

Con el auge de las cámaras acuáticas hoy es mucho más fácil grabar vídeo submarino.

Lo que hace que un vídeo no sea aburrido es precisamente que aparezcan tomas interesantes, bonitas y atractivas de lo que sucede a tu alrededor. Más allá de apuntar y disparar.

En este artículo te traemos los principales planos cinematográficos y movimientos de cámara en cine para ayudarte en tus próximas grabaciones. Te ponemos algunas imágenes de ejemplo y vídeos con ejemplos para que lo veas claro.

## **Los tipos de planos cinematográficos**

Existen diferentes tipos de planos cinematográficos que nos sirven para mostrar lo que nos rodea de una determinada forma.

Ya sea un paisaje, planta, animal, objeto o persona podemos decidir mostrarlo en más o menos detalle según el tipo de encuadre que escojamos. Un plano general, un primer plano o plano detalle...

Además podemos dar un punto de vista u otro según el ángulo de la cámara que usemos. Podemos engrandecer o empequeñecer lo que vemos, si usamos un ángulo contrapicado o picado.

## **Recomendaciones para grabar vídeo submarino**

1. **Usa variedad de planos en tus grabaciones submarinas.** Prueba diferentes acercamientos. Filma desde diferentes ángulos y añade movimiento a tus tomas. Te recomendamos que de un mismo sujeto intentes hacer tanto planos abiertos como

cerrados. Así podrás tener material dónde escoger en el momento de edición y hacer pequeñas historias de un mismo sujeto.

2. **Presta atención a la composición también.** Intenta técnicas de composición para hacer tus tomas más bonitas, artísticas y atractivas. Una vez más, no solo se trata de apuntar y disparar.
3. **Graba tomas cortas**, entre 3 y 5 segundos. A no ser que lo que estés grabando sea algún comportamiento o acción que requieran de más tiempo. Piensa en todo el trabajo que vas a tener luego mirándote todo ese material, lo bueno si breve dos veces bueno.
4. **Al grabar un animal en movimiento aplica la ley del movimiento o ley de la mirada.** Deja suficiente espacio en la parte del encuadre hacia dónde se dirige éste, hacia dónde mira. Así evitarás encajonarlo en el encuadre, dando una sensación de asfixia o aprisionamiento. Y dejarás 'espacio' para que avance. Además evitarás que por accidente se salga del encuadre y le cortes una aleta.
5. **Deja que el sujeto entre y salga del encuadre.** Cuando filmes a un sujeto en movimiento, siempre es mejor forma de acabar la toma dejar que el animal salga del encuadre, que parar de grabar cuando está en medio del mismo. Deja que se vaya y desaparezca del encuadre y conseguirás un corte natural de esa toma.

## **Tipos de planos cinematográficos según el encuadre**

Existen diferentes tipos de planos según el encuadre. Es decir, según la distancia a la que nos acerquemos al protagonista que filmamos tenemos uno u otro plano.

Los principales planos que hay son: el plano general, el plano entero, el plano americano, plano medio y el primer plano (para personas) o el plano detalle (objetos). Los planos más

abiertos como el general son útiles para ver donde se desarrolla la acción. Pero es cierto que en un vídeo submarino lo que más usaremos serán planos enteros o medios de la fauna y flora. Pues serán el centro de interés.

También es cierto que encontramos otros, que son variaciones de los mismos. Por ejemplo, un gran plano general, más abierto que el general. Hablaríamos por ejemplo de paisajes con gran angular, etc.

También está el plano medio corto, en una persona sería de la cabeza cortando por el pecho.

Y el primerísimo primer plano, en el que solo aparecería la cara, cortando desde los ojos hasta la boca.

A continuación vemos con detalle los principales planos según el encuadre que hay.



*Resumen de los tipos de planos. Fotografía de viajarbuceando.*

### **Plano general**

El plano general es el más abierto de todos. Nos da mucha información sobre el lugar o escena en la que sucede la acción. Usualmente suelen aparecer al principio de los vídeos, para introducir la escena.

Es útil para mostrar el entorno en el que se desarrolla el buceo o el comportamiento marino, el lugar dónde habita un animal específico, etc. Ayuda a situar al espectador y saber el lugar

dónde sucederá la acción. Por ejemplo: un arrecife, una pradera de posidonia, una pared, una zona rocosa, un pecio...

Para mostrar al sujeto entero si es muy grande es preferible usar planos generales. Por ejemplo, una tortuga, tiburón, mantarraya, pez luna, etc. También para grupos de buceadores, bancos de peces...

Por último, también nos puede ayudar si queremos mostrar diferentes acciones que se suceden a la vez en un mismo lugar. Dado que es un encuadre lo suficientemente amplio.

Te recomendamos hacer este tipo de planos con una lente angular y en condiciones de buena visibilidad o utilizando iluminación. Recuerda que a peor visibilidad, más cerca de lo que quieres grabar necesitas estar. También tendrás que acercarte para que llegue la luz de los focos de vídeo.



*Plano general, Tailandia. Sony RX 100 V, con lente gran angular, fotografía de Viajar Buceando.*

## **Plano entero**

El plano entero nos muestra al personaje o protagonista de nuestra escena de cuerpo entero.

Este tipo de plano es útil para ver la morfología del animal, los comportamientos y movimientos que hace, etc.

Además, por lo general en vídeo submarino solemos mostrar los animales enteros, que se vea bien el pez. No se les corta la cola o una aleta. Pues son cortes que no son agradables.

Así que este plano es uno de los que más solemos ver en este tipo de vídeos.



*Ejemplo de plano entero de una tortuga. Sony RX 100 V, gran angular. Tailandia. Foto de Viajar Buceando*

### **Plano americano o 3/4**

Este plano nos muestra a un personaje desde la cabeza hasta medio muslo, por debajo de las caderas o por debajo de las rodillas.

Nace cuando se filmaban los western, con las cartucheras y pistolas a la altura de la cadera.

En vídeo submarino no tiene demasiado sentido hablar de este plano. A no ser que queramos grabar a un buzo o un animal, usando este tipo de corte en particular.

Siempre corta por encima o por debajo de la rodilla, nunca por las articulaciones pues sugiere amputación.

### **Plano medio**

Este encuadre es de cintura para arriba. En cine es muy usado en las escenas de dialogo. Porque nos permite ver lo suficientemente bien los gestos de las manos como la expresión de la cara del personaje.

También es el tipo de encuadre que usaremos para hacer retratos.

De cara al vídeo submarino, podríamos aplicarlo en animales como un plano más abierto que un primer plano.

Así, incluiríamos en el encuadre además de su cara una parte del cuerpo del animal, por ejemplo.



*Plano medio de buceador. Sony RX 100, lente angular. Foto de viajarbuceando.*

## **Primer plano**

Por ejemplo de un plano que nos muestre la cara de un buceador de cuello para arriba.

En cine se usa sobre todo para mostrar las emociones del personaje y sus expresiones.

Ayuda a que el espectador empatice y se identifique con él.

Aplicado al mundo animal y documental, también se usaría con el mismo propósito. Que el espectador se acabe identificando con esa tortuga o ese delfín que tiene en pantalla.

Algunos planos podrían ser por ejemplo: los tentáculos de un pulpo, una anémona, los ojos de un pez, unas branquias, las manchas de la piel de mantarrayas o delfines, la boca de una morena,...



*Fotografía con Sony RX100 V, de viajarbuceando.*

### **Plano detalle**

Este tipo de planos nos sirven para mostrar particularidades o detalles de objetos.

Es decir, los podemos usar para mostrar en detalle una parte del equipo del buceador por ejemplo. Los planos detalle también son muy usados como planos recurso. Estos son planos adicionales que se van grabando durante una filmación. Y posteriormente, en edición,

ayudan a completar el vídeo y dar variedad al conjunto.

Por ejemplo, buceadores equipándose y planos detalle de sus manos, bocas, ojos, equipo...

Aunque los planos recurso también podrían ser planos generales, medios, o planos enteros...

Como buceadores entrando y saliendo del agua, equipándose, tomas del barco o una toma con burbujas... Que luego pueden ser útiles para cuando pasen los créditos.



*Ejemplo de plano detalle de un pulpo. Olympus TG4. Fotografía de viajarbuceando.*

## **Tipos de planos cinematográficos según el ángulo de la cámara**

Además de los encuadres, tenemos los tipos de planos cinematográficos según el ángulo o punto de vista del observador. Esto es que según cómo posicionemos la cámara respecto al protagonista o sujeto, damos una información u otra al espectador y hablamos de un tipo de plano u otro.

Los ángulos de cámara nos dan diferentes puntos de vista sobre el personaje y la escena. Por ejemplo, un plano a la misma altura que el personaje nos da una percepción de equidad, de que somos iguales porque estamos a su mismo nivel.

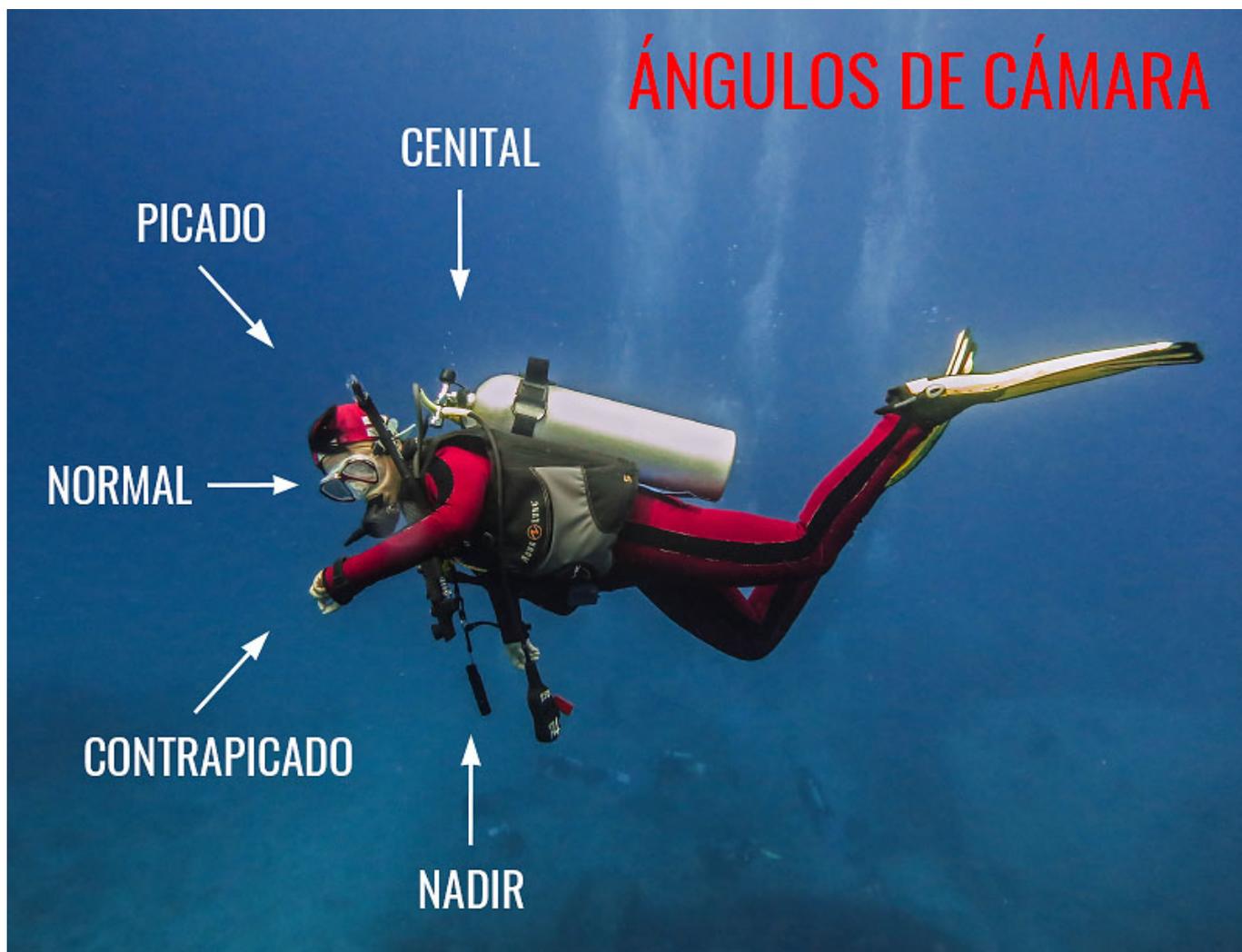
Sin embargo, si usamos un picado, situando la cámara por encima del sujeto y por tanto mirándolo desde arriba, nos sitúa en una posición de superioridad respecto a él. El observador o espectador estará por encima del sujeto y esto le empequeñecerá.

A continuación vemos en detalle los principales tipos de planos, según el ángulo, que hay.

Aunque también hay otras variaciones de los planos según el ángulo de cámara. Por ejemplo: el **plano dorsal**, en el que se filma al sujeto desde atrás, cómo si lo siguiéramos.

El **plano escorzo**, usado en los diálogos entre dos personas mostrando una parte de la espalda y la cabeza del oyente y frente a él el pecho y la cara del que está hablando.

El **plano lateral**, en el que se inclina la cámara unos 45° hacia un lado para generar una sensación de movimiento o acción en la escena.



*Resumen de los ángulos de cámara. Foto de viajarbuceando con Canon S120.*

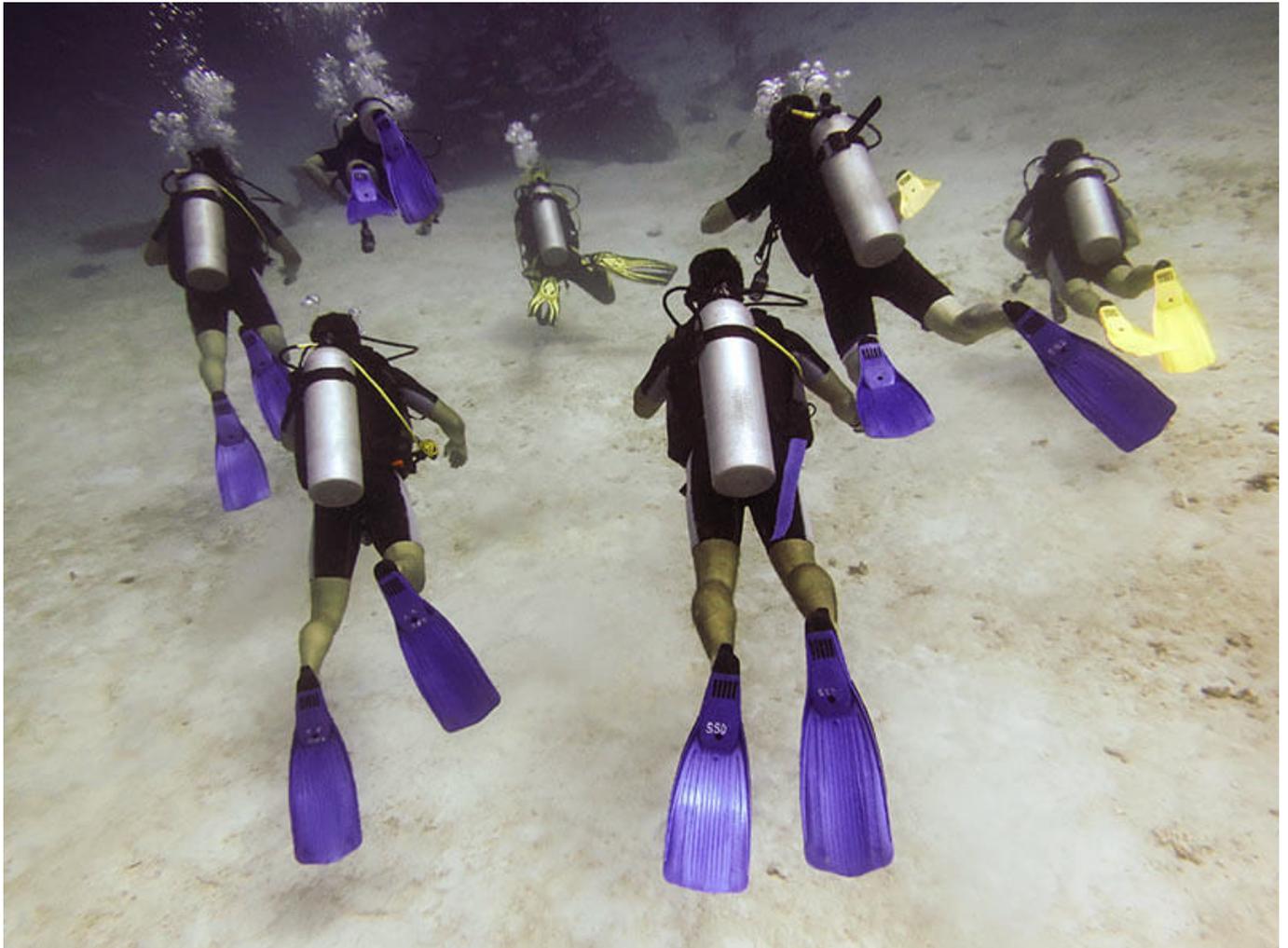
### **Plano cenital**

Este plano se filma desde encima del sujeto o escena dando un punto de vista diferente del habitual.

Nos permite ver el lugar y escenario en el que está el personaje. Estamos hablando de un ángulo que sería de alrededor de 90°.

Igual como con el plano general, este es ideal para mostrar el fondo marino y hacernos una

idea de la flora y fauna que podemos encontrar. También para mostrar un grupo de buceadores que transitan sobre el fondo o para animales grandes y alargados como un tiburón, una morena...



*Similan Islands, Tailandia. Foto de Viajar Buceando con Canon S120.*

### **Plano nadir**

El plano nadir es el contrario del plano cenital, nos muestra al personaje desde abajo.

En video submarino se usa por ejemplo, para mostrar la superficie desde abajo. Se suele

mostrar la ventana de Snell, el sol o los rayos solares penetrando en el mar, un contraluz de un animal o buceador, etc.

También para grandes animales como delfines, tiburones, ballenas, tortugas, mantarrayas o bancos de peces, que transitan por el azul.



*Costa Brava, España. Foto de Viajar Buceando con Canon S120.*

### **Plano picado**

Este ángulo, se filma desde encima del personaje, a unos 45° aproximadamente, respecto a

él.

Nos da un punto de vista del protagonista muy particular. Al situarnos por encima de él, da una serie de connotaciones más bien negativas, respecto a éste.

Puede generar sensación de fragilidad del personaje, de inferioridad, de debilidad, miedo, timidez, inocencia, pequeñez...



*Mar de Cortés, México. Foto de Viajar Buceando con Olympus TG4.*

**Plano contrapicado**

Es el contrario del plano picado. En este caso, sitúa al espectador por debajo del personaje, también a unos 45° respecto este.

Este tipo de planos tan usados para mostrar a los superhéroes por ejemplo, refuerzan la idea de que el protagonista es poderoso, fuerte, que tiene autoridad, etc.

Así este tipo de planos engrandece a sus protagonistas, les suma personalidad, fortaleza, potencia...

Se suele usar mucho para animales en movimiento como bancos de peces, grandes animales como mantarrayas, tiburones, ballenas, etc. porque potencian su majestuosidad y los enaltecen.

Aunque por otro lado, usar el contrapicado con un nudibranquio, un blénido o demás fauna acuática macro, resulta muy interesante porque engrandece algo muy pequeño.



*Mar de Cortés, México. Foto de Viajar Buceando con Olympus TG4.*

## Plano neutral, normal o perpendicular

Estamos hablando de un plano que se graba a la altura del personaje. Da un sentido de equidad, de igualdad respecto al mismo, pues sitúa al espectador a la misma altura.

Es el plano normal, neutro, es decir perpendicular al personaje. Este plano es el más común y usado. Puede ser frontal o de perfil, según si grabamos al sujeto de frente o de lado, en todo caso será a su misma altura.

Por lo general, lo más recomendable es retratar a los peces a la altura de los ojos y evitar las tomas picadas, además esto ayuda a conseguir un fondo más interesante que en un plano picado.



*Mar Caribe, Cuba. Foto de Viajar Buceando con Olympus TG4.*

### **Tipos de movimiento de cámara**

Al grabar, independientemente de si estamos haciendo un plano general o un plano medio o bien si es contrapicado o frontal, podemos optar por hacer un plano fijo o un plano en movimiento.

En un plano fijo, la cámara queda quieta y es el protagonista el que se mueve. En un plano en movimiento nosotros nos movemos para mostrar el lugar o para seguir o acompañar a un pez, por ejemplo.

Sin duda, poner movimiento a tus tomas añadirá acción a tus vídeos y los enriquecerá. Es mucho más interesante ver tomas en movimiento que una sucesión de tomas fijas en un vídeo, menos aburrido.

Por otro lado, conocer los tipos de movimiento de cámara que hay te ayudará a evitar hacer movimientos erráticos o desordenados cuando grabes y conseguir tomas más atractivas.

### **Tilt up y Tilt down**

La cámara gira hacia arriba (up) y abajo (down) sobre su propio eje. Es decir, no estamos hablando de que haya un desplazamiento de la cámara en sí, sino una rotación o giro arriba y abajo desde el mismo eje.

Este tipo de movimiento nos puede servir para muchas cosas, por ejemplo para presentar un lugar de buceo filmando desde la altura del arrecife hasta la superficie, esto dará una idea de la profundidad que hay.

O para ver de cerca un animal o buceador desde la cabeza a los pies, o bien introducir en escena un animal o banco de peces que pasa por encima de nuestras cabezas....

### **Paneo**

En el paneo el movimiento de cámara es igual que en tilt up y tilt down, pero hacia los lados. La cámara se mueve hacia izquierda o derecha, rotando sobre su mismo eje.

Tanto el paneo como el tilt up y down, son los movimientos de cámara más fáciles por así decirlo, para evitar que las tomas salgan movidas.

Para hacer el paneo, te recomendamos que practiques girando el torso desde la cintura

hacia un lado u otro, de forma muy lenta y sin mover las piernas. Si intentas girar el cuerpo entero aleteando... te moverás.

El paneo es muy útil para mostrar un paisaje de forma amplia, como si hiciéramos una panorámica del lugar.

## **Travelling**

En el travelling la cámara se desplaza. El desplazamiento puede ser hacia adelante (in) o atrás (out), hacia los lados...

Por lo tanto, no se trata de un giro de cámara dese el mismo eje, sino que el eje se desplaza. En cine normalmente se hace mediante unos railes, por los que circula la cámara evitando el traqueteo de la cámara en mano. En el medio acuático la ventaja es que el traqueteo es menor que en tierra y simplemente grabamos el travelling mientras navegamos por las aguas durante el buceo.

Ejemplos en los que podemos usar el travelling son el seguimiento de un buceador o pez, reseguir una pared mientras vamos avanzando,....

El traveling, es el movimiento de cámara en el que mayor riesgo hay de que nos salga movido. Así que recuerda seguir los consejos para grabar tomas en movimiento.

## **Cómo mejorar la estabilización al grabar vídeo submarino**

1. **Ten una buena flotabilidad.** Lo primero que necesitarás es tener un buen manejo de la flotabilidad para poder tener el control bajo el agua. Esto es primordial para poder conseguir tomas estables. Además, si estás más preocupado por el equipo, la flotabilidad y el buceo en sí... no vas a tener los cinco sentidos puestos en lo que estás

grabando. Pero no todo son malas noticias, precisamente grabar bajo el agua es una buena motivación para conseguir un excelente manejo de la flotabilidad. Para tomar foto o vídeo necesitarás mantenerte a la misma profundidad durante un periodo de tiempo para que no salgan movidos, así que será un buen y divertido entreno de flotabilidad.

2. En segundo lugar, te recomendamos usar una pletina con empuñaduras con la que ganarás peso y te ayudará a estar más quieto **o un trípode sobretodo para macro.**
3. **Mantén la cámara acercada al cuerpo**, te ayudará a sujetarla más firmemente y reducir los movimientos.
4. **Concéntrate** en mantener la toma estabilizada. Mientras grabes pon tu foco ahí, son solo unos segundos.
5. **Es habitual que se noten los golpes de aleta al grabar.** Así que intenta evitarlos o hacer coincidir los aleteos al final o principio de la toma, para luego poder eliminarlos.
6. Para los traveling o movimientos más largos, te recomendamos **usar la patada de rana**, más estable que el aleteo normal.
7. **Muévete muy lentamente**, te será más fácil controlar el traqueteo y evitar movimientos bruscos.
8. En cuánto al modo de grabación, si tu cámara te lo permite, cuánto más alta sea la tasa de fps mejor, siempre que no comprometas la calidad. Por ejemplo **grabar a 50fps o 60fps** te permitirá ralentizar el vídeo a la mitad, consiguiendo más estabilidad y que se vea fluido.

***Texto y fotos de Viajar Buceando, cedidos sin ánimo de lucro para publicarse en nuestra asociación***