



## Kurs - podstawy fotografii

Numer usługi 2026/04/22/181837/3506344

5 412,00 PLN brutto

4 400,00 PLN netto

270,60 PLN brutto/h

220,00 PLN netto/h

433,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Penelope Akademia  
Wizerunku Mirosław  
Rzeszut

★★★★★ 5,0 / 5

2 oceny

📍 Szczecin

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 11.05.2026 do 13.05.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Inne / Artystyczne

### Identyfikatory projektów

Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- osób początkujących zainteresowanych fotografią,
- osób planujących rozpoczęcie działalności fotograficznej,
- twórców internetowych (social media, blogerzy),
- osób chcących świadomie wykonywać zdjęcia prywatne lub komercyjne,
- pracowników branż kreatywnych.

Warunki udziału:

- ukończone 18 lat,
- brak wymaganego wykształcenia kierunkowego,
- mile widziane posiadanie własnego aparatu fotograficznego (lustrzanka, bezlusterkowiec lub zaawansowany kompakt).

**Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu "Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe"**

**Terminy kursów ustalamy indywidualnie**

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

4

### Data zakończenia rekrutacji

04-05-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

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 szkolenia jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego wykonywania poprawnych technicznie i estetycznie fotografii w warunkach studyjnych i plenerowych. Uczestnik zdobywa wiedzę z zakresu obsługi aparatu, zasad ekspozycji, kompozycji i pracy ze światłem oraz rozwija umiejętności realizacji sesji zdjęciowej i podstawowej obróbki fotografii w programach graficznych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje podstawowe pojęcia fotograficzne.	wyjaśnia trójkąt ekspozycji,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela tryby fotografowania,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	omawia zasady kompozycji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna zasady pracy ze światłem.	rozdziela światło naturalne i sztuczne,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	omawia rodzaje oświetlenia w portrecie,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje zastosowanie modyfikatorów światła.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie obsługuje aparat fotograficzny.	ustawia parametry ekspozycji,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje poprawnie naświetlone zdjęcie,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje zasady kompozycji.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik realizuje sesję zdjęciową.	ustawia światło w studio,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<p>prowadzi modela podczas sesji,</p> <p>wykonuje serię zdjęć w studio i plenerze.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
Uczestnik wykonuje podstawową obróbkę zdjęcia.	dokonuje korekcji kolorów,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<p>kadruje zdjęcie,</p> <p>wykonuje podstawowy retusz.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
Uczestnik pracuje odpowiedzialnie i estetycznie.	przestrzega zasad pracy ze sprzętem,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<p>współpracuje z modelem i grupą,</p> <p>przyjmuje informację zwrotną</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	wprowadza poprawki.	Obserwacja w warunkach symulowanych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Czas trwania: **20 godzin dydaktycznych** (1 godz. = 45 minut)

Forma: stacjonarna (sala + studio + plener)

Liczba uczestników: minimum 1 – maksimum 4 osoby

### Część teoretyczna – 8 godzin

1. Wprowadzenie do fotografii (historia, rodzaje fotografii)
2. Budowa aparatu i jego obsługa
3. Tryby fotografowania (automatyczne, półautomatyczne, manualne)
4. Trójkąt ekspozycji (przysłona, czas, ISO)
5. Zasady kompozycji
6. Fotografia w różnych warunkach oświetleniowych

### Część praktyczna – 12 godzin

1. Ćwiczenia z ustawień aparatu i kompozycji
2. Praca ze światłem w studio (portret)
3. Demonstracja ustawień światła (kluczowe, wypełniające, konturowe)
4. Kompozycja i pozowanie modela
5. Sesja zdjęciowa w studio
6. Sesja zdjęciowa w plenerze
7. Wprowadzenie do postprodukcji
8. Edycja zdjęć (korekcja kolorów, kadrowanie, retusz)

#### Walidacja

1. Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
2. Obserwacja w warunkach symulowanych

Szkolenie realizowane jest w małej grupie (1–4 osoby), co umożliwia indywidualną pracę praktyczną.

### Część teoretyczna:

- sala szkoleniowa,
- stanowisko dla każdego uczestnika (stół + krzesło),
- sprzęt multimedialny (monitor/ekran),
- materiały szkoleniowe (skrypt/notatnik),
- aparat fotograficzny (własny uczestnika lub zapewniony przez organizatora – min. 1 aparat na osobę).

### Część praktyczna – studio:

- przestrzeń studyjna,
- minimum 1 stanowisko fotograficzne na 2 uczestników,
- lampy błyskowe (min. 2 źródła światła),
- statywy oświetleniowe,
- modyfikatory światła (softbox, parasolka),
- tło fotograficzne,
- minimum 1 model/modelka do ćwiczeń w sesji portretowej (w przypadku małej grupy model rotacyjnie).

### Część praktyczna – plener:

- realizacja zdjęć w przestrzeni zewnętrznej,
- nadzór instruktora nad ustawieniami i kompozycją.

## Postprodukcja:

- do dyspozycji komputer
- zainstalowane oprogramowanie: Adobe Lightroom i/lub Photoshop (wersje edukacyjne/testowe),
- możliwość pracy na własnych zdjęciach wykonanych podczas kursu.

W harmonogramie kursu nie uwzględnia się przerwy. Na życzenie kursanta będą robione krótkie przerwy. Należy pamiętać, że te przerwy nie są wliczane do czasu usługi.

Uczestnicy szkolenia mają możliwość skorzystania z przerwy na indywidualne zgłoszenia.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 19

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 19</b> Wprowadzenie do fotografii historia fotografii rodzaje fotografii (portret, krajobraz, makro itp.)	Ilona Kobierska	11-05-2026	09:00	09:45	00:45
<b>2 z 19</b> Budowa aparatu fotograficznego obiektyw, matryca, wizjer podstawowe funkcje aparatu	Ilona Kobierska	11-05-2026	09:45	10:30	00:45
<b>3 z 19</b> Tryby fotografowania automatyczny, półautomatyczny, manualny	Ilona Kobierska	11-05-2026	10:30	11:15	00:45
<b>4 z 19</b> Trójkąt ekspozycji przysłona czas naświetlania ISO	Ilona Kobierska	11-05-2026	11:15	12:00	00:45
<b>5 z 19</b> Ćwiczenia: ustawianie parametrów aparatu	Ilona Kobierska	11-05-2026	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>6 z 19</b> Podstawy kompozycji trójpodział linie prowadzące mocne punkty kadru	Ilona Kobierska	11-05-2026	12:45	13:30	00:45
<b>7 z 19</b> Ćwiczenia fotograficzne – kompozycja w sali	Ilona Kobierska	11-05-2026	13:30	14:00	00:30
<b>8 z 19</b> Fotografia w różnych warunkach oświetleniowych światło naturalne i sztuczne	Ilona Kobierska	12-05-2026	09:00	09:45	00:45
<b>9 z 19</b> Rodzaje oświetlenia w portrecie światło kluczowe, wypełniające, konturowe	Ilona Kobierska	12-05-2026	09:45	10:30	00:45
<b>10 z 19</b> Ustawienie światła w studio	Ilona Kobierska	12-05-2026	10:30	11:15	00:45
<b>11 z 19</b> Kompozycja w portrecie i ustawienie planu	Ilona Kobierska	12-05-2026	11:15	12:00	00:45
<b>12 z 19</b> Techniki pozowania – praca z modelem	Ilona Kobierska	12-05-2026	12:00	12:45	00:45
<b>13 z 19</b> Sesja zdjęciowa w studio i w plenerze	Ilona Kobierska	12-05-2026	12:45	14:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>14 z 19</b> Wprowadzenie do postprodukcji omówienie programów Adobe Lightroom i Photoshop zasady pracy na plikach RAW i JPG	Ilona Kobierska	13-05-2026	09:00	09:45	00:45
<b>15 z 19</b> Podstawowe narzędzia edycyjne	Ilona Kobierska	13-05-2026	09:45	10:30	00:45
<b>16 z 19</b> Korekcja kolorów i ekspozycji	Ilona Kobierska	13-05-2026	10:30	11:15	00:45
<b>17 z 19</b> Kadrowanie i poprawa kompozycji	Ilona Kobierska	13-05-2026	11:15	12:00	00:45
<b>18 z 19</b> Podstawowy retusz zdjęcia	Ilona Kobierska	13-05-2026	12:00	13:15	01:15
<b>19 z 19</b> Walidacja - Uczestnicy przystąpią do testu teoretycznego, którego wyniki będą generowane automatycznie Obserwacja w warunkach symulowanych	-	13-05-2026	13:15	14:00	00:45

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 412,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	270,60 PLN
Koszt osobogodziny netto	220,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Ilona Kobierska

Jest fotografem oraz instruktorem fotografii z ponad dwudziestoletnim doświadczeniem w tej pasjonującej dziedzinie. Od początku jej przygody z fotografią, zawsze fascynowało ją uchwycenie ulotnych chwil oraz opowiadanie historii za pomocą obrazu. Przez lata miała okazję pracować w różnych obszarach fotografii, od portretów, przez fotografię krajobrazową, aż po fotografię reklamową oraz mody

Jej doświadczenie pozwoliło zgromadzić bogaty zasób wiedzy, którym z radością dzieli się z innymi. Jako instruktor fotografii wierzy, że umiejętność uchwycenia piękna otaczającego nas świata jest dostępna dla każdego, niezależnie od poziomu zaawansowania. Jej celem jest inspirowanie i motywowanie uczniów do odkrywania ich własnego stylu oraz wyrażania siebie poprzez fotografię. Pracując z różnymi osobami, dostosowuje swoje podejście do indywidualnych potrzeb uczestników, aby zapewnić im jak najlepsze zrozumienie technik i zasad fotografii. Wierzy, że każdy ma w sobie potencjał do tworzenia wyjątkowych obrazów, a jest tu, aby pomóc go odnaleźć. Fotografia to nie tylko jej zawód, ale także pasja, która cały czas ją inspirowuje. Cieszy się, że może dzielić się nią z innymi i wspierać w tej fotograficznej podróży.

Jest wykwalifikowaną wizażystką i stylistką co bardzo przydaje się przy sesjach zdjęciowych. Jest również instruktorem z wieloletnim doświadczeniem, prowadzi przede wszystkim kursy z zakresu fotografii i wizażu. Uwielbia dzielić się swoją wiedzą, którą często przekazuję w innym

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

#### Materiały Teoretyczne

- **Konspekt wiedzy:** Uczestnicy otrzymają konspekt wiedzy na własność, co pozwoli na łatwe przypomnienie sobie kluczowych informacji po zakończeniu kursu.

#### 2. Materiały Praktyczne

- **Sprzęt Fotograficzny:**
  - **Aparaty:** Uczestnicy mogą korzystać z własnych aparatów lub aparatów udostępnionych przez kurs.
  - **Obiektywy:** W zależności od dostępności, uczestnicy będą mieli możliwość przetestowania różnych typów obiektywów.
- **Akcesoria:**
  - **Statywy:** Umożliwiają stabilne ujęcia w trudnych warunkach oświetleniowych.
  - **Filtry:** Uczestnicy dowiedzą się, jak używać filtrów do modyfikacji efektów zdjęć.

### 3. Programy Graficzne

- **Oprogramowanie do Obróbki Zdjęć:** Uczestnicy otrzymają dostęp do podstawowych programów graficznych (np. Adobe Lightroom, GIMP), które będą używane w trakcie warsztatów z obróbki zdjęć.

#### Podsumowanie

Materiały dla uczestników kursu zostały starannie dobrane, aby wspierać zarówno teoretyczne, jak i praktyczne aspekty nauki fotografii. Uczestnicy będą mieli dostęp do niezbędnych narzędzi, które umożliwią im rozwój i doskonalenie umiejętności fotograficznych.

## Informacje dodatkowe

### Zawarto umowę z Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

W harmonogramie kursu nie uwzględnia się przerwy. Na życzenie kursanta będą robione krótkie przerwy. Należy pamiętać, że te przerwy nie są wliczane do czasu usługi.

Uczestnicy szkolenia mają możliwość skorzystania z przerwy na indywidualne zgłoszenia.

### Terminy kursów ustalamy indywidualnie

## Adres

ul. Henryka Sienkiewicza 6

71-311 Szczecin

woj. zachodniopomorskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Grażyna Kobierska**

**E-mail** [info@penelope.edu.pl](mailto:info@penelope.edu.pl)

**Telefon** (+48) 505 089 671