


# монтаж коротких видео

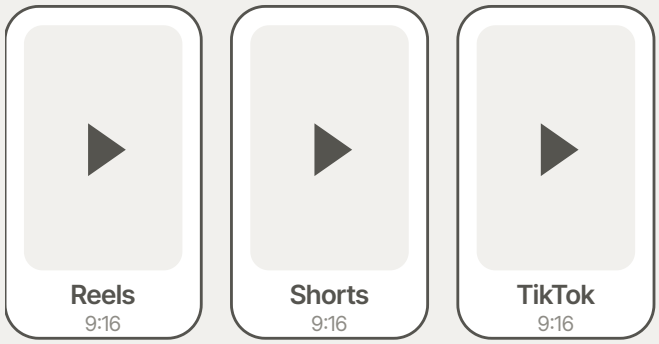
Для Reels, Shorts и TikTok: хук, резка, безопасная зона, субтитры и звук. Команды для Claude Code: он собирает готовый ролик сам. Свои данные вы подставите вместо [скобок].

АВТОМАТИЧЕСКИЙ МОНТАЖ · REELS · SHORTS · TIKTOK

КАК ЭТО УСТРОЕНО

# один паспорт ролика на все шаги

Claude Code делает всё: хук, резку, субтитры, звук и готовый файл. Вы смотрите, правите словами и публикуете. Заполните шесть строк и подставляйте их в промпты.




ВЕРТИКАЛЬНОЕ ВИДЕО ДЛЯ ТРЁХ ПЛОЩАДОК

**один формат,
три площадки**

1080×1920, вертикаль
хук в первые 2–3 секунды
одна безопасная зона на всех

| | |
|---|---|
| ПЛОЩАДКА | Reels, Shorts или TikTok |
| ТЕМА РОЛИКА | о чём, одним предложением |
| ДЛЯ КОГО | ваша аудитория |
| ДЛИНА | до 45 секунд |
| ПРИЗЫВ В КОНЦЕ | одно действие |
| ШРИФТ И ЦВЕТ АКЦЕНТА | из вашего оформления |

## Правила, чтобы не ошибиться

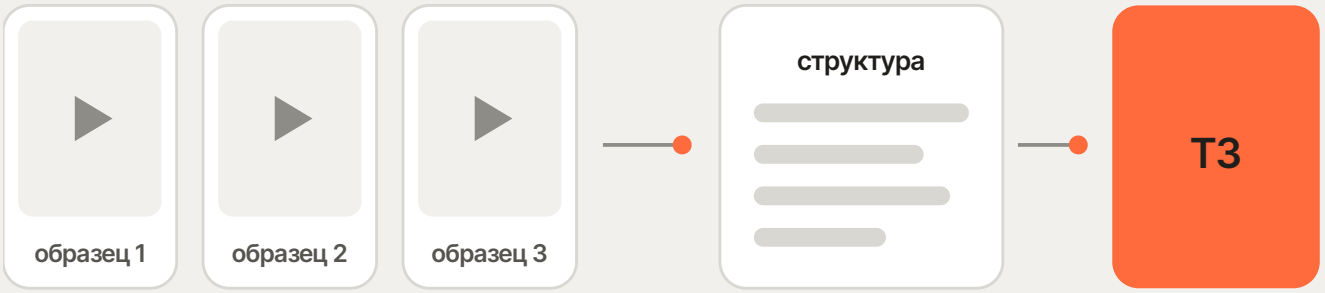
- **Один шаг, один промпт.** Посмотрите результат и только потом дальше.
- **Правки с таймкодом:** «на 0:07 обрезано слово».
- **Анимаций-вставок не больше 1–2 на ролик:** рендер на домашнем компьютере долгий.

0

ПЕРЕД ШАГАМИ

# образцы и задание для claude

Прежде чем резать, покажите Claude три ролика, которые вам нравятся, и опишите задачу. Тогда он монтирует в вашем стиле, а не «как получится».




ТРИ ОБРАЗЦА ПРЕВРАЩАЮТСЯ В СТРУКТУРУ, А СТРУКТУРА В ЗАДАНИЕ

ПРОМПТ · ЗАДАНИЕ ПО ОБРАЗЦАМ

СКОПИРОВАТЬ

Вот три ролика, которые мне нравятся по монтажу: **[ссылки или файлы образцов]**. Разбери, из чего они состоят: как устроен хук, как часто меняется кадр, какие надписи и субтитры, какая музыка и звуки, чем заканчиваются. Опиши структуру одним списком.

Теперь мой материал: **[папка с исходниками]**. Составь по шаблону задание на монтаж: цель ролика **[тема]**, площадка **[Reels / Shorts / TikTok]**, длина **[до 45]** секунд, мой стиль **[шрифт, цвета]**, что делаем и чего не делаем. Задание покажи мне, ничего не монтируй до моего «да».

## Что полезно подготовить

- 3 ролика-образца
- исходники в одной папке
- пробный дубль 15–30 секунд

## Какие помощники бывают

- Whisper для расшифровки
- FFmpeg для резки и звука
- эффекты кодом: по 1–2 на ролик

**Совет.** Сначала сделайте пробный дубль на 15–30 секунд. Если стиль угадан, монтируйте весь ролик.

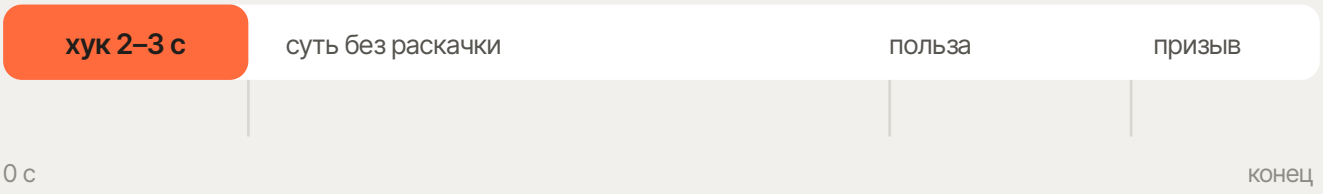
1

ШАГ 1

# хук за 2–3 секунды

В рилсе нет времени на разгон. Первая фраза должна сразу сказать, зачем смотреть. Claude найдёт её в ваших же словах.

ТАЙМЛАЙН РОЛИКА




ПЕРВЫЕ СЕКУНДЫ РЕШАЮТ, ДОСМОТРЯТ ЛИ РОЛИК

ПРОМПТ · ПЯТЬ ХУКОВ

СКОПИРОВАТЬ

Мой ролик: **[тема ролика]** для **[Reels / Shorts / TikTok]**, длина **[до 45]** секунд, аудитория: **[для кого]**. Вот расшифровка: **[файл]**.

Предложи 5 вариантов хука на первые 2–3 секунды. Для каждого: фраза (до 8 слов), что в кадре и почему зацепит. Хук бери из моих же слов, ничего не выдумывай. Если сильная фраза в середине, предложи поставить этот кусок в начало и покажи, как читается склейка.

## Что не работает в хуке

- «Привет, меня зовут...» и вступление
- обещание, которое ролик не выполнит
- длинная фраза: хук читается за 2–3 секунды

## Из чего собрать хук

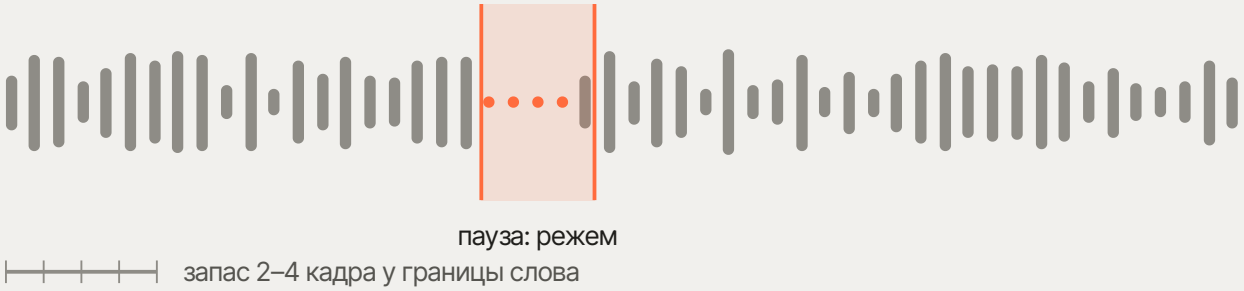
- **Результат вперёд:** сначала итог, потом как к нему прийти.
- **Неожиданный факт** из вашего же опыта.
- **Вопрос,** на который зритель хочет знать ответ.

2

ШАГ 2

# резка по звуку

Режем только у естественной паузы и ставим границу по звуку с небольшим запасом. Тогда слова не обрываются, а голос не дёргается.




ОРАНЖЕВАЯ ПАУЗА УХОДИТ, СЛОВА ОСТАЮТСЯ ЦЕЛЫМИ

ПРОМПТ · СПИСОК РЕЗКИ

СКОПИРОВАТЬ

Составь СПИСОК резки для рилса из файла **[имя_файла.mp4]**. Пока я не напишу «режь», ничего не режь.

Правила: граница по звуку с запасом 2–4 кадра до и после слова; при повторах оставляй последний удачный дубль; паузы внутри слитной фразы не трогай, дыхание сохраняй; режь только у естественной паузы. Ролик начинается с хука. Длина после резки: **[до 45]** секунд.

В списке для каждого выреза: время, что убираем, причина.

### Режем

- паузы между фразами
- «э», «м», оговорки
- неудачные дубли

### Не трогаем

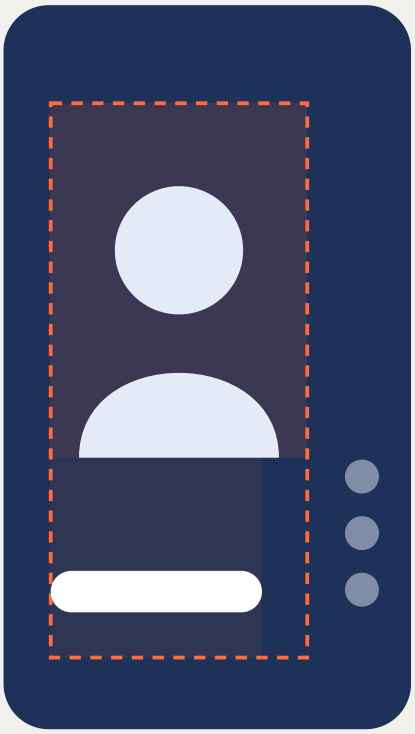
- паразиты внутри фразы
- дыхание в середине мысли
- начала и концы слов

3

ШАГ 3

# безопасная зона

У каждой площадки поверх видео свой интерфейс: кнопки, подписи, описание. Всё важное держите внутри зоны, и ничего не закроется.



— **основная зона**
x от 70 до 995, y от 210 до 1065

— **ниже**
x от 70 до 910, y до 1485

**за границей**
кнопки площадки и подписи

**лицо**
в центре, надписи его не закрывают

КАДР 1080×1920: ГДЕ МОЖНО СТАВИТЬ ТЕКСТ

ПРОМПТ · ПРОВЕРКА ЗОНЫ

СКОПИРОВАТЬ

Все надписи и субтитры держи в безопасной зоне кадра 1080×1920: основная зона x от 70 до 995, y от 210 до 1065; ниже x от 70 до 910, до y 1485. Лицо в центре, надписи его не закрывают.

Нарисуй рамку зоны поверх 3 кадров из ролика **[имя_файла.mp4]** и покажи мне. Что выходит за рамку, перечисли списком.

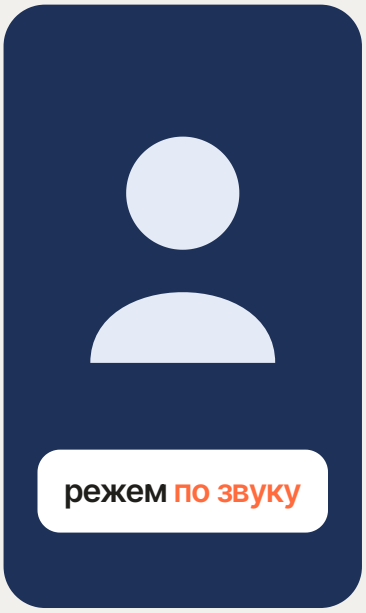
**Совет.** Сохраните границы зоны в одну строку паспорта, и Claude будет проверять каждый новый ролик по ним без напоминаний.

4

ШАГ 4

# субтитры по словам

Claude вшивает субтитры в видео по точным таймкодам слов и подсвечивает ключевое слово цветом.




**как выглядят субтитры**

- 2–3 слова на экране
- максимум две строки
- активное слово цветом
- внутри безопасной зоны
- ниже подбородка

АКТИВНОЕ СЛОВО ПОДСВЕЧЕНО АКЦЕНТНЫМ ЦВЕТОМ

ПРОМПТ · СУБТИТРЫ

СКОПИРОВАТЬ

Сделай субтитры по точным таймкодам слов и вшей их в видео. По **[2–3]** слова на экране, максимум **[2]** строки, по центру нижней части зоны, не ниже у 1485. Шрифт **[название шрифта]**. Термины пиши так: **[Claude, Claude Code]**.

Ключевое слово каждой фразы подсвети цветом **[#FF6B3D]**, не чаще одного на 3–4 экрана. Сначала покажи 3 тестовых кадра, потом делай весь ролик, а файл .srt положи рядом.

## Как принять результат

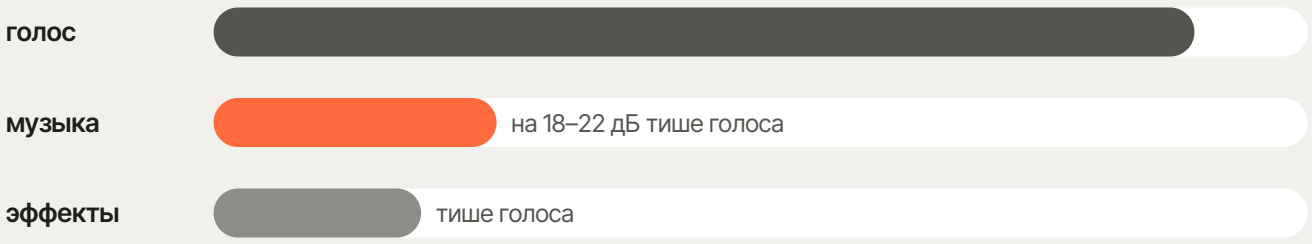
- Посмотрите 3 кадра: читается ли текст, не закрывает ли он лицо.
- Правьте словами: «крупнее», «ниже», «подсвети другое слово на 0:08». Понравился стиль: «запомни его».

5

ШАГ 5

# звук: голос главный

Зритель досматривает ролик, если слова слышно. Музыку и эффекты ставьте ниже голоса, а общий уровень держите ровным.




общая громкость ролика около −14 LUFS

СХЕМА УРОВНЕЙ: СВЕРХУ САМОЕ ГРОМКОЕ

ПРОМПТ · ЗВУК

СКОПИРОВАТЬ

Подготовь звук рилса из **[имя_файла.mp4]**: голос главный, общая громкость около −14 LUFS. Музыка из источника **[свой файл / бесплатный трек с проверенной лицензией]** на 18–22 дБ тише голоса, звуковые эффекты тоже тише голоса. Если голос тонет, подрежь музыку в диапазоне 1–4 кГц.

Сделай два готовых mp4 1080×1920: **[с музыкой]** и **[без музыки]**, и напиши итоговые уровни.

**Про музыку.** Перед публикацией на рабочем аккаунте проверьте лицензию трека: не вся музыка из библиотек разрешена для бизнеса.

## Как принять результат

- Послушайте в наушниках и на телефоне: голос должен быть слышен без усилий.
- Правьте словами: «музыку тише на 3 дБ», «убери эффект на 0:12».
- Анимированных эффектов 1–2 на ролик. Сначала пробный отрезок на 15–30 секунд: с эффектами сборка идёт дольше.

6

ШАГ 6

# самопроверка и рилсы из длинного

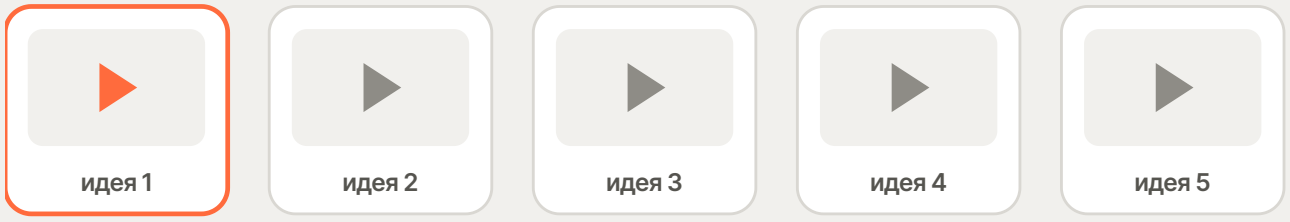
Перед публикацией Claude проверит ролик по кадрам. А если у вас есть длинное видео, из него можно нарезать несколько рилсов.

ПРОМПТ · САМОПРОВЕРКА ПО КАДРАМ

СКОПИРОВАТЬ

Проверь ролик **[имя_файла.mp4]** по кадрам на секундах 0, 1, 2, 3 и дальше каждые 3 секунды. Ответь «да» или «нет» по пунктам: 1) хук в первые 3 секунды; 2) лицо и надписи в безопасной зоне; 3) нет обрезанных слов на склейках; 4) субтитры совпадают со звуком; 5) картинка или графика меняется не реже чем раз в **[2–4]** секунды; 6) музыка не заглушает голос; 7) в конце один призыв: **[призыв]**.

Сначала дай список замечаний, ничего не исправляй без моего слова.




кусок длинного видео и хук к нему

ПРОМПТ · РИЛСЫ ИЗ ДЛИННОГО ВИДЕО

СКОПИРОВАТЬ

Из длинного видео **[имя_файла.mp4]** по расшифровке предложи **[5]** идей рилсов по **[30–45]** секунд. Для каждой: таймкоды куска, первая фраза-хук, почему этот кусок работает отдельно от остального видео. Хук должен быть в первые 2 секунды, при необходимости переставь кусок. Жду мой выбор.

ВАШ МАРШРУТ ПРОЙДЕН

0 паспорт — 1 хук — 2 резка — 3 зона — 4 субтитры — 5 звук

ЧТО ДАЛЬШЕ

# освободите себе вечера

Вы уже собрали рилс вместе с Claude: от хука до звука. Хотите так же передать нейросети остальное: меню, расписания, документы, переписку? Тогда в голове станет тише, а вечера снова ваши.

Всё о курсе «Claude для мам за выходные» читайте на сайте, с самого начала. Старт в декабре.

ПЕРЕЙТИ НА САЙТ

**Ещё больше пользы в Telegram.** Промпты, разборы и новые гайды по нейросетям.

ОТКРЫТЬ КАНАЛ



АВТОР

Ульяна Влада. Автор системы AI Balance, которая помогла мне похудеть на 10 килограммов за 2 месяца. Без диеты и спорта. Я мама двоих детей. Настраиваю нейросети под жизнь: еда, сон, быт, работа, бизнес. Все запросы из гайда проверены мной лично, я сама использую их в повседневной жизни.

УЗНАТЬ ПРО AI BALANCE