn möglich, ein externes Mikrofon verwenden (z. B. Lavalier-Mikro oder Funkmikro). Der Unterschied zur reinen iPhone-Aufnahme ist enorm.

5. Aufnahme-Basics: Licht, Position, Inhalt & Extras

Bild & Perspektive:

Kamera leicht über Augenhöhe, Kopf und Schultern im Bild, Hintergrund aufgeräumt. Nicht von unten filmen, keine dunklen Räume und keine extremen Weitwinkel-Aufnahmen. Falls nötig, nutze ein Ringlicht oder eine zusätzliche Lichtquelle (kaltweißes Licht).

Für Reels, TikToks und Facebook-Videos funktionieren kurze, wechselnde Clips am besten:

1 Nahaufnahme, 1 Mittel, 1 Totale aufnehmen → perfekt für den Schnitt und macht das Video professioneller.

Tipp: Nehme das Video, in dem du den Text sprichst, 2-3 mal vollständig und zusätzlich noch 3-4 ästhetische, kurze Clips von dem Produkt, die dann später als Überlagerung verwendet werden können, auf.

Pro-Tricks:

- „Nicht stören“ aktivieren, Benachrichtigungen ausschalten,
- Perspektiven wechseln, mal drehen oder versetzen für mehr Dynamik.
- Zwei bis Drei Versionen aufnehmen (energetisch / ruhig)
- Mit Mimik, Gestik und Energie arbeiten – das hält Zuschauer länger im Video

6. Must-Have Produkte für bessere Videos

Diese Produkte verwende ich selbst – und sie machen einen riesigen Unterschied. Ich empfehle dir, dir sie mit der Zeit nach folgender Priorität zuzulegen:

1. **Game Changer** - **Mikrofone** für bessere Tonqualität:
<https://amzn.to/3Xo6bB5> (Kosten ca. 35€)
2. **Gimbal** - als Stativ und für stabile Aufnahmen:
<https://amzn.to/4oiWA9B> (Kosten ca. 100-150€)
3. **Stativ** - als günstige Alternative zum Gimbal:
<https://amzn.to/43Sn5eT> (Kosten ca. 35€)
4. **Ringlicht** mit integriertem Stativ: <https://amzn.to/3XntNpC> (Kosten ca. 100€)