



Kurs retuszu zdjęć w Adobe Photoshop i Lightroom - tryb indywidualny

Numer usługi 2025/10/13/14511/3074603

4 320,00 PLN brutto
4 320,00 PLN netto
120,00 PLN brutto/h
120,00 PLN netto/h

OPENITY SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,5 / 5

219 ocen

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🎓 Usługa szkoleniowa

🕒 36 h

📅 12.01.2026 do 09.02.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Artystyczne
Grupa docelowa usługi	Osoby, które chcą nabyć kompetencje w zakresie obróbki zdjęć w programie Adobe Photoshop Szkolenie jest skierowane do: • Właścicieli małych i średnich firm, którzy chcą zwiększyć swoją widoczność w social media i pozyskać nowych klientów. • Specjalistów ds. marketingu i osób odpowiedzialnych za promocję firmy w social media. • Przedsiębiorców w branży usługowej, takich jak fryzjerzy, barberzy, kosmetolodzy, trenerzy personalni, którzy chcą skutecznie promować swoje usługi online. • Osób, które planują rozpocząć działalność online i chcą budować swoją obecność w mediach społecznościowych od podstaw.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	22-12-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	36
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do praktycznego opanowania programu Adobe Photoshop. Kursant nauczy się świadomie używać możliwości, które oferuje program, aby obrobić zdjęcia w szerokim zakresie możliwości. Nauka rozpoczyna się od podstaw i przechodzi przez większość niezbędnych narzędzi korekty zdjęć i kreacji, jakie oferuje Adobe Photoshop. Nabytą wiedzę i umiejętności kursant będzie potrafił wykorzystać w praktyce.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza – charakteryzuje funkcje niezbędnych narzędzi w programie.	Definiuje istotne funkcje programu takie jak kadrowanie, krzywe, warstwy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności – dobiera właściwe funkcje programu do potrzebnej zmiany.	Odpowiednio dokonuje niezbędnej zmiany w obrabianym zdjęciu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne – ustala sobie cele i priorytety działania	Każdemu działaniu przypisuje priorytet, aby uzyskać założony cel.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Zapewniamy dostęp do pakietu 24 programów ADOBE

Retusz zdjęć w Adobe Photoshop

1. KOLOR I STYLIZACJA OBRAZU

1. Podstawowe narzędzia do modyfikacji koloru:

- Dopasuj kolor (Match Color)
- Wymień kolor (Replace Color)

2. Stylizacja kolorystyczna obrazu

- Praca z gradientami kolorów
- Stylizacje kolorystyczne: filmowa, vintage, pastelowa, kontrastowa
- Mieszanie kolorów z użyciem opcji i trybów mieszania
- Tworzenie serii zdjęć o spójnym wyglądzie
- Korekta odcienia skóry
- Wydobycie naturalnych tonów i kontrastu barw
- Subtelne wzmocnienie kolorów bez utraty szczegółów

2. PANEL CAMERA RAW I JEGO ZASTOSOWANIE W RETUSZU PORTRETOWYM

- Zakładka Mieszalnik kolorów – regulacja odcienia, nasycenia i luminancji poszczególnych kolorów
- Krzywe (Curves) i dopasowanie kontrastu tonalnego
- Narzędzia lokalne: pędzel korekcyjny, Filtry, Ustawienia predefiniowane
- Redukcja szumów, wyostrażanie, korekcja obiektywu

3. PROFESJONALNY RETUSZ PORTRETOWY

a) Technika Frequency Separation (FS)

- Rozdzielenie częstotliwości (tekstura / ton)
- Usuwanie skaz na warstwie wysokiej (High Frequency)
- Poprawa kolorystyki i jasności z wykorzystaniem pędzla mieszającego b) Retusz ust
- Zmiana koloru ust przy użyciu warstw dopasowania
- Dodanie ciemniejszej obwódki z wykorzystaniem stylów warstw (Layer Styles)

c) Retusz oczu

- Zmiana koloru tęczówki
- Usuwanie przebarwień i popękanych żyłek z użyciem Stempla i Pędzla korygującego

d) Retusz włosów

- Zmiana koloru włosów
- Wygładzenie fryzury i usuwanie odstających włosków za pomocą Stempla, i Punktowego pędzla korygującego
- Kontrola kontrastu i miękkości włosów – „cyfrowy fryzjer”

4. FILTRY I EFEKTY FOTOGRAFICZNE

- Rozmycia– wygładzanie skóry i tła
- Formowanie (Liquify) – subtelne modelowanie kształtu twarzy i ciała
- Filtry wyostrażające: Unsharp Mask, Smart Sharpen, Filtr górnoprzepustowy
- Wygładzanie zdjęć – Mediana, Rozmycie powierzchniowe, Usuwanie kurzu i zarysowań
- Mieszanie filtrów i różnych efektów graficznych w obróbce zdjęć
- Dodawanie i usuwanie szumu
- Efekty specjalne: mgła w plenerze- renderowanie efektów mgły i światła

5. OBIEKTY INTELIGENTNE W RETUSZU

- Definicja obiektu inteligentnego i konwersja warstw na obiekty inteligentne
- Nieniszcząca edycja i zachowanie jakości
- Filtry jako Smart Filters (Camera Raw, Gaussian Blur, Liquify, High Pass)
- Retusz skóry z użyciem Smart Object (Surface Blur, Camera Raw Filter)
- Warstwy, maski i praca z wieloma Smart Obiektami

6. FOTOMONTAŻ I PRACA Z TŁEM

- Zaawansowane techniki zaznaczania: Select Subject, Select and Mask, Color Range, Quick Mask, Pen Tool / Ścieżki/ Wielokątne / Magnetyczne
- Wymiana tła w portrecie – maskowanie włosów i dopasowanie krawędzi
- Dopasowanie kolorystyki i jasności wklejanych elementów

- Zamiana twarzy (Auto-Blend Layers)
- Dodawanie efektów świetlnych
- Tworzenie karykatur i efektów artystycznych

Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom

Lightroom – witamy w programie

- interfejs obsługi programu
- krótka prezentacja poszczególnych części programu
- library (biblioteka)
- develop (wywołanie)
- slideshow (pokaz slajdów)
- print (drukowanie)
- web (sieć www)

Z aparatu do programu - prezentacja możliwości pobierania i składania zdjęć w wybranych folderach

- od designu do funkcjonalności - omówienie rozplanowania przycisków oraz okien w części library (biblioteka)
- importowanie zdjęć - ćwiczenia wgrywania zdjęć
- sposoby importu
- organizacja katalogów
- praca bezpośrednia z plikami: przydawanie słów kluczowych, informacji o autorze, prawach autorskich itd.
- przeglądanie zdjęć, miniaturki, podgląd, informacje o wykonanym zdjęciu

Szybkie wywołanie w bibliotece - czyli jak przygotować zdjęcie w kilka minut

- wywołujemy jedno zdjęcie
- wywołujemy kilka, kilkanaście zdjęć na raz! - sposoby szybkiego wywołania
- wywoływanie zdjęć hurtowo

Wywołanie zdjęcia - DEVELOP - podstawy

- navigator, zbliżenia, suwaczki, guziczki, analiza zdjęcia - czyli kuchnia cyfrowej ciemni
- funkcje automatycznego wywoływania
- wywoływanie zdjęcia - ćwiczenia na wybranym przykładzie
- kolorystyka balansu bieli
- kiedy jaki ustawiać, auto, jak na zdjęciu (as shot), żarowe, słoneczne, w cieniu i inne
- jak zrobić wybrany balans bieli (custom white balance)
- jak dobierać balans bieli do pejzażu, a jak do portretu
- modyfikacje zdjęcia:
 - ekspozycja
 - wyciąganie szczegółów z czerni, oraz bieli
 - kontrast czerni
 - jasność, kontrast ogólny
 - nasycenie koloru, jaskrawość
 - wygrubienie

Eksport zdjęcia

- okienko eksportu zdjęcia funkcje i układ
- miejsce zapisu, nazywanie nowych plików
- pokazanie możliwości powiększania zdjęć słabej jakości, przygotowanie wielkiego formatu do wydruku
- dodatkowe informacje do umieszczenia w zdjęciu
- przestrzenie kolorystyczne w zdjęciach
- eksportowanie z wyostreniem pod: wydruk, ekran monitora itd.

Wywoływanie zdjęcia - ćwiczenia na wybranym przykładzie

- kolorystyka balansu bieli
- kiedy jaki ustawiać, auto, jak na zdjęciu (as shot), żarowe, słoneczne, w cieniu i inne
- jak zrobić wybrany balans bieli (custom white balance)
- jak dobierać balans bieli do pejzażu, a jak do portretu

Modyfikacje zdjęcia

- ekspozycja
- wyciąganie szczegółów z czerni, oraz bieli
- kontrast czerni
- jasność, kontrast ogólny
- nasycenie koloru, jaskrawość
- wygrubienie

Krzywe

Zarządzanie kolorami, niebo bardziej niebieskie, oczy bardziej zielone, itd.

Kolor: nasycenie, barwa, jasność ? czyli jak z oliwki zrobić kanarkowy, kolor w pejzażu i portrecie

Czerń i biel w fotografii cyfrowej,

- sposoby wykonywania zdjęć czarno-białych z kolorowych
- kolory w czerni i bieli

Kolorowe filtry, czyli tonowanie zdjęć

- techniki tonorozdzielcze w fotografii cyfrowej czarnobiałej
- kolorowanie zdjęć kolorowych
- kolorowanie zdjęć w cieniach i światłach, balans cieni i światel

Ostrość

- co to jest ostrość w zdjęciu, które jest cyfrowym plikiem?
- jak wyostrzać zdjęcia już ostre, jak nieostre i słabej jakości, jak wyostrzać zdjęcia z wysokim iso
- ostrość na krawędziach i dużych fragmentach zdjęcia
- manipulacja ostrością: moc wyostrenia, grubość wyostrenia, zasięg wyostrenia, ochrona partii obrazu nie wymagających ostrzenia

Szumy

- co to są szumy - charakterystyka: ilość, ostrość, kolorystyka
- wygładzanie szumów kolorowych, monochromatycznych
- siła wygładzania, odzyskiwanie detali zbyt wygładzonych

Kanały kolorystyczne, czyli dlaczego na moich zdjęciach jest zbyt dużo ciepłych tonów itd.

Usuwanie czerwonych oczu

Klonowanie oraz redukcja skaz, znaków, pieprzyków

- wielkość i zasięg działania pędzla

Filtry gradacyjne

- możliwości filtrów: rozjaśnianie, ściemnianie, wyostrenie, zwiększanie/zmniejszanie nasycenia kolorów, wygładzanie, itp.
- programowanie filtrów
- nadawanie kierunku, ostrości gradacji, oraz zasięgu filtrów
- zmiana i modyfikacja założonych filtrów

Pędzel - punktowy filtr

- rozmiar pędzla, ostrość końcówki, siła działania
- możliwości pędzla: rozjaśnianie, ściemnianie, wyostrenie, zwiększanie/zmniejszanie nasycenia kolorów, wygładzanie, itp.
- programowanie pędzli
- zmiana i modyfikacja założonych filtrów za pomocą pędzla

Szablony: hurtowe wywoływanie zdjęć

- wykorzystywanie szablonów producenta
- tworzenie szablonów na podstawie obrabionego zdjęcia
- zachowywanie, eksportowanie szablonów
- import szablonów z internetu

Usługa realizowana w formule godzin dydaktycznych 45 min. Przerwy i walidacja wliczają się w czas trwania usługi. Uczestnikowi przysługuje przerwa na każde 4 godzin – 15 minut. Przerwa realizowana jest na prośbę uczestnika.

Warunki organizacyjne:

- Zajęcia prowadzone są indywidualnie, co pozwala na indywidualne podejście do uczestnika.
- Uczestnik będzie miał zapewniony dostęp do pakietu Adobe.
- Uczestnik będzie miał dostęp do profesjonalnego sprzętu studyjnego na potrzeby zajęć praktycznych.

Liczba godzin w podziale na zajęcia:

- teoretyczne - 3 godz. lekc.
- praktyczne - 30 godz. lekc.

Sposób organizacji walidacji:

Walidacja zostanie przeprowadzona za pomocą testu teoretycznego z wynikiem generowanym automatycznie.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Adobe Photoshop cz.1	Agnieszka Mendel	12-01-2026	17:00	20:00	03:00
2 z 10 Adobe Photoshop cz.2	Agnieszka Mendel	15-01-2026	17:00	20:00	03:00
3 z 10 Adobe Photoshop cz.3	Agnieszka Mendel	19-01-2026	17:00	20:00	03:00
4 z 10 Adobe Photoshop cz.4	Agnieszka Mendel	22-01-2026	17:00	20:00	03:00
5 z 10 Adobe Photoshop cz.5	Agnieszka Mendel	26-01-2026	17:00	20:00	03:00
6 z 10 Adobe Photoshop cz.6	Agnieszka Mendel	29-01-2026	17:00	20:00	03:00
7 z 10 Adobe Lightroom cz.1	Kacper Bijoś	02-02-2026	17:00	20:00	03:00
8 z 10 Adobe Lightroom cz.2	Kacper Bijoś	05-02-2026	17:00	20:00	03:00
9 z 10 Adobe Lightroom cz.3	Kacper Bijoś	09-02-2026	17:00	19:45	02:45
10 z 10 Walidacja - test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	Kacper Bijoś	09-02-2026	19:45	20:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 320,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 320,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	120,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	120,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 6



1 z 6

Kamil Jurczyński

W trakcie pracy jako instruktor przeszkolił mnóstwo osób. Zawsze sumienny i dobrze zorganizowany. Od uczestników szkoleń zdobywał bardzo pozytywne opinie. W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działa w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje. Wykształcenie:

Technik fotografii

Specjalizacja:

Portret charakterystyczny, fotografia modowa, reportażowa i ślubna. Grafika rastrowa - Photoshop oraz Lightroom

Prowadzi zajęcia:

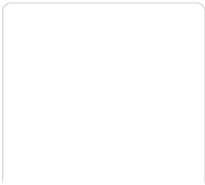
Kurs ogólny fotografii cyfrowej, warsztaty tematyczne



2 z 6

Marcin Kurasz

Twórca wizualny zajmujący się fotografią, rysunkiem i sztuką tatuażu. Student Fotografii i Multimediów na Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu, gdzie rozwija swoje autorskie podejście do obrazu jako formy osobistej ekspresji. Początkowo pracował jako fotograf produktowy, koncertowy i wizerunkowy, a dziś koncentruje się na działaniach artystycznych. Prowadzi warsztaty fotograficzne oraz zajęcia z rysunku. W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działa w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje.



3 z 6

Kacper Bijos

Wykształcenie:

Państwowa Wyższa Szkoła Filmowa, Telewizyjna i Teatralna im. Leona Schillera w Łodzi

Specjalizacja:

Fotografia analogowa i techniki szlachetne, fotografia dokumentalna, konceptualna

Parę słów od siebie:

W mojej twórczości inspirowe mnie miejsce, z którego pochodzę, region, historia, zwyczaje. Szukam intrygujących sytuacji - faktur, detali i płaszczyzn. W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działam w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje.



4 z 6

Sebastian Goździerski

W trakcie pracy jako instruktor przeszkolił mnóstwo osób. Zawsze sumienny i dobrze zorganizowany. Od uczestników szkoleń zdobywał bardzo pozytywne opinie. W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działam w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje. Wykształcenie:

Technik Fotografii i Multimediiów

Specjalizacja:

fotografia i grafika

Prowadzi zajęcia:

Kurs ogólny fotografii cyfrowej, warsztaty tematyczne, kursy cyfrowej obróbki zdjęć

Parę słów od siebie:

Zadaniem fotografa jest ukazanie rzeczywistości na swój wyjątkowy sposób. Dzięki naszej pracy/pasji możemy przekazywać swoje myśli w nie zawsze oczywisty sposób. Zadajmy sobie pytanie: Patrzymy na świat, czy go widzimy? Kompozycja, światło czy perspektywa to tylko początek drogi - początek, który musimy poznać, by stać się coraz lepszymi.



5 z 6

Mikołaj Nowosad

Wykształcenie - studia 1 stopnia ukończone, studia 2 stopnia w trakcie

Akademia Sztuk Pięknych w Łodzi

Specjalizacja Fotografia i multimedia

Działalność dodatkowa, LAGA duet muzyczny, tworzenie gier wideo w grupie Kolektyw Gry oraz animacji i grafiki 3D

Interesuję go fotografia jako medium w ciągłym ruchu – to, czym jest dzisiaj i czym może się stać. Zaczął od fotografii reportażowej i dokumentalnej, osadzonej w tematach etnograficznych i socjologicznych, pracował również w fotografii studyjnej oraz inscenizacyjnej. Aktualnie jest ona dla niego jedną z form wyrazu. W działalności artystycznej oprócz niej pracuje z dźwiękiem, obrazem ruchomym i interaktywnością. Szuka nowych sposobów działania na jej granicach, w nieostrościach i nieoczywistościach.

W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działam w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje



6 z 6

Agnieszka Mendel

Retuszer zdjęć / Grafik komputerowy

Posiada ponad 8-letnie doświadczenie w profesjonalnym retuszu zdjęć z wykorzystaniem Adobe Photoshop. Specjalizuje się w zaawansowanej obróbce graficznej zdjęć portretowych, produktowych i komercyjnych. W swojej pracy skupia się na detalach, zachowując naturalny wygląd zdjęć i spójność estetyczną z wizerunkiem marki lub zamysłem artystycznym fotografa. Przez kilka lat

pracowała jako retuszer w profesjonalnym studio fotograficznym BAD IDEA, gdzie zdobywała cenne doświadczenie w codziennej pracy z materiałem zdjęciowym, ucząc się również od zespołu fotografów i grafików. Dodatkowo szkoliła się u uznanych profesjonalistów z branży, co pozwoliło pogłębić jej wiedzę z zakresu retuszu high-end (m.in. Dodge & Burn, Frequency Separation), zarządzania kolorem oraz przygotowania zdjęć do druku i publikacji online. Na przestrzeni lat współpracowała z wieloma fotografami – zarówno z Polski, jak i z zagranicy – realizując projekty do sesji modowych, beauty, ślubnych, rodzinnych oraz komercyjnych. W ciągu ostatnich 5 lat, licząc wstecz od dnia rozpoczęcia usługi, aktywnie działa w branży zbierając i rozwijając swoje doświadczenie zawodowe oraz podnosząc swoje kwalifikacje.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

filmy instruktażowe

Informacje dodatkowe

Istnieje możliwość indywidualnego dostosowania terminów i godzin zajęć. W celu uzyskania informacji odnośnie dofinansowania, prosimy o kontakt z wybranym przez siebie operatorem.

filmy instruktażowe przesyłane po każdym zajęciach

Warunki techniczne

Zajęcia zdalne w czasie rzeczywistym realizujemy za pośrednictwem platformy Google Meet.

Wymagania sprzętowe:

- przeglądarka internetowa Chrome lub Firefox;
- dobrej jakości mikrofon lub słuchawki, a także posiadanie kamery;
- aby efektywnie uczestniczyć w zajęciach, które obejmują obróbkę zdjęć w programach Adobe, niezbędne jest wcześniejsze zainstalowanie wymaganego oprogramowania na własnym urządzeniu;
- komputer stacjonarny/laptop: Procesor: Intel i7 / AMD Ryzen 7 lub lepszy (minimum i5 / Ryzen 5);
- RAM: Minimum 16 GB, zalecane 32 GB;
- karta graficzna: Minimum 4 GB VRAM, zalecane 8 GB VRAM lub więcej;
- dyski: Koniecznie SSD na system i projekty (najlepiej dwa SSD, w tym jeden NVMe);
- system operacyjny: Aktualny Windows 10/11 lub macOS 12+.

Łącze Internetowe

- Pobieranie (download): Minimum 10 Mb/s.
- Wysyłanie (upload): Minimum 5 Mb/s.
- Stabilność: Zalecane połączenie kablowe (Ethernet).

Kontakt

Małgorzata Słomianna

E-mail kontakt@kursfoto.pl

Telefon (+48) 533 944 288

