

NASZA HISTORIA

LEKCJA 5

CAPCUT + AI

Zrób krótki film w prosty sposób



PROSTY FILM W 5 KROKACH

- 1. Napisz scenariusz**
- 2. Stwórz lektora w ElevenLabs**
- 3. Przygotuj materiały**
- 4. Stwórz lub przerób obrazy/video w AI**
- 5. Zmontuj material w CapCut na telefonie**

KROK 1

SCENARIUSZ

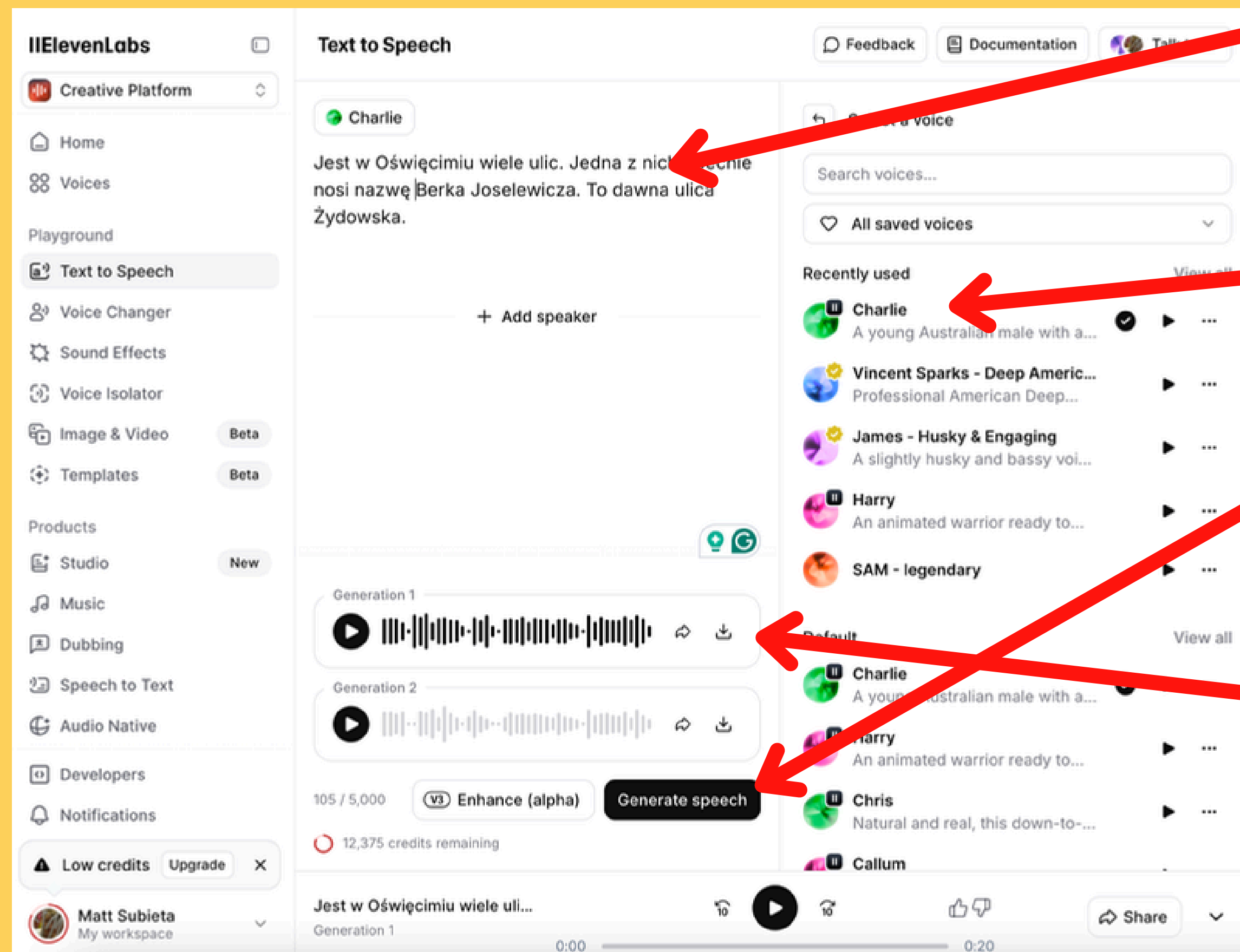
Format scenariusza filmu dokumentalnego

[Link do folderu na Google Drive](#)

Czas w filmie	Co widzimy (obraz)	Co słyszymy (lektor i dialogi)
TC	VIDEO	AUDIO / VO
00:00 - 00:15	Tomasz z córką Helenka stoją na cmentarzu.	Kobiety uginają się nad grobami swoich mężów i synów. A ja nad twoim. Widzisz nas kochana? Jesteśmy z tobą.
00:15 - 00:25	Zdjęcia ukazujące szczęśliwą rodziną z małymi dziećmi.	Tych pięknych lat, radosnych chwil. Bo choć czasem w biedzie to jednak była nadzieja... którą zabrała ta przeklęta pożoga.
00:25 - 00:35	Sterowce nad warszawa, bombardowania	I ciebie mi zabrała, choć nic żeś nie zawiniła.
00:35 - 00:45	Zdjęcie Tomasza w oddziale Armii Carskiej.	Służący w obcych armiach, mający nadzieję, że coś się zmieni. Że będziemy mieć wreszcie nasz własny kraj.
00:45 - 01:20	Ujęcia Tomasza w okopie, dookoła wybuchy i trupy. Podrywa się i biegnie ze swoim oddziałem na nacierających żołnierzy austriackich. Strzela do biegnącego młodego żołnierza ale pudłuje, wbija w niego bagnet karabinu, Niemiec przewraca się, wyje z bólu i prosi o litość po niemiecku. Tomasz go dobija, wbijając mu bagnet dwukrotnie w brzuch i wtedy żołnierz krzyczy po polsku "auaa".	Cholerne Gorlice. Śmierć i cierpienie. Albo my, albo oni. I ten młody chłopak. I ja, w najgorszej wersji siebie. Krzyczał po niemiecku ale umierał po polsku. Może to nasz tylko u tamtych.
01:20 - 01:30	Tomasz z córką Helenka stoją na cmentarzu.	Ale dla naszej małej zostałem więc śpij tam spokojnie. Nic jej nie będzie.
01:30 - 01:45	Zdjęcie się wypala i przechodzi w krajobraz bitwy. Dookoła wybuchy, Tomasz obserwuje rannych kolegów. Nagle obok wybucha bomba. Cmentarze, abstrakcyjne obrazy	Groby i cmentarze. Tylu ludzi, setki tysięcy ludzi... Poległo w strachu, wrzasku. <eksplozja bomby>

KROK 2
LEKTOR AI

Zaloguj się na <https://elevenlabs.io/>
klikając w swoje imię w lewym dolnym rogu zobaczysz ile masz kredytów



Wpisz fragment swojego tekstu

Zalecam wpisywanie paragrafami a nie od razu całego tekstu, bo każda generalcja pożera kredyty a w darmowej wersji ma się ich ograniczoną ilość.

Wybierz głos lektora

Klikając w trójkącik włączysz próbkę a jak klikniesz na jego imię to wybierzesz jego głos (będzie widoczny w lewym górnym rogu)

Wygeneruj głos

kliknij w ten przycisk i po chwili dostaniesz dwie opcje. Wybierz jedną z nich, sprawdź błędy i jak widzisz jakiś błąd to generuj ponownie

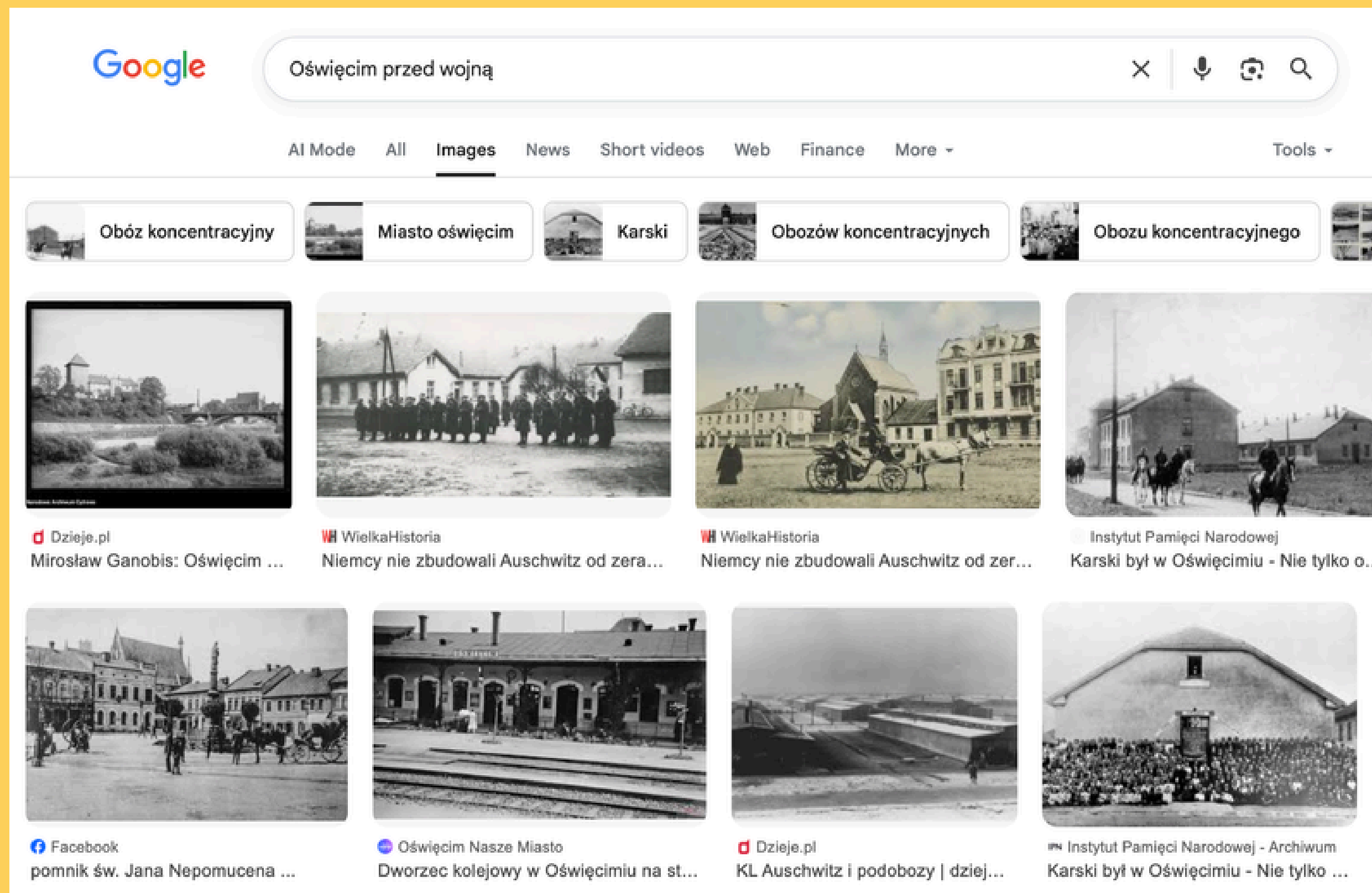
Zapisz na dysku

Jeśli podoba Ci się dany głos to zapisz go na dysku komputera.

KROK 3

ZBIERZ MATERIAŁY

Twój projekt jest historyczny więc warto poszukać w internecie odpowiednich obrazów i je zapisać na dysku komputera lub telefonie (wybierz w Google opcję “Grafika”)



W prostszej wersji ćwiczenia możesz już montować swój film bez obrazów w AI i po prostu przejść do kroku 5 (montaż w CapCut).

Jednak zachęcam do spróbowania AI.

KROK 4

STWÓRZ GRAFIKI AI

APLIKACJE AI

W poniższych aplikacjach online masz codziennie trochę darmowych kredytów, które się regenerują co 24 godziny

KREA.AI

FREEPIK.COM

LEONARDO.AI

OPENART.AI

RUNWAYML.COM

IDEOGRAM.AI

LTX STUDIO

TENGR.AI



POLECAM

**WYKUPIŁEM TAM WAM
SPORO KREDYTÓW**

Login: naganapanda@gmail.com

Hasło: Sydney8888!

KREA.AI

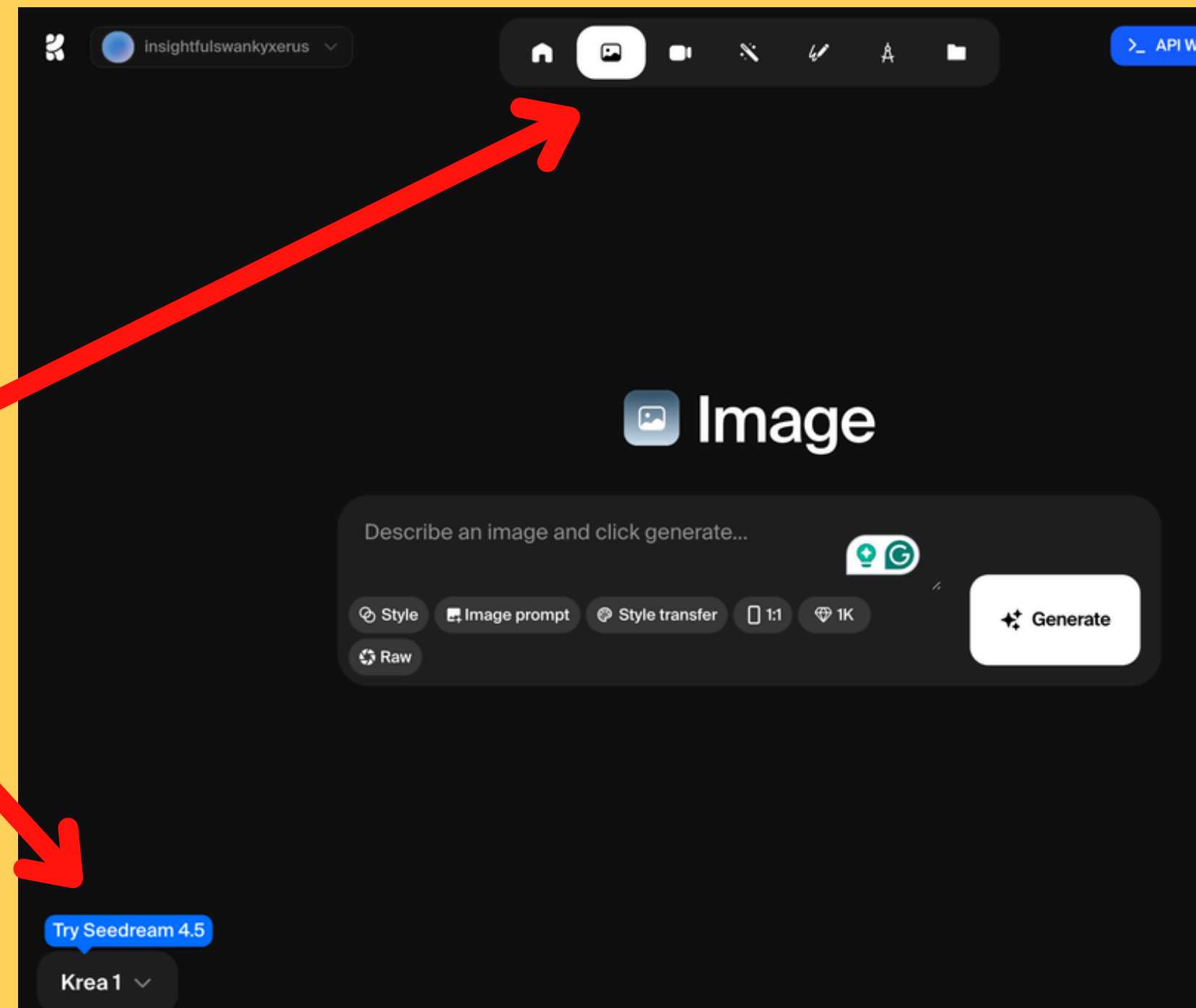
Na potrzeby warsztatu wykupiłem tam sporo kredytów

Login: naganapanda@gmail.com

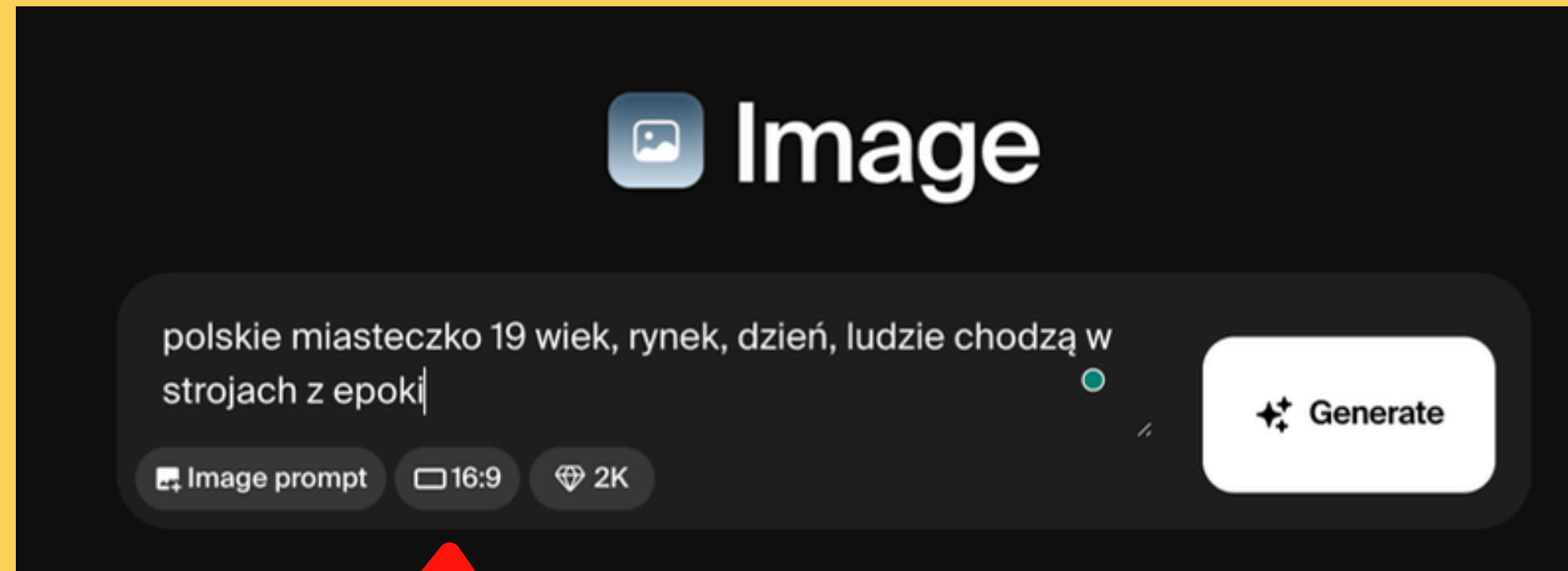
Hasło: Sydney8888!

WYBIERZ MODEL DO GENEROWANIA OBRAZÓW

Po zalogowaniu się, zacznij od wygenerowania obrazów. Kliknij ikonę obrazu w panelu na górze (zaznaczone strzałką) a następnie w lewym dolnym rogu wybierz model. Sugerowane modele na początek to krea1, Flux Pro, Seedream oraz Nano Banana Pro.



WPISZ PROMPT PO POLSKU

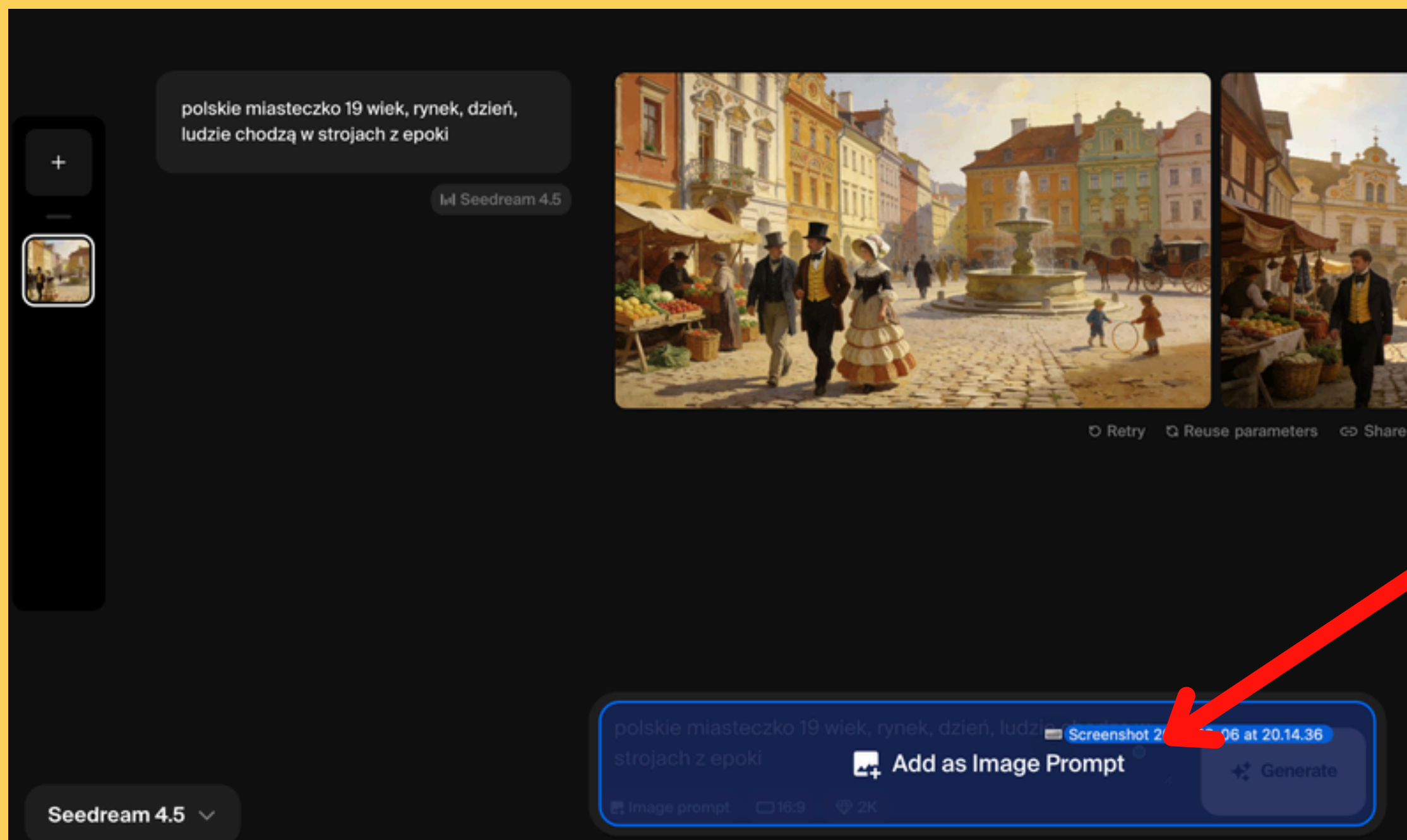


Obrazy w krei mają domyślnie ustawiony format 1:1 (kwadrat) więc zaznacz opcję 16:9 bo robimy filmy w formacie pionowym

Tak wyszedł obraz w modelu Seedream.
Mocno malarsko, farbą olejną i też dość losowe te budynki,
które nie odzwierciedlają architektury tego miejsca.
Nie jest źle, ale można lepiej :)



Teraz znajdź archiwalną rycinę lub zdjęcie rynku w internecie i po prostu przeciągnij (drag & drop) w pole tekstowe w modelu Seedream jako “Image Prompt”.
AI potraktuje ten obraz jako silną referencję.



AI stworzyło teraz obraz łądząco podobny do tego z internetu.
Nie do końca o to nam chodzi ;)

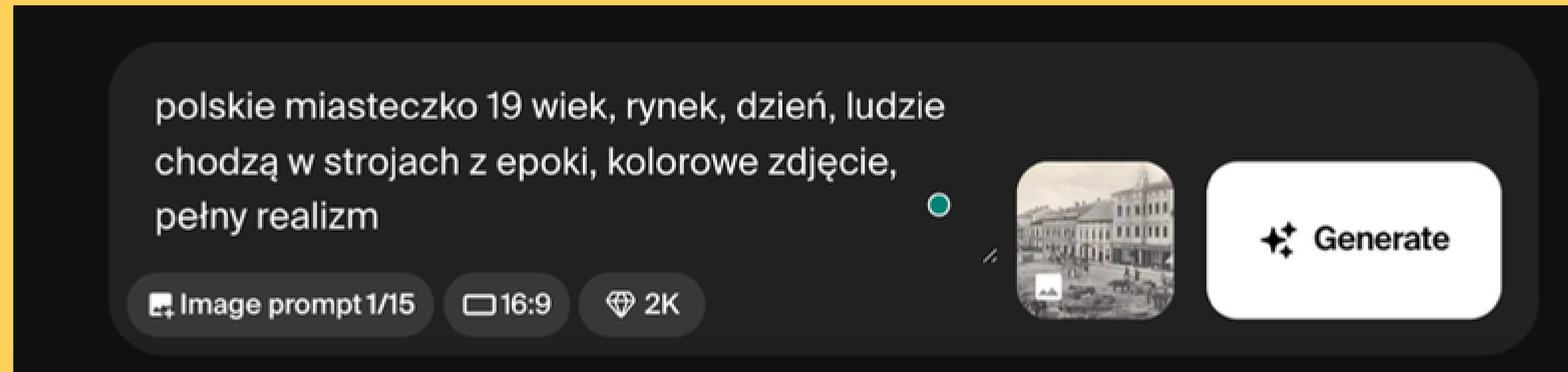
Referencja z internetu



Wygenerowany obraz AI



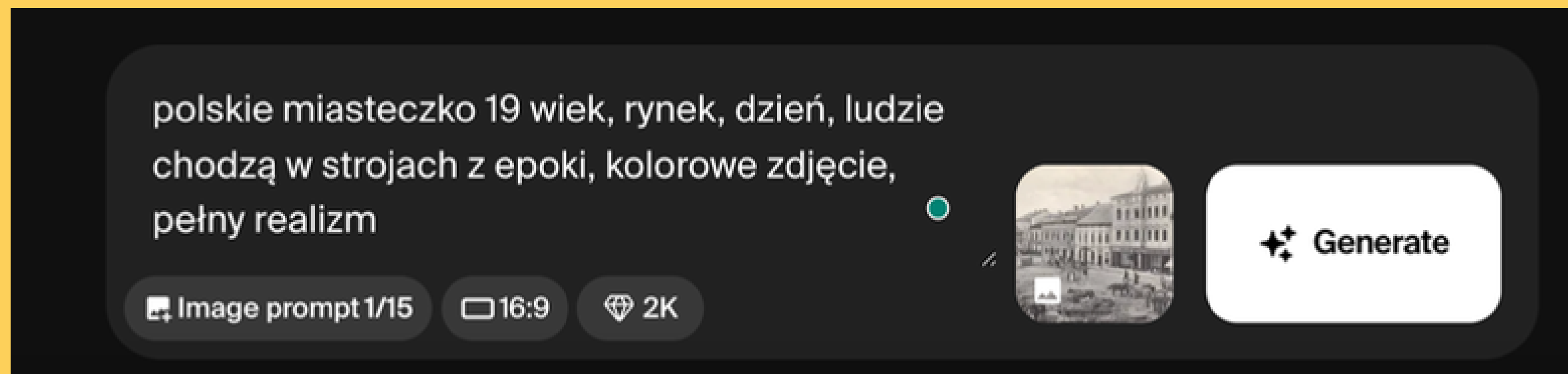
Dodaj do promptu z referencją z internetu aby AI dodało pełen realizm i kolor



Otrzymasz taki obraz AI – od razu dużo lepiej!



Dodaj do promptu z referencją z internetu aby AI dodało pełen realizm i kolor



Otrzymasz taki obraz AI – od razu dużo lepiej!



Mozesz też zaufać AI i spróbować różnych modeli **bez referencji**.
AI sam poszuka w bazie danych i może da ci coś ciekawego.

Model: Seedream



Model: Flux 2 Pro



Model: Krea1



Model: Nano Banana Pro



MODEL NANO BANANA PRO

Niesamowity model, który pojawił się w listopadzie 2025

Najpierw poprosiłem aby posłużył się referencją i zrobił kolorowe zdjęcie



polskie miasteczko 19 wiek, rynek, dzień, ludzie chodzą w strojach z epoki, kolorowe zdjęcie, pełny realizm, posłuż się zdjęciem czarno białym jako referencją



Generate

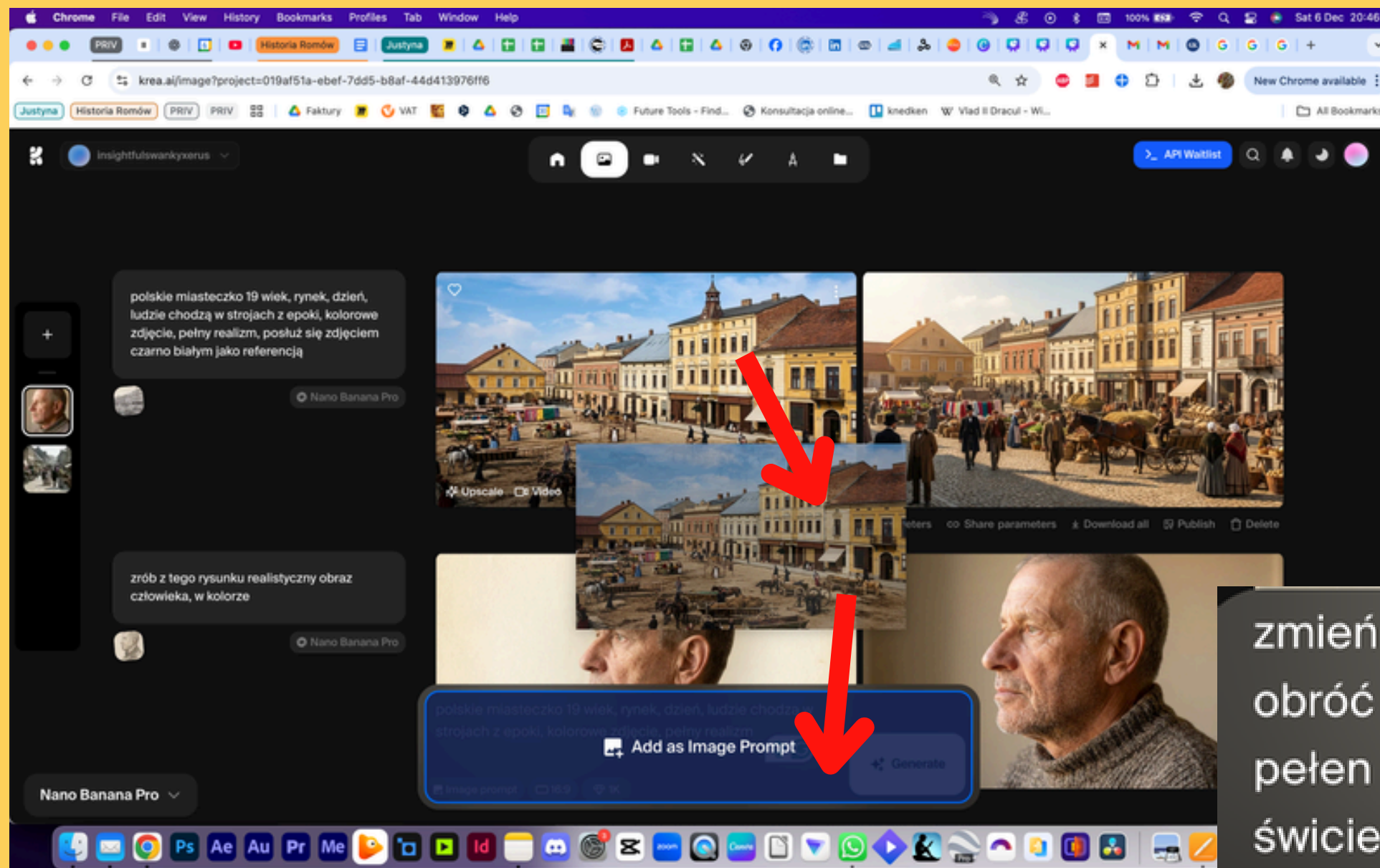
Image prompt 1/15

16:9

1K



MAGIA NANO BANANA!



Teraz dalej w modelu Nano Banana po prostu złapałem ten obraz i przeciągnąłem jeszcze raz na pole promptu (pojawi się niebieska ramka) i upuściłem. Usunąłem ten czarno-biały. teraz referencją jest tylko to kolorowe i wpisałem taki prompt, żeby to było zimą itp.

zmień kąt kamery, daj ją na poziomie chodnika, obróć lekko w lewo, ludzi na pierwszym planie, i pełen fotorealizm i niech to będzie zimą, o świcie

Image prompt 1/15

16:9

1K

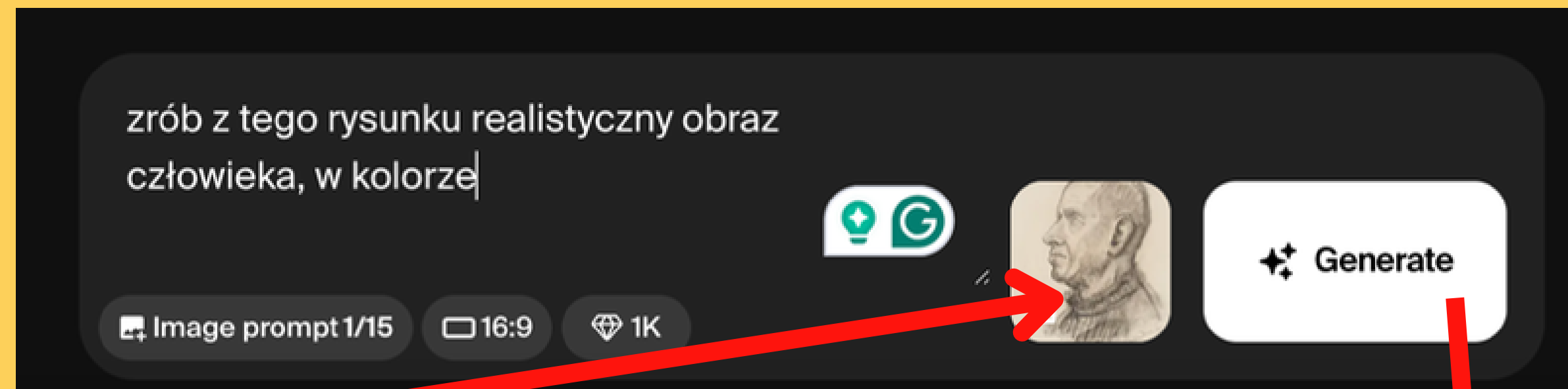
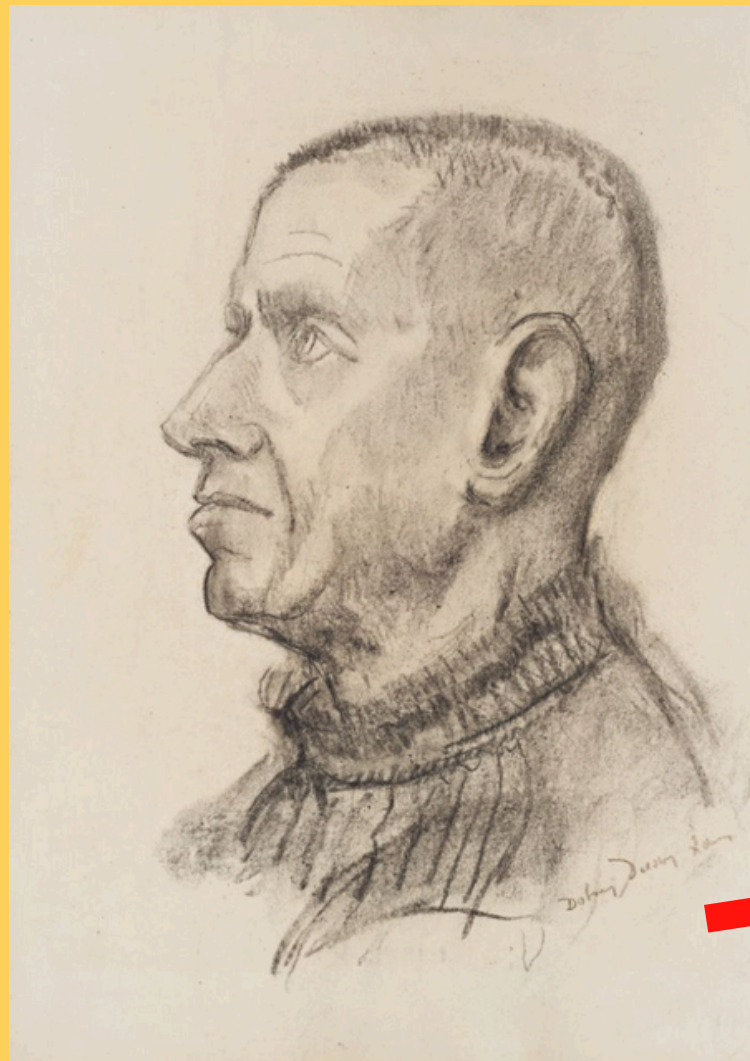


OTO WYNIK!



MOŻESZ EKSPERYMENTOWAĆ!

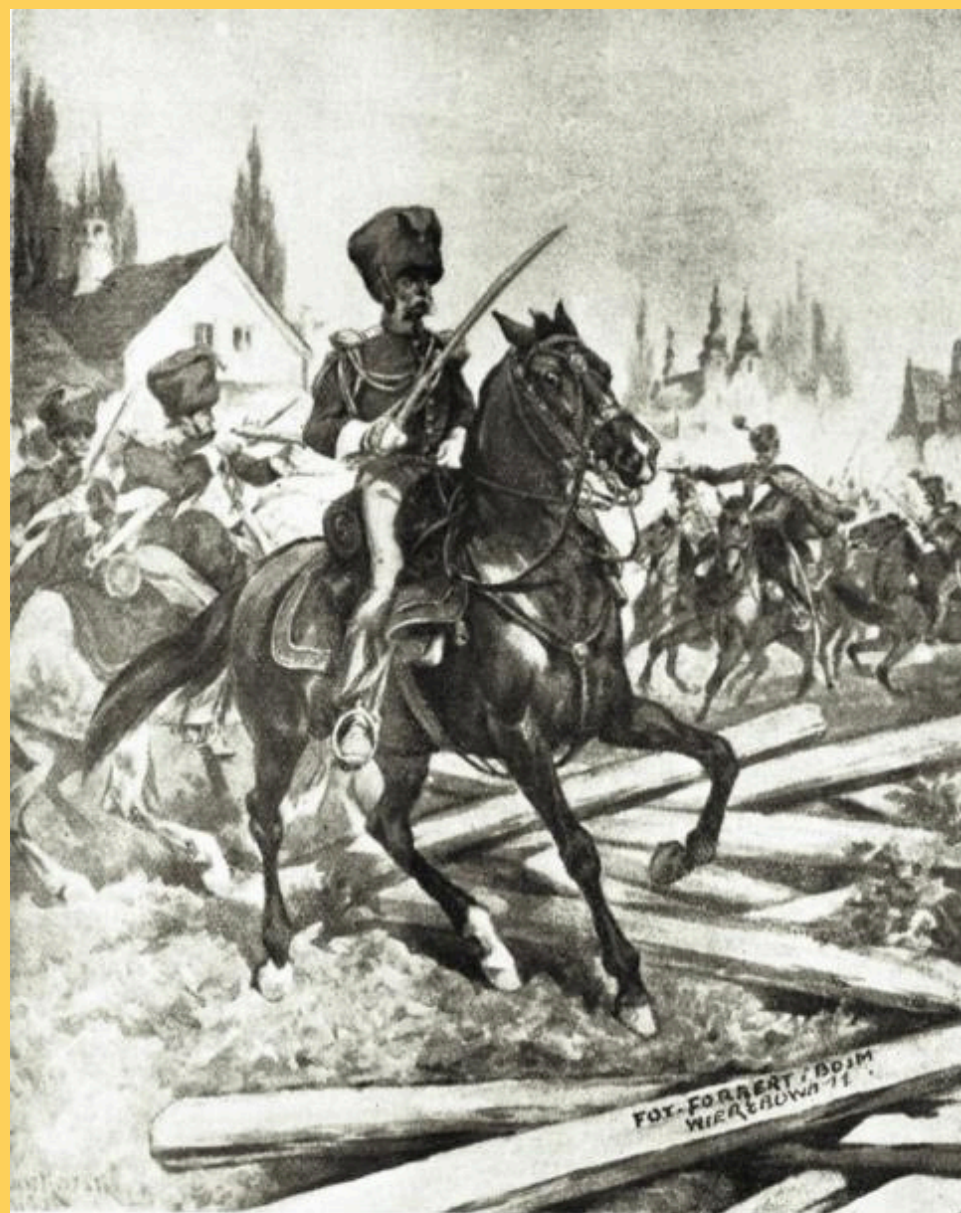
NANO BANANA PRO



Przy okazji zrobił od razu obraz z pionowego –
poziomy (bo zaznaczona jest opcja 16:9)



MOŻESZ EKSPERYMENTOWAĆ!



BEREK JOSELEWICZ POD KOCKIEM

Obraz pędzla Juliusza Kossaka



MOŻESZ DODAĆ WIĘCEJ ZDJĘĆ JAKO REFERENCJE W NANO BANANA PRO



tu z panią Grażyną poprosiliśmy, aby Nano Banana Pro zainspirował się zdjęciem z Google wykopalisk, zmienił ludziom głowy, oraz żeby w ziemi dał to czarno białe zdjęcie a na ceracie ten lampion.



MOŻESZ DODAĆ WIĘCEJ ZDJĘĆ JAKO REFERENCJE W NANO BANANA PRO



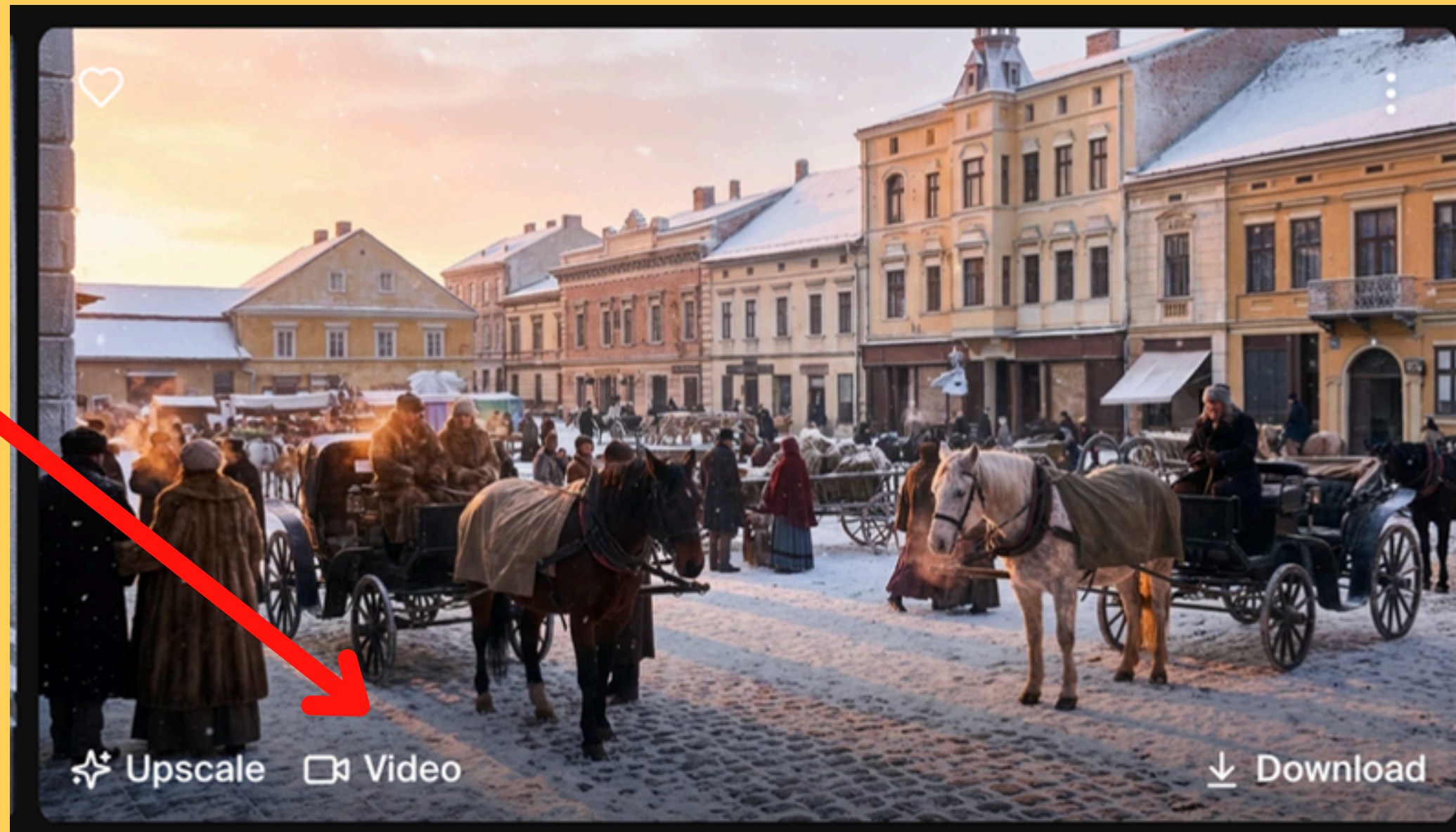
A tutaj poprosiliśmy aby taką drewnianą synagogę ustawił w średniowiecznym miasteczku z drewnianą zabudową a domy żeby wyglądały jak na tej rycinie.



CZAS NA VIDEO!

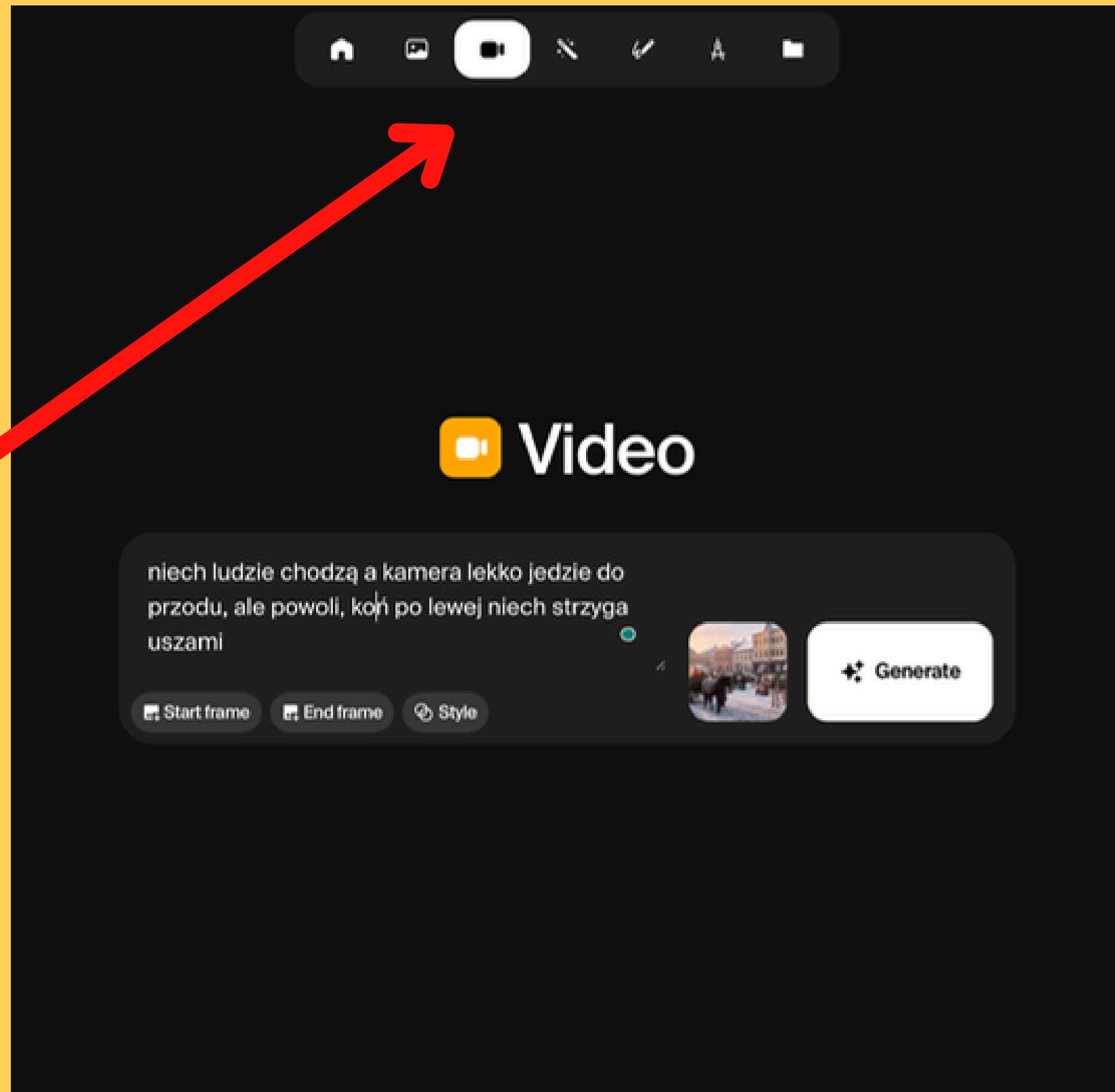
Obraz możesz teraz ściągnąć na komputer albo go poruszyć! Po prostu najedź na niego myszką i wybierz opcję. Załóżmy, że wybieramy video.

Video



Zapisz obraz

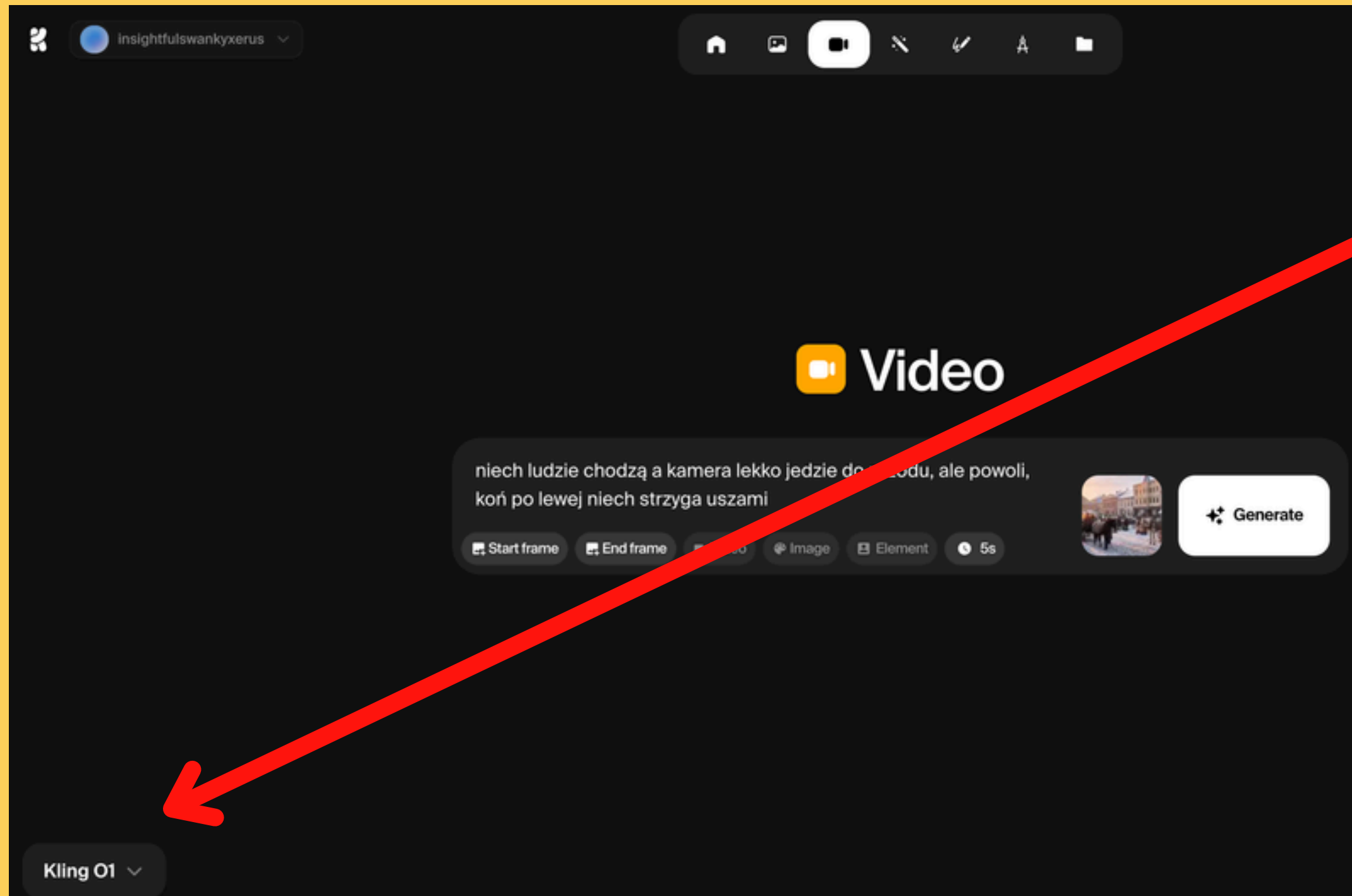
PANEL VIDEO



Po wybraniu video, strona się przeładuje a w panelu na górze automatycznie przeniesiemy się na stronę do tworzenia video. Jeśli będziesz chcieć wrócić do tworzenia obrazów, po prostu kliknij ikonkę obrazu po lewej stronie od ikonki video.

Obraz jest automatycznie zapisany jako referencja, wystarczy tylko wpisać prompt co chcesz aby się działo w obrazie.

PANEL VIDEO



Podobnie tutaj musisz wybrać model video z rozwijanej listy po lewej na dole

Polecamy model **Kling O1**

Jest on najbardziej uniwersalny i niedrogi. Inne potrafią wypalić szybko dużo kredytów

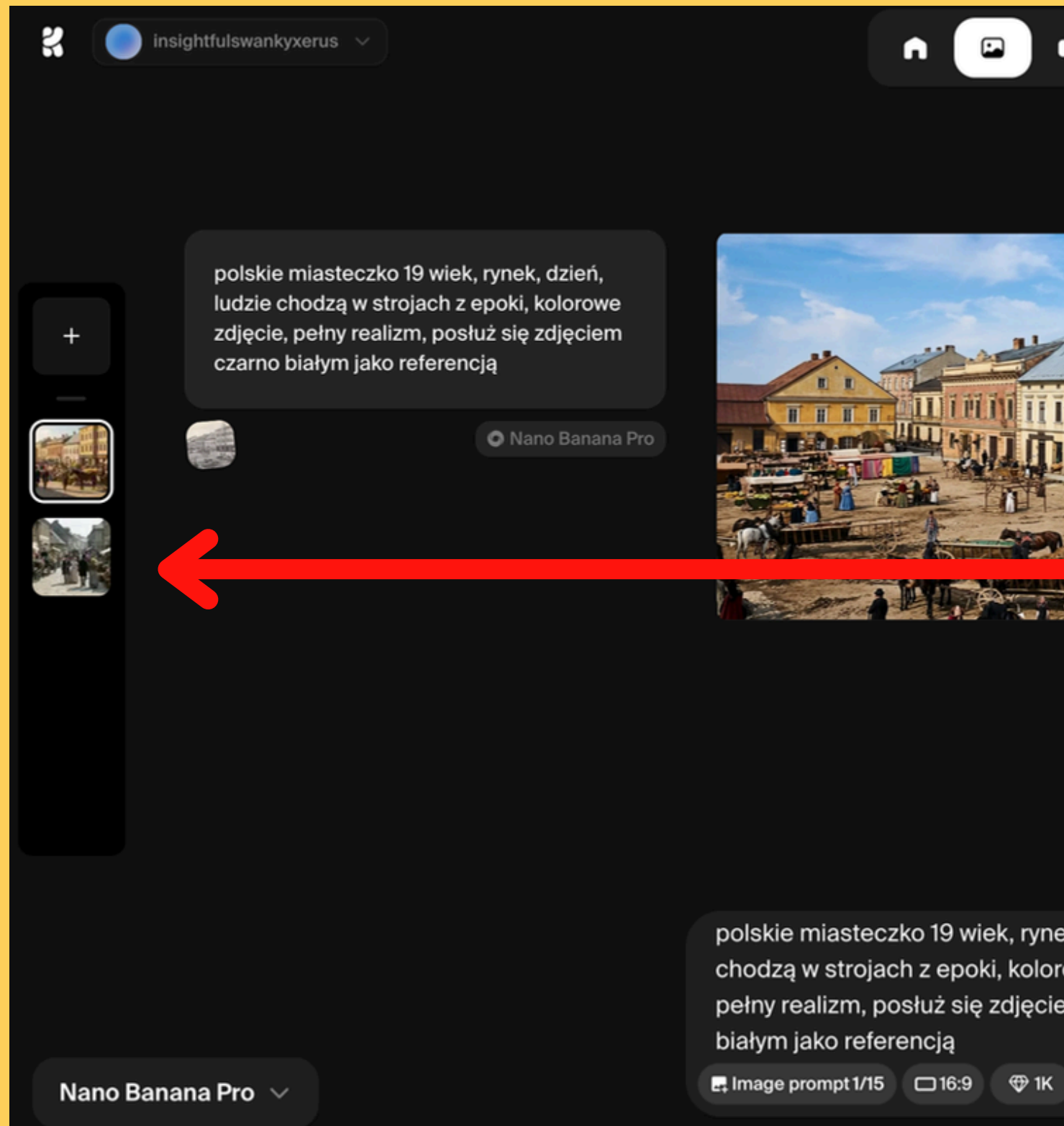
Filmy zapisujesz na dysku tak samo jakk obrazy.

OTO CO NAM WYSZŁO

Link do filmu na Google Drive – [FILM AI Z RYNKU](#)



FOLDERY PROJEKTOWE W KREA



Przy dużym użyciu programu przez różnych użytkowników pojawią się różne sesje po lewej stronie. Jeśli się zgubisz, po prostu znajdź swoją sesję na liście.

KROK 5
MONTAŽ

CAPCUT NA TELEFONIE

Najłatwiej będzie Państwu montować na telefonie w aplikacji CapCut.

Link do tutoriala: <https://www.youtube.com/watch?v=V7g-zHlx2n4>



[Watch video on YouTube](#)

Error 153

Video player configuration error



CAPCUT NA TELEFONIE

Ważne aby skopiować materiały z dysku komputera na telefon. można wysłać sobie pojedyncze pliki mailem i je ściągnąć na telefonie, albo użyć airdrop.

Ważne abyście ustawili na początku format poziomy 16:9 w CapCut (domyślnie ma pionowy). Robi się to w menu na dole – Współczynnik Kształtu (PL) lub Aspect Ratio (ENG)

Dodatkową muzykę, której możecie użyć umieściłem na dysku: [LINK](#)

