

## سایز استوری و پست اینستاگرام (ابعاد استاندارد پست‌ها + اینفوگرافیک)

قطعا می‌توان گفت که شبکه اجتماعی اینستاگرام در حال حاضر محبوب‌ترین شبکه اجتماعی در ایران و جهان است، دیگه الان فکر نمی‌کنم شما شخصی را بشناسید که پیج اینستاگرام نداشته باشد! اینجا هستند تا بمانند. طبق اطلاعاتی که اینستاگرام منتشر کرده است، اینستاگرام در ماه بیش‌تر از یک میلیارد کاربر فعال دارد و طول یک روز بیش‌تر از ۵۰۰ میلیون استوری منتشر می‌شود! باورتان می‌شود؟! بیش‌تر از ۵۰۰ میلیون!

جالب است بدانید که استوری اینستاگرام یک ترند جهانی است و بعید به نظر می‌رسد که حالا حالاها از محبوبیت آن کاسته شود، شما در استوری پیج اینستاگرام‌تان می‌توانید مطالبی مثل: نظرات مشتریان راضی، نمایش محصولات به صورت خلاقانه، برندسازی و ... را منتشر کنید. بنابراین متداول‌ترین سوالات همه افراد برای ساخت پست و استوری اینستاگرام موارد زیر است:

- ✓ سایز استوری اینستاگرام
- ✓ سایز پست اینستاگرام
- ✓ سایز استوری اینستاگرام در فتوشاپ
- ✓ سایز استوری هایلایت
- ✓ سایز استوری عکس
- ✓ و....

خب حالا در این مقاله تصمیم گرفتیم که یک بار برای همیشه پاسخ سوالات بالا را بدیم، حال اگر می‌خواهید با [سایز استوری و پست در اینستاگرام](#) آشنا شوید و برای پیج اینستاگرام‌تان استوری و پست‌های جذاب طراحی کنید، اما نمی‌دانید که سایز مناسب آن‌ها چیست، ادامه مقاله را با دقت مطالعه کنید.

## سایزهای استاندارد عکس و فیلم در اینستاگرام

در حال حاضر شما می‌توانید در ۳ سایز مختلف پست‌های تصویری و ویدیویی خود را در اینستاگرام منتشر کنید:

- ✓ سایز مربع
- ✓ سایز افقی
- ✓ سایز عمودی

نوع پست	نسبت ابعاد	سایز استاندارد (پیکسل)
پست مربع (عکس)	۱:۱	۱۰۸۰×۱۰۸۰
پست افقی (عکس)	۱۶:۹ - ۱.۹۱:۱	۶۰۸×۱۰۸۰
پست عمودی (عکس)	۴:۵	۱۳۵۰×۱۰۸۰
استوری عمودی (عکس)	۹:۱۶	۱۹۲۰×۱۰۸۰
استوری افقی (عکس)	۱۶:۹ - ۱.۹۱:۱	۶۰۸×۱۰۸۰
کاور هایلایت	۱:۱	۲۰۰۰×۲۰۰۰
IGTV سایز کاور	۱:۱.۵۵	۶۵۴×۴۲۰
اندازه تصویر پروفایل	۱:۱	۱۸۰×۱۸۰
پست مربع (ویدیو)	۱:۱	۱۰۸۰×۱۰۸۰
پست افقی (ویدیو)	۱۶:۹ - ۱.۹۱:۱	۶۰۸×۱۰۸۰
پست عمودی (ویدیو)	۴:۵	۱۳۵۰×۱۰۸۰
IGTV (عمودی) ویدیو	۹:۱۶	۱۹۲۰×۱۰۸۰
IGTV (افقی) ویدیو	۱۶:۹	۱۰۸۰×۱۹۲۰
سایز لایو اینستاگرام	سرعت اینترنت	سرعت اینترنت

## سایز استوری اینستاگرام

ابعاد استاندارد استوری اینستاگرام ۱۰۸۰×۱۹۲۰ است یعنی سایز تصویری که می‌خواهید برای استوری اینستاگرام طراحی کنید، باید طول ۱۰۸۰ پیکسل و ارتفاع ۱۹۲۰ پیکسل داشته باشد، این یعنی نسبت ابعاد تصویر باید ۹:۱۶ باشد، توجه کنید که اگر می‌خواهید ویدیو عمودی در استوری منتشر کنید دقیقاً باید ابعاد ویدیو به همین ترتیب باشد یعنی نسبت ۹:۱۶ داشته باشد، حال اگر می‌خواهید ویدیو را به صورت افقی منتشر کنید دقیقاً باید همین ابعاد را برعکس کنید، یعنی ابعاد ۱۹۲۰×۱۰۸۰ پیکسل و نسبت ۱۶:۹ داشته باشد.

### اندازه محتوای استوری در اینستاگرام

حالت پرتره استوری

۹:۱۶

۱۰۸۰px در ۱۰۸۰px

موقع طراحی استوری، همیشه عادت داریم از تمام فضای استوری واسه جادادن محتوامون استفاده کنیم ولی مراقب باشیم که از مناطقی که با آبی مشخص کردم بیرون نزنید!

## ابعاد کاور هایلایت اینستاگرام

اگر می‌خواهید در پیج اینستاگرام خود برخی از استوری‌ها را ذخیره یا به اصطلاح اینستاگرامی، هایلایت کنید، نیاز هست که برای هر هایلایت یک کاور جذاب طراحی کنید، خب حالا به نظر شما سایز کاور هایلایت چند است؟

در پاسخ این سوال باید بگوییم که سایز کاور هایلایت ۲۰۰۰×۲۰۰۰ پیکسل و با نسبت ۱:۱ است و این یعنی اینکه شما می‌توانید هر تصویر مربعی شکل را به عنوان کاور هایلایت استفاده کنید.

## سایز پست اینستاگرام

هر چقدر اینستاگرام محبوب‌تر می‌شود، امکانات آن هم بیشتر می‌شود، در ابتدای کار اینستاگرام فقط می‌توانستید یک نوع تصویر را در پیج خود منتشر کنید و آن هم پست‌های مربعی بود، نه از استوری خبری بود و نه حتی می‌توانستید ویدیو منتشر کنید! بنابراین در ادامه این مقاله می‌خواهیم انواع ابعاد پست اینستاگرام را بررسی کنیم.

**اندازه محتوای عکس در اینستاگرام**

حالت پرتره

۱:۱

۱۰۸۰px در ۱۰۸۰px

حالت مربع

۴:۵

۱۰۸۰px در ۱۳۵۰px

حالت landscape

۱.۹۱:۱

۱۰۸۰px در ۶۰۸px

برای پست های اسلایدی از اندازه پرتره ۵:۴ استفاده کنید چون محتوای بیشتری رو میشه توش جا داد، فعلا هم محبوب ترین حالت هست.

## ابعاد استاندارد پست مربع در اینستاگرام

برای انتشار پست‌های مربع باید طول و عرض تصویر خود را یکسان در نظر بگیرید تا به شکل مربع باشند، بنابراین نسبت استاندارد برای پست مربع اینستاگرام ۱:۱ است و استانداردترین سایز هم ۱۰۸۰×۱۰۸۰ پیکسل است، شما می‌توانید پست‌های مربعی شکل را هر ابعاد مربع شکل دیگری هم طراحی کنید، اما اگر کوچکتر از این سایز پست‌تان را طراحی کنید ممکن است که در زمان بارگذاری کیفیت تصویر پایین باشد، چون خود اینستاگرام هم در نهایت سایز تصویر آپلودی را به نسبت تنظیمات دیتای کاربر کاهش می‌دهد تا سرعت بارگذاری تصاویر برای کاربرانی که اینترنت ضعیفتری دارند هم خوب باشد.

## سایز پست‌های عمودی در اینستاگرام

برای انتشار پست‌های عمودی باید تصاویر خود را با نسبت ۴:۵ طراحی کنید، بهترین سایز هم برای پست‌های عمودی ۱۰۸۰×۱۳۵۰ پیکسل است. توجه کنید که می‌توانید همین ابعاد را در ۲ ضرب کنید و پست عمودی خود را با ۲ برابر این ابعاد طراحی کنید، فرقی نمی‌کند فقط باید نسبت ۴:۵ را رعایت کنید تا تمام محتوای داخل تصویر به زیبایی نمایش داده شود.

## دوره آموزش ساخت قالب پست و استوری اینستاگرام

در دوره آموزشی ساخت پست و استوری اینستاگرام به سبک حرفه ای ها، یاد می‌گیرید که چگونه قالب ها و تمپلیت های اینستاگرامی فوق حرفه ای را برای پست ها و استوری های پیج اینستاگرام خود یا مشتریان تان طراحی کنید و با این کار هر روز به تعداد فالوورها و لایک های خود بیافزاید و حتی با طراحی پست و استوری برای پیج های دیگران به کسب درآمد بپردازید.

[برو به دوره آموزش ساخت قالب پست و استوری اینستاگرام](#)



## ابعاد پست‌های ویدیویی در اینستاگرام

حال در ادامه می‌خواهیم ابعاد پست‌های ویدیویی را بررسی کنیم، همان‌طور که در بالا و در جدول ابعاد پست‌های اینستاگرام مشاهده کردید، ابعاد پست‌های ویدیویی با پست‌های تصویری هیچ فرقی نمی‌کند و فقط همانند تصاویر نسبت آن‌ها را رعایت کنید.

### اندازه محتوای ویدئویی در اینستاگرام

حالت پورتره

۱:۱

۱۰۸۰px در ۱۰۸۰px

حالت مربع

۴:۵

۱۳۵۰px در ۱۰۸۰px

حالت landscape

۱.۹۱:۱

۶۰۸px در ۱۰۸۰px

اندازه پست‌های ویدئویی مثل پست‌های عکس هست ولی با انتخاب حالت landscape گوشه‌های ویدئوتون برش می‌خوره چون پیش نمایش ویدئوتوی اینستاگرام مربعی هست!

## سایز پست ویدیو مربعی در اینستاگرام

برای سایز پست‌های ویدیویی باید حتما نسبت ۱:۱ را رعایت کنید و استانداردترین سایز ویدیو ۱۰۸۰×۱۰۸۰ پیکسل است. بنابراین همانند پست‌های عکس باید در پست‌های ویدیو، طول و عرض پست برابر باشند.

## مشخصات پست ویدیویی در اینستاگرام

اگر می‌خواهید یک ویدیو را پست کنید باید ویدیوی شما مشخصات زیر را داشته باشد:

- ✓ ویدیو باید ۳۰ فریم بر ثانیه باشد
- ✓ حداکثر زمان ویدیو در هر پست ۶۰ ثانیه باشد
- ✓ زمان ویدیو نباید کمتر از ۲ ثانیه باشد
- ✓ نهایت حجم فایل ۴ گیگ باشد

حال اگر می‌خواهید در بخش پست‌های اینستاگرام ویدیو آپلود کنید باید مشخصات بالا را رعایت کنید و یک نکته مهم که حتما سعی کنید سایز ویدیو را در ابعاد استاندارد که در بالا به آن اشاره کردیم منتشر کنید تا بعد از انتشار از کیفیت آن کاسته نشود.

**نکته:** اگر می‌خواهید ویدیوهایی بیشتر از ۶۰ ثانیه را در اینستاگرام قرار دهید، ۲ راه دارید، اگر ویدیو کمتر از ۶۰۰ ثانیه است می‌توانید آن را به ۱۰ بخش ۶۰ ثانیه‌ای تقسیم کنید و به صورت پست اسلایدی منتشر کنید، و اگر زمان ویدیو بیشتر است، آن را در بخش IGTV اینستاگرام منتشر کنید.

## ابعاد پست ویدیویی افقی در اینستاگرام

اگر می‌خواهید پست ویدیویی افقی منتشر کنید، ویدیوی شما باید با نسبت ۱.۹۱:۱ و حداکثر ۱۶:۹ باشد، سایز استاندارد هم ۶۰۸×۱۰۸۰ پیکسل است، اگر موبایل خود را به صورت افقی بگیرید و فیلم‌برداری کنید، در حقیقت دارید با نسبت ۱۶:۹ فیلم‌برداری می‌کنید و این یعنی این‌که می‌توانید آن ویدیو را به صورت پست ویدیویی افقی در اینستاگرام منتشر کنید.



## ابعاد پست ویدیویی عمودی در اینستاگرام

اگر می‌خواهید یک پست ویدیویی عمودی منتشر کنید باید ویدیوی خود را با نسبت ۴:۵ بسازید و سائز استاندارد آن هم ۱۰۸۰×۱۳۵۰ پیکسل است.

## سائز استاندارد IGTV اینستاگرام

در ابتدا که قابلیت IGTV به اینستاگرام اضافه شد، فقط انتشار ویدیوهای عمودی امکان‌پذیر بود، اما هم‌اکنون می‌توانید ویدیوهای افقی را نیز در IGTV منتشر کنید، ابعاد استاندارد IGTV به صورت زیر است:

- ✓ نسبت استاندارد ویدیوهای IGTV به صورت عمودی ۹:۱۶ و سائز آن ۱۰۸۰×۱۹۲۰ است
- ✓ نسبت استاندارد ویدیوهای IGTV به صورت افقی ۱۶:۹ و سائز آن ۱۹۲۰×۱۰۸۰ است

### اندازه محتوای IGTV در اینستاگرام

حالت پیش‌نمایش برای IGTV



پیشنهاد می‌کنم به جای حق انتخاب دادن به اینستاگرام برای ایجاد کاور ویدئوتون، خودتون یک کاور زیبا برایش درست کنید و در بخش IGTV Covers آپلود کنید.

با اینکه شاید کار غیرمعمولی باشه ولی اگه براتون امکانش بود حتما واسه ویدئوهاتون زیرنویس درست کنید. اینطوری مخاطبتون نیاز نداره با صدای بلند گوش کنه یا هنسفری بزاره تا دقیق بفهمه چی می‌گین.

## سایز کاور پست IGTV اینستاگرام

اگر می‌خواهید برای پست‌های IGTV کاور طراحی کنید باید با نسبت ۱:۱.۵۵ و سایز استاندارد ۴۲۰×۶۵۴ پیکسل کاور خود را طراحی کنید.

### ابعاد لایو در اینستاگرام

در حال حاضر ابعاد لایو در اینستاگرام قابلیت شخصی‌سازی ندارد، و شما نمی‌توانید یک سایز مشخص را برای لایو در نظر بگیرید، بنابراین نیازی نیست نگران ابعاد لایو در اینستاگرام باشید چون خود پلتفرم اینستاگرام بر مبنای سرعت اینترنت شما سایز و کیفیت لایو را تنظیم می‌کند، تنها کاری که شما باید انجام دهید این است که موبایل خود را به صورت عمودی بگیرید و لایو خود را شروع کنید!

### اینفوگرافیک ابعاد پست‌ها در اینستاگرام

برای راحتی شما عزیزان در رابطه با ابعاد پست‌های مختلف در اینستاگرام یک اینفوگرافیک جامع طراحی کردیم که در زیر می‌توانید آن را مشاهده کنید:

# وبکیما

## راهنمای کامل

### ابعاد پست های عکس و ویدیو

## اینستاگرام

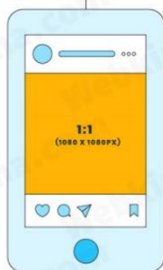
### سایز پست تصویری اینستاگرام

#### پست افقی



سایز استاندارد برای پست افقی: **1080×608** پیکسل است

#### پست مربعی



سایز استاندارد برای پست مربعی: **1080×1080** پیکسل است

#### پست عمودی



سایز استاندارد برای پست عمودی: **1080×1350** پیکسل است

### سایز پست ویدیویی اینستاگرام



سایز استاندارد ویدیو افقی: **1080×608** پیکسل



سایز استاندارد ویدیو عمودی: **1080×1350** پیکسل

### سایز استوری اینستاگرام



سایز استاندارد استوری افقی: **1080×608** پیکسل



سایز استاندارد استوری عمودی: **1080×1920** پیکسل

در انتها امیدواریم که مقاله سایز استوری و پست اینستاگرام، مورد پسند شما قرار گرفته باشد، هر گونه سوالی در رابطه با ابعاد پست‌های مختلف در اینستاگرام دارید در پایین همین مقاله و در بخش دیدگاه‌های سایت مطرح کنید تا خیلی زود پاسخ‌تون رو دریافت کنید، ممنون از شما که تا انتهای این مقاله همراه ما بودید(;

### مطالب مرتبط

- ✓ [کسب درآمد از اینستاگرام | راهنمای راه اندازی کسب و کار اینستاگرامی](#)
- ✓ [۱۲ ایده خلاقانه برای انتشار پست های اینستاگرامی](#)
- ✓ [ترفندهای افزایش فروش در اینستاگرام \(😊\) نحوه فروش محصولات در اینستاگرام](#)
- ✓ [خرید پیج اینستاگرام چه معایب و مزایایی دارد؟](#)
- ✓ [افزایش فالوور اینستاگرام](#)

## منبع: آکادمی دیجیتال مارکتینگ وبکیما

### دوره آموزش ساخت قالب پست و استوری اینستاگرام

در دوره آموزشی ساخت پست و استوری اینستاگرام به سبک حرفه ای ها، یاد می گیرید که چگونه قالب ها و تمپلیت های اینستاگرامی فوق حرفه ای را برای پست ها و استوری های پیج اینستاگرام خود یا مشتریان تان طراحی کنید و با این کار هر روز به تعداد فالوورها و لایک های خود بیافزاید و حتی با طراحی پست و استوری برای پیج های دیگران به کسب درآمد بپردازید.

[برو به دوره آموزش ساخت قالب پست و استوری اینستاگرام](#)

