



Montaż wideo w Adobe Premiere Pro – poziom podstawowy

Numer usługi 2026/03/26/186688/3439215

6 400,00 PLN brutto

6 400,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

150,00 PLN cena rynkowa ⓘ

MI6 Michał
Pisańczuk

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 64 h

📅 11.05.2026 do 20.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Projektowanie graficzne i wspomagane komputerowo
Grupa docelowa usługi	<p>Usługa skierowana jest do osób dorosłych, które chcą nabyć podstawowe umiejętności montażu wideo w programie Adobe Premiere Pro, w szczególności:</p> <ul style="list-style-type: none"> osób bez doświadczenia w montażu wideo, osób tworzących materiały na potrzeby własne (np. vlogi, media społecznościowe), pracowników firm odpowiedzialnych za tworzenie prostych materiałów wideo, przedsiębiorców chcących samodzielnie przygotowywać treści marketingowe, osób rozwijających kompetencje cyfrowe, samouków, którzy chcą uporządkować wiedzę i pracować w sposób systemowy.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	08-05-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	64
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem usługi jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego montażu prostych materiałów wideo w Adobe Premiere Pro poprzez organizację materiałów, edycję na osi czasu, zastosowanie podstawowych narzędzi montażowych, dodanie dźwięku, korekcję obrazu, wstawianie napisów oraz eksport gotowego filmu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje projekt montażowy w Adobe Premiere Pro	tworzy strukturę folderów na dysku	Obserwacja w warunkach symulowanych
	importuje materiały do projektu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	segreguje pliki w panelu Project	Obserwacja w warunkach symulowanych
Montuje materiał wideo na osi czasu	tworzy sekwencję dopasowaną do materiału	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przycina klipy i usuwa zbędne fragmenty	Obserwacja w warunkach symulowanych
	eliminuje luki na osi czasu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dodaje przejście Cross Dissolve	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje podstawowe przejścia wideo	reguluje długość przejścia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje wyciemnienie do czerni	Obserwacja w warunkach symulowanych
Edytuje dźwięk w projekcie	reguluje poziom głośności klipów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	unika przesterowania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dodaje i wygasza muzykę	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje podstawową korekcję obrazu	dostosowuje ekspozycję i kontrast	Obserwacja w warunkach symulowanych
	reguluje cienie i światła	Obserwacja w warunkach symulowanych
	modyfikuje nasycenie i temperaturę	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kadruje i przekształca obraz	skaluje i pozycjonuje obraz	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prostuje materiał wideo	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje narzędzie crop	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dodaje napisy do filmu	wstawia tekst do projektu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	formatuje napisy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	zapewnia czytelność tekstu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Eksportuje gotowy materiał wideo	wybiera format H.264	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ustawia parametry eksportu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	zapisuje plik w wybranej lokalizacji	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Dzień 1:

- Wprowadzenie do montażu wideo i parametrów obrazu
 - klatkaż, rozdzielczość, orientacja obrazu
 - zastosowanie w praktyce
- Interfejs Adobe Premiere Pro
 - omówienie paneli
 - zarządzanie przestrzenią roboczą
- Organizacja materiałów
 - struktura folderów
 - import plików
- Mini-projekt: organizacja i import materiału

Dzień 2:

- Tworzenie sekwencji i praca na osi czasu
 - ustawienia sekwencji
 - nawigacja po timeline
- Podstawy montażu
 - cięcie materiału
 - usuwanie fragmentów
- Edycja klipów
 - skracanie i dopasowanie ujęć
- Mini-projekt: montaż krótkiego filmu

Dzień 3:

- Praca na warstwach wideo
 - ścieżki i ich hierarchia
- Przejścia wideo
 - typy przejść
 - zastosowanie w praktyce
- Mini-projekt: slideshow ze zdjęć

Dzień 4:

- Podstawy pracy z dźwiękiem
 - ścieżki audio
 - kontrola dźwięku
- Edycja dźwięku
 - regulacja głośności
 - przejścia audio

- Mini-projekt: dodanie muzyki

Dzień 5:

- Wprowadzenie do korekcji obrazu
 - panel Lumetri Color
- Podstawowa korekcja
 - ekspozycja, kontrast, cienie
- Korekcja kolorów
 - nasycenie, temperatura
- Mini-projekt: poprawa jakości ujęć

Dzień 6:

- Transformacje obrazu
 - skala, pozycja, obrót
- Kadrowanie
 - usuwanie zbędnych elementów
 - stylizacja obrazu
- Mini-projekt: korekta kadru

Dzień 7:

- Dodawanie napisów
 - narzędzie tekstowe
 - formatowanie
- Eksport materiału
 - ustawienia eksportu
 - formaty plików
- Mini-projekt: finalizacja filmu

Dzień 8:

- Powtórzenie materiału
- Rozwiązywanie problemów
- Walidacja końcowa
 - wykonanie projektu wideo
 - samodzielna realizacja pełnego procesu montażu

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 56

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 2px; border-radius: 5px; display: inline-block;">1 z 56</div> identyfikacja podstaw wideo i określenie oczekiwań szkoleniowych	Trener	11-05-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 56 Przerwa 1	Trener	11-05-2026	10:00	10:30	00:30
3 z 56 tworzenie projektu i organizowanie przestrzeni roboczej programu	Trener	11-05-2026	10:30	12:30	02:00
4 z 56 Przerwa 2	Trener	11-05-2026	12:30	13:00	00:30
5 z 56 przygotowanie struktury plików i import materiałów wideo	Trener	11-05-2026	13:00	14:30	01:30
6 z 56 Przerwa 3	Trener	11-05-2026	14:30	15:00	00:30
7 z 56 porządkowanie materiałów i organizowanie folderów projektu	Trener	11-05-2026	15:00	16:00	01:00
8 z 56 tworzenie sekwencji i rozmieszczanie klipów na osi czasu	Trener	12-05-2026	08:00	10:00	02:00
9 z 56 Przerwa 1	Trener	12-05-2026	10:00	10:30	00:30
10 z 56 cięcie klipów i usuwanie zbędnych fragmentów nagrań	Trener	12-05-2026	10:30	12:30	02:00
11 z 56 Przerwa 2	Trener	12-05-2026	12:30	13:00	00:30
12 z 56 skracanie klipów i eliminowanie luk na osi czasu	Trener	12-05-2026	13:00	14:30	01:30
13 z 56 Przerwa 3	Trener	12-05-2026	14:30	15:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 56 montowanie krótkiego filmu z wybranych ujęć	Trener	12-05-2026	15:00	16:00	01:00
15 z 56 zarządzanie warstwami wideo i kontrolowanie widoczności ścieżek	Trener	13-05-2026	08:00	10:00	02:00
16 z 56 Przerwa 1	Trener	13-05-2026	10:00	10:30	00:30
17 z 56 stosowanie przejść wideo między ujęciami	Trener	13-05-2026	10:30	12:30	02:00
18 z 56 Przerwa 2	Trener	13-05-2026	12:30	13:00	00:30
19 z 56 dopasowanie długości przejść do charakteru filmu	Trener	13-05-2026	13:00	14:30	01:30
20 z 56 Przerwa 3	Trener	13-05-2026	14:30	15:00	00:30
21 z 56 tworzenie pokazów slajdów z wykorzystaniem przejść	Trener	13-05-2026	15:00	16:00	01:00
22 z 56 zarządzanie ścieżkami audio i kontrolowanie ich odtwarzania	Trener	14-05-2026	08:00	10:00	02:00
23 z 56 Przerwa 1	Trener	14-05-2026	10:00	10:30	00:30
24 z 56 regulowanie poziomu głośności klipów audio	Trener	14-05-2026	10:30	12:30	02:00
25 z 56 Przerwa 2	Trener	14-05-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 56 dodawanie muzyki i stosowanie przejść dźwiękowych	Trener	14-05-2026	13:00	14:30	01:30
27 z 56 Przerwa 3	Trener	14-05-2026	14:30	15:00	00:30
28 z 56 dopasowanie muzyki do filmu i końcowe wyciszenie	Trener	14-05-2026	15:00	16:00	01:00
29 z 56 identyfikowanie problemów obrazu i uruchamianie korekcji koloru	Trener	15-05-2026	08:00	10:00	02:00
30 z 56 Przerwa 1	Trener	15-05-2026	10:00	10:30	00:30
31 z 56 regulowanie jasności i kontrastu materiału wideo	Trener	15-05-2026	10:30	12:30	02:00
32 z 56 Przerwa 2	Trener	15-05-2026	12:30	13:00	00:30
33 z 56 dostosowanie nasycenia i temperatury kolorów obrazu	Trener	15-05-2026	13:00	14:30	01:30
34 z 56 Przerwa 3	Trener	15-05-2026	14:30	15:00	00:30
35 z 56 poprawa jakości obrazu w problematycznych ujęciach	Trener	15-05-2026	15:00	16:00	01:00
36 z 56 skalowanie obrazu i ukrywanie niepożądanych elementów	Trener	18-05-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
37 z 56 Przerwa 1	Trener	18-05-2026	10:00	10:30	00:30
38 z 56 pozycjonowanie i obracanie kadru w materiale wideo	Trener	18-05-2026	10:30	12:30	02:00
39 z 56 Przerwa 2	Trener	18-05-2026	12:30	13:00	00:30
40 z 56 kadrowanie obrazu i stylizowanie wyglądu filmu	Trener	18-05-2026	13:00	14:30	01:30
41 z 56 Przerwa 3	Trener	18-05-2026	14:30	15:00	00:30
42 z 56 poprawa kompozycji kadru i centrowanie obiektów	Trener	18-05-2026	15:00	16:00	01:00
43 z 56 tworzenie i edytowanie napisów w materiale wideo	Trener	19-05-2026	08:00	10:00	02:00
44 z 56 Przerwa 1	Trener	19-05-2026	10:00	10:30	00:30
45 z 56 zwiększanie czytelności napisów poprzez stylizację	Trener	19-05-2026	10:30	12:30	02:00
46 z 56 Przerwa 2	Trener	19-05-2026	12:30	13:00	00:30
47 z 56 konfiguracja eksportu i wybór parametrów pliku wideo	Trener	19-05-2026	13:00	14:30	01:30
48 z 56 Przerwa 3	Trener	19-05-2026	14:30	15:00	00:30
49 z 56 przygotowanie projektu do eksportu i zapis filmu	Trener	19-05-2026	15:00	16:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 56 Analiza umiejętności i przygotowanie do walidacji projektu	Trener	20-05-2026	08:00	10:00	02:00
51 z 56 Przerwa 1	Trener	20-05-2026	10:00	10:30	00:30
52 z 56 Wykonanie zadania walidacyjnego w zakresie kompozycji graficznej	-	20-05-2026	10:30	12:30	02:00
53 z 56 Przerwa 2	-	20-05-2026	12:30	13:00	00:30
54 z 56 Opracowanie typografii i kolorystyki w zadaniu walidacyjnym	-	20-05-2026	13:00	14:30	01:30
55 z 56 Przerwa 3	-	20-05-2026	14:30	15:00	00:30
56 z 56 Ekspert projektu i prezentacja wyników walidacji	-	20-05-2026	15:00	16:00	01:00

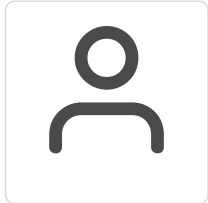
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 400,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Trener

Trener

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają komplet materiałów dydaktycznych wspierających proces uczenia się oraz utrwalenie zdobytej wiedzy i umiejętności. W ramach usługi rozwojowej zapewnione zostaną:

- **konspekt szkoleniowy** zawierający najważniejsze zagadnienia omawiane podczas szkolenia,
- **dostęp do materiałów wideo** – link do filmów na YouTube pogłębiających i rozszerzających zdobytą wiedzę na szkoleniu

Materiały dydaktyczne mają na celu umożliwienie uczestnikom samodzielnego powrotu do omawianych treści oraz dalszego rozwijania kompetencji po zakończeniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem udziału jest:

- umiejętność obsługi komputera na poziomie podstawowym.

Warunkiem otrzymania zaświadczenia/dyplomu jest udział w minimum 80% zajęć w ramach usługi rozwojowej oraz zaliczenie pozytywne proces waluacji

Informacje dodatkowe

W trakcie każdego dnia szkoleniowego, zgodnie z obowiązującymi wytycznymi, przewidziane są przerwy ujęte w harmonogramie zajęć i wliczone w cenę usługi rozwojowej. Zajęcia realizowane są w godzinach zegarowych. Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje zaświadczenie/certyfikat potwierdzający jej ukończenie oraz dokonuje oceny usługi w Bazie Usług Rozwojowych.

Warunki techniczne

Platforma realizacji szkolenia: Zoom

Wymagania techniczne dotyczące udziału w szkoleniu na platformie Zoom:

1. Sprzęt komputerowy:

- Uczestnik powinien dysponować komputerem stacjonarnym lub laptopem (PC lub Mac) z dostępem do sieci internet. Rekomendowane jest posiadanie kamery internetowej oraz mikrofonu w celu aktywnego udziału w zajęciach.

2. Przeglądarka internetowa:

- Zalecane jest korzystanie z aktualnych wersji przeglądarek internetowych, takich jak Google Chrome, Mozilla Firefox lub Safari, w celu zapewnienia prawidłowego działania platformy.

3. Połączenie internetowe:

- Wymagane jest stabilne połączenie internetowe o minimalnej przepustowości 2 Mbps umożliwiające udział w sesjach wideo. Dla zwiększenia stabilności połączenia rekomendowane jest korzystanie z łącza przewodowego.

4. Platforma Zoom:

- Przed rozpoczęciem szkolenia konieczne jest pobranie i zainstalowanie aktualnej wersji aplikacji Zoom oraz posiadanie aktywnego konta użytkownika (z możliwością założenia bezpłatnego konta).

1. System operacyjny:

- Szkolenie jest kompatybilne z systemami operacyjnymi Windows oraz macOS.

2. Oprogramowanie dodatkowe:

- Rekomendowane jest korzystanie z aktualnych wersji niezbędnego oprogramowania systemowego oraz przeglądarkowego w celu zapewnienia prawidłowej pracy środowiska szkoleniowego.

3. Dźwięk:

- Zaleca się korzystanie ze słuchawek z mikrofonem w celu poprawy jakości dźwięku oraz wcześniejsze sprawdzenie poprawności działania sprzętu audio.

Przygotowanie do szkolenia:

- Uczestnik powinien przed rozpoczęciem zajęć przetestować sprzęt oraz połączenie internetowe oraz zapewnić sobie ciche i komfortowe miejsce pracy.

Wsparcie techniczne:

- W trakcie realizacji szkolenia zapewniony jest kontakt z pomocą techniczną na wypadek wystąpienia problemów technicznych.

Spełnienie powyższych wymagań technicznych umożliwi sprawną realizację szkolenia, minimalizuje ryzyko zakłóceń oraz zapewnia efektywną komunikację pomiędzy prowadzącym a uczestnikami.

Kontakt



MICHAŁ PISAŃCZUK

E-mail szkolenia@pisanczuk.com

Telefon (+48) 504 382 739