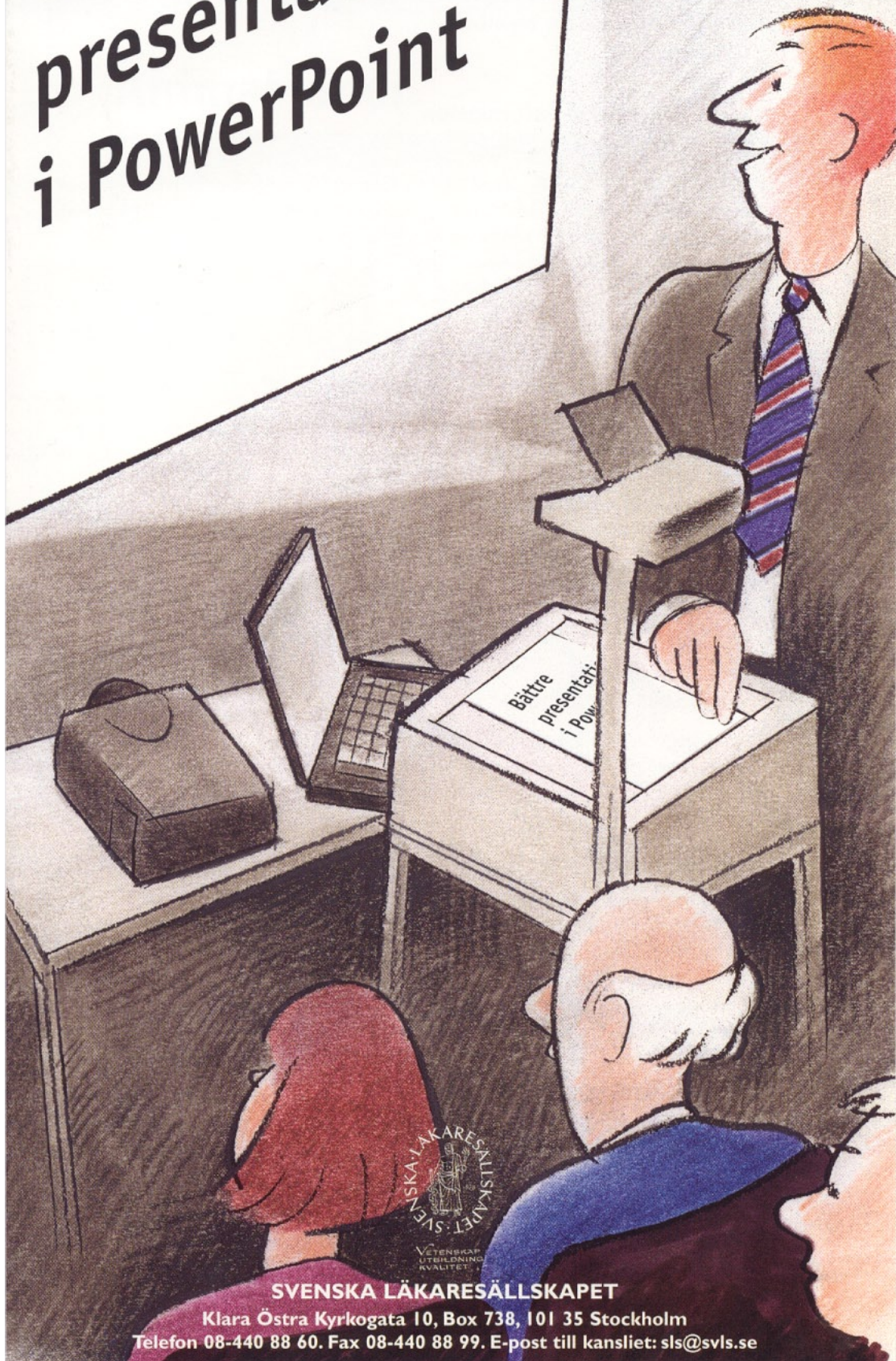


# Bättre presentationer i PowerPoint



VETENSKAP  
UTBILDNING  
KVALITET

**SVENSKA LÄKARESÄLLSKAPET**

Klara Östra Kyrkogata 10, Box 738, 101 35 Stockholm

Telefon 08-440 88 60. Fax 08-440 88 99. E-post till kansliet: [sls@svls.se](mailto:sls@svls.se)

# Några tips på vägen

Idag när de flesta föredragshållare enkelt kan göra sina egna PowerPoint-presentationer är möjligheterna i stort sett obegränsade. Bilderna kan emellertid lätt bli överbelastade. Vad är det då som gör en bild bra respektive dålig? Låt oss ge dig några exempel. Se dem som tips, inte som en regelbok.

## Undvik för mycket information

Varje bild bör omedelbart illustrera ditt budskap och skall därför vara rensad från all ovidkommande information. Ibland kan det fungera att fotografera av bilder från t ex vetenskapliga originalartiklar, men då måste de vara utformade så att de är lätta att tyda. Ofta är det dock nödvändigt att rita om och förenkla dem, att till exempel omvandla en komplicerad tabell till en mer lättfattlig kurva.

## Standardutförande av bilder

När du efter att ha hållit en mängd föredrag plockar samman bilder från olika material till ett nytt, är det en fördel om de har ett enhetligt utseende. Om du till ett föredrag använt en grön bakgrund, till nästa en orange och börjar sätta ihop dem till ett tredje föredrag blir intrycket splittrat. Använd gärna ett sammanbindande "huvud" i bildens överkant (se exemplet under "En kort sammanfattning") för att markera ett speciellt ämne eller ett föreläsningstema. Du kan lätt spara mallar i PowerPoint.

**DENNA TEXT  
ÄR GANSKA  
JOBBIG ATT  
LÄSA**

## Antal bilder per minut

En grundregel är att visa ungefär en bild i minuten, dvs högst 10-12 bilder, inklusive någon inledningsbild och en kort avslutning, vid ett 10 minutersföredrag. En bild bör definitivt projiceras på duken minst 10 sekunder för att kunna uppfattas.

## Antal rader per bild

En bild bör inte innehålla mer än sju rader. Om du behöver fler rader än så kan det vara en god idé att låta bilden växa fram stegvis. Skall du beskriva nio biverkningar av ett läkemedel kan det vara mer pedagogiskt att på den första bilden visa tre, på nästa bild bygga på med ytterligare tre och på den sista bilden även visa de tre sista biverkningarna. Visserligen kommer bilden då att innehålla mer än sju rader, men genom att förloppet byggs på i steg kan åhörarna ändå hänga med. I PowerPoint kan du lätt skapa den här typen av förlopp med hjälp av animering (se baksidan).

## Bildordning

All bildvisning bör endast gå i en riktning – framåt. Det är dålig pedagogik att behöva backa i sin serie. Har du en bild du gärna vill återkomma till under föredragets gång är det klokt att göra kopior av den. I denna grundbild, det kan till exempel gälla en upp-

ställning eller indelningsgrund, kan det vara en god idé att markera de olika avsnitten med skilda färger. Då kan publiken lätt orientera sig i översiktsskildern. Den ser oförändrad ut från gång till gång med den enda skillnaden att du tydligt markerar en delkomponent, som sedan illustreras i efterföljande detaljbilder.

## Att välja färger

Negativ text, dvs ljus text mot mörk bakgrund rekommenderas. Till exempel gul text mot mörkblå bakgrund. Tänk på att vissa färger, exempelvis nyanser av rött och blått, kan se bra ut på skärmen, men är svårare att uppfatta i föreläsningssalen. Det är bäst att testa. Undvik röd bakgrund, som blir tröttsamt för publikens ögon. Undvik också kombinationen rött och grönt. 3-5% av männen är färgblinda! Var mycket försiktig med tonade bakgrunder, ramar, skuggor och många färger i samma bild. De konkurrerar med bildens budskap.

**Denna text är betydligt mer lästlöst**

## Textens storlek

Använd versal-gemen text, dvs stora och små bokstäver, som i den här texten. Det är svårare att läsa text SOM BARA BESTÅR AV VERSALA (STORA) BOKSTÄVER. Undvik för stor grad, det blir svår-läst. 18-24 punkter är lämpligt till text, omkring 30 punkter till rubrik. I stället för stora textmassor kan du använda tårtdiagram, stapeldiagram eller enkla kurvor för att förtydliga ditt budskap.

## Lämpliga typsnitt

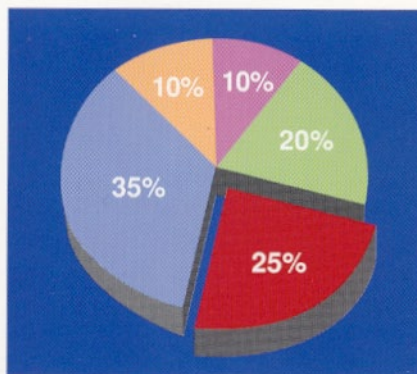
Så kallade groteska typsnitt, till exempel Helvetica, lämpar sig bättre än typsnitt med klackar. Klackar skapar lätt ett "flimmer" då ljusförhållandena inte är de bästa. Gör du dessutom själv dina overheadbilder i kopiator slits de med tiden och får svagare färger. Ett tydligt, fett, typsnitt är därför extra viktigt. I PowerPoint har du många typsnitt att välja mellan. Använd så få som möjligt!

## Att producera overheadbilder

Tänk på att att göra bilderna i liggande format eftersom många lokaler är små med lågt i tak. En stående bild kan då delvis komma att projiceras i taket! Om du gör dina overheadbilder i A4-format och gör dem själv i kopiator producerar du på ett enkelt sätt bilder för vardagsbruk. Tänk dock på att sådana bilder slits med tiden. Det är viktigt att spara förlagorna så att du kan göra nya overheadkopior när texten börjar bli otydlig efter flitigt användande. Det kan vara en god investering att någon på enheten lär sig att bli bildmakare och utformar bilderna på ett enhetligt sätt för hela arbetsgruppen.

## Copyrightskydd

Det finns copyrightskydd för en del bildmaterial. Tänk dig för så att du inte olagligt kopierar och använder andras bilder, framförallt vid föreläsningar av mera officiell karaktär.



Tårtdiagram kan ibland vara bättre än en stor textmassa.

Stora delar av innehållet hämtat ur Stephan Rössners bok "Recept på bättre kommunikation".

# En kort sammanfattning

Nedan har vi försökt sammanfatta våra råd i några lättöverskådliga punkter som du kan ha nytta av. Observera att det inte är någon mall utan snarare en liten hjälprea.

## Typografiska råd

### Rubrikstorlek 30 punkter

- Rubriken skall helst vara centrerad
- Textstorlek 18-24 punkter
- Negativ text syns bäst
- Använd ett fett typsnitt utan klackar
- Max sju rader per bild
- Undvik för många färger i samma bild
- Enkla bilder

## Bildspel i PowerPoint


I PowerPoint kan du enkelt göra ditt eget bildspel för presentationer på duk via en projektor. Bildspel är i praktiken en diabilisvisning som du själv styr genom att till exempel ange hur bildövergångarna ska ske eller hur länge varje bild ska visas. På nästa sida får du en liten introduktion.

Du kan också gå ytterligare ett steg för att skapa en bra presentation genom att använda animationer i PowerPoint. Detta kräver dock att man har sina bilder på diskett och har tillgång till lap-top och videoprojektor. På nästa sida beskriver vi de vanligaste varianterna. Vi har använt PowerPoint 97. Man animerar texten på en eller flera markerade bilder mycket enkelt genom att välja specialeffekter i bildskärmsläget *Bildsortering* (se nästa sida).

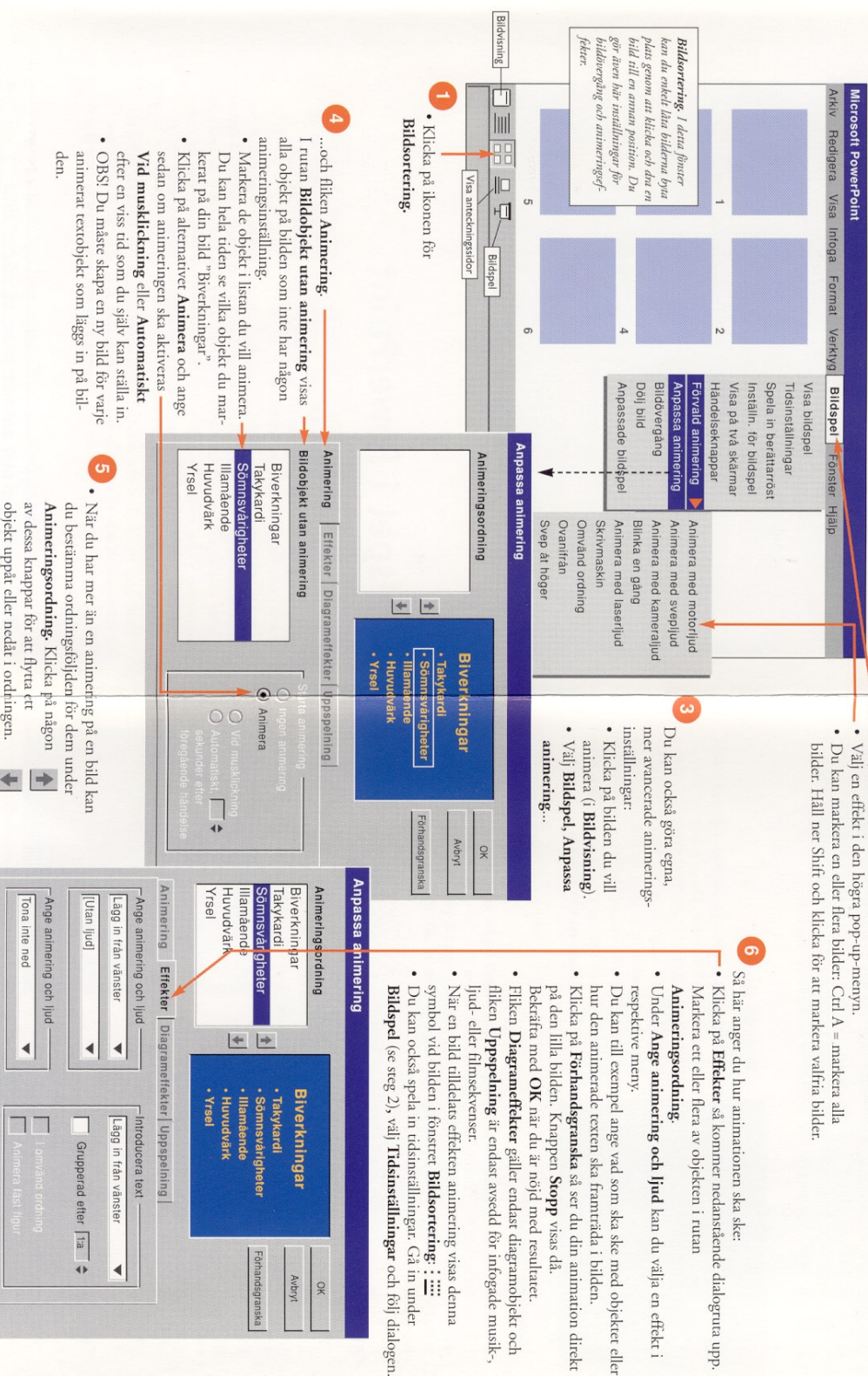
Tänk dock på att innehållet och budskapet är det viktiga, effekterna får aldrig bli ett självändamål som stjälar publikens uppmärksamhet. Kom ihåg det vi talade om under kapitlet *Att välja färger*. Var även försiktig med ljudanimeringar av samma skäl. Lycka till!

**Bildövergångar och animationer, se nästa sida** →

# Bildövergångar

- Markera bilderna i presentationen i bildskärmsläget **Bildsortering** (se nedan).
  - Klicka på knappen **Bildövergång** 
  - Ange i meny under **Effekt** hur bildövergången ska ske och lämplig hastighet.
  - Du kan välja ljudeffekter, under **Ljud**, om din dator har ljudfunktion.
  - Du kan också välja att mata fram bilderna automatiskt, under **Frammatning**.
- Där kan du också ange hur många sekunder bilden ska visas. Du kan dock mata

## Animationer



**Microsoft PowerPoint** Arkiv Redigera Visa Infoga Format Verktyg

**Bildspel** Fönster Hjälp

Visa bildspel  
Tidsinställningar  
Spela in berättaröst  
Inställn... för bildspel  
Visa på två skärmar  
Händelseknappar

**Förvald animering**  
Animering utan animering  
Bildövergång  
Dellj bild  
Anpassade bildspel

**Anpassa animering**  
Animera med motorljud  
Animera med svepljud  
Animera med kameraljud  
Blika en gång  
Animera med laserljud  
Skrivmaskin  
Omvänd ordning  
Ovanifrån  
Svep åt höger

**Bildsortering**  
I detta fönster kan du enkelt låta bilderna byta plats genom att klicka och dra en bild till en annan position. Du gör även här inställningar för bildövergång och animeringseffekter.

1 • Klicka på ikonen för **Bildsortering**.

2 • Markera de bilder du vill animera.  
• Välj **Förvald animering** i pop-up-menyn under **Bildspel**.  
• Välj en effekt i den högra pop-up-menyn.  
• Du kan markera en eller flera bilder: Ctrl + A = markera alla bilder. Håll ner Shift och klicka för att markera valfria bilder.

3 • Du kan också göra ägna, mer avancerade animeringsinställningar:  
• Klicka på bilden du vill animera (i **Bildvisning**).  
• Välj **Bildspel, Anpassa animering**...

4 • ...och fliken **Animering**.  
I rutan **Bildobjekt utan animering** visas alla objekt på bilden som inte har någon animeringsinställning.  
• Markera de objekt i listan du vill animera. Du kan hela tiden se vilka objekt du markerat på din bild "Biverkningar".  
• Klicka på alternativet **Animera** och ange sedan om animationen ska aktiveras **Vid musklickning** eller **Automatiskt**.

5 • När du har mer än en animering på en bild kan du bestämma ordningsföljden för dem under **Animeringsordning**. Klicka på någon av dessa knappar för att flytta ett objekt uppåt eller nedåt i ordningen.

6 • Så här anger du hur animationen ska ske:  
• Klicka på **Effekter** så kommer nedanstående dialogruta upp.  
Markera ett eller flera av objekten i rutan **Animeringsordning**.  
• Under **Ange animering och ljud** kan du välja en effekt i respektive meny.  
• Du kan till exempel ange vad som ska ske med objektet eller hur den animerade texten ska framträda i bilden.  
• Klicka på **Förhandsgranska** så ser du din animation direkt på den lilla bilden. Knappen **Slopp** visas då.  
• Bekräfta med **OK** när du är nöjd med resultatet.  
• Fliken **Diagrameffekter** gäller endast diagramobjekt och fliken **Uppspolning** är endast avsedd för infogade musik-, ljud- eller filmskivscener.  
• När en bild tilldelats effekten animering visas denna symbol vid bilden i fönstret **Bildsortering**.  
• Du kan också spela in tidsinställningar. Gå in under **Bildspel** (se steg 2), välj **Tidsinställningar** och följ dialogen.

**Anpassa animering**

Animeringsordning

**Biverkningar**  
• Taktykard  
• Sömsvärfgheter  
• Illamående  
• Huvudvärk  
• Yrsel

OK  
Avbryt  
Förhandsgranska

Animering och ljud  
Ange animering och ljud  
Lägg in från vänster  
Ljud  
Utan ljud  
Fona inte ned

Introducera text  
Lägg in från vänster  
Grupperad eller  
I använd ordning  
Animera fast typ