

麗澤長者學苑
「全景攝錄知多少」網上課程
第三堂：使用全景相機的拍攝教學（教學短片）
視像文字稿

大家好！歡迎收看「全景攝錄知多少」網上課程。第三課，我們會講解一下在開始攝影前的需要注意的相機設定。

首先，開機後，我們需要檢查記憶卡容量，記憶卡是用作儲存照片和影片。以示範相機為例，你會看到左邊有寫著記憶卡的剩餘儲存容量，這裡顯示暫時記憶卡能儲存約 18 小時的影片，若儲存容量不足，建議將影片備份至其他儲存媒體或更換記憶卡，以避免拍攝因容量不足而中斷。

然後檢查電量，螢幕右邊可以看到剩下的電量，確保電量充足。右下角有一個切換前後鏡頭的按鈕，預設為前鏡頭，我們按一下，就是回到自拍的後鏡頭，確認一下當前模式是否配合你的拍攝需要。

然後，螢幕下方會有一個長方形的圖案，按一下我們就會看到一個畫面。這個畫面會顯示解像度和影格率。在解像度方面，我們可以選 8K、5.7K+、5.7K 和 4K。當我們的 K 數越高的話，代表我們的影片的解像度會越高，也就是說影片會越清，但對記憶卡速度和容量要求就越高。

另外，影格率代表相機每一秒拍攝了多少不同的照片。而影格率分別有 30、25 和 24 的選項。同樣，如果我們的格數越多的話，代表我們的影片最後會越流暢，學員可根據拍攝環境調整影格率及解像度，當拍攝一些動態場景，如籃球比賽場景較適合使用高影格率。

現在我們會講解錄影基本操作。相機下面設有一個快門鍵，如果你想開始錄影的話，那就按一下。你就會看到它開始閃爍，紅色燈即是正在錄影，螢幕這裡也會顯示它錄影時長。如果我們想停止錄影的話 再按快門鍵一下，紅色燈會停止閃爍，錄影結束。

接下來我們會說一下如何準備開始拍攝。首先我們要將相機連接到一條長形隱形自拍棍，然後我們將這個自拍棍拉到最長，然後放在肩膀上，然後慢慢向前走。這樣就可以做到一個跟隨鏡頭的效果。你可以看到成品就好像有一部航拍機跟著拍攝者的後面。

除了這個跟隨的視覺之外，我們還想教你們這個鳥瞰的鏡頭視角。你只需要垂直地拿著自拍棍，慢慢向前走就可以做到這個效果。成品就會像這樣。兩個拍攝手法也適合作旅行或行山記錄，拍攝步行中的看見的景色。

今堂介紹了使用全景相機的設定，包括檢查記憶卡和電量和調整解像度及影格率，並講解錄影基本操作。學員可以使用跟隨鏡頭視角和鳥瞰鏡頭視角進行拍攝。今堂分享就到此為止，下一條影片下堂將講解 360 度影片的後期處理。

溫馨提示：本教學影片僅供一般示範及參考之用。影片於 2025 年 12 月製作，所示範拍攝相機及應用程式介面、功能及操作流程，均為該日期之版本狀況。拍攝相機及應用程式其後或會更新，實際情況可能改變。如與最新版本有所差異，請以官方最新版本為準。

本影片由麗澤長者學苑提供內容及製作。