

CENTRUM KREACJI
MULTIMEDIALNEJ

★★★★☆ 4,2 / 5

5 ocen

**Kurs Fotografia portretu z obróbką zdjęć -
tryb indywidualny**

Numer usługi 2026/09/22/230259/3826585

📍 Gdynia

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 20:00 h

📅 10.11.2026 do 19.11.2026

6 600,00 PLN brutto

6 600,00 PLN netto

330,00 PLN brutto/h

330,00 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. Warsztaty mają nas przygotować do pracy portretowej, od podstaw nauczyć patrzeć okiem obiektywu aparatu. Podczas zajęć zajmiemy się najróżniejszymi aspektami fotografii portretowej. Nauczymy się klasycznych układów portretu podglądając dzieła wielkich mistrzów, kontrolować światło w portrecie psychologicznym.

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

26-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do praktycznego opanowania fotografii w ramach fotografii portretowej. Kursant nauczy się świadomie używać ustawień aparatu, właściwie je komponować i wykonywać zdjęcia z fotografii portretowej. 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 rodzaje portretu oraz ich cechy z uwzględnieniem sposobu budowania przekazu fotograficznego.	Rozróżnia rodzaje portretu na podstawie ich cech charakterystycznych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje elementy wpływające na charakter portretu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza - Charakteryzuje wpływ światła naturalnego i sztucznego oraz doboru obiektywów na efekt fotografii portretowej.	Rozróżnia rodzaje oświetlenia stosowane w fotografii portretowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje zastosowanie obiektywów w zależności od efektu fotograficznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uzasadnia wpływ kierunku i rodzaju światła na wygląd portretu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia elementy budujące narrację w fotografii portretowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje cechy kompozycji dyptyku.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza – Charakteryzuje funkcje programu Adobe Lightroom oraz zastosowanie jego modułów w procesie organizacji i obróbki fotografii.	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
	Wskazuje etapy organizacji i zarządzania zdjęciami w programie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza – Charakteryzuje narzędzia wykorzystywane do wywoływania i edycji fotografii cyfrowej w programie Adobe Lightroom.	Rozróżnia narzędzia służące do korekcji ekspozycji, balansu bieli i kolorystyki zdjęć.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje zastosowanie narzędzi do kadrowania, wyostrażania oraz redukcji szumów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje zastosowanie filtrów, pędzli oraz narzędzi lokalnej edycji fotografii.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności - Projektuje koncepcję fotografii portretowej z uwzględnieniem rodzaju portretu, światła oraz kompozycji.	Uzasadnia dobór kompozycji i kadru.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera rodzaj portretu do założonego efektu.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera sposób oświetlenia do koncepcji zdjęcia.	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności - Planuje wykorzystanie światła, obiektywu podczas realizacji fotografii portretowej.	Dobiera rodzaj światła do planowanej fotografii.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera obiektyw do zamierzonego efektu portretowego.	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności - Projektuje narrację fotograficzną z wykorzystaniem portretu i dyptyku.	Dobiera elementy budujące narrację fotograficzną.	Analiza dowodów i deklaracji
	Planuje układ zdjęć tworzących dyptyk.	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności – Organizuje fotografie w programie Adobe Lightroom z wykorzystaniem katalogów, metadanych i systemu ocen.	Importuje fotografie do programu Adobe Lightroom.	Analiza dowodów i deklaracji
	Organizuje fotografie z wykorzystaniem katalogów, słów kluczowych i ocen.	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności – Wykonuje wywołanie i podstawową obróbkę fotografii z wykorzystaniem narzędzi programu Adobe Lightroom.	Wykonuje korekcję ekspozycji, balansu bieli oraz kolorystyki fotografii.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wykonuje kadrowanie oraz korektę ostrości i redukcję szumów zdjęcia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne - Ocenia wpływ sposobu komunikacji z modelem na realizację fotografii portretowej.	Rozróżnia zasady współpracy z modelem podczas sesji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje działania wspierające budowanie relacji z modelem.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uzasadnia znaczenie komunikacji w fotografii portretowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne – Ocenia znaczenie organizacji pracy z materiałem fotograficznym podczas cyfrowej obróbki zdjęć.	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 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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Cz.1

1. Wstęp do portretu

- Portret. Rodzaje portretu, światło sztuczne i zastane. Portret klasyczny, psychologiczny. Obiektywy od rybiego oka po tele - czyli czym robić portrety? Ustawienie światła, pozy. Ruch w portrecie!
- Zarządzenie światłem sztucznym - praktyczny pokaz różnych ustawień światła studyjnego, symulacje różnych warunków oświetleniowych.

- Zarządzanie światłem naturalnym - co i jak możemy zrobić przy świetle naturalnym.

2. Dyptyk w portrecie

- Portret jako dyptyk
- Tworzenie narracji w fotografii
- Model i jego otoczenie. Model i jego atrybut. Światło sztuczne oraz naturalne. Detal w portrecie.

Cz.2

3. Portret zaawansowany

- Wykład przedstawiający sylwetki oraz metody pracy uznanych portrecistów
- Konsultacje prac uczestników
- Ćwiczenia warsztatowe: światło malarskie oraz punktowe. Sztuka portretu - wydobywanie najważniejszych cech fizjonomii, cech charakteru. Kreacja w portrecie.

4. Podsumowanie

- Podsumowanie wiedzy z całych warsztatów

Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom

Cz.1

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

Zarządzanie zdjęciami

- filtry: text, gwiazdki, kolory - czyli sposoby na oznaczanie, ocenianie, katalogowanie zdjęć
- wstępna ocena zdjęć i podział według przydatności, ew. rodzajów

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
- porównywanie zdjęć: oryginał, nowe zdjęcie
 - kadrowanie zdjęcia, podgląd przed i po wykadrowaniu, formaty zdjęć - labowe, własne, jak zrobić kwadrat, itp.
 - wyrównywanie horyzontu zdjęcia

Cz.2

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

Cz,3

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,

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

Kolorowe filtry, czyli tonowanie zdjęć

1. techniki tonoroździelcze w fotografii cyfrowej czarnobiałej
2. kolorowanie zdjęć kolorowych
3. kolorowanie zdjęć w cieniach i światłach, balans cieni i światel

Ostrość

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

Cz.4

Szumy

- co to są szumy - charakterystyka: ilość, ostrość, kolorystyka
- wygładzanie szumów kolorowych, monochromatycznych

- siła wygładzania, odzyskiwanie detali zbyt wygładzonych

Winietowanie i efekty specjalne, czyli co w najświeższej fotograficznej trawie piszczy

- jak usuwać winietę
- jak dorabiać winietę
- jak modyfikować dla własnych celów, symulacje możliwości, ramki itd.

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, wyostrozanie, 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, wyostrozanie, 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
- systemu tworzenia szablonów: pełna obróbka, częściowa obróbka, np. Szablony tylko do wyostrozania zdjęć, osobne do kolorów itd.

*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 samodzielnie 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: 21

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Fotografia portretowa cz.1	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-11-2026	10:00	11:15	01:15
2 z 21 -	Przerwa	-	10-11-2026	11:15	11:35	00:20
3 z 21 Fotografia portretowa cz.1 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-11-2026	11:35	12:50	01:15
4 z 21 -	Przerwa	-	10-11-2026	12:50	13:10	00:20
5 z 21 Fotografia portretowa cz.1 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-11-2026	13:10	14:25	01:15
6 z 21 -	Przerwa	-	10-11-2026	14:25	14:45	00:20
7 z 21 Fotografia portretowa cz.1 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	10-11-2026	14:45	16:00	01:15
8 z 21 Fotografia portretowa cz.2	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	12-11-2026	10:00	11:15	01:15
9 z 21 -	Przerwa	-	12-11-2026	11:15	11:35	00:20
10 z 21 Fotografia portretowa cz.2 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	12-11-2026	11:35	12:50	01:15
11 z 21 -	Przerwa	-	12-11-2026	12:50	13:10	00:20
12 z 21 Fotografia portretowa cz.2 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	12-11-2026	13:10	14:25	01:15
13 z 21 -	Przerwa	-	12-11-2026	14:25	14:45	00:20

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 21 Fotografia portretowa cz.2 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	12-11-2026	14:45	16:00	01:15
15 z 21 Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom cz.1	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	17-11-2026	17:00	18:55	01:55
16 z 21 -	Przerwa	-	17-11-2026	18:55	19:10	00:15
17 z 21 Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom cz.1 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	17-11-2026	19:10	21:00	01:50
18 z 21 Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom cz.2	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	19-11-2026	17:00	18:55	01:55
19 z 21 -	Przerwa	-	19-11-2026	18:55	19:10	00:15
20 z 21 Obróbka zdjęć w Adobe Lightroom cz.2 cd.	Zajęcia	Aleksander Monkiewicz	19-11-2026	19:10	20:40	01:30
21 z 21 -	Walidacja	-	19-11-2026	20:40	21:00	00:20

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	20:00
w tym suma godzin zajęć	17:10
w tym suma godzin walidacji	00:20
w tym suma przerw	02:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	23:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	330,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	330,00 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

Prezentacje multimedialne

Informacje dodatkowe

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

Adres

ul. Chwarznieńska 138

81-602 Gdynia

woj. pomorskie

Miejsce realizacji usługi: Warszawa ul. Leona Kruczkowskiego 3a

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Kącik kawowy

Kontakt



Małgorzata Słomianna

E-mail kontakt@kursfoto.pl

Telefon (+48) 533 944 288