

kursfoto.pl

CENTRUM KREACJI
MULTIMEDIALNEJ

★★★★☆ 4,2 / 5

5 ocen

**Kurs fotografii studyjnej z obróbką zdjęć -
tryb indywidualny**

Numer usługi 2026/08/26/230259/3768261

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie
rzeczywistym)

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 20:00 h

📅 10.12.2026 do 07.01.2027

5 980,00 PLN brutto

5 980,00 PLN netto

299,00 PLN brutto/h

299,00 PLN netto/h

433,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Artystyczne

Osoby, które chcą poszerzyć swoje kompetencje w zakresie fotografii, a potrafią już pracować na trybach manualnych aparatu oraz osoby, które chcą nabyć kompetencje w zakresie obróbki zdjęć w programie Adobe Lightroom

Szkolenie jest skierowane do:

Grupa docelowa usługi

- **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

26-11-2026

Forma prowadzenia usługimieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie
rzeczywistym)**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do praktycznego opanowania obsługi profesjonalnego studia fotograficznego: od prezentacji wyposażenia i jego działania, przez metody pracy z oświetleniem, po indywidualną pracę z modelką. Usługa przygotowuje również do praktycznego opanowania programu Adobe Lightroom.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza – Charakteryzuje wyposażenie studia fotograficznego oraz zastosowanie sprzętu wykorzystywanego podczas fotografii studyjnej.	Rozróżnia rodzaje lamp studyjnych oraz ich podstawowe parametry.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje zastosowanie akcesoriów do modelowania światła w studiu fotograficznym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje funkcje dodatkowego wyposażenia studia fotograficznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza – Charakteryzuje zasady współpracy aparatu fotograficznego z oświetleniem studyjnym.	Rozróżnia sposoby synchronizacji aparatu z lampami błyskowymi.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje metody wyzwalania lamp błyskowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje wpływ ogniskowej i odległości od fotografowanego obiektu na charakter zdjęcia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia funkcje modułów programu Adobe Lightroom.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje zastosowanie poszczególnych modułów podczas pracy z fotografiami.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności – Wykonuje fotografie studyjne z zastosowaniem różnych metod oświetlenia.	Wskazuje etapy organizacji i zarządzania zdjęciami w programie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wykonuje fotografie z wykorzystaniem metody high-key, middle-key lub low-key.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera ustawienie źródeł światła do zamierzonego efektu fotograficznego.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności – Modeluje światło podczas realizacji fotografii studyjnej z wykorzystaniem akcesoriów oświetleniowych. Umiejętności – Wykonuje wywołanie i podstawową obróbkę fotografii z wykorzystaniem narzędzi programu Adobe Lightroom.	Wykonuje fotografie z zastosowaniem narzędzi do modelowania światła.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wykonuje fotografie z wykorzystaniem światła kontrującego lub zmiękczonego.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wykonuje korekcję ekspozycji, balansu bieli oraz kolorystyki fotografii.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wykonuje kadrowanie oraz korektę ostrości i redukcję szumów zdjęcia.	Analiza dowodów i deklaracji
Kompetencje społeczne – Ocenia znaczenie planowania oświetlenia i organizacji pracy podczas realizacji sesji studyjnej.	Wskazuje znaczenie przygotowania stanowiska pracy przed rozpoczęciem sesji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia działania wpływające na organizację pracy w studio fotograficznym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne – Uzasadnia znaczenie świadomego doboru sprzętu i akcesoriów podczas fotografii studyjnej. Kompetencje społeczne – Ocenia znaczenie organizacji pracy z materiałem fotograficznym podczas cyfrowej obróbki zdjęć.	Wskazuje znaczenie doboru sprzętu do rodzaju realizowanej fotografii.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia zastosowanie akcesoriów do modelowania światła.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje znaczenie katalogowania fotografii w procesie pracy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia działania wpływające na sprawne zarządzanie materiałem fotograficznym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażenie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Cz.1

1. Prezentacja wyposażenia studia i omówienie jego działania:

- lampy błyskowe: parametry, właściwości, obsługa
- akcesoria do lamp: modelowanie światła
- wyposażenie dodatkowe studia (softboxy, blendy itp.)
- omówienie ekologicznych aspektów pracy w studio fotograficznym – wybór energooszczędnych lamp, ograniczenie zużycia materiałów eksploatacyjnych, cyfrowa obróbka w zamian za drukowanie próbnych wersji

2. Aparat fotograficzny i jego praca w przestrzeni studyjnej:

- synchronizacja z migawką aparatu
- sposoby wyzwolenia lamp błyskowych (kostka+kabelek, radiowyzwalacz, podczerwień)
- wyzwalamie wielu źródeł światła (z użyciem zewnętrznej lampy błyskowej aparatu)
- ogniskowa i odległość od modelu a charakter zdjęcia

Cz.2

3. Metody pracy z oświetleniem (wykonywanie zdjęć w poszczególnych metodach):

- middle-key - średni klucz
- high-key - wysoki klucz
- low-key - niski klucz

4. Praca ze światłem (wykonywanie zdjęć)

- zmiękczenie światła (softboxy, parasolki)
- likwidacja cieni przy różnych ustawieniach modelu (blenda, ustawienie lamp - proporcje błysku użytych lamp, zmiękczacze)
- modelowanie światła (czasza, strumienica, plaster miodu)
- zdjęcia w kontrze
- operowanie kontrastem oświetlenia
- wprowadzenie do cyfrowych narzędzi obróbki zdjęć

5. Indywidualna praca z modelką

- Ty kierujesz, instruktor doradza
- uczestnicy wykonują rolę asystentów
- każdy ma pełnych 30 minut

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 wyostrzeniem 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 światła

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 obrobionego zdjęcia
- zachowywanie, eksportowanie szablonów

· import szablonów z internetu

*realizacja programu zależna od tempa pracy uczestnika

Przerwy i walidacja wliczają się w czas trwania usługi.

Warunki organizacyjne:

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

Liczba godzin w podziale na zajęcia:

- teoretyczne - 3 godz.
- praktyczne - 17 godz.

Sposób przeprowadzenia walidacji:

- **Weryfikacja wiedzy i kompetencji społecznych:** przeprowadzona zostanie za pomocą testu wiedzy (z wynikiem generowanym automatycznie) na ostatnich zajęciach, sprawdzającego znajomość m.in. zagadnień technicznych, formatów plików czy zasad kompozycji.
- **Weryfikacja umiejętności (część praktyczna):** Przeprowadzona zostanie za pomocą **analizy dowodów i deklaracji**. Uczestnik będzie miał za zadanie samodzielne wykonanie pracy zdjęciowej/obróbkowej zgodnie z wytycznymi.
 - weryfikację podlegającą ocenie walidacyjnej nie przeprowadza trener prowadzący zajęcia
 - dowody i deklaracje w postaci zdjęć zostaną wykonane w trakcie części praktycznej szkolenia, następnie zebrane przez trenera i wysłane do walidatora lub do BOK
 - w przypadku zdalnych zajęć praktycznych w czasie rzeczywistym weryfikacja może się odbyć w postaci obserwacji realizacji zadania w formie odtworzonego nagrania zajęć, bądź pracy w formie elektronicznej wysłanej do walidatora lub do BOK
 - sprawdzenie dowodów i deklaracji zostanie zweryfikowane w ciągu 7 dni od zakończenia szkolenia.
 - w każdej sytuacji z działań osoby wyznaczonej do walidacji powinien powstać raport dołączony do dokumentacji szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 20

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 20 Fotografia studyjna cz.1	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-12-2026	08:01	09:30	01:29	Tak
2 z 20 -	Przerwa	-	10-12-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
3 z 20 Fotografia studyjna cz.1 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-12-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
4 z 20 -	Przerwa	-	10-12-2026	11:15	11:30	00:15	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
5 z 20 Fotografia studyjna cz.1 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-12-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
6 z 20 Fotografia studyjna cz.2	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	15-12-2026	08:01	09:30	01:29	Tak
7 z 20 -	Przerwa	-	15-12-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
8 z 20 Fotografia studyjna cz.2	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	15-12-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
9 z 20 -	Przerwa	-	15-12-2026	11:15	11:30	00:15	Tak
10 z 20 Fotografia studyjna cz.2 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	15-12-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
11 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 1	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	17-12-2026	10:00	11:15	01:15	Nie
12 z 20 -	Przerwa	-	17-12-2026	11:15	11:30	00:15	Nie
13 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 1 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	17-12-2026	11:30	13:02	01:32	Nie
14 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 2	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	05-01-2027	10:00	11:15	01:15	Nie
15 z 20 -	Przerwa	-	05-01-2027	11:15	11:30	00:15	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
16 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 2 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	05-01-2027	11:30	13:00	01:30	Nie
17 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 3	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	07-01-2027	10:00	11:45	01:45	Nie
18 z 20 -	Przerwa	-	07-01-2027	11:45	12:00	00:15	Nie
19 z 20 Obróbka zdjęć w programie Adobe Lightroom cz. 3 c.d.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	07-01-2027	12:00	13:45	01:45	Nie
20 z 20 -	Walidacja	-	07-01-2027	13:45	14:00	00:15	Nie

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	20:00
w tym suma godzin zajęć	18:00
w tym suma godzin walidacji	00:15
w tym suma przerw	01:45
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	24:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 980,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 980,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	299,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	299,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	20:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Aleksander Monkiewicz

Wykształcenie: Warszawska Szkoła Filmowa, kierunek: Fotografia (2020-2024); 2024 - obecnie Uniwersytet Warszawski:Dziennikarstwo i medioznawstwa, specjalizacja fotograficzna. Od 6 lat zajmuje się profesjonalnie fotografią. Przez większość tego czasu pracował jako fotograf kulinarny.Od listopada 2020 do teraz pracuje jako fotograf produktowy, gdzie zajmuje się kreowaniem strategii marketingowej, przygotowaniem planu zdjęciowego, ustawień świetlnych oraz kompozycji, postprodukcją zdjęć oraz wysyłką gotowego produktu do klienta. W okresie marzec 2023 - czerwiec 2024 zajmował się fotografią produktową, realizacją sesji zdjęciowych na zlecenie agencji, przygotowaniem planu zdjęciowego, postprodukcją zdjęć oraz wysyłką gotowego produktu do klienta. W okresie maj 2022 - wrzesień 2023 zajmował się przygotowaniem kulinarnych sesji zdjęciowych, tworzeniem contentu promującego restauracje oraz budowaniem aktywnej grupy odbiorców. W okresie maj 2022 - maj 2023 aktywnie działał w branży fotograficznej.

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 każdych 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).

Adres

ul. Leona Kruczkowskiego 3a

00-380 Warszawa

woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Kącik kawowy

Kontakt



Małgorzata Słomianna

E-mail kontakt@kursfoto.pl

Telefon (+48) 533 944 288