

Дим Димыч



СЕКРЕТ 100 РИЛС ЗА 30 МИНУТ

ПОШАГОВЫЙ УЧЕБНИК

Дим Димыч

Секрет 100 рилс за 30 минут

«Автор»

2026

Димыч Д.

Секрет 100 рилс за 30 минут / Д. Димыч — «Автор», 2026

ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ ВАС УВИДЕЛИ ТЫСЯЧИ, НО НЕ ЗНАЕТЕ, С ЧЕГО НАЧАТЬ?Этот учебник - пошаговая инструкция для тех, кто хочет создать систему производства рилс, даже если вы никогда не снимали видео и боитесь технологий. Без воды. Простым языком.Внутри 15 глав. Вы узнаете, как работает алгоритм Instagram. Научитесь пользоваться нейросетью Claude для сценариев. Создадите ИИ-аватар и будете снимать, не вставая с дивана. Освоите карусели, нейросериалы, автоворонки и мини-продукты. Начнете зарабатывать с первой недели.9 модулей: генерация идей, буст охватов, создание контента, продажи, автоматизация. В конце - словарь терминов.Это конвейер, превращающий знания в деньги. Начните сегодня. Через месяц - сотни подписчиков и первые продажи. Всё, что нужно - желание и этот учебник. Сделайте первый шаг.

© Димыч Д., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ЦЕННОСТЬ ЭТОГО УЧЕБНИКА	5
ГЛАВА 1. ЧТО ТАКОЕ REELS И ПОЧЕМУ ОНИ РАБОТАЮТ	6
ГЛАВА 2. КАК УСТРОЕН АЛГОРИТМ: КТО ПОЛУЧАЕТ ПРОСМОТРЫ	8
ГЛАВА 3. ПЕРВОЕ ЗНАКОМСТВО С CLAUDE. КАК ЗАВЕСТИ ПОМОЩНИКА	10
ГЛАВА 4. ВАША ПЕРВАЯ ИДЕЯ. ГДЕ БРАТЬ 100 ТЕМ ДЛЯ ВИДЕО	12
ГЛАВА 5. КАК ПИСАТЬ СЦЕНАРИИ ДЛЯ РИЛС: ФОРМУЛА 3 СЕКУНД	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Дим Димыч

Секрет 100 рилс за 30 минут

ЦЕННОСТЬ ЭТОГО УЧЕБНИКА

100 рилс за 30 минут - это мечта каждого блогера. Звучит невероятно заманчиво: проснулся, нажал пару кнопок, и сотня роликов уже готовы покорять мир. Представьте, что вы умеете печь пироги, делать табуретки, лечить зубы или преподавать английский. Но о вас никто не знает. Вы приходите в пустой магазин, открываете дверь, а там никого нет. Обидно, правда?

Этот учебник - про то, как открыть дверь и позвать людей. Но не через крик на улице, а через короткие вертикальные видео - Reels. Их смотрят все: от школьников до бабушек в очереди. Это самый быстрый и бесплатный способ показать себя миру.

НО сразу скажем честно: технически невозможно создать 100 рилс за 30 минут. Это красивая цифра, которая привлекает внимание, но в реальности на создание одного качественного ролика уходит время. В этой книге мы разберем, сколько на самом деле нужно времени на производство 100 рилс, и построим реалистичный конвейер, который позволит вам создавать их быстро, но без иллюзий.

Главная ценность книги в том, что вы не учитесь монтировать как профессионал. Вы учитесь мыслить как системный человек. Вы берете умную нейросеть Claude (это как помощник, который сидит в компьютере) и настраиваете конвейер по производству роликов. Дальше они выходят сами, как пирожки из печи.

Вы получите:

1. Понимание, как работает алгоритм Instagram (почему одно видео показывает миллионам, а другое - никому).
2. Готовые «волшебные фразы», которые вы будете копировать в Claude, чтобы он писал сценарии за вас.
3. Схему, как превратить просмотры в деньги (даже если у вас пока нет товара).
4. Навык создавать свои цифровые копии (аватары) и выдуманных блогеров, чтобы не снимать себя, если вы стесняетесь.

Это учебник для тех, кто хочет результат, а не красивые картинки. Мы идем по шагам. Без воды. Без сложных терминов. Если термин появляется - мы объясняем его в словаре в конце.

ГЛАВА 1. ЧТО ТАКОЕ REELS И ПОЧЕМУ ОНИ РАБОТАЮТ

Давайте начнем с самого простого.

Вы когда-нибудь листали ленту в Instagram и видели короткие вертикальные видео, которые идут одно за другим? Это и есть Reels. Они длятся от 5 до 90 секунд. Чаще всего - 15–20 секунд. Это как маленькие телевизионные рекламные ролики, но бесплатные и про обычную жизнь.

Раньше, чтобы показать товар или себя, нужно было покупать рекламу на телевидении. Это стоило миллионы. Сейчас достаточно снять видео на телефон и нажать кнопку «Опубликовать». Если видео понравится людям, его увидит вся страна. А иногда и весь мир.

Почему люди их смотрят?

Потому что современный человек устал. У него мало времени. Он не хочет читать длинные статьи. Он хочет быструю эмоцию: удивление, смех, страх, интерес. За 15 секунд можно узнать лайфхак, как быстро почистить картошку, или увидеть, как кто-то заработал миллион. Это как конфета: быстро, вкусно, хочется еще.

Почему алгоритмы их продвигают?

Instagram (а теперь это компания Meta) хочет, чтобы вы сидели в приложении как можно дольше. Чем дольше вы смотрите - тем больше рекламы вам покажут. Reels- это самый «клеякий» формат. Вы смотрите одно, потом второе, третье - и через час вы все еще там. Поэтому алгоритм «подсовывает» людям именно Reels. Если вы научитесь делать Reels, которые смотрят до конца, алгоритм полюбит вас и начнет показывать ваши ролики миллионам.

Что нужно для первого рилс?

- Смартфон (любой, даже старый).
- Свет (дневной свет из окна подойдет).
- Тема (о чем вы хотите рассказать).
- Ваш голос или текст на экране.

Никакого специального оборудования не надо. Все остальное будет делать нейросеть Claude и простые программы, которые мы обсудим в следующих главах.

Главное правило этой главы:

Reels- это не кино. Это разговор с одним человеком. Представьте, что вы сидите на кухне с другом и показываете ему что-то интересное. Вот так и снимайте. Просто, честно, с душой. Техника придет потом. Сначала - желание поделиться.

Задание для первой главы (мы даем задания в конце каждой главы):

Возьмите лист бумаги или заметки в телефоне. Напишите 5 вещей, в которых вы разбираетесь лучше других. Это может быть: «я умею вкусно жарить блины», «я знаю, как успокоить ребенка», «я понимаю, как растить цветы» или «я знаю, как настроить компьютер». Эти 5 тем - ваши будущие рилс. Просто запишите. Не фильтруйте. Даже если кажется, что это скучно - для кого-то это спасение.

ГЛАВА 2. КАК УСТРОЕН АЛГОРИТМ: КТО ПОЛУЧАЕТ ПРОСМОТРЫ

Многие думают, что просмотры зависят от удачи или от того, насколько ты популярен. Это неправда. Алгоритм - это бездушная машина. Он не знает, кто вы. Он не оценивает вашу красоту или голос. Он считает только цифры.

Представьте, что алгоритм - это строгий учитель в школе. Он ставит оценку каждому вашему видео в первые 30 минут после публикации. Оценка складывается из нескольких пунктов. Если вы набираете проходной балл - вас отправляют в «следующий класс», то есть в ленту к тысячам новых людей. Если не набираете - вы остаетесь в классе из 10 ваших подписчиков.

Что же оценивает этот учитель - алгоритм? Всего 5 вещей.

1. Досматриваемость (или удержание)

Это самый главный пункт. Алгоритм смотрит, сколько процентов видео посмотрел каждый зритель. Если 100 человек начали смотреть ваше видео, но 95 ушли через 3 секунды - это провал. Если 100 человек посмотрели все 20 секунд до конца - это успех.

Поэтому мы в этой книге будем учиться делать «крючки» - первые 3 секунды, которые цепляют. Если зритель остался на 3 секунды - он, скорее всего, досмотрит до конца.

Пример: Нельзя начинать видео со слов «Привет, сегодня я расскажу вам о».... Это скучно. Зритель уйдет. Надо начинать с громкого заявления или интриги. Например: «Этот лайфхак сэкономил мне 10 000 рублей». Или показывать сразу результат: готовое блюдо, красивый цветок, или пачку денег.

2. Лайки и сохранения

Когда человек ставит лайк - алгоритм понимает: «видео понравилось». Но лайк весит мало. Их ставят по привычке. Сохранение (иконка с флажком) весит в 5 раз больше. Потому что человек не просто лайкнул, а вернулся к этому видео позже. Значит, оно ценное.

Поэтому в каждом видео мы будем просить сохранить ролик. Например, говорим: «Сохрани этот рецепт, чтобы не потерять». Это работает. Люди сохраняют.

3. Комментарии

Чем больше комментариев, тем лучше. Но не любых. Алгоритм смотрит на длину комментариев и на то, есть ли в них осмысленные слова. Просто «Огонь!» - плохо. «А можно заменить масло на маргарин?» - хорошо. Значит, видео вызвало размышление.

Ваша задача - в конце видео задавать вопрос. Например: «А вы как чистите рыбу? Напишите в комментариях». Этот вопрос заставит людей писать.

4. Пересылки (репосты)

Если человек отправил ваше видео другу в личные сообщения - это золото. Алгоритм считает, что видео настолько крутое, что им делятся. Это сигнал «виральность». Репост в 10 раз ценнее лайка.

Чтобы людей побуждать к репостам, вы говорите: «Отправь это видео другу, который вечно опаздывает» или «Скинь маме - она будет рада». Даете конкретное действие.

5. Профиль и подписки

Если человек после просмотра вашего видео зашел в ваш профиль и подписался - это финальный триггер. Это означает, что вы теперь его любимый автор. Алгоритм запоминает это и в следующий раз покажет ваше видео еще большему количеству людей.

Но подписываются только тогда, когда видят четкий профиль: шапка с фотографией, описание, чем вы занимаетесь и несколько похожих рилс. То есть вы должны выглядеть «серьезно» с самого начала.

Как алгоритм применяет эти данные на практике?

Когда вы публикуете видео, алгоритм дает ему «тестовую группу»- примерно 200–300 ваших подписчиков или случайных людей из города. Он смотрит, какая статистика у этих 300 человек.

Если все 300 досмотрели до конца, поставили лайки и сохранили - алгоритм расширяет группу. Теперь ваше видео показывают 3000 людям. Если там тоже успех - 30 000. И так до миллионов.

Но если первые 300 человек ушли в первые 3 секунды - алгоритм останавливает показы. Видео мертво. Это называется «санкции за скуку».

Важный секрет:

Алгоритм не любит, когда вы выкладываете много одинаковых видео. Он любит разнообразие. Но в пределах одной темы. Например, вы про кулинарию: сегодня рецепт супа, завтра рецепт пирога, послезавтра - как выбрать кастрюлю. Одно и то же меню (борщ каждый день) - алгоритм заскучает и перестанет показывать.

Ваша задача после этой главы:

Посмотрите 10 популярных рилс в вашей ленте. Не на то, что там снято, а на ПЕРВЫЕ 3 СЕКУНДЫ. Ответьте себе: что там происходит? Крик, вопрос, неожиданный кадр, громкая музыка? Запишите 5 таких приемов. Это будет ваша шпаргалка.

Мы закончили вторую главу. Если вы поняли, как работает система оценки - считайте, вы сдали первый экзамен. Дальше мы научимся использовать помощника Claude, чтобы обмануть этот алгоритм в хорошем смысле.

ГЛАВА 3. ПЕРВОЕ ЗНАКОМСТВО С CLAUDE. КАК ЗАВЕСТИ ПОМОЩНИКА

Теперь мы подходим к самому интересному. Вы узнаете о существе, которое будет делать за вас 90% скучной работы. Его зовут Claude. Это не человек. Это искусственный интеллект - мощная компьютерная программа, которая понимает русский язык и умеет писать тексты, придумывать идеи и даже составлять сценарии.

Представьте, что Claude - это очень умный стажер, который работает бесплатно, не спит, не ест и никогда не устает. Вы даете ему задачу, и через несколько секунд получаете готовый результат. Единственное, что от вас требуется - правильно объяснить, что именно вам нужно.

Как зайти в Claude?

Это проще, чем зарегистрироваться в соцсетях.

Шаг 1. Откройте браузер на компьютере или телефоне (подойдет Google Chrome, Safari или Яндекс Браузер).

Шаг 2. Введите в поисковой строке: `claude.ai`.

Шаг 3. Нажмите кнопку «Sign Up» или «Зарегистрироваться».

Шаг 4. Введите вашу электронную почту. Подойдет любая: `mail.ru`, `gmail.com`, `yandex.ru`.

Шаг 5. Придумайте пароль. Запишите его в блокнот, чтобы не забыть.

Шаг 6. Подтвердите почту - вам придет письмо с ссылкой. Нажмите на нее.

Шаг 7. Готово. Вы попали в чат с Claude. Перед вами белое поле для ввода текста и пустой диалог.

Это все. Вам не нужно ничего скачивать. Claude работает в интернете, как сайт. Бесплатная версия позволяет отправлять ему около 20-30 запросов в день. Этого более чем достаточно для создания рилс. Если вам понадобится больше - есть платная версия за 20 долларов в месяц, но на старте она не нужна.

Как говорить с Claude?

Вы пишете ему на русском языке обычными словами. Как если бы вы разговаривали с соседом или внуком. Не надо использовать сложные термины. Claude понимает простую человеческую речь.

Примеры запросов, которые работают:

- «Клод, придумай 10 идей для видео про домашние цветы».

- «Напиши сценарий для короткого рилса о том, как быстро почистить ковер».
- «Сделай описание для моей карусели из 5 картинок о пользе зарядки».

Вы заметите, что Claude отвечает вежливо и подробно. Он всегда предлагает несколько вариантов. Ваша задача - выбрать тот, который вам нравится, или попросить переделать.

Главное правило общения с Claude:

Чем понятнее ваш запрос - тем лучше ответ. Если вы скажете просто «Напиши что-нибудь про борщ», вы получите общий текст. Если вы скажете «Напиши сценарий для 15 - секундного рилса о том, как сварить борщ за 30 минут с использованием готовых овощных смесей. Текст должен быть бодрым, с шутками. В конце спроси у зрителей: какой у них любимый суп?»- вы получите идеальный сценарий.

Мы дадим вам точные формулировки запросов в следующих главах. Вы сможете просто копировать их и менять только тему. Это называется «промпты» - волшебные фразы для нейросети.

Что Claude не умеет?

Он не умеет снимать видео и монтировать. Он не умеет рисовать картинки (для этого есть другие нейросети). Но он отлично пишет тексты, структурирует мысли и экономит ваше время. Вместо того чтобы сидеть час над одним сценарием, вы получаете 10 сценариев за 2 минуты.

Что делать, если боитесь?

Многие люди старшего возраста боятся новых технологий. Это нормально. Запомните: Claude - это просто инструмент, как нож или молоток. Вы не боитесь ножа, вы просто аккуратно режете хлеб. Так же и здесь. Вы не обязаны понимать, как работает искусственный интеллект. Вы просто используете его как помощника.

Задание для практики:

Прямо сейчас откройте claude.ai. Зарегистрируйтесь, если еще не сделали этого. Напишите ему первый запрос: «Привет, Клод. Меня зовут [ваше имя]. Я хочу научиться создавать рилс. Как ты можешь мне помочь? Просто ответь кратко». Посмотрите, как он отреагирует. Это займет 3 минуты, но вы перестанете бояться экрана.

Поздравляю. Теперь у вас есть личный ассистент. В следующей главе мы дадим ему настоящую работу - научим придумывать 100 идей за один раз.

ГЛАВА 4. ВАША ПЕРВАЯ ИДЕЯ. ГДЕ БРАТЬ 100 ТЕМ ДЛЯ ВИДЕО

Самая частая проблема, с которой сталкиваются новички: "Я не знаю, о чем снимать". Голова пустая. Кажется, что в жизни нет ничего интересного. Это обман. Интересное есть у каждого. Просто мы привыкли к своей жизни и не замечаем ценных вещей.

В этой главе мы решим проблему "пустой головы" раз и навсегда. Вы научитесь генерировать идеи легко, как на конвейере. И никакого творческого кризиса.

Правило первое: вы эксперт, даже если так не думаете

Повторите за мной: "Я знаю то, чего не знают другие". Это правда. Если вы 20 лет варите супы, у вас есть опыт. Если вы работали продавцом 5 лет, вы знаете покупателей. Если вы вырастили троих детей, вы знаете воспитание. Даже если вы пенсионер и просто каждый день гуляете в парке - вы знаете, как устроен этот парк, где растут грибы, когда прилетают птицы.

Ваш жизненный опыт - это миллион идей. Нужно просто их достать.

Самый простой способ найти темы:

Возьмите лист бумаги. Напишите 3 колонки:

1. Мои навыки (что я умею делать руками).
2. Мои знания (что я знаю и могу объяснить словами).
3. Мои проблемы (с чем я столкнулся и решил).

Из каждой колонки вытекают темы для рилс. Пример:

- Навык: "Я умею штопать носки". Тема: "Как заштопать дырку, чтобы не было видно".
- Знания: "Я знаю, как выбрать хорошую капусту на рынке". Тема: "3 секрета выбора капусты, которые скрывают продавцы".
- Проблема: "Я сломал кран и починил его сам". Тема: "Как починить кран без вызова сантехника".

Видите? Из обычной жизни получаются полезные видео. И эти видео точно кому-то нужны.

Как привлечь Claude для генерации идей:

Теперь включаем нашего помощника. Откройте Claude и скопируйте этот запрос. Только замените [ваша тема] на свою. Например: "домашние цветы", "вязание крючком", "бизнес на маркетплейсах".

Запрос для Claude:

"Клод, я занимаюсь [ваша тема]. Придумай для меня 50 идей для коротких видео рилс. Идеи должны быть простыми, полезными и вызывать эмоции. Каждая идея - это одно предложение. Не пиши длинных объяснений. Просто список. Сделай акцент на том, что удивляет людей или решает их проблемы. Начинай".

Нажмите "Отправить". Через 30 секунд Claude выдаст вам список. Выберите из него 10 самых лучших. Остальные 40 сохраните на будущее.

Пример того, что выдаст Claude для темы "вязание":

1. "Как связать шарф за один вечер, даже если вы никогда не вязали".
2. "Секрет ровных петель, о котором молчат профессионалы".
3. "Что делать, если пряжа закончилась на середине ряда".
4. "Как распустить старый свитер и получить бесплатную пряжу".
5. "10 ошибок начинающих вязальщиц и как их избежать".
6. "Как читать схему вязания, если вы не учили английский".
7. "Самый быстрый способ связать пинетки для новорожденного".
8. "Как ухаживать за вязаными вещами, чтобы они служили годами".
9. "Что подарить вязальщице на день рождения (бюджетные варианты)".
10. "Как заработать на вязании, если вы только начали".

Видите, как просто? Claude превращает одну тему в сотню подтем. Ваша задача - выбрать то, что вам откликается.

Три формулы вирусных заголовков:

Когда вы выбираете идею, обязательно переделывайте её под одну из трех формул. Эти формулы гарантируют внимание.

Формула 1: Цифра + Результат. "5 способов сэкономить на продуктах". "3 упражнения для спины за 2 минуты". Люди любят конкретику.

Формула 2: Отрицание + Правда. "То, что вы знали о диетах - ложь". "Вы делаете это не так". Люди любят разоблачения.

Формула 3: Вопрос + Интрига. "Почему ваш бизнес не растет?" "Зачем кошки крадут носки?" Вопрос заставляет задуматься и нажать на видео.

Что делать с идеями дальше?

Заведите отдельную заметку в телефоне или блокнот. Называйте его "Банк идей". Записывайте туда все, что придумал Claude и что пришло вам в голову. Когда придет время снимать - вы просто открываете блокнот и берете готовую тему. Никакого стресса.

Сколько идей нужно для 100 рилс?

Для 100 рилс вам нужно всего 20-30 хороших идей. Потому что каждую идею можно переснять в 3-4 вариациях. Например: "Как выбрать капусту" можно снять в формате: 1) утрен-

нее видео, 2) вечернее видео, 3) видео с юмором, 4) видео с советом для пенсионеров. И вуаля - у вас 4 рилс из одной темы.

Практическое задание к главе:

Откройте Claude. Отправьте запрос из этой главы. Получите 50 идей. Выберите 5 самых интересных. Запишите их в блокнот. Перепишите заголовки по формулам выше. Например, если Claude дал идею "Как сварить вкусный борщ", перепишите как "3 ошибки в борще, которые делают его невкусным". Это и будет ваш первый сценарий.

Теперь у вас есть идеи. Это фундамент. Без идей - никуда. С идеями - вы уже на полпути к успеху. В следующей главе мы научимся превращать эти идеи в готовые сценарии для рилс. Будет еще проще и быстрее.

ГЛАВА 5. КАК ПИСАТЬ СЦЕНАРИИ ДЛЯ РИЛС: ФОРМУЛА 3 СЕКУНД

Теперь у вас есть идеи. Но идея - это просто тема. Чтобы сделать рилс, нужен сценарий. Сценарий - это точный план: что вы говорите, что показываете, в какой последовательности.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.