



Как писать сценарии для Reels

Кто сегодня смотрел Reels хотя бы 10 минут?»

А кто хоть раз хотел снять Reels,
но не знал — что говорить?

сегодня мы за 20 минут сделаем ваш первый сценарий



Что такое Reels и зачем нужен сценарий



Reels — это мини-история длительностью до 30 секунд, которая должна захватить внимание зрителя с первых мгновений.



Первые 3 секунды

Цель: зацепить аудиторию за первые 3 секунды, иначе зритель пролистнет дальше.



Простая структура

Сценарий ≠ большой текст → это всего 3–5 простых пунктов, которые легко запомнить и реализовать.



Идея + эмоция

Самое главное в любом Reels — это **идея + эмоция**.
Без них даже идеальная картинка не работает.

Плохой vs Хороший сценарий

✗ Плохой сценарий

«Привет, меня зовут Саша, сегодня я хочу рассказать вам о том, как я учусь в университете и какие у меня есть хобби, а ещё я люблю путешествовать и...»

- Нет зацепа
- Слишком много информации
- Скучное начало
- Нет структуры

✓ Хороший сценарий

«3 ошибки, из-за которых твои Reels не набирают просмотры.
Первая – скучный хук...»

- Сильный зацеп с первой секунды
- Конкретная польза
- Чёткая структура
- Интрига и динамика

📋 Мини-задание #1

«Скажите соседу справа: какой Reels вам недавно запомнился? Только 1 фраза»

Формула успешного Reels

Простая и понятная формула, которая работает в 90% случаев:

01

Хук (зацеп) — 1–3 секунды

Это самая важная часть! Примеры эффективных хуков:

- «3 ошибки, из-за которых...»
- «Вот секрет, который знают только...»
- «Сейчас покажу шутку, которая удивит тебя»

02

Суть / Действие / Повествование

Самое главное содержание вашего Reels. Подавайте информацию быстро и понятно, без лишних слов.

03

Поворот / Интересный момент

Добавьте элемент неожиданности:

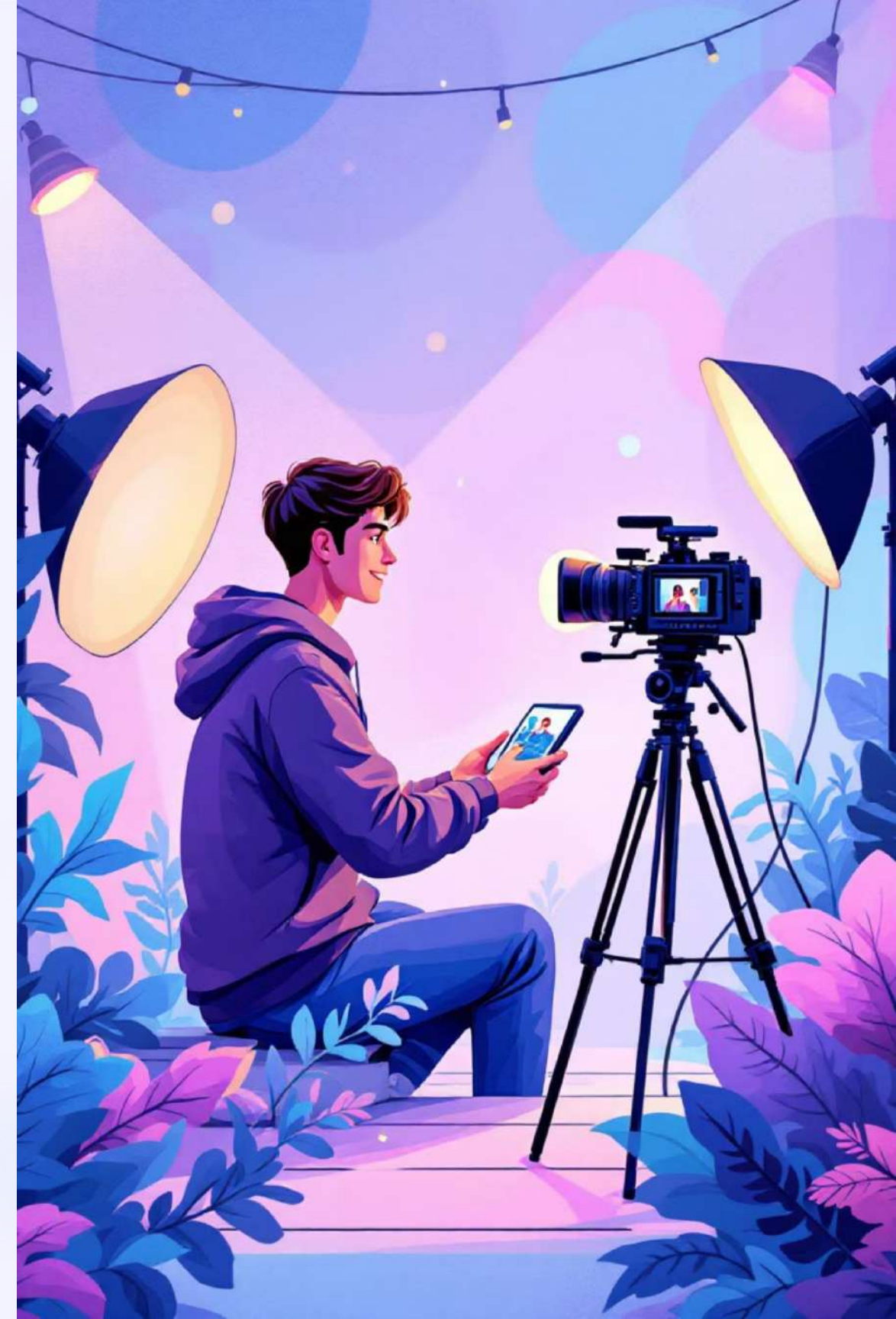
- Шутка
- Неожиданное действие
- Сравнение «до/после»
- Мини-проблемка

04

Финал

Завершите видео правильно:

- Короткий вывод
- Полезный совет
- Простой call-to-action: «Попробуй сам», «Сохрани»



Практика: Создаём свой хук

Мини-задание #2

«Придумайте хук. Один. Любой. На тему, которая вам нравится: спорт / игры / мода / учёба / мемы / отношения / лайфхаки. Запишите в телефоне 1 фразу».

Спорт

«3 упражнения, которые изменят твоё тело за месяц»

Мода

«Как сделать образ запоминающимся»

Лайфхаки

«Этот трюк сэкономит тебе 2 часа в день»

Игры

«Секретный трюк в игре, о котором не знают 99%»

Учёба

«Метод, который помог мне сдать экзамен на 5»

Отношения

«5 признаков, что человек действительно ценит тебя»

Три типа сценариев для начинающих

Эти форматы легко писать и они всегда работают:

Сценарий «Топ-3»

Пример: «3 ошибки новичков в баскетболе» или «3 лайфхака для красивых фото»

Структура:

1

- Хук: «Топ-3 ...»
- 3 конкретных пункта
- Вывод: «Используй это сегодня»

Этот формат работает, потому что люди любят списки и конкретику.

«История в 1 минуту»

Пример: «Как я за 2 дня снял первое видео, которое набрало 10к просмотров»

Мини-нарратив:

2

- Проблема (с чего всё началось)
- Что сделал (действия)
- Чем закончилось (результат)

Истории всегда цепляют, потому что в них есть эмоции и развитие.

«До → После»

Пример: «Как комната выглядела до уборки... и после»

Любимая модель подростков:

3

- До: хаос / проблема / скучно
- После: красиво / получилось / смешно

Трансформация всегда впечатляет и мотивирует зрителей.

Практика:

Мини-задание #3

«Выберите тип сценария (Топ-3, История или До→После) и напишите 1 фразу о том, какой сюжет вы возьмёте. Только 1 предложение».



Как делать Reels интересными?

☆ Не пытайтесь быть идеальным
Reels любит живость и естественность.

☆ Используйте эмоцию

- **Смех** – универсальный инструмент
- **Удивление** – заставляет досмотреть
- **Узнаваемость** – «Это про меня!»

☆ Снимайте быстро, показывайте динамику

Каждые 2 секунды – смена кадра, жесты или действия.
Статичные видео быстро надоедают.

☆ Используйте фишки

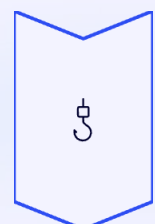
- Подписи (крупный текст на экране)
- Звук, который сейчас в тренде
- Резкие переходы между кадрами



Шаблон готового сценария

Сборка полного мини-сценария

Используйте этот универсальный шаблон для создания 30-секундного Reels:



1. Хук

Напишите цепляющую фразу, которая остановит скролл. Это может быть вопрос, интригующее утверждение или обещание пользы.

Пример: «3 секрета, которые изменят твой подход к...»



2. Что происходит

Основное содержание: покажите процесс, расскажите историю или дайте информацию. Будьте конкретны и динамичны.

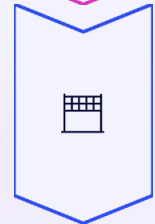
Пример: «Первое — делаешь так... Второе — добавляешь это...»



3. Поворот

Добавьте неожиданный элемент: шутку, сюрприз, контраст или интересный факт. Это удержит внимание до конца.

Пример: «А теперь смотри, что получилось!»



4. Финал

Завершите призывом к действию или выводом. Дайте зрителю понять, что делать дальше.

Пример: «Попробуй сам и покажи результат!»

Лёгкий челлендж

❏ «Снимите Reels по этому сценарию до конца дня и покажите друзьям. Пусть они оценят по шкале "хочу досмотреть"»



Шаг 1: Снимите

Возьмите свой сценарий и запишите видео.
Не думайте о совершенстве — просто начните!



Шаг 2: Отредактируйте

Добавьте музыку, текст и переходы.



Шаг 3: Покажите друзьям

Получите обратную связь от близких людей.
Спросите: «Досмотрел бы ты до конца?»



Шаг 4: Публикуйте

Не бойтесь выкладывать! Каждое видео — это опыт и шаг к мастерству.

Вопрос для размышления:

«Какой Reels вы досмотрели до конца и почему?»

Проанализируйте, что именно зацепило вас в том видео, и используйте эти приёмы в своих Reels.
Успех приходит через наблюдение, практику и постоянное улучшение.

Ваш сценарий готов!

Что дальше?

- «Теперь у каждого из вас есть готовый черновой сценарий для Reels»
- «Кто захочет — можно снять его прямо после лекции за 5 минут»
- «Чем больше практики — тем лучше получается»

Не бойтесь экспериментировать! Первые видео могут быть несовершенными, но с каждым разом вы будете становиться лучше. Главное — начать.

Помните: даже самые популярные блогеры начинали с простых видео. Разница лишь в том, что они не остановились после первой попытки.

3

секунды

Чтобы зацепить зрителя

5

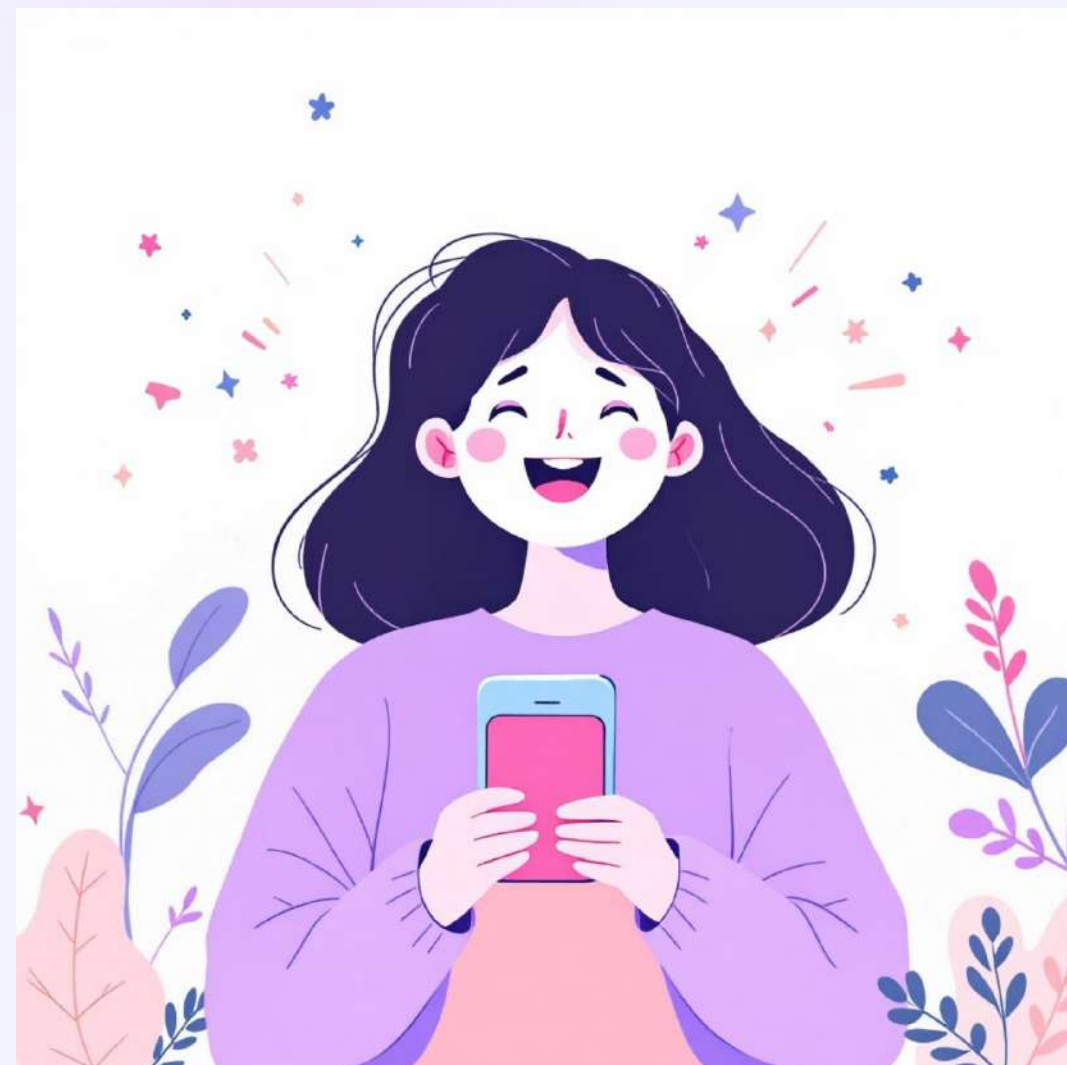
минут

Столько нужно, чтобы снять первый Reels

30

секунд

Длительность идеального Reels





Три вещи, без которых Reels не
получится

1. Супер сила - Свет

Главное — лицо видно.

Лайфхаки:

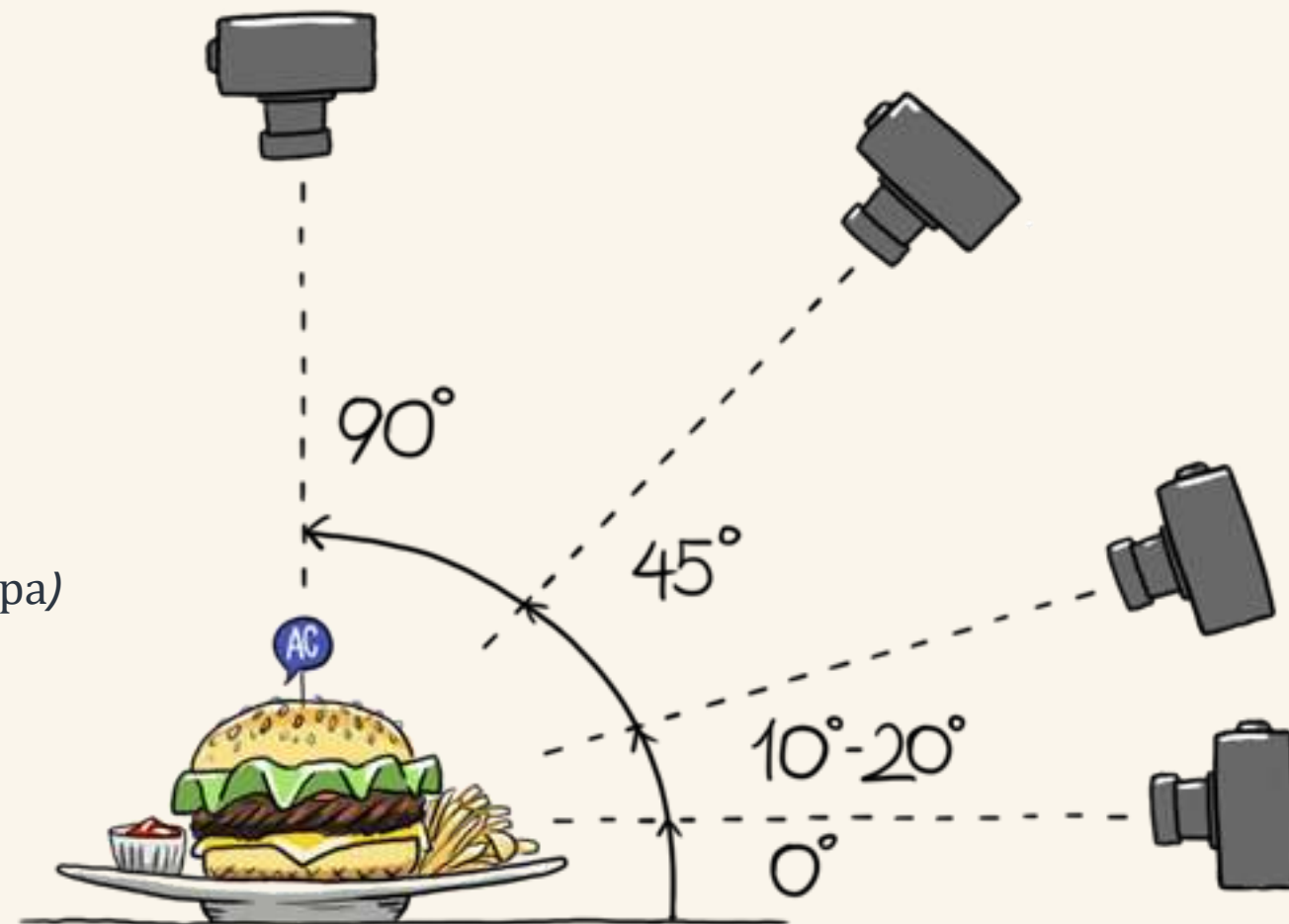
- у окна всегда лучший свет
- не под потолочной лампой: делает "злое" лицо
- можно подсветить экраном телефона друга



2. Кадр / угол съёмки

Самое простое:

- держим телефон на уровне глаз
- немного двигаем телефоном → динамика
- пробуем ракурсы: сбоку, сверху, снизу (прикольно для юмора)



3. Звук

- говорим громко и чётко
- не снимаем на ветру
- можно записать голос потом (озвучка)



Мини-задание #1: «Свет-челлендж»

возьмите телефоны:

«Найдите лучшую точку света в комнате — повернитесь так, чтобы лицо выглядело круче всего»

Как снимать динамичные кадры (простые фишки)

Фишка 1: Переход рукой

Закрываем камерой ладонь → открываем в новом месте.

Фишка 2: Прыжок / поворот ГОЛОВЫ

«До» → прыжок → «после».

Работает вообще всегда.

Фишка 3: Смена планов

Каждые 2 секунды — новый кадр:

- крупный план
- средний
- детали (руки, предметы)

Фишка 4: Мини-действия в кадре

Не стоять столбом!

- идёшь
- показываешь
- достаёшь что-то
- пробуешь
- открываешь шкаф
- хлопаешь дверью

Мини-задание #2

«Снимите 2-секундный видеофрагмент: одно действие + движение камеры.
Например: открываешь тетрадь, двигаешь телефон в сторону».



Как быстро смонтировать Reels

01

Шаг 1. Закинуть клипы в приложение

CapCut — простой выбор

02

Шаг 2. Обрезать до самой сути

Оставляем лучшие 2 секунды каждого кадра

03

Шаг 3. Подогнать под музыку

Выбираем популярный звук → ставим переходы по удару

04

Шаг 4. Добавить текст

Крупный, простой.

4-6 слов

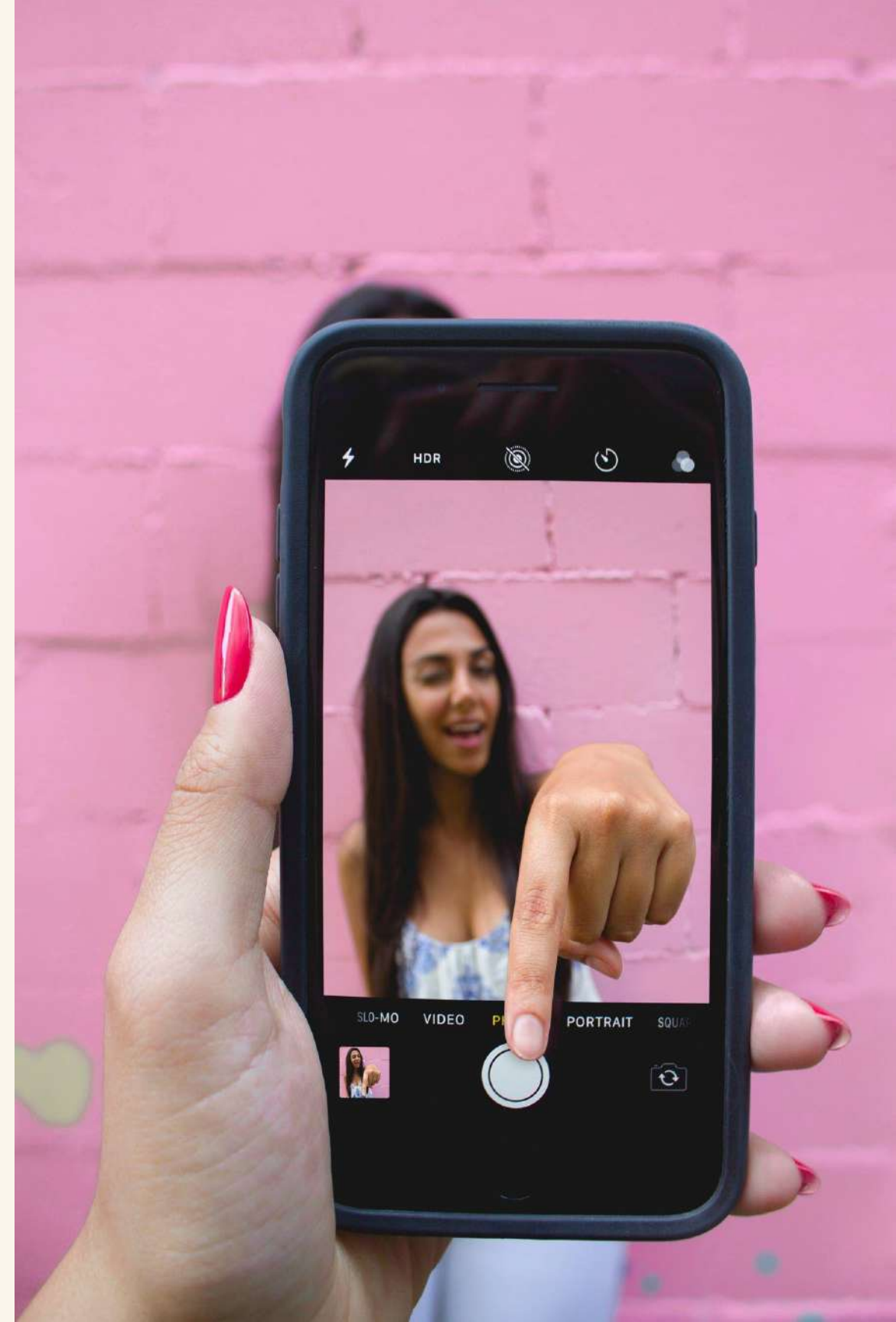
05

Шаг 5. Проверить динамику

Задача: чтобы ни один кадр не «висел»

Теперь у каждого из вас есть:

- базовые навыки света, кадра и звука
- понятные переходы



задание: каждый выберет тему для мини-Reels

спорт

мем

учёба

лайфхак

«до–после»

стиль

питомцы