

# Lista kontrolna obraz i dźwięk

Przed rozpoczęciem prezentacji, spotkania czy szkolenia online sprawdź:

## Kamera internetowa:

- Umieszczony na wysokości oczu
- Włączona i podłączona do programu

## Oświetlenie:

- Brak źródeł światła w ramce kamery internetowej (za prezydentem)
- Odpowiednie oświetlenie przednie za kamerą internetową

## Mikrofon:

- Regulacja głośności sprawdzona
- Ustawienia audio skonfigurowane w urządzeniu i oprogramowaniu do prowadzenia prezentacji

## Hałasy i rozpraszacze

- Ciche otoczenie
- Urządzenia wyciszone, niepotrzebne oprogramowanie wyłączone
- Wyczyszczony pulpit
- Jednolity strój (bez zbędnych wzorów)

## Kadr:

- Czyste, jednolite tło, bez zbędnych elementów
- Odpowiednia odległość od kamery

## Połączenie internetowe:

- Wymagana przepustowość
- Wyłączono niepotrzebne oprogramowanie zużywające łącza szerokopasmowe

## Próba:

- Testowane funkcje sprzętu i oprogramowania do prowadzenia spotkania
- Wykonano próbną prezentację