TRƯỜNG ĐẠI HỌC SÂN KHẤU – ĐIỆN ẢNH HÀ NỘI
HỆ THỐNG BÀI GIẢNG SỐ

LÝ THUYẾT QUAY VIDEO CƠ BẢN

CHƯƠNG 9

Làm việc trên trường quay

Biên soạn: Lê Khắc Tuấn

Hà Nội – 2026

Sau chương này người học phải làm được

- Chỉ dẫn diễn viên theo phía của họ: ngắn, rõ, có hướng và có mức độ.
- Quay cận lớn và đặc tả mà không vỡ khung, không mất nét.
- Đặt đèn mắt để đôi mắt có một đốm sáng.
- Giữ khung hình sạch: vùng an toàn, khoảng trống trên đầu, vật gây rối, nửa trên khung hình, màu sắc.
- Dùng góc nghiêng ba phần tư để thấy cả hai mắt.
- Chọn ống kính đúng khi quay cận và khi quay cầm tay.
- Luôn giữ thứ gì đó nét trong khung, và chuyển nét khi nhân vật rời khung.

MỤC 9.1

Nói chuyện với diễn viên

- **Diễn viên (talent):** người xuất hiện trước máy: diễn viên thật, người được phỏng vấn hay bạn làm mẫu.
- Người quay đứng gần họ nhất, lại là người duy nhất nhìn thấy khung hình.
- Vì thế việc nói cho họ biết cần làm gì thuộc về bạn.

Hai người đối mặt nhau

- Người quay đứng sau máy nhìn về phía diễn viên; diễn viên nhìn ngược lại.
- **Trái khung hình (frame left):** là bên phải của diễn viên.
- **Phải khung hình (frame right):** là bên trái của họ.
- Nói "sang trái", diễn viên phải đoán: trái của ai? Mỗi lần đoán sai là một lần quay lại.



Hình 9.1 — Sơ đồ nhìn từ trên: trái khung hình là bên phải của Linh, phải khung hình là bên trái của Linh

Nói theo phía của người nghe

- Minh cần Linh dịch sang trái khung hình.
- Anh nói: "Linh sang phải một chút, khoảng một gang tay".
- Đủ bốn thứ của chỉ dẫn tốt: ngắn, rõ, có hướng (phải của cô), có mức độ (một gang tay).
- Hay nhầm thì giơ tay chỉ về phía cần đi: bàn tay không bao giờ bị hiểu sai.



Hình 9.2 — Minh đứng sau máy, giơ tay chỉ dẫn; Linh đứng trước máy bên lan can hồ

Chỉ dẫn làm theo được ngay

- **"Dịch ra một tí":** thiếu cả hướng lẫn mức độ.
- **Làm theo được ngay:** "lùi nửa bước", "cằm hạ xuống một chút", "nhìn vào tay tôi đây".
- Một lời chỉ dẫn tốt: ngắn, rõ, có hướng và có mức độ.

Diễn viên không thấy khung hình

- Họ không biết mình được quay toàn thân hay chỉ từ vai trở lên.
- Nói trước giới hạn: bước đến đâu, quay đầu đến đâu, giơ tay cao đến đâu thì chạm mép khung.
- **Máy có màn hình xoay:** xoay màn hình cho họ nhìn một lần.
- **Điện thoại:** cho xem lại vài giây quay thử.

Biết giới hạn rồi, diễn viên tự điều chỉnh; họ cũng yên tâm hơn, và sự yên tâm ấy hiện lên hình.

MỤC 9.2

Cận lớn và đặc tả: ít là nhiều

- **Cận lớn (BCU) và đặc tả (XCU):** khuôn mặt phóng đại cả màn hình, có khi chỉ còn đôi mắt.
- Khung càng chặt thì khoảng cho phép cử động càng hẹp.
- Việc đầu tiên: nói rõ với diễn viên khung hình chặt đến mức nào.

Vỡ khung và trượt khỏi vùng nét

- Quay cận thường đi kèm độ sâu trường ảnh nông; vùng nét có khi chỉ dày vài centimet.
- Một cái quay đầu nhẹ, vô hại ở trung cảnh, đủ làm khuôn mặt văng ra khỏi khung.
- **Vỡ khung (break frame):** tên gọi của hiện tượng này.
- Cùng lúc khuôn mặt trượt khỏi vùng nét: mặt nhòe, mắt không còn đọc được.



Hình 9.3 — Đặc tả hỏng: Linh cử động mạnh, khuôn mặt nhòe và trượt khỏi vùng nét (dấu ✗)

Cùng khung hình, cử động thật nhỏ

- Linh chỉ chớp mắt chậm và khẽ cười bằng ánh mắt.
- Đầu gần như không nhúc nhích, nét giữ nguyên ở mắt.
- Ở cỡ cảnh này, một cái nhíu mày đã lớn như một động tác tay ở toàn cảnh.
- Dặn diễn viên: "Cứ nghĩ trong đầu thôi, máy sẽ thấy."



Hình 9.4 — Đặc tả đạt: cử động thật nhỏ, đôi mắt nét và nằm trọn trong khung (dấu ✓)

Chỉ dùng khi câu chuyện cần

- Cử động chậm và biểu cảm tinh tế cho cận cảnh sức nặng hơn hẳn.
- Cận lớn, đặc tả là cỡ cảnh mạnh nhất.
- Dành cho lúc người xem cần thấy một chi tiết hay một cảm xúc ở đỉnh điểm.
- Đặt vào chỗ không cần, nó lạc lõng giữa phim, và đến lúc cần thật thì hết hiệu lực.

Quay đặc tả mà không dặn trước

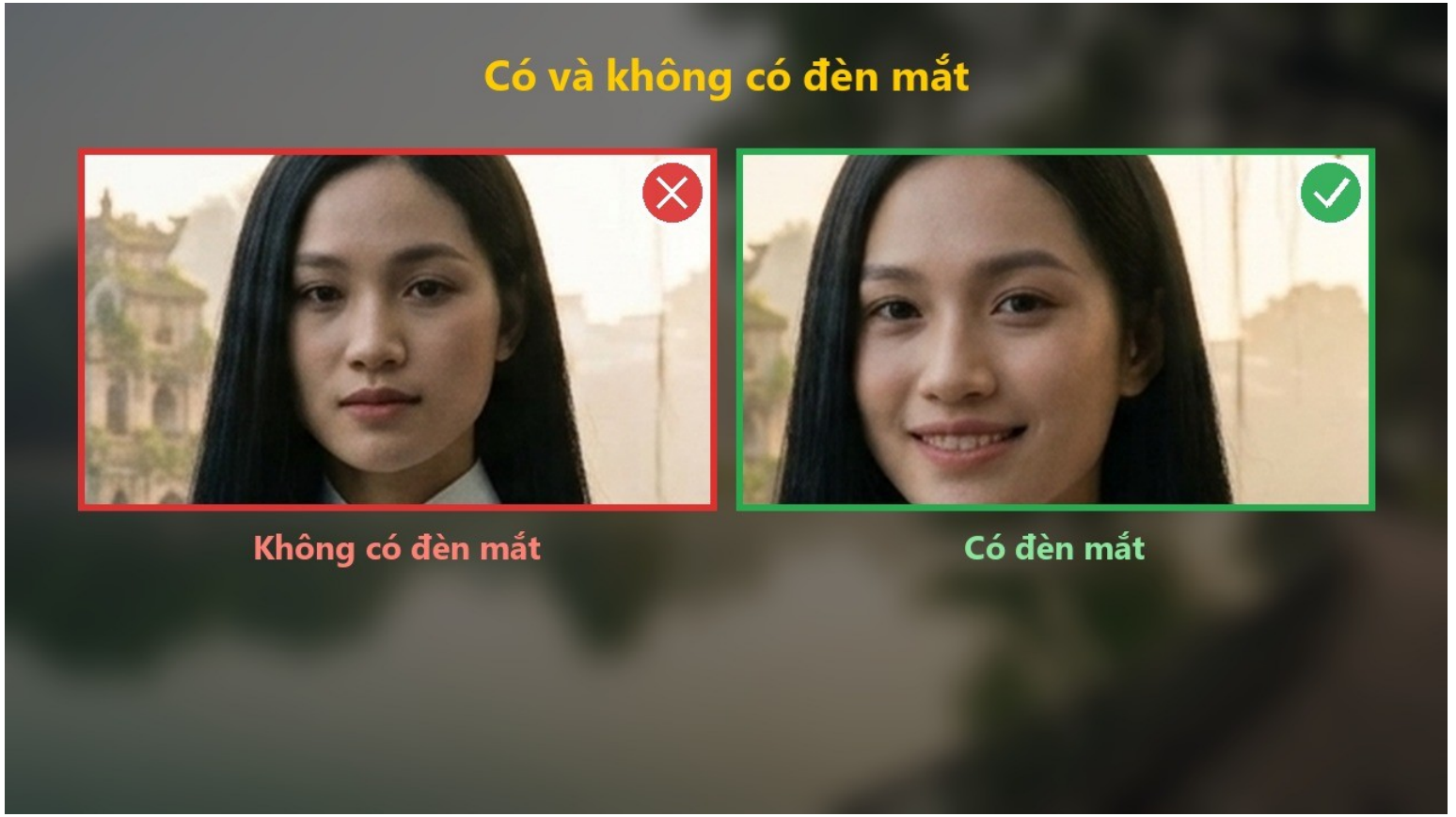
Diễn viên diễn như ở trung cảnh: gật đầu, nghiêng người, quay sang nhìn bạn diễn. Khuôn mặt ra vào khung liên tục, nét chạy theo không kịp. Hãy báo cỡ cảnh trước mỗi lần bấm máy.

MỤC 9.3

Đèn mắt: đốm sáng của sự sống

- **Đèn mắt (eye light):** nguồn sáng đặt gần trục ống kính, gần máy và hướng về mặt diễn viên.
- Không cần mạnh: nhiệm vụ của nó không phải chiếu sáng khuôn mặt.
- Mặt mắt ẩm và cong như gương nhỏ, phản chiếu nguồn sáng thành một đốm sáng.

Không có và có đèn mắt



Hình 9.5 — So sánh hai ảnh Linh: bên trái không có đèn mắt, bên phải có đèn mắt

Ba điều cần nhớ khi đặt đèn mắt

- Đốm sáng, còn gọi là ánh sáng sự sống, làm người xem muốn nhìn sâu vào ánh mắt nhân vật.
- Mắt không đốm sáng trông tối, lạnh, thậm chí vô hồn, như nhân vật phản diện hay người máy.
- **Đúng hướng các nguồn sáng khác:** đèn thường ở trên cao nên đốm sáng nằm ở nửa trên con ngươi.
- **Từ trung cảnh trở vào:** gần như cảnh nào cũng nên có; cỡ rộng hơn thì mắt quá nhỏ để thấy.
- **Chỉ bỏ đèn mắt:** khi bạn cố ý lấy đi sự sống của nhân vật.

Người tự quay không cần đèn riêng

- Tấm hắt sáng trắng, tờ bìa trắng, ô cửa sổ sau lưng máy, đèn LED nhỏ gắn trên máy đều tạo được đốm sáng.
- Ngoài trời, bầu trời sáng phía sau máy thường đã đủ.
- Trước khi bấm máy: phóng to hình trên màn hình, nhìn vào mắt nhân vật, có đốm sáng chưa?

Mắt là nơi người xem nhìn vào đầu tiên

Hãy dành cho đôi mắt sự chăm chút nhiều nhất có thể.

MỤC 9.4

Vùng an toàn

- Ti vi đời cũ thường cắt mất khoảng mười phần trăm quanh mép hình.
- Ngày nay điện thoại, máy chiếu, mạng xã hội vẫn có thể che mép khung bằng nút bấm và chữ.
- Bạn không biết trước video của mình sẽ được xem trên màn hình nào.

Hai khung an toàn trên một toàn cảnh

- Máy quay thường có các vạch an toàn, bật trong phần cài đặt hiển thị.
- **Vùng an toàn hành động (safe action):** lùi khoảng 5% mỗi mép, còn khoảng 90%; hành động quan trọng.
- **Vùng an toàn chữ (safe title):** lùi khoảng 10% mỗi mép, còn khoảng 80%; tên, biển hiệu, phụ đề.



Hình 9.6 — Toàn cảnh Hồ Gươm với khung vàng "vùng an toàn hành động 90%" và khung đỏ "vùng an toàn chữ 80%"

Đừng đặt thứ gì quan trọng sát mép

- Chữ cần vùng hẹp hơn: mất một nét là không đọc được; bàn tay bị cắt chút ít thì vẫn hiểu.
- Các con số là quy ước phổ biến, không phải luật cứng; mỗi nền tảng có vùng che riêng.
- Điều cần giữ là thói quen: đừng đặt thứ gì quan trọng sát mép.
- Cân khoảng trống trên đầu hay khoảng nhìn: tính từ vạch an toàn, không phải từ mép thật.

MỤC 9.5

Khoảng trống trên đầu

- **Khoảng trống trên đầu (headroom):** khoảng cách từ đỉnh đầu nhân vật đến mép trên khung.
- Đã gặp ở chương về bố cục.
- Ở đây nhìn nó như một việc phải kiểm tra trong từng cảnh quay.

Quá nhiều, vừa đủ, quá ít

- **Quá nhiều:** khuôn mặt bị đẩy xuống thấp, phía trên là khoảng trống vô nghĩa.
- **Vừa đủ:** mắt nằm khoảng một phần ba từ trên xuống.
- **Quá ít:** đỉnh đầu bị cắt, trông chật chội.
- Mốc "mắt ở một phần ba" đúng ở mọi cỡ cảnh, kể cả cận lớn khi đỉnh đầu bị cắt hẳn.



Hình 9.7 — Ba khung hình cùng một nhân vật: khoảng trống trên đầu quá nhiều, vừa đủ và quá ít

Nếu phải sai, hãy sai về phía thiếu

- Đỉnh đầu ít khi di chuyển, còn cằm và miệng chuyển động liên tục khi nói.
- Thừa khoảng trống phía trên thì mép dưới sát cằm; cằm dễ bị cắt mỗi khi nhân vật mở miệng.
- **Quay phỏng vấn:** giữ khoảng trống đầu nhất quán suốt buổi để lúc dựng các đoạn nối không giật.
- Đừng chỉnh khung khi người đang nói; đợi lúc đặt câu hỏi rồi mới chỉnh.

MỤC 9.6

Dọn những thứ gây rối

- Vật mọc ra từ đầu nhân vật.
- Những thỏi nam châm hút mắt người xem.
- Trọng lượng thị giác của nửa trên khung hình.

Cột đèn mọc từ đỉnh đầu

- Mắt nhìn không gian ba chiều nên tự tách người khỏi nền; máy quay ép mọi thứ lên một mặt phẳng.
- Cột đèn, cành cây, đường chân trời xuyên qua đầu sẽ dính vào đầu, gây buồn cười ngoài ý muốn.
- **Cách sửa:** lùi nửa bước, bước ngang nửa bước hay đổi góc máy.
- Cái khó là nhìn ra lỗi: đưa mắt một vòng quanh đầu và vai nhân vật trước khi bấm máy.



Hình 9.8 — Bên trái: cột đèn "mọc" từ đầu nhân vật; bên phải: đổi góc nửa bước, nền sau đầu là mặt hồ trống

Vật sáng, động, lạ kéo mắt khỏi nhân vật

- Chuyển động lạ, màu chói, hình thù kỳ quặc, màn hình đang bật, cửa sổ sáng đều hút mắt như nam châm.
- Người xem không cố ý, nhưng mắt cứ trượt về phía đó; nhân vật mất sự chú ý.
- **Cách một, bỏ ra khỏi khung:** tắt ti vi, kéo rèm, dời chiếc xe máy đỏ, hoặc đổi góc máy.
- **Cách hai, làm mờ:** dùng độ sâu trường ảnh nông khi không thể dời được.

Nửa trên khung có trọng lượng lớn hơn

- Mắt quen nhìn từ trên xuống như đọc sách: vật ở nửa trên được xem là quan trọng hơn.
- Thói quen thị giác chứ không phải luật, nhưng dùng được ngay.
- Linh đứng, đầu ở nửa trên; Minh ngồi, đầu ở nửa dưới: quan hệ trên dưới hiện ra.
- Muốn ngang hàng, cho đầu họ ngang nhau; muốn một người lấn át, cho người ấy đứng lên.



Hình 9.9 — Linh đứng ở nửa trên khung hình, Minh ngồi trên ghế đá ở nửa dưới; đường vàng đánh dấu nửa trên

MỤC 9.7

Màu sắc có chủ ý

- Màu mang nghĩa: đỏ có thể là cảnh báo hay đam mê, xanh có thể là lạnh lùng.
- Đó là quy ước văn hoá, mỗi phim có thể dùng theo cách riêng.
- Rất thực tế: màu trang phục và bối cảnh quyết định nhân vật có nổi lên hay không.

Nhân vật chìm vào nền hay tách hẳn ra

- **Áo tối trên nền tối:** nhân vật chìm mất.
- **Áo dài trắng trên nền cây, mặt hồ:** nhân vật tách hẳn ra.
- Màu sáng như tiến về phía trước, màu tối lùi ra sau.
- Mắt người xem tìm đến chỗ sáng trước.



Hình 9.10 — Bên trái: áo tối trên nền tối, nhân vật chìm vào nền; bên phải: áo trắng nổi trên nền hồ

Đổi màu ánh sáng, và chọn màu từ đầu

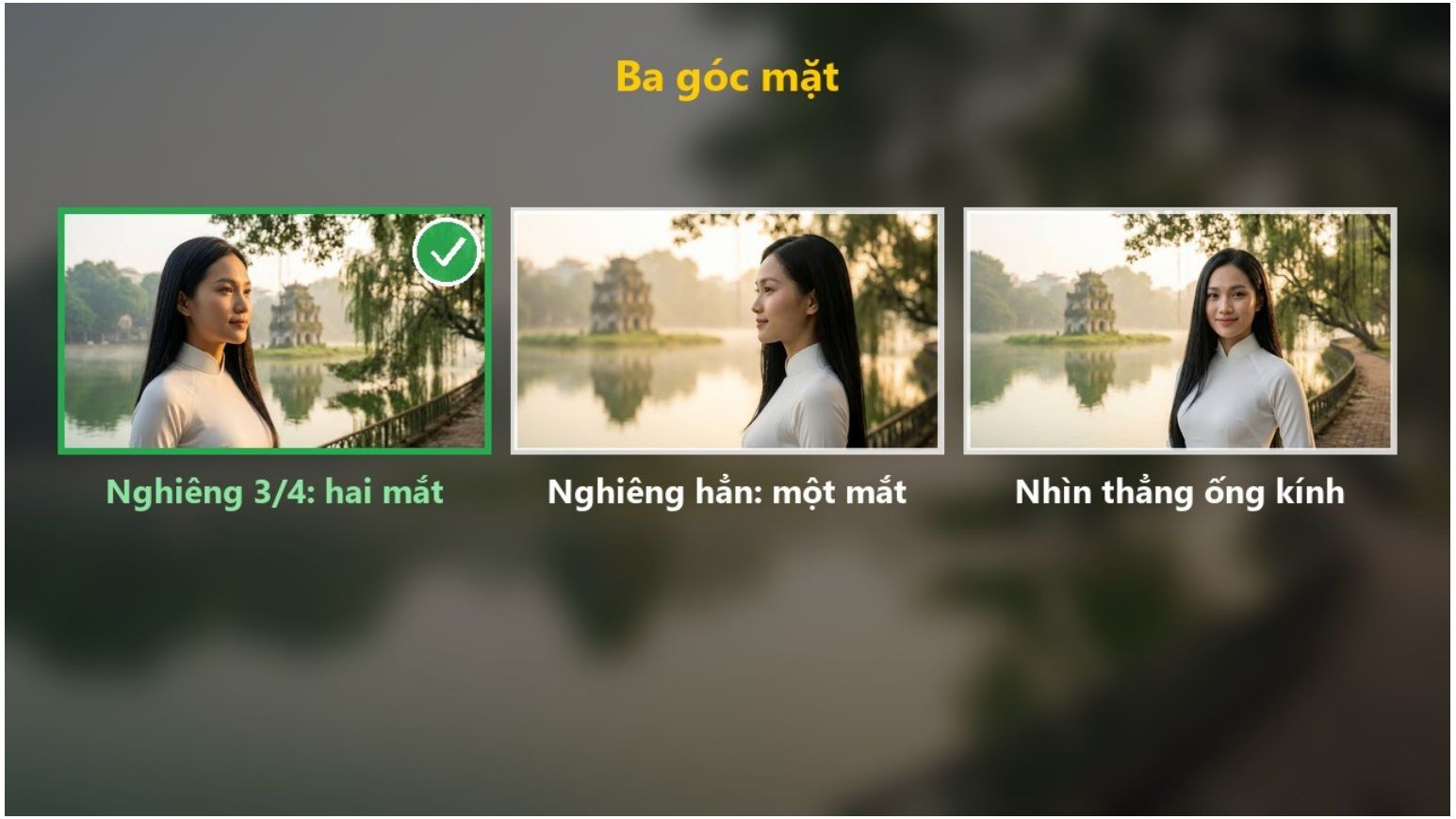
- **Gel:** giấy màu chịu nhiệt đặt trước đèn; xanh cho ánh trăng, cam cho ánh đèn ấm trong nhà.
- Đèn LED đổi màu ngày nay làm việc này bằng một nút vặn.
- Hậu kỳ chỉ sửa được tông chung; không tách nổi chiếc áo đen khỏi bức tường đen.
- Trước buổi quay: hỏi bối cảnh màu gì, dặn người lên hình mặc màu tách khỏi nền.

MỤC 9.8

Góc mặt: hãy cho thấy cả hai mắt

- Mắt là nơi người xem nhìn vào, và là nơi cảm xúc hiện ra.
- Ở cận cảnh, hãy cố cho thấy cả hai mắt.
- Ba góc mặt, mỗi góc một chỗ dùng.

Ba góc mặt của Linh



Hình 9.11 — Ba góc mặt của Linh: nghiêng ba phần tư thấy hai mắt, nghiêng hẳn thấy một mắt, nhìn thẳng ống kính

Ba góc mặt khi quay cận

Góc mặt	Người xem thấy gì	Hợp với
Nghiêng ba phần tư	Rõ hai mắt, khuôn mặt có khối, ánh nhìn tự nhiên	Hầu hết cận cảnh trong phim truyện, phỏng vấn, cảnh qua vai
Nghiêng hẳn	Chỉ một mắt, nhìn thẳng ra mép khung, khó đọc cảm xúc	Khi cố ý giữ khoảng cách với nhân vật
Nhìn thẳng ống kính	Hai mắt, nhân vật như đang nói với khán giả	Bản tin, video hướng dẫn, vlog

Góc nghiêng ba phần tư: cách quay cận an toàn

- **Góc nghiêng ba phần tư (3/4 profile):** mặt xoay chếch so với máy, giữa nhìn thẳng và nghiêng hẳn.
- Thấy cả hai mắt, nhưng nhân vật nhìn ai đó hay điều gì đó trong thế giới của họ.
- Người xem quan sát cảm xúc mà không bị kéo ra khỏi câu chuyện; dùng được cho cảnh qua vai.
- **Nhìn thẳng ống kính không sai:** quan hệ trực tiếp với người xem, hợp bản tin, video nói trước máy.

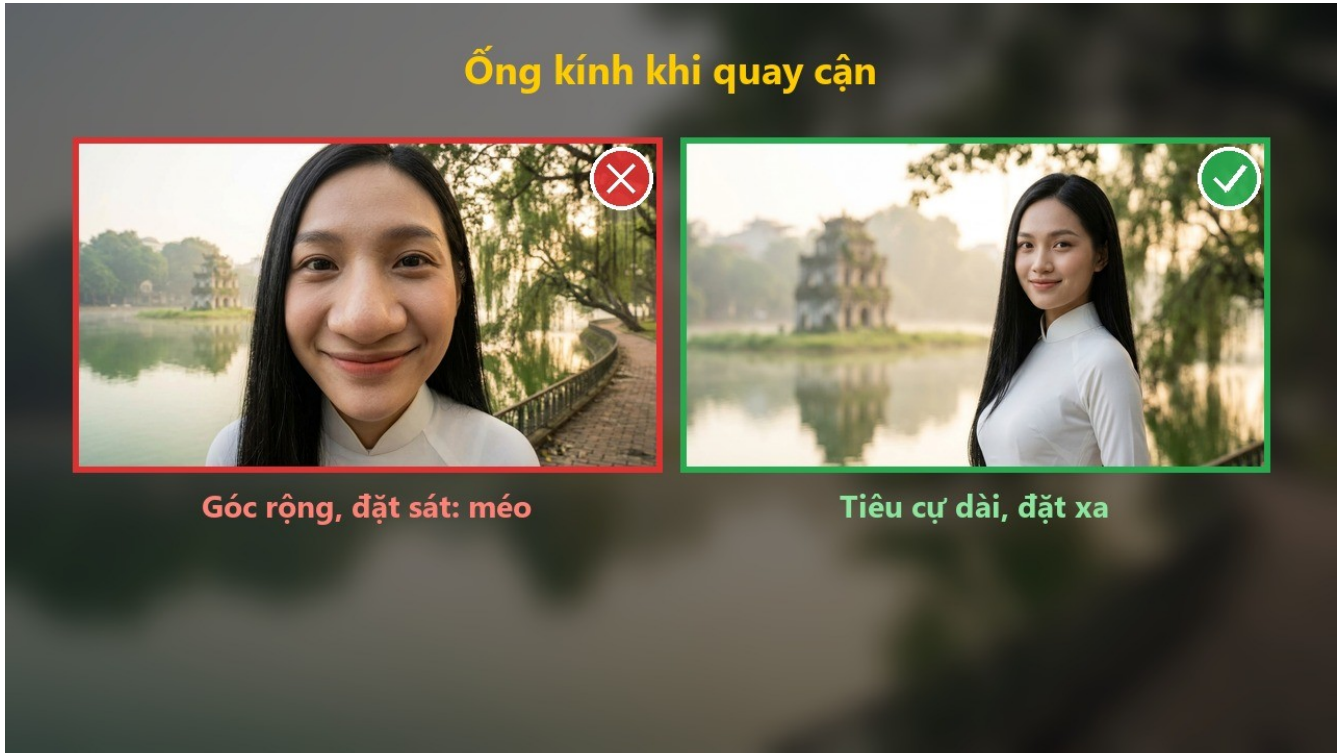
MỤC 9.9

Chọn ống kính: khi quay cận và khi cầm tay

- Quay cận: lùi ra xa, dùng tiêu cự dài.
- Cầm tay: góc rộng là bạn.
- Hai tình huống, hai lựa chọn ngược nhau.

Cỡ cảnh giống nhau, khuôn mặt khác hẳn

- Hai cách: máy lại gần với góc rộng, hoặc lùi xa với tiêu cự dài.
- Góc rộng sát mặt làm méo phối cảnh: mũi to ra, tai và phần đầu lùi nhỏ lại.
- Do khoảng cách: máy rất gần thì mũi gần máy hơn tai đáng kể, được phóng to hơn hẳn.
- Hiệu ứng này đôi khi được dùng có chủ ý cho cảnh hài hay cảnh ác mộng.



Hình 9.12 — Bên trái: góc rộng đặt sát làm khuôn mặt méo; bên phải: tiêu cự dài đặt xa, khuôn mặt tự nhiên và hậu cảnh mờ

Làm như người chụp ảnh chân dung

- Cận cảnh thông thường: lùi máy ra xa và dùng tiêu cự dài.
- Tiêu cự dài làm phẳng không gian, giữ khuôn mặt đúng tỉ lệ, làm mờ hậu cảnh.
- **Với điện thoại:** chuyển sang ống kính tele rồi lùi lại, thay vì dí ống kính chính vào mặt người ta.
- Diễn viên cũng dễ chịu hơn khi máy không ở sát mặt.

Cùng độ rung, tiêu cự khác thì kết quả khác

- **Góc rộng:** vật trong khung nhỏ, di chuyển ít, hình trông vẫn ổn định.
- **Tiêu cự dài:** vật được phóng to, độ rung cũng phóng to theo: rung nhẹ thành chao đảo.
- Cầm tay mà cần cận: tìm chỗ tựa, tì khuỷu tay vào người, dựa lưng vào tường, đặt máy lên lan can.
- Hoặc chấp nhận một cỡ cảnh rộng hơn chút.

Góc rộng và tiêu cự dài trong hai tình huống

Tình huống	Góc rộng	Tiêu cự dài
Quay cận khuôn mặt	Phải đặt sát, mặt méo, hậu cảnh rõ và rộng	Đặt xa, mặt đúng tỉ lệ, hậu cảnh mờ
Quay cầm tay	Rung ít thấy, hình ổn định	Rung bị phóng to, hình chao đảo

MỤC 9.10

Luôn có thứ gì đó nét

- Mắt người tự lấy nét liên tục, ngoài đời không bao giờ thấy mờ ở chỗ mình đang nhìn.
- Bố cục hơi kém có thể được bỏ qua; khung hình mờ thì lộ ngay, người xem biết đó là lỗi.
- Quy tắc này dễ bị quên nhất khi nhân vật rời khung.

Nhân vật rời khung, điểm nét treo lại

- Độ sâu trường ảnh nông: Linh nét, hậu cảnh mờ.
- Linh bước ra khỏi khung mà nét không đổi: điểm nét treo ở chỗ cô vừa đứng.
- Nơi đó giờ không còn gì.
- Người xem bị bỏ lại với một khung hình trống và mờ.



Hình 9.13 — Linh nét ở bên trái khung, Tháp Rùa phía sau mờ; nếu cô rời khung mà nét không đổi, khung hình sẽ trống và mờ

Chuyển nét sang hậu cảnh

- **Chuyển nét (rack focus):** ngay khi nhân vật ra khỏi khung, đưa nét sang hậu cảnh.
- Trong video, nét chuyển sang Tháp Rùa.
- Mắt người xem có chỗ dừng lại trước khi chuyển cảnh.
- Người dựng có thêm vài giây hình đẹp để cắt.



Hình 9.14 — Sau khi nhân vật rời khung, nét được chuyển sang Tháp Rùa ở hậu cảnh

Lấy nét tay để chủ động

- Lấy nét bằng tay giúp bạn chủ động hơn chế độ tự động.
- Lấy nét tự động không biết bạn muốn nét dừng ở đâu; nó có thể dò tới dò lui trên khung trống.
- **Trên điện thoại:** chạm vào hậu cảnh trên màn hình để đưa nét về đó.
- Cách điều khiển độ sâu trường ảnh đã có ở Chương 5.

Ba giây khung trống và mờ

- Đặt một cái cốc cách điện thoại chừng hai gang tay; phía sau xa là giá sách hay cửa sổ.
- Chạm lấy nét vào cốc và bắt đầu quay.
- Lấy cốc ra khỏi khung, để nguyên ba giây, rồi chạm vào hậu cảnh.
- Xem lại: ba giây khung trống và mờ ấy gây cảm giác gì?

Diễn viên, khung hình sạch, và luôn có vật nét

Nói với diễn viên theo phía của họ, ngắn và rõ. Ở cận lớn, cử động thật nhỏ, luôn có đèn mắt. Giữ khung sạch: vùng an toàn, khoảng trống đầu vừa đủ, không vật gây rối. Ưu tiên góc ba phần tư, tiêu cự dài khi quay cận, luôn có thứ gì đó nét.

Những điều cần nhớ

1. Trái khung hình là bên phải diễn viên: chỉ dẫn theo phía của họ, có hướng, có mức độ, báo giới hạn khung.
2. Cận lớn, đặc tả: cử động nhẹ cũng vỡ khung, mất nét; ít là nhiều, chỉ dùng khi câu chuyện cần.
3. Đèn mắt gần trục ống kính tạo đốm sáng ở nửa trên con ngươi; từ trung cảnh trở vào nên có.
4. Hành động trong vùng an toàn hành động (khoảng 90%), chữ trong vùng an toàn chữ (khoảng 80%).
5. Mắt ở khoảng một phần ba từ trên xuống; phải sai thì sai về phía thiếu, và giữ nhất quán.
6. Kiểm tra nền quanh đầu, dọn hoặc làm mờ vật gây rối; chọn màu trang phục tách khỏi nền.
7. Góc ba phần tư cho thấy hai mắt; quay cận lùi xa dùng tiêu cự dài, cầm tay dùng góc rộng.
8. Luôn có thứ gì đó nét; khi nhân vật rời khung, chuyển nét sang hậu cảnh.

Chỉ dẫn theo phía diễn viên; một cận cảnh sạch

- **Bài 9.1:** người mẫu đứng lệch mép khung; chỉ bằng lời, tối đa ba câu có hướng và mức độ, đưa về vị trí.
- Chuyển sang cận, cho xem khung, cùng tìm giới hạn; nghe lại, đếm số lần người mẫu phải hỏi lại.
- **Bài 9.2:** quay một cận cảnh "hỏng có chủ ý" rồi quay lại cho đúng, dùng bìa trắng làm đèn mắt.
- Đặt hai khung cạnh nhau, ghi ra từng chỗ đã sửa.

Rời khung và chuyển nét

- **Mục đích:** tập giữ cho khung hình luôn có vật nét.
- Hậu cảnh có vật đáng nhìn; nhân vật đứng gần máy, hậu cảnh mờ.
- **Lần một:** nhân vật bước ra khỏi khung, nét giữ nguyên, để thêm năm giây.
- **Lần hai:** ngay khi nhân vật ra khỏi khung, chuyển nét sang hậu cảnh, để thêm năm giây.
- Nối mỗi đoạn với một cảnh khác, xem đoạn nào chuyển cảnh êm hơn.