



Lær å lage podkast fra idé til publisering – et kurs i 4 deler

- 1** Kom i gang med å lage podkast ved først å velge emne, utstyr og format.
- 2** Koble mikrofonen til pc-en, og gjør deg klar til å ta opp – uten tekniske problemer.
- 3** Klipp sammen opp-taket, og tilpass lyden med et program for lydredigering.
- 4** Publisert den ferdige podkasten på nettet, slik at andre kan lytte til den.

Ta opp podkassen med perfekt lyd

Det er viktig å ha skikkelig lyd-kvalitet i podkasten. Det kan du forsikre deg om ved å ta visse forholdsregler før du trykker på opptaksknappen.



Journalist
Martin Lorentsen

Det spiller nesten ingen rolle om en podkast har et spennende tema med både kunnskapsrike og veltalende verter – hvis lyden er for dårlig. Vil du ha lytterne til å følge med også på lengre podkaster, er det helt avgjørende at lyden er av høy kvalitet.

Forskere ved University of Southern California og Australian National University har fastslått at dårlig lyd i en podkast eller et radioprogram får lytterne til å miste fokus, slik at de ikke hører etter eller kanskje velger å slå av. Et annet moment er at troverdigheten til avsenderen blir skadelidende hvis ikke lyden holder mål. Det kan faktisk være slik at lytterne ganske enkelt ikke tror på det du sier hvis du ikke evner å leve-

re en lyd-kvalitet som er til å holde ut. God lyd er et minstekrav. Heldigvis behøver du verken å montere lyddempende plater i taket og på veggene, eller å leie et profesjonelt studio. Du trenger ikke mer enn en god mikrofon og kunnskap om hva du må være oppmerksom på når du skal i gang med opptaket. Dessuten er det alltid lurt å gjøre et innledende testopptak der du for eksempel sjekker om alle tilkoblinger sitter som de skal – eller om det er forstyrrende bakgrunnsstøy som bør elimineres.

I tillegg må du selvfølgelig bruke et godt pc-program til opptak av podkasten. Programmet Audacity er et utmerket gratis verktøy som er godt egnet til slik bruk – enten du har investert i en dyr lydmikser eller du bare vil ta opp podkasten med en mikrofon som er koblet til pc-en via USB. På de neste sidene forklarer vi bruken av programmet.

Det er lett å ta opp podkassen med programmet Audacity, som du kan laste ned fra nettsiden vår.

Ekspertens tips for å få skikk på lyden

Støy fra et kjøleskap eller altfor lavt opptaksvolum er bare noen av problemene du unngår hvis du forbereder deg skikkelig. Her får du podkast-ekspert Rasmus Mark Pedersens beste råd for å få god lyd.



Rasmus Mark Pedersen er podkaster, journalist og radiovert. Han har jobbet profesjonelt med radio siden 2008.

Unngå irriterende forstyrrelser

SPØRSMÅL: Hvor er det best å sitte under opptak?

SVAR: Det har skjedd enorme fremskritt innen lydforbedring de siste årene. Derfor er det ikke lenger like viktig å sitte i et lydtett studio som det var for bare et par år siden.

Derimot bør du finne deg et sted uten bakgrunnsstøy fra vifter, kjøleskap eller en gammel pc. Gjør et testopptak der du har tenkt å sitte – uten å si noe – og lytt gjennom opptaket på høyt volum. Da vil du oppdage bakgrunnsstøy som du kanskje ikke legger merke til ellers.



Sett mikrofonen i riktig posisjon

SPØRSMÅL: Jeg bruker et hodesett med innebygd mikrofon. Hvordan skal mikrofonen plasseres under opptak?

SVAR: Plasserer du mikrofonen så nær munnen som mulig, får du med minst mulig av eventuell støy i omgivelsene. Plasser mikrofonen slik at den er vendt direkte mot, men ikke rett foran munnen. På den måten kan du også si ord som inneholder en "p" uten at mikrofonen plukker opp lufttrykket fra munnen, samtidig som den er så nær munnen som mulig.

Signalstyrken er viktigst

SPØRSMÅL: Hvor høy skal lyden være når jeg tar opp?

SVAR: Lydnivået skal være så høyt som mulig, men fortsatt i det grønne området på VU-meteret. Alle mikrofonene skal stilles inn slik at målerne er innom det gule feltet en gang imellom, men for det meste bør det ligge like under gul sone. Det er forskjell på hvor mange decibel utstyret viser, men på proffutstyret jeg pleier å jobbe med, ligger det perfekte nivået på minus 6 decibel.

Indikatoren må aldri gå opp i det røde feltet og dermed gå over 0 decibel på denne skalaen. Det betyr nemlig at lyden forvrenges. Det vil være godt hørbart på opptakene, som overstyres og gir en forferdelig lyd som det er vanskelig å redde.



Tre enkle triks

Gjør stemmeøvelser

Bruk et minutt på å oppvarmsøvelser for stemmen. Søk etter stemmeøvelser på nettet, og bruk den øvelsen som fungerer best for deg.

Husk å drikke

Pass på å ha tilgang til væske som du og eventuelle gjester kan forsyne dere av under opptakene.

Unngå å spise

Unngå å spise snacks eller godteri under opptak. Ingen vil høre på noen som snakker med mat i munnen.



Audacity

Med Audacity kan du ta opp og redigere lydfiler på datamaskinen. Programmet kan ta opp flere lydspor.

Språk
Norsk

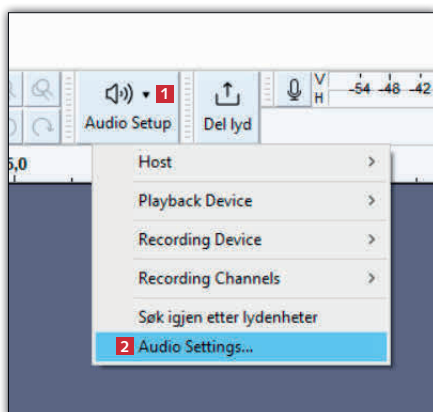
Virker med
Windows 10 og 11

Programmet laster du ned fra:
komputer.no/2414

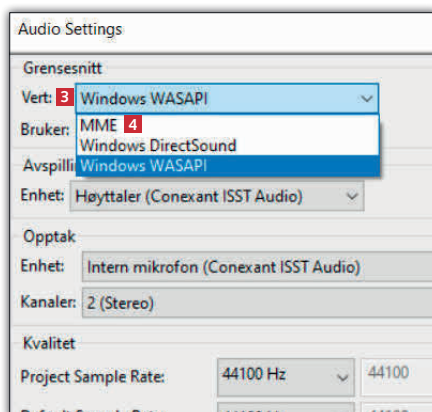


Klar til opptak?

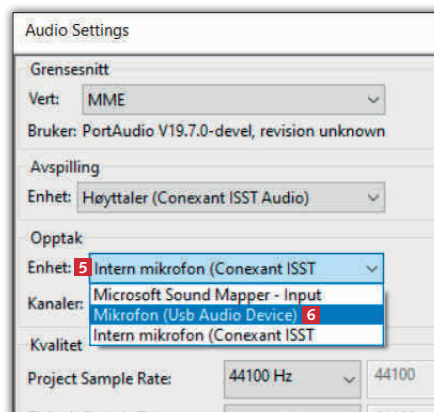
Audacity er et førsteklasses program til å ta opp podkasten. Før du kan ta opp, må du imidlertid legge til mikrofonen som lydkilde i programmet.



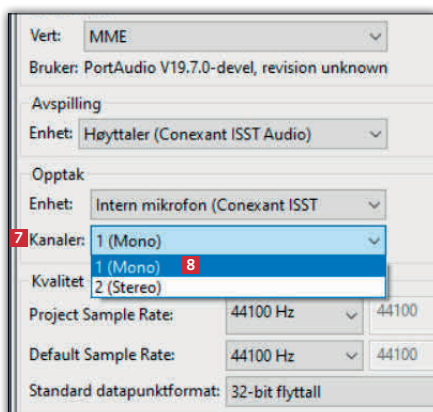
1 Last ned Audacity fra nettsiden vår, og installer programmet. Koble mikrofonen til pc-en, og åpne Audacity. Klikk på **Audio Setup** **1**, og velg **Audio Settings...** **2**.



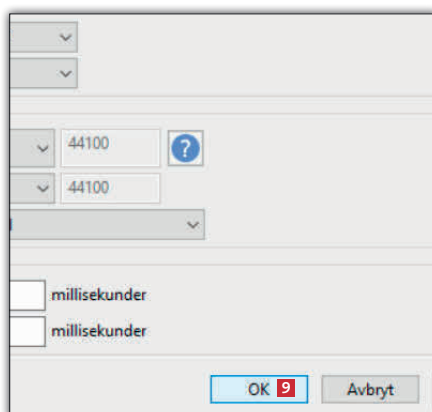
2 Klikk i feltet ved **Vert** **3**, og velg **MME** **4**, som virker med de fleste tilkoblede enheter.



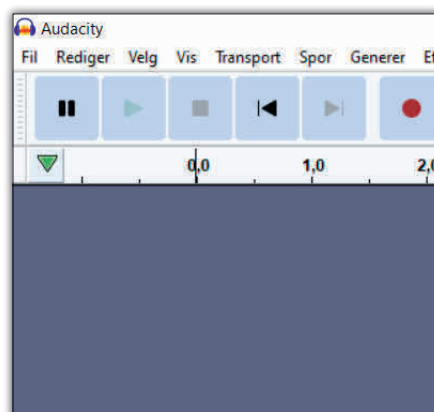
3 Under **Opptak** klikker du på feltet ved **Enhhet** **5** og velger mikrofon **6**. Bruker du en lydmikser eller Zoom-opptaker, velger du i stedet den som enhet.



4 Klikk ved **Kanaler** **7**, og sørg for at det er valgt **1 (mono)**. **8**. Du kan også velge å ta opp i stereo, men mono fungerer best til vanlig tale i en podkast.



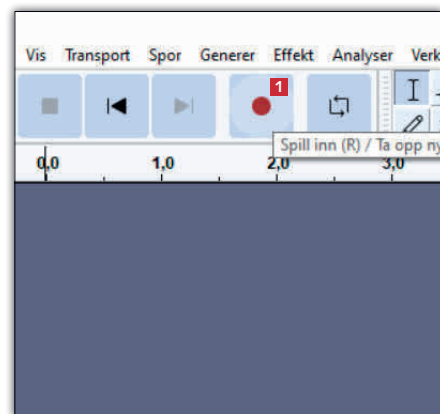
5 La de øvrige innstillingene være, og klikk på **OK** **9**.



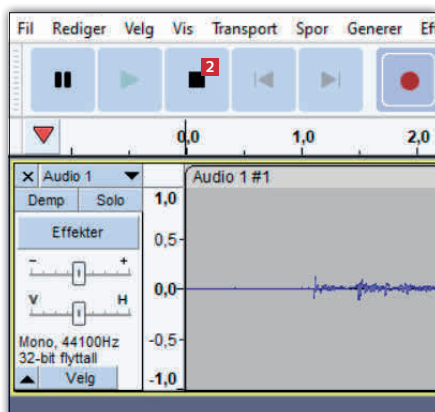
6 Nå er mikrofonen lagt til som kilde for opptak i Audacity, og du er klar til å sette i gang.

Sjekk bakgrunnsstøy med en lydprøve

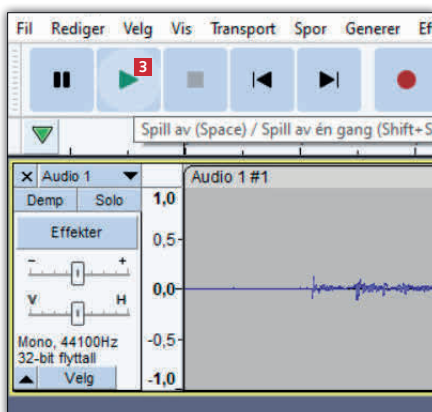
Før du starter opptaket av selve podkasten, må du gjøre opptak av stillheten – eller fraværet av den samme. Når du spiller av opptaket på høyt volum, vil du også oppdage eventuell bakgrunnsstøy som vil kunne ødelegge podkasten.



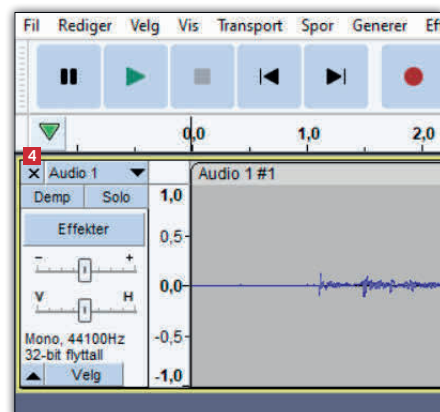
1 Når du har åpnet Audacity og lagt til mikrofonen som opptaksenhet, klikker du på opptaksknappen **1** øverst i vinduet.



2 Audacity har opprettet et lydspor til mikrofonen, og opptaket er i gang. Ta opp 20–25 sekunder i full stillhet, og klikk på stoppknappen **2**.



3 Klikk på avspillingsknappen **3** for å høre på opptaket og lytte etter bakgrunnsstøy. Er det uønsket lyd, må du enten nøytralisere støykilden eller sette deg et annet sted.

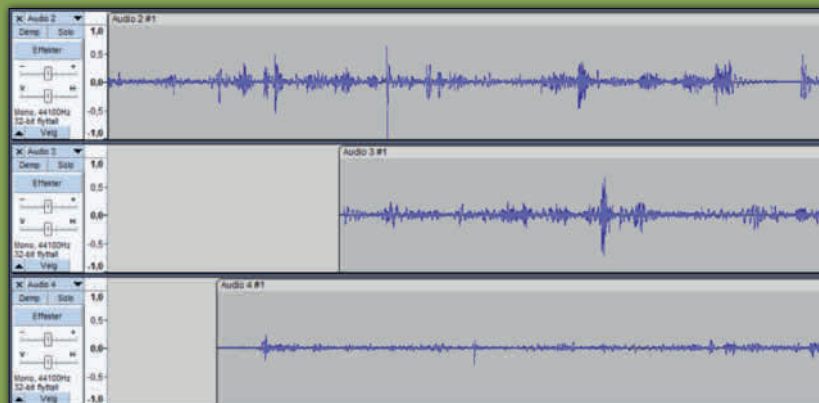


4 Når du har eliminert eventuell bakgrunnsstøy, klikker du på krysset ved lydsporet **4** for å slette opptaket. Nå er du klar til å starte det egentlige podkastopptaket.

Slik tar du opp i flere kanaler

Hvis du har med deg en eller flere gjes-ter til podkasten, må du ta opp i flere spor eller kanaler. Det gjør du ved enten å bruke en Zoom-opptaker eller en lydmikser, som vi skrev om i del 1 av denne serien.

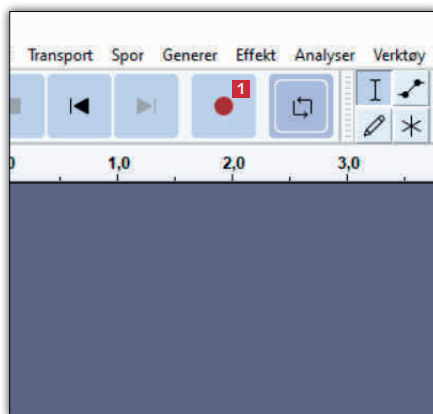
I Audacity velger du lydmikser eller Zoom-opptaker som opptaksenhet i lydinnstillingene. Da blir alle lydsporene automatisk synlige når du klikker på opptaksknappen og starter opptaket. Hvert lydspor kan navngis og tilpasses på mange forskjellige måter.



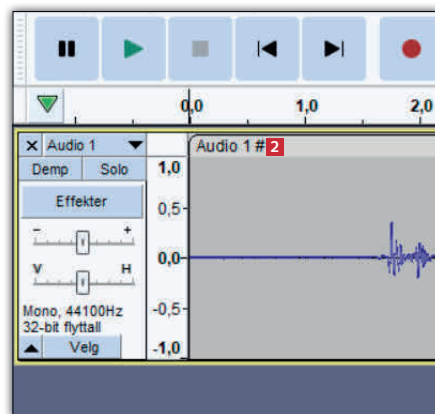
Har du koblet til flere mikrofoner via en miksepult eller en Zoom-opptaker, ser du ett lydspor for hver mikrofon i Audacity når du begynner å ta opp. Her har vi koblet til tre mikrofoner.

Ta opp podkast

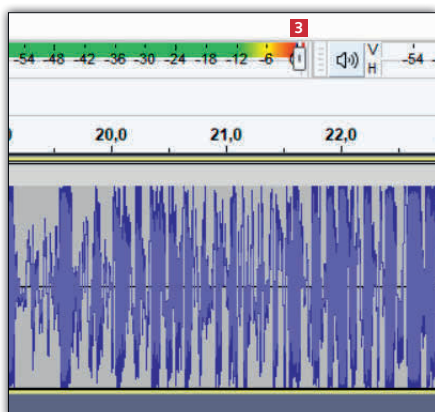
Når du har lagt til en mikrofon i Audacity og gjort en lydprøve, er du klar til å ta opp podkasten. Når opptaket starter, oppretter Audacity automatisk et lydspor til mikrofonen.



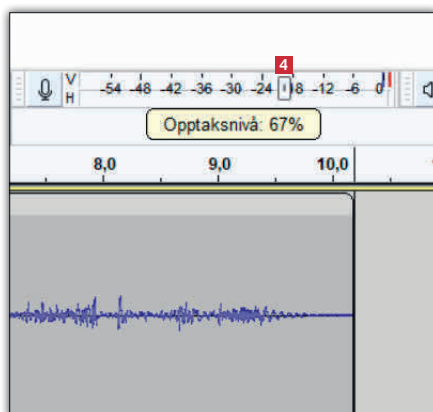
1 Aller først åpner du Audacity og gjør deg klar til opptaket som vist i de tidligere veiledningene. Når du er klar til å ta opp, klikker du på opptaksknappen **1**.



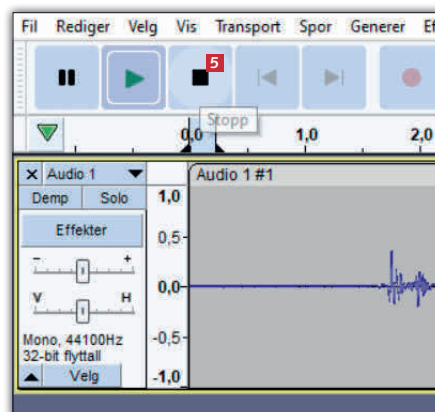
2 Nå er opptaket i gang, og lydsporet er opprettet øverst i programvinduet **2**. Bruker du en mikser med flere mikrofoner, opprettes flere separate lydspor.



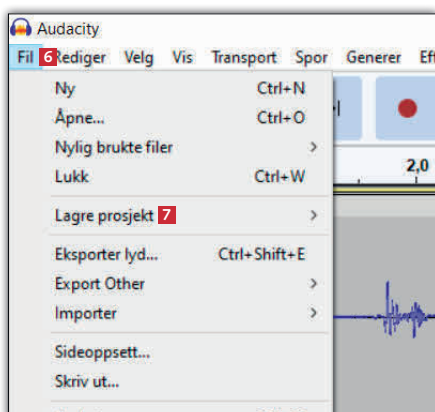
3 Hold spesielt øye med lydnivået (signalstyrken) i verktøylinjen over det øverste sporet. Går nivået opp helt opp til det røde feltet **3**, må du dempe signalet.



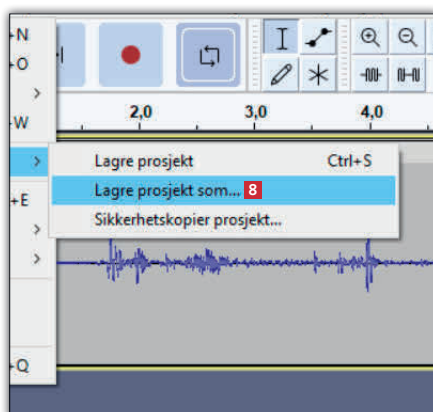
4 Klikk på skyveknappen **4**, hold museknappen nede og dra til venstre, til signalstyrken er på gult eller grønt nivå. Dra knappen til høyre for å øke volumet.



5 Dermed er det bare å ta opp så lenge du lyster og har noe å si – selv om du gjør feil. Når opptaket er over, klikker du på firkanten **5** øverst til venstre i programvinduet.



6 Det er en god idé å lagre opptaket med det samme, slik at ting ikke går tapt. Øverst til venstre klikker du på **Fil** **6** og holder musen over **Lagre prosjekt** **7**.



7 Klikk på **Lagre prosjekt som ...** **8**, gi opptaket et navn og klikk på **Lagre** i neste vindu. Dermed kan du gå tilbake og redigere opptaket på et senere tidspunkt.

REDIGERING AV OPPTAK

I neste del viser vi hvordan du sørger for at hele podkasten har samme lydnivå, legger til lydeffekter, klipper bort feil og lagrer podkasten som én lydfil.