

## Veileder for universelt utformet video i undervisningssektoren

Veilederen er en praktisk guide for hvordan du kan tilrettelegge video i undervisningssektoren. Den er ment for både faglærere og avdelinger som jobber med videoproduksjon på lærestedene (f.eks. multimediasentrene). Den redegjør for teksting for hørselshemmede og synstolking for synshemmede, og når ulike typer av teksting og synstolking bør brukes. Den er med hensikt gjort kortfattet og enkel. Følgende inngår derfor ikke:

- Innføring i hvordan produsere video (ta kontakt med ditt lærested for å få en innføring i dette)
- Brukermanualer for programvare brukt til teksting og synstolking.
- Hvordan nettsider og videoavspillere bør utformes for å være tilgjengelige.

### Teksting

Teksting for hørselshemmede kan genereres automatisk eller manuelt. Som oftest kan brukeren skru av og på tekstingen med en knapp i videoavspilleren på nett. Dette alternativet bør brukes i undervisningssektoren. Det har 3 hovedgrunner: Gjør det enklere å endre tekstingen i etterkant, gjør det mulig å endre språk og tekstingen vil som oftest kunne leses med kunstig tale. I andre tilfeller er tekstingen «brent» inn i videofilen, og kan ikke tas bort av bruker.

De fleste som produserer og publiserer mye video benytter seg av en ekstern tjeneste for automatisk teksting, fordi det blir for ressurskrevende å tekste manuelt. Kvaliteten blir som regel noe dårligere, men det kan gjøres manuelle forbedringer i etterarbeidet med den automatiske tekstingen.

Det skilles på uforkortet og forkortet teksting. Når tale tekstes ordrett, er den uforkortet, som for eksempel ved automatisk teksting. Forkortet teksting betyr at tekstingen gjengir essensen av det som sies i en komprimert «versjon» for å sikre bedre lesbarhet. Forkortet teksting er det vanligste for tv og film.

Språkrådets retningslinjer for god teksting:

<https://www.sprakradet.no/globalassets/sprakhjelp/skriverad/retningslinjer-for-god-teksting.pdf>

### Automatisk teksting

Teksting som genereres automatisk benytter seg av talegjenkjenning med tale til tekst. Ta kontakt med avdelingen for videoproduksjon på ditt lærested, for å høre om de tilbyr en løsning for automatisk teksting som du kan bruke. Et annet alternativ er for eksempel [Youtube](#), som tilbyr dette på video, men foreløpig ikke på norsk. Ulempen med slik teksting er at det er unøyaktig og at alt som sies tekstes fullt ut. Det kan gjøre det vanskelig å forstå og å henge med.

### Egenprodusert teksting

Den enkleste måten å tekste på selv, er å benytte seg av programvare som tilbyr tale til tekst. Et eksempel på dette er skjermopptaksprogrammet [ScreenCast O Matic](#). Her kan du gjøre opptak av skjermen eller importere eksisterende videofiler, og generere tekster på norsk. For best mulig resultat bør opptakene ha god og tydelig tale. Det er mulig å redigere teksten i etterkant for å rette opp feil og redusere tekst.

Veiledning om hvordan du kan legge til tekst i programmet: <http://www.screencast-o-matic.com/blog/automating-captions-with-speech-to-text/>

En annen måte å tekste på egenhånd, er å bruke standard programvare for manuell teksting. Et eksempel på dette er [Subtitle Edit](#) (gratis). Først importerer du videofilen du skal tekste. Deretter legger du inn tidskoder der det er tale (start/slutt), og til slutt skriver du inn hva som sies, helst som en forkortet versjon.

Brukermanual og hjelpevideoer for Subtitle Edit: <https://www.nikse.dk/subtitleedit/help>

## Synstolking

Synstolking er å beskrive levende bilder for å gi synshemmede og andre som har vanskelig med å tolke bilder større utbytte av å se på film og TV.

I profesjonell sammenheng er dette et eget fag med retningslinjer som krever erfaring, tid og kunstnerisk tilnærming.

NRKs retningslinjer for synstolking: <https://hjelp.nrk.no/wp-content/uploads/2018/08/NRK-retningslinjer-synstolking-januar-2019.pdf>

I undervisningssektoren handler det om å tilby viktig visuell informasjon i video via lyd på en konsis og enkel måte.

Det bør gjøres en skjønnsmessig vurdering av hva slags type synstolking som vil egne seg best til ulike produksjoner. Vi skiller mellom tre hovedtyper av synstolking: Standard synstolking, integrert synstolking og utvidet synstolking. I de aller fleste tilfeller vil integrert synstolking være enklest å få til og være best egnet for videoer som faglærerne produserer på egenhånd.

## Standard synstolking

Standard synstolking gjøres etter at en video er ferdig produsert. Jobben består i å lage et manus med tidskodete beskrivelser av det som skjer visuelt i filmen. Manuset leses inn og mikses til slutt sammen med originallyden til en synstolket versjon. Slik synstolking følger vanligvis en rekke retningslinjer som for eksempel at det aldri beskrives over tale eller annen viktig lyd i filmen, at personer/steder/tid og så videre etableres og at beskrivelsene foregår i nåtid (presens).

Ofte benyttes eksterne tjenester for å få et best mulig og profesjonelt resultat på synstolkingen.

Det finnes egen programvare for synstolking, men dette er som regel veldig kostbart. Et rimeligere og fullverdig alternativ er å benytte programvare for teksting, for eksempel [Subtitle Edit](#) (gratis) til å lage

manus. Manuset lagres som en typisk tekstefil (for eksempel srt-fil) og importeres sammen med filmen inn i et videoredigeringsprogram, for eksempel [Adobe Premiere](#), [Vegas Pro](#) eller lignende. Her leses manuset inn, støy redigeres bort i opptakene og eventuelle nedjusteringer (fade) i originallyden foretas hvis den er for høy i forhold til innlesingen. Til slutt eksporteres innlesingen og originallyden ut til ett lydspor som benyttes i en synstolket versjon av filmen.

I undervisningssektoren kan slik synstolking vurderes på større produksjoner som for eksempel i en presentasjon av skolen som er tenkt brukt en del år fremover i tid.

Et annet alternativ er [Youdescribe.org](#). Denne tjenesten er en gratis online-tjeneste hvor frivillige kan synstolke Youtube-video. Etter at noen har lest inn og publisert synstolkingen som er laget, vil videoene med synstolking være tilgjengelig for alle på nettsiden.

Veiledning om hvordan du bruker tjenesten: <https://youdescribe.org/support/tutorial>

Youdescribe har også en app for iOS: <https://apps.apple.com/no/app/youdescribe/id1177344886>

Eksempel på standard synstolking:

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=3&v=fFK98qW2VOw](https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=fFK98qW2VOw)

## Integrert synstolking

Med integrert synstolking vurderes det som bør beskrives helt fra starten av i en produksjon. Med andre ord legger du ikke på beskrivelser i etterkant, slik som i standard synstolking. I stedet sier du hva som trengs samtidig som du lager selve videoen. Dette er det foretrukne valget i undervisningssektoren, fordi det er mye mindre ressurskrevende og med trening vil det redusere behovet for planlegging. Dessuten kan du med integrert synstolking lage en løsning som kan brukes av alle. Ingen spesiell løsning trengs. Integrert synstolking løses oftest med at faglæreren gir tilstrekkelige beskrivelser slik at synshemmede eller andre som har vanskeligheter med å tolke bilder, er informert om hva som skjer visuelt.

I denne veilederen skiller vi mellom 3 hovedtyper video hvor integrert synstolking bør benyttes:

- Forelesningsopptak: opptak i klasserom av en vanlig forelesning
- Skjermopptak: opptak av skjermen på datamaskinen for eksempel en powerpointpresentasjon eller demonstrasjon av programvare/nettside
- Video om et undervisningstema: et planlagt opptak for eksempel om et tema i pensum, hvor videoen redigeres og klippes, får teksteffekter osv.

En hovedregel for alle disse tre typene video er: Sørg for en sammenheng mellom det som ses og høres. Si derfor det samme som vises.

Eksempel på integrert synstolking: <https://www.youtube.com/watch?v=sYrsvFCshZk>

## Forelesningsopptak

- Les alltid tekst høyt fra tavle/presentasjoner/dokumenter og så videre.

- Beskriv bilder. Det kan være lurt å notere ned gode beskrivelser som en del av forberedelsene til forelesningen.  
Eksempel: På dette lysbildet er det et kart over havområdene utenfor Lofoten som viser de mest lovende oljeområdene.
- Brukes video i forelesningen som krever synstolking, men mangler dette, gi en beskrivelse i forkant. Ved behov, pause videoen (eller vent eventuelt til videoen er slutt) og gi en kort forklaring.
- Gi en forklaring på hva du gjør når du peker og viser noe med kroppsspråk og bevegelser. Prøv å unngå henvisninger som her/der/hit/dit og lignende.  
Eksempel: Jeg tar dette tallet (peker) og flytter hit -> Jeg tar tallet 3 bak likhetstegnet og flytter det til motsatt side etter plusstegnet.

### Skjermopptak

- Les alltid tekst høyt og ordrett som det står på skjermen for eksempel når du henviser til overskrift, avsnitt, lenke, knapp eller lignende.
- Unngå bruk av ord som «her», «der», «denne» osv. Hvis noe for eksempel er bilder, ikoner, symboler osv, prøv å plassere det i forhold til noe annet.  
Eksempel: Jeg klikker her når jeg er ferdig-> Når jeg er ferdig, velger jeg OK-knappen nederst i skjemaet.
- Tenk på god kontrast hvis du legger til tekstplakater, legger tekst over bildet eller lignende
- Bruk handlingsuavhengige ord som «trykk», «velg» og «bruk». For eksempel er «klikk» noe som indikerer bruk av mus og det finnes andre måter å bruke en PC på.
- Dersom du kjenner hurtigtaster, bruk av hurtigmeny, og menyvalg som alternativ til bruk av verktøylinjer, er det fint hvis dette nevnes.

### Video om et undervisningstema

- Bruk prinsippene fra forelesnings- og skjermopptak der det er nødvendig
- Sørg for at «programlederen» og/eller en kommentarstemme gir tilstrekkelige beskrivelser av hva som skjer visuelt
- Hvis videoen skal klippes/redigeres, bør det sies hvor, hvem og hva i starten av scenen/klippet.  
Eksempel: Vi står utenfor Fakultetet for naturvitenskap med dekan «navn»

### Utvidet synstolking

Utvidet synstolking kan brukes når standard synstolking ikke er mulig, for eksempel der det ligger kontinuerlig tale i hele videoen og der denne talen ikke beskriver det visuelle som skjer. Da kan den opprinnelige videoen redigeres slik at det legges inn pauser der synstolkingen får plass. Pausene tilpasses til lengden på beskrivelsene.

Eksempel på utvidet synstolking: <https://www.automaticsync.com/captionsync/service-list/audio-description-example/>

## Tekstbasert synstolking

Tekstbasert synstolking kan være et alternativ til standard synstolking. Det vil si å lage beskrivelser i en tekstefil med tidskoder, på samme måte som du ville ha gjort med vanlig teksting. I videoavspilleren er det valg for å skru denne på og av, og den vil leses med syntetisk tale dersom brukeren har en skjermleser installert på sin datamaskin. Dette er også tilfelle hvis en video inneholder utenlandsk språk og den er teksten på norsk. Det er da mulig å få lest opp teksten med syntetisk tale.

Tekstbasert synstolking kan være et alternativ hvis det allerede eksisterer videoer som krever synstolking, men som ikke skal produseres på nytt. Det kan også være en løsning for å produsere standard synstolking på en enklere og rimeligere måte. Det er viktig synstolkingsteksten legges på steder der det er mulig å høre (ikke i konflikt med originallyden).

Test også at skjermleseren leser synstolkingen i avspilleren som benyttes.

Eksempel på tekstbasert synstolking: <https://ableplayer.github.io/ableplayer/demos/video3.html>

## Relevante ressurser

Difi om universell utforming av video

<https://uu.difi.no/krav-og-regelverk/losningsforslag-web/video>

Gratis kurs om utforming av tekst, bilder og video (DIFI)

<https://uu.difi.no/krav-og-regelverk/kom-i-gang/e-laeringskurs-om-universell-utforming-av-nettinnhold>

Webinar: Universell utforming av innhold for utdanningssektoren (DIFI)

<https://uu.difi.no/om-oss/presentasjoner-og-nett-tv/webinar-universell-utforming-av-innhald>

Kunnskapsinnsamling om universell utforming av video i undervisningssektoren

<http://www.medialt.no/pub/uuvideo/kunnskapsinnsamling%20om%20universelt%20utformet%20video%20i%20undervisningssektoren.docx>

NRKs retningslinjer for synstolking

<https://hjelp.nrk.no/wp-content/uploads/2018/08/NRK-retningslinjer-synstolking-januar-2019.pdf>

Retningslinjer for god teksting:

<https://www.sprakradet.no/globalassets/sprakhjelp/skriverad/retningslinjer-for-god-teksting.pdf>

University of Washington: Informasjon om universell utforming av video

<https://www.washington.edu/accessibility/videos/>

Adlab: Prosjekt og informasjon om synstolking

<http://www.adlabproject.eu/Docs/adlab%20book/index.html>

ScreenCast O Matic: Skjermpoptak med støtte for norsk tale til tekst

<https://screencast-o-matic.com/>

Subtitle Edit: gratis tekstprogram

<https://www.nikse.dk/subtitleedit>

Canvas (teksting av video i Canvas)

<https://guides.instructure.com/m/4212/l/717421-how-do-i-add-captions-to-new-or-uploaded->

YouDescribe: frivillig synstolking av Youtube-video

<https://youdescribe.org/>

AblePlayer: Tilgjengelig videoavspiller

<https://ableplayer.github.io/ableplayer/>

AccessibilityOz: Tilgjengelig videoavspiller

<https://www.accessibilityoz.com/services/video-accessibility/>