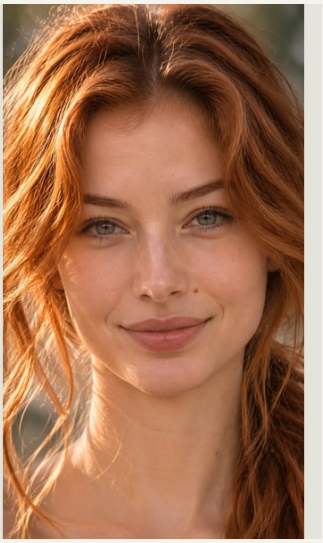
ГАЙД АЛЕКСАНДРА ИВАНОВА

Разные кадры - одна героиня. Как собрать ИИ-ролик на примере Миры







Собери свой первый ИИ-ролик

Сначала сделаем три фотографии одной героини. Затем оживим их и соединим в короткое видео. Всё разберём на примере Миры.

Что понадобится

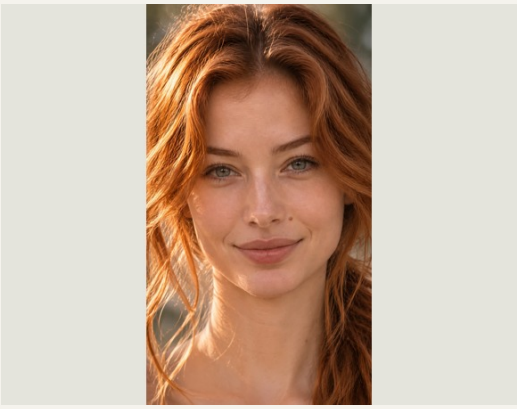
Генератор картинок, генератор видео и любой удобный редактор для монтажа. Готовые фотографии и тексты запросов есть в комплекте.

Как пользоваться гайдом

Иди по шести шагам. Для первой пробы можно взять Миру и готовые фотографии. Потом повтори то же самое со своим персонажем.

1. Выбери героиню





Где сделать фотографии

Фотографии я делал в ChatGPT Image 2.5. Можно взять Nano Banana, Seedream или другой генератор, который тебе нравится.

Начни с одной фотографии

Создай героиню в нужной одежде и месте. Выбери фотографию, на которой тебе нравятся лицо, фигура и волосы. Это будет образец для остальных кадров.

Коротко опиши её

Например: «Рыжая девушка с волосами в низком хвосте. Графитовый топ, облегающие шорты, белые кроссовки. Баскетбольная площадка, тёплый вечерний свет».

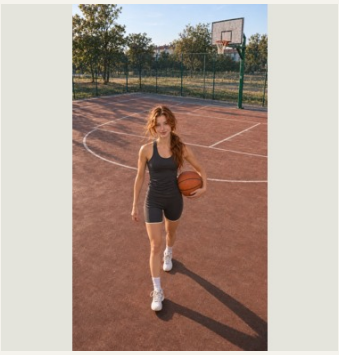
Сохрани этот образец

При создании новых фотографий прикладывай одну и ту же картинку. Попроси сохранить лицо, причёску и одежду. Для пробы возьми «Образ Миры.png» из комплекта.

В чём оживлять

Видео из этого ролика я лично генерил в Kling 4.0, но можно пробовать и другие модели, которые тебе по душе.

2. Придумай три кадра







Для начала хватит простой истории

Девушка идёт по площадке → отбивает мяч → смотрит в камеру и улыбается. Для каждого действия сделаем свою фотографию.

Чередуй расстояние до камеры

Сначала покажи девушку в полный рост и место вокруг неё. Затем — действие с мячом. В конце — лицо крупно. Так ролик будет разнообразнее.

Раскадровка по оптике

Для общего плана пиши «24 мм»: героиня в полный рост, вокруг видна площадка. Для портрета — «85–200 мм, крупный план, мягко размытый фон». В рилсе для портрета я использовал «200 мм».

Как описать эти три кадра

Проход: общий план на 24 мм, девушка в полный рост идёт к камере, видна площадка.
Мяч: девушка отбивает мяч, камера стоит низко и немного сбоку.
Портрет: 200 мм, лицо крупно, фон мягко размыт.

Готовые примеры в комплекте

Возьми папки «Идёт к камере», «Отбивает мяч» и «Крупный портрет». Когда освоишь их, попробуй остальные четыре кадра.

3. Сделай фотографии





Загрузи образец из первого шага

Промпт — это текст, в котором ты объясняешь нейросети, что хочешь получить. Опиши один кадр и попроси сохранить внешность девушки.

Пример запроса

«Та же девушка на той же площадке. Общий план на 24 мм: стоит в полный рост с мячом в правой руке. Камера низко, немного сбоку. Сохрани лицо, волосы, одежду и вечерний свет. Вертикальная фотография 9:16».

Повтори для двух других кадров

Меняй позу и положение камеры. Для каждого нового кадра снова прикладывай исходный образец. Для крупного лица можно добавить отдельный портрет этой же героини.

Проверь перед оживлением

На всех фотографиях одна и та же девушка? Руки и мяч выглядят нормально? Если да — сохраняй. Если нет — сначала исправь фотографию. Готовые примеры лежат в папках кадров.

4. Оживи каждый кадр

Загрузи одну фотографию

Выбери создание видео из изображения. Поставь вертикальный формат 9:16 и длительность 5 секунд. Проверь цену перед запуском.

Напиши, что делает девушка

Для кадра с мячом: «Девушка спокойно отбивает мяч правой рукой, затем ловит его двумя руками. Лицо, одежда и площадка остаются прежними».

Отдельно опиши камеру

Для мяча: «Камера стоит низко и почти не двигается». Для прохода: «Девушка идёт вперёд от нас. Камера следует за ней с той же скоростью, слегка покачиваясь от шагов».

Сначала сделай одну пробу

Посмотри результат и только потом запускай остальные кадры. Готовые запросы есть ниже на странице и в комплекте. Для каждого бери фотографию и промпт из одной папки.

5. Оставь удачные моменты



Посмотри каждый клип целиком

Лицо не меняется? Пальцы выглядят нормально? Мяч не исчезает? Движения похожи на настоящие? Если что-то отвлекает — такой момент лучше не брать.

Небольшое отличие не всегда мешает

Я просил один отскок мяча, а получил три. Движение получилось удачным, поэтому оставил его. Важнее, как смотрится сцена.

Не спеши переделывать весь клип

Если ошибка только в конце, попробуй обрезать его. Если движение плохое с самого начала — упрости действие или поправь исходную фотографию.

ШАГ 6 / МОНТАЖ

6. Собери короткий ролик

Открой удобный редактор

Подойдёт, например, CapCut. Добавь три клипа и расставь их по порядку: проход → мяч → портрет.

Возьми лучшие фрагменты

2–3 секунды: девушка идёт.
3–4 секунды: играет с мячом.
2–3 секунды: смотрит в камеру.
Получится короткая сцена на 8–10 секунд.

Добавь звук и проверь на телефоне

Подбери музыку, которую можно использовать. Посмотри, не пропадает ли мяч при смене кадра и узнаётся ли девушка. Сохрани видео в вертикальном формате 9:16.

Покажи результат

Пришли ролик в @ivanoff_ai. Напиши, что получилось и на каком шаге возникли сложности. Будем разбирать вместе.

БЮДЖЕТ И ФАЙЛЫ

Сколько стоит попробовать

Ориентир из моего проекта

Три коротких видео по 5 секунд обошлись примерно в 336 ₽. Все семь — примерно в 895 ₽. Это стоимость только видео по моим условиям в SYNTX на 8 ноября 2026 года.

Хочешь попробовать?

Если хочешь попробовать SYNTX, регистрируйся по моей ссылке: тебе будет скидка, а мне — бонус.

Что ещё учитывать

Картинки, озвучка и повторные попытки оплачиваются отдельно. Цена зависит от сервиса, модели и качества. Перед каждым запуском посмотри, сколько он стоит.

С чего начать в комплекте

Открой «НАЧНИ ЗДЕСЬ.txt». Дальше выбери нужный кадр: в его папке лежат фотография и запрос для видео. TXT открывается как обычный текст; JSON — тот же запрос с разбивкой на поля.

Что попробовать потом

Добавь проход со спины, улыбку или бросок в корзину. Освоишь простую сцену — будет легче собрать ролик длиннее. Ещё разборы и эксперименты — в @ivanoff_ai.