



AKADEMIA AQUA
FLY Miłosz
Dąbrowski

★★★★★ 5,0 / 5
1 338 ocen

Fotografia i film podwodny – techniki tworzenia profesjonalnych materiałów foto i video

Numer usługi 2026/09/22/43359/3827022

📍 Olsztyn
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe z praktyką indywidualną
🕒 21:00 h
📅 02.11.2026 do 09.11.2026

2 410,80 PLN brutto
1 960,00 PLN netto
114,80 PLN brutto/h
93,33 PLN netto/h
264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Usługa skierowana jest do osób posiadających doświadczenie nurkowe, które chcą rozwijać kompetencje w zakresie fotografii i filmowania podwodnego, w szczególności divemasterów, przewodników nurkowych, instruktorów, pracowników centrów nurkowych oraz osób zajmujących się organizacją i promocją usług nurkowych.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	01-11-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Po zakończeniu usługi uczestnik samodzielnie przygotowuje i obsługuje zestaw do fotografii i filmowania podwodnego, dobiera ustawienia aparatu oraz parametry ekspozycji do warunków środowiskowych, wykorzystuje oświetlenie naturalne i sztuczne, stosuje zasady kompozycji obrazu, wykonuje zdjęcia i materiały video pod wodą z zachowaniem zasad bezpieczeństwa oraz dokonuje podstawowej selekcji i obróbki wykonanego materiału.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera i przygotowuje sprzęt do fotografii i filmowania podwodnego Dobiera ustawienia aparatu i oświetlenia do warunków podwodnych	rozdzieli podstawowe rodzaje aparatów, obiektywów, obudów i oświetlenia	Wywiad swobodny
	dobiera wyposażenie do rodzaju wykonywanego materiału	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prawidłowo montuje i kontroluje zestaw	Obserwacja w warunkach symulowanych
	sprawdza uszczelnienia i przygotowuje sprzęt do pracy pod wodą	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wyjaśnia wpływ wody i głębokości na światło oraz kolory	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera ISO, czas migawki, przysłonę, balans bieli i sposób ustawiania ostrości	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje zdjęcia i materiały video pod wodą	wykorzystuje histogram do oceny ekspozycji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera i ustawia oświetlenie naturalne lub sztuczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje zasady kompozycji i kadrowania; dobiera perspektywę i sposób prowadzenia ujęcia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	zachowuje neutralną pływalność podczas obsługi zestawu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Opracowuje wykonany materiał oraz prawidłowo zabezpiecza sprzęt po pracy	bezpiecznie przemieszcza się z aparatem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje poprawnie naświetlone i skomponowane zdjęcia lub materiały video	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dokonyuje selekcji zdjęć i nagrań	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje podstawową korektę ekspozycji, kolorów, kadrowania i ostrości	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prawidłowo płucze, demontuje, kontroluje i przygotowuje sprzęt do przechowywania	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje i kompetencje

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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie koncentruje się na przygotowaniu i obsłudze sprzętu, doborze ustawień aparatu i oświetlenia, zasadach kompozycji, praktycznym wykonywaniu zdjęć i materiałów video pod wodą, analizie rezultatów oraz selekcji i podstawowej obróbce materiału.

1. Podstawy fotografii i filmu podwodnego

- wpływ środowiska wodnego na światło i kolory;
- pochłanianie barw wraz ze wzrostem głębokości;
- odbicie, rozpraszanie i refrakcja;
- podstawowe zasady ekspozycji;
- specyfika wykonywania zdjęć pod wodą;
- specyfika filmowania pod wodą;
- różnice pomiędzy fotografowaniem i filmowaniem;
- analiza najczęściej występujących błędów.

2. Sprzęt i przygotowanie zestawu

- aparaty, obiektywy i obudowy podwodne;
- fotografia szerokokątna i makro;
- dobór obiektywu do rodzaju fotografowanego obiektu;
- lampy błyskowe i światło ciągłe;
- oświetlenie naturalne i sztuczne;
- przygotowanie obudowy;
- kontrola i konserwacja o-ringów;
- montaż zestawu;
- kontrola szczelności;
- przygotowanie sprzętu przed wejściem do wody;
- organizacja i ergonomia zestawu pod wodą;
- zasady zabezpieczenia sprzętu.

3. Ustawienia aparatu i oświetlenia

- czas migawki;
- przysłona;

- ISO;
- wzajemne zależności parametrów ekspozycji;
- balans bieli;
- ustawianie ostrości;
- tryby autofocusa;
- histogram i kontrola ekspozycji;
- ustawienie lampy błyskowej;
- ustawienie światła ciągłego;
- dobór mocy i kierunku oświetlenia;
- ograniczanie odbić wstecznych;
- dobór parametrów do różnych warunków widoczności i głębokości.

4. Kompozycja zdjęć i materiałów video

- zasada trójpodziału;
- perspektywa i kadrowanie;
- linie prowadzące;
- przestrzeń negatywna;
- dobór pozycji względem fotografowanego obiektu;
- fotografowanie nurka;
- fotografia szerokokątna;
- fotografia makro;
- stabilizacja obrazu;
- planowanie ujęcia video;
- prowadzenie aparatu podczas filmowania;
- budowanie sekwencji ujęć;
- przygotowanie materiału z myślą o dalszym wykorzystaniu.

5. Praktyka fotografii podwodnej

- przygotowanie kompletnego zestawu do nurkowania;
- kontrola pływalności podczas obsługi aparatu;
- utrzymywanie prawidłowego trymu;
- bezpieczne przemieszczanie się ze sprzętem;
- dobór ustawień do aktualnych warunków;
- praca ze światłem naturalnym;
- praca z oświetleniem sztucznym;
- wykonywanie zdjęć szerokokątnych;
- wykonywanie zdjęć zbliżeniowych i makro;
- fotografowanie nurka;
- zastosowanie różnych sposobów kadrowania;
- kontrola ekspozycji;
- ocena materiału podczas realizacji zadania;
- korekta ustawień na podstawie uzyskanych rezultatów.

6. Praktyka filmowania podwodnego

- przygotowanie zestawu do filmowania;
- dobór ustawień video;
- stabilizacja obrazu;
- płynne prowadzenie aparatu;
- planowanie ujęć;
- wykonywanie ujęć statycznych i ruchomych;
- dobór perspektywy;
- wykorzystanie światła naturalnego i sztucznego;
- wykonywanie sekwencji materiału video;
- bieżąca kontrola jakości materiału.

7. Analiza, selekcja i podstawowa obróbka materiału

- analiza materiału wykonanego podczas ćwiczeń;
- identyfikacja błędów technicznych;

- identyfikacja błędów kompozycyjnych;
- wybór najlepszych zdjęć i nagrań;
- kadrowanie;
- korekta ekspozycji;
- korekta balansu bieli;
- korekta kolorów;
- kontrast;
- podstawowe ostrzenie;
- przygotowanie fotografii do wykorzystania;
- podstawowe przygotowanie materiału video;
- omówienie rezultatów;
- płukanie i demontaż sprzętu;
- kontrola i zabezpieczenie sprzętu po pracy.

8. Walidacja

- przygotowanie i kontrola zestawu;
- dobór sprzętu do wskazanego zadania;
- dobór ustawień aparatu;
- dobór sposobu oświetlenia;
- wykonanie zadania fotograficznego lub filmowego;
- zastosowanie zasad ekspozycji i kompozycji;
- selekcja wykonanego materiału;
- podstawowe opracowanie materiału;
- prawidłowe zabezpieczenie sprzętu po pracy.

Metoda walidacji: obserwacja w warunkach symulowanych.

ORGANIZACJA I CZAS USŁUGI

Łączna liczba godzin usługi: 21 godzin zegarowych.

W tym:

zajęcia teoretyczne – 4 godziny zegarowe

zajęcia praktyczne – 14 godzin zegarowych

walidacja – 1 godzina zegarowa

przerwy – 2 godziny zegarowe

Łącznie: 21 godzin zegarowych.

Zajęcia teoretyczne realizowane są w formie wykładu interaktywnego, prezentacji, analizy przykładów oraz pracy ze sprzętem fotograficznym i video.

Zajęcia praktyczne obejmują przygotowanie sprzętu, ćwiczenia z zakresu ustawień aparatu i oświetlenia, wykonywanie zdjęć oraz materiałów video, praktykę nurkową, analizę wykonanego materiału, jego selekcję i podstawową obróbkę.

Liczebność grupy oraz organizacja szkolenia umożliwiają każdemu uczestnikowi aktywny udział w zajęciach oraz samodzielne wykonywanie ćwiczeń praktycznych.

SPOSÓB ORGANIZACJI I PRZEPROWADZENIA WALIDACJI

Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona metodą **obserwacji w warunkach symulowanych** przez osobę pełniącą funkcję walidatora, inną niż osoba prowadząca szkolenie.

Każdy uczestnik będzie podlegał indywidualnej walidacji i samodzielnie wykona zadania praktyczne podlegające ocenie. Zadanie walidacyjne będzie odzwierciedlało warunki pracy związanej z wykonywaniem fotografii i materiałów video pod wodą.

Każdy uczestnik otrzyma zadanie obejmujące:

- przygotowanie i sprawdzenie zestawu fotograficznego lub video;

- kontrolę poprawności montażu i zabezpieczenia sprzętu;
- dobór ustawień aparatu oraz sposobu oświetlenia do wskazanych warunków;
- wykonanie zdjęcia i/lub materiału video zgodnie z określonym zadaniem;
- zastosowanie zasad kompozycji, kadrowania i ekspozycji;
- zaprezentowanie sposobu selekcji oraz podstawowego opracowania wykonanego materiału;
- prawidłowe zabezpieczenie sprzętu po zakończeniu zadania.

Walidator będzie bezpośrednio obserwował sposób wykonywania zadania przez każdego uczestnika i dokonywał oceny na podstawie kryteriów weryfikacji przypisanych do efektów uczenia się określonych w Karcie Usługi.

W trakcie wykonywania zadania walidator nie będzie udzielał uczestnikowi podpowiedzi, instruktażu ani informacji dotyczących sposobu prawidłowego wykonania zadania.

W przypadku kilku uczestników zadania walidacyjne będą wykonywane kolejno, indywidualnie, w sposób umożliwiający walidatorowi samodzielną obserwację i ocenę każdego uczestnika.

Wynik walidacji każdego uczestnika zostanie udokumentowany w indywidualnej karcie walidacji zawierającej ocenę spełnienia poszczególnych kryteriów weryfikacji efektów uczenia się oraz końcowy wynik walidacji.

Za pozytywny wynik walidacji uznaje się spełnienie wszystkich kryteriów weryfikacji określonych dla efektów uczenia się objętych walidacją.

Osoba prowadząca szkolenie nie uczestniczy w ocenie uczestników podczas walidacji. Za przeprowadzenie obserwacji, ocenę spełnienia kryteriów oraz udokumentowanie wyników odpowiada wyłącznie osoba wskazana w Karcie Usługi jako walidator.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Podstawy fotografii i filmu podwodnego	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	02-11-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 9 -	Przerwa	-	02-11-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 9 Sprzęt i przygotowanie zestawu	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	02-11-2026	11:15	13:15	02:00
4 z 9 Ustawienia aparatu i oświetlenia – ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	04-11-2026	09:00	11:15	02:15
5 z 9 -	Przerwa	-	04-11-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 9 Kompozycja zdjęć i materiałów video – ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	04-11-2026	11:30	13:30	02:00
7 z 9 Selekcja i podstawowa obróbka materiału	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	09-11-2026	09:00	12:00	03:00
8 z 9 -	Przerwa	-	09-11-2026	12:00	12:15	00:15
9 z 9 -	Walidacja	-	09-11-2026	12:15	13:15	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	21:00
w tym suma godzin zajęć	11:15
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	00:45
w tym liczba godzin zajęć praktycznych indywidualnych	08:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	27:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 410,80 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 960,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	114,80 PLN
Koszt osobogodziny netto	93,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	21:00
w tym liczba godzin zajęć praktycznych indywidualnych	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marta Siergiej-Targońska

Instruktor/Trenar

Instruktor nurkowania „PADI” MSDT – 2011 rok, Instruktor nurkowania „SSI” – 2016 rok, Instruktor nurkowania „SDI” - 2013 rok. Instruktor specjalizacji: Suchy skafander, Nawigacja, Głęboka, Nitrox, Wrakowa, Podlodowa, Nurkowanie ze skuterem, Nocne, Poszukiwanie i Wydobywanie, Doskonała Pływalność, Nurkowanie z łodzi, Nurkowanie w prądzie, Instruktor EFR 2011 rok - CPR/AED/Pierwsza pomoc

Wyższe

Przez ostatnie 5 lat wyszkoliłam ponad 150 nurków na różnych poziomach zaawansowania.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma dostęp do oficjalnych materiałów szkoleniowych SSI w aplikacji mySSI oraz dodatkowych materiałów dydaktycznych wykorzystywanych podczas szkolenia.

Na czas realizacji szkolenia uczestnicy otrzymają do dyspozycji pełny zestaw sprzętu nurkowego niezbędnego do bezpiecznego udziału w zajęciach praktycznych.

W ramach szkolenia zapewniony zostanie również sprzęt wykorzystywany podczas ćwiczeń z zakresu fotografii i filmowania podwodnego, odpowiedni do realizowanych zadań praktycznych.

Warunki uczestnictwa

Uczestnik szkolenia powinien:

- posiadać certyfikat nurkowy minimum Open Water Diver lub równoważny;
- posiadać doświadczenie w nurkowaniu rekreacyjnym umożliwiające bezpieczne wykonywanie ćwiczeń praktycznych;
- posiadać umiejętność kontroli pływalności;
- nie posiadać przeciwwskazań zdrowotnych do nurkowania;
- zaakceptować zasady bezpieczeństwa obowiązujące podczas realizacji zajęć praktycznych.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania

Adres

ul. Olimpijska 11
10-164 Olsztyn
woj. warmińsko-mazurskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie firmy przy ul. Olimpijskiej 11, 10-164 Olsztyn, na terenie Portu Bryza

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Siergiej-Targońska

E-mail marta@aquadiver.pl

Telefon (+48) 608 450 707