

## » Idź do

- Spis treści
- Przykładowy rozdział

## » Katalog książek

- Katalog online
- Zamów drukowany katalog

## » Twój koszyk

- Dodaj do koszyka

## » Cennik i informacje

- Zamów informacje o nowościach
- Zamów cennik

## » Czytelnia

- Fragmenty książek online

## » Kontakt

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c  
44-100 Gliwice  
tel. 032 230 98 63  
e-mail: helion@helion.pl  
© Helion 1991-2008

## Fotografia portretowa i reportażowa. Warsztaty fotograficzne

Autor: [Erin Manning](#)

Tłumaczenie: Marcin Machnik

ISBN: 978-83-246-2341-9

Tytuł oryginału: [Portrait and Candid](#)

[Photography: Photo Workshop](#)

Format: 180×235, stron: 264



- Jak dobrać sprzęt?
- Jak manipulować światłem?
- Jak fotografować ludzi w ruchu?

Dobre zdjęcia nie powstają przypadkowo. Nie wystarczą także „dobre oko”, fotogeniczna modelka czy świetny sprzęt – musisz poświęcić naprawdę wiele czasu na zgłębianie parametrów technicznych, aby opanować trudną sztukę fotografii portretowej. Ocena światła, kompozycja, dobór tła oraz punktu widzenia to nie są czynniki, które można intuicyjnie definiować. Tutaj wymagane jest doświadczenie, gruntowna wiedza i nieprzeciętna wyobraźnia.

Dzięki książce „Fotografia portretowa i reportażowa. Warsztaty fotograficzne” zdobędziesz fachową wiedzę na temat profesjonalnego fotografowania ludzi – tak, aby Twoje zdjęcia robiły wrażenie! Dowiesz się, jak rejestrować ekspresję twarzy modela, utrwaląc ludzkie emocje i osobowości oraz robić interesujące zdjęcia najmłodszym – dzieciom i niemowlętom. Każdy rozdział książki zawiera praktyczne zadania, które pozwolą Ci nabyć nowe, cenne umiejętności. Dzięki temu każde kolejne wykonane przez Ciebie zdjęcie będzie jeszcze ciekawsze i lepsze technicznie.

- Obserwacja i nawiązywanie kontaktów z fotografowanymi osobami
- Komponowanie zdjęcia
- Rola światła
- Zasady doboru odpowiedniego sprzętu
- Rozpoznawanie cech światła i jego wpływu na fotografowaną scenę
- Wykonywanie zdjęć portretowych
- Fotografie z imprez okolicznościowych, zdjęcia grupowe
- Zdjęcia dzieci i niemowląt
- Utrwalanie ruchu
- Dostępne narzędzia do pracy z materiałem fotograficznym
- Obróbka i korekta zdjęć
- Publikacja

**Opanuj magiczną sztukę utrwalania ludzkich emocji i osobowości!**

# Spis treści

<b>ROZDZIAŁ 1</b>	<b>Podstawy fotografowania ludzi</b>	<b>21</b>
	<b>Obserwacja ludzi i nawiązywanie z nimi kontaktu</b>	<b>22</b>
	Kim jest osoba, którą fotografujesz?	22
	Uchwycić wyjątkową chwilę	22
	Reżyserowanie ujęć	22
	<b>Kompozycja zdjęcia</b>	<b>26</b>
	Kreatywne techniki komponowania zdjęć	27
	Opowiedz historię	27
	<b>Rola światła</b>	<b>29</b>
	Twarzowe światło	30
	To, co widzisz	31
	<b>Podstawowe elementy aparatu</b>	<b>31</b>
	Megapiksele	32
	Karty pamięci	32
	Baterie	32
	<b>Aparaty kompaktowe</b>	<b>33</b>
	<b>Lustrzanki cyfrowe</b>	<b>34</b>
	<b>Wybór obiektywu do lustrzanki</b>	<b>35</b>
	Głębia ostrości	35
	Przysłona	35
	Ogniskowa	38



<b>ROZDZIAŁ 2</b>	<b>Wyposażenie fotografa</b>	<b>43</b>
<b>Obiektywy i filtry</b>		<b>44</b>
Jasność obiektywu		45
Typy obiektywów		45
Ogniskowa obiektywu		46
Filtry na obiektyw		48
<b>Akumulatorki</b>		<b>49</b>
<b>Statywy</b>		<b>50</b>
Cechy statywów		51
Ministatyw		52
Statyw z jedną nogą		52
<b>Odbłyśniki i dyfuzory</b>		<b>53</b>
<b>Lampy światła stałego i lampy błyskowe</b>		<b>54</b>
Zewnętrzna lampa błyskowa		54
Lampa wyzwalana przez inną lampę oraz kontroler bezprzewodowy		55
Lampy światła stałego		56
<b>Tła</b>		<b>56</b>
<b>Torby na sprzęt</b>		<b>57</b>
<b>Sprzęt do przechowywania i oglądania zdjęć</b>		<b>57</b>
Karty pamięci		58
Urządzenia do oglądania zdjęć		58
<b>Różne dodatki</b>		<b>59</b>
Nakładka korekcyjna na wizjer		59
Kamizelka fotograficzna		59
Osłona do zdjęć pod wodą		60
Nasadka na ekran LCD		60
Zdalny spust migawki		60
Sznatki, chusteczki i pióra do obiektywów		61
Wielofunkcyjny szczyrzyk		61
Puder		62



## **ROZDZIAŁ 3**    **Zrozumieć światło** **65**

### **Rozpoznawanie cech światła** **66**

Rodzaj światła	66
Kierunek	67
Intensywność	73
Barwa	73

### **Kontrolowanie oświetlenia** **74**

Odbijanie światła	74
Rozpraszanie światła	75
Stosowanie lampy błyskowej	76

### **Pomiar ekspozycji** **77**



## **ROZDZIAŁ 4**    **Kompozycja kadru** **81**

### **Podstawy kompozycji** **82**

Prostota	82
Reguła trójkąta	82
Linia	85
Obramowanie	87
Barwy dopełniające	91
Schemat i powtórzenie	92

### **Zmiana perspektywy** **95**

### **Zmiana punktu widzenia** **96**

### **Zastosowanie wybiórczej ostrości** **98**



<b>ROZDZIAŁ 5</b>	<b>Zdjęcia portretowe</b>	<b>101</b>
	<b>Aranżowanie kadru</b>	<b>102</b>
	Przygotowanie	102
	Wybór tła	104
	Wybór miejsca	106
	Dopasuj ubiór, fryzurę i makijaż	106
	Stosowanie rekwizytów	107
	<b>Analiza światła</b>	<b>110</b>
	Planowanie oświetlenia	110
	Znalezienie dobrego światła	110
	Manipulowanie oświetleniem	111
	<b>Współpraca z modelem</b>	<b>113</b>
	Zdobądź zaufanie	113
	Przydatne techniki dla pozujących osób	114
	Sprawdź różne pozycje	115
	Rejestruj spontaniczne chwile	119
	<b>Eksperymentowanie</b>	<b>120</b>
	Zmień punkt widzenia	120
	Zrób autoportret	122



<b>ROZDZIAŁ 6</b>	<b>Zdjęcia rodzinne, grupowe i na imprezach</b>	<b>127</b>
	<b>Przygotowanie do sesji</b>	<b>128</b>
	Zdobądź informacje o modelach	128
	Przemyśl to, co chcesz uzyskać	128
	Wybierz miejsce	129
	Zastanów się nad oświetleniem	130
	Przewiduj niespodzianki	131

<b>Kierowanie grupą i jej ustawianie</b>	<b>131</b>
Sprawdzaj różne sposoby pozowania	132
Zaplanuj nieformalne zdjęcia	135
<b>Fotografia reportażowa</b>	<b>138</b>
<b>Kreatywność</b>	<b>141</b>
<b>Optymalne dla zdjęć grupowych tryby pracy aparatu</b>	<b>145</b>



<b>ROZDZIAŁ 7</b>	<b>Dzieci</b>	<b>149</b>
<b>Kierowanie dziećmi</b>	<b>150</b>	
Różny wiek, różne fazy rozwoju	151	
Zaangażuj je	152	
<b>Zdjęcia pełne życia</b>	<b>155</b>	
Prowokowanie autentycznych chwil	155	
Obserwacja i rejestrowanie autentycznych chwil	156	
<b>Kadrowanie ujęć</b>	<b>158</b>	
Eksperymentuj z punktem widzenia	158	
Zejdź na poziom dziecka	159	
Podejdź bliżej	160	



## **ROZDZIAŁ 8**    **Niemowlęta** **165**

### **Jak sprawić, aby niemowlę czuło się komfortowo** **166**

- Dopasuj się do jego planu dnia 166
- Zadbaj o właściwe otoczenie 166
- Dostosuj się do jego wieku 168

### **Przed wszystkim prostota** **172**

- Przygotowanie tła 172
- Przygotowanie dziecka 174
- Wybór właściwych ubranek 174
- Wybór pozycji 175
- Zabawa rekwizytami 176

### **Miękkie oświetlenie** **178**

- Szukanie miękkiego oświetlenia 178
- Tworzenie miękkiego oświetlenia 179

### **Wycucie chwili** **180**

- Uchwycić znaczący moment 181
- Skup się na oczach 182
- Wykorzystaj tryb ciągły 182
- Pamiętaj o szczegółach 182



## **ROZDZIAŁ 9**    **Zdjęcia w ruchu** **187**

### **Wybór właściwych opcji** **188**

- Aparat kompaktowy 188
- Lustrzanki 190
- Jasność obiektywu 192
- Ogniskowa obiektywu 193

<b>Zamrażanie akcji</b>	<b>193</b>
Szybka migawka z lampą błyskową	196
<b>Rozmywanie ruchu</b>	<b>197</b>
Wolna migawka ze statywem	198
Panoramowanie	199
Zbliżenie	200
Wolna migawka z lampą błyskową	200



<b>ROZDZIAŁ 10</b>	<b>Poprawianie i publikowanie zdjęć</b>	<b>207</b>
	<b>Katalogowanie i przechowywanie zdjęć</b>	<b>208</b>
	Programy do organizowania zdjęć	209
	Programy do edycji zdjęć	209
	<b>Ulepszanie i poprawianie zdjęć</b>	<b>213</b>
	Okno Quick Fix (Szybka korekta)	213
	Okno Full Edit (Pełna edycja)	214
	Podstawy edycji	215
	Kadrowanie	218
	Poprawianie balansu kolorów, nasycenia i kontrastu	219
	Poprawa kontrastu za pomocą funkcji Levels	221
	Wybielanie zębów	223
	Usuwanie efektu czerwonych oczu	224
	Usuwanie niedoskonałości	226



<b>Publikowanie zdjęć</b>	<b>230</b>
Pokaz slajdów	231
Poczta mailowa	233
Strony internetowe do publikacji zdjęć	235
Drukowanie	235
Kopia kolekcji zdjęć na DVD	237



<b>DODATEK</b>	<b>Źródła</b>	<b>241</b>
Magazyny		242
Książki		242
Organizacje		243
Kursy fotograficzne		243
Strony internetowe z recenzjami sprzętu i wyposażenia		244
Strony do publikowania zdjęć		244
Programy do organizowania i edycji zdjęć		245
Kursy internetowe		246
<b>Słowniczek</b>		<b>249</b>
<b>Skorowidz</b>		<b>257</b>

# ZDJĘCIA W RUCHU

WYBÓR WŁAŚCIWYCH OPCJI

ZAMRAŻANIE AKCJI

ROZMYWANIE RUCHU



Akcja uchwycona na fotografii kojarzy się z ruchem i żywiołowością oraz wywołuje wrażenie dynamiki. Niektóre zdjęcia zamrażają pewien ułamek chwili, natomiast inne rozmywają ruch za pomocą estetyki jak ze snu. Jeśli chcesz się dowiedzieć, jak uzyskać takie efekty, przede wszystkim powinieneś poznać możliwości swojego aparatu i obiektywu. Ten temat omówię na początku tego rozdziału. Następnie poznasz techniki rejestrowania ruchu, które pozwolą Ci na robienie zarówno wyraźnych, jak i rozmytych zdjęć.

## WYBÓR WŁAŚCIWYCH OPCJI

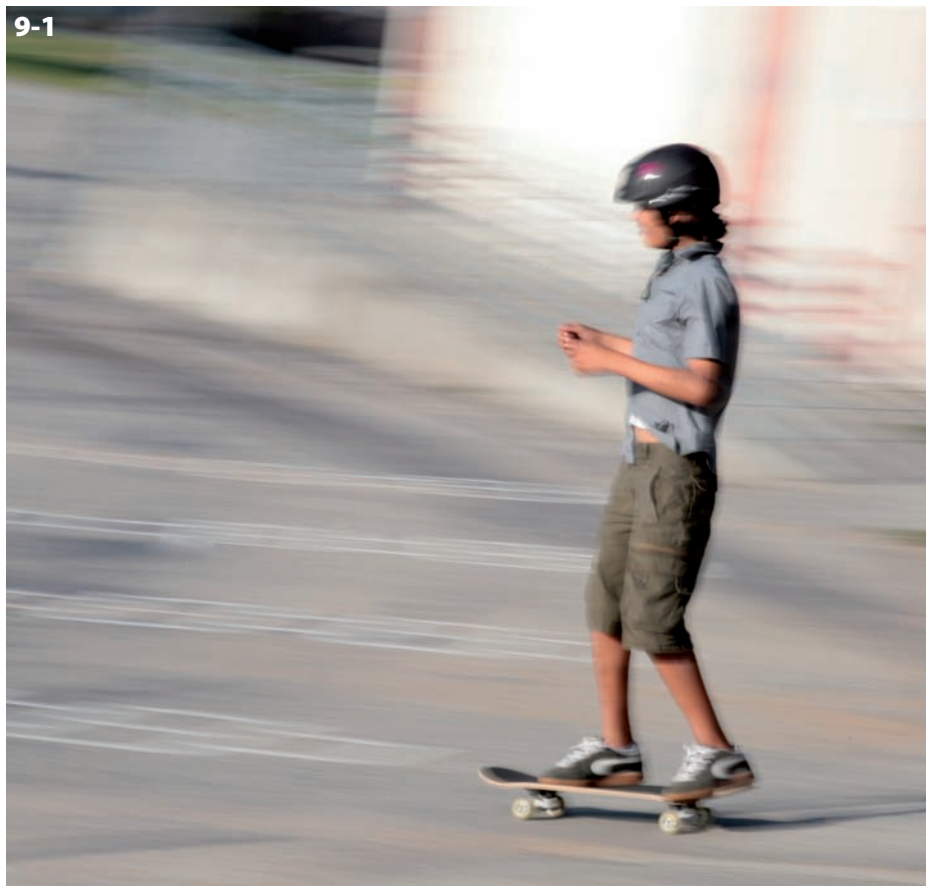
Jeśli korzystasz z aparatu kompaktowego, masz mniejsze możliwości rejestrowania akcji niż profesjonalni fotografowie. Mimo że taki aparat ma pewne opcje, których możesz użyć, to uzyskanie obrazów szybkiej akcji w dużym zbliżeniu i z rozmytym tłem wymaga zastosowania lustrzanki cyfrowej i jasnego obiektywu. Jednak niezależnie od aparatu będziesz mógł zrobić dobre zdjęcia ruchu, jeżeli zrozumiesz ograniczenia i możliwości swojego sprzętu. Poniżej znajdziesz wskazówki na temat fotografowania akcji za pomocą aparatu kompaktowego oraz lustrzanki.

## APARAT KOMPAKTOWY

Aparaty kompaktowe mają tryb sportowy, który automatycznie dopasowuje ustawienia ekspozycji, wybierając odpowiednio szybką migawkę. Zoom optyczny umożliwia pewne zbliżenie, a Ty masz nieograniczoną możliwość eksperymentowania i wykonania dowolnej ilości zdjęć. Po prostu kasuj te, które Ci się nie spodobają. Oto kilka wskazówek, które zwiększą szanse na zrobienie dobrego zdjęcia ruchu za pomocą aparatu kompaktowego:

- **Korzystaj z wizjera zamiast z ekranu LCD.** Ekran LCD nie jest w stanie wiernie pokazać szybko przemieszczających się obiektów lub ludzi, przez co powstaje efekt rozmazania. Trudno Ci będzie śledzić interesujący Cię poruszający się obiekt. Lepiej, gdy w tym celu skorzystasz z wizjera. *Panning* (zwany także *panoramowaniem*) oznacza, że podążasz obiektywem za przemieszczającym się obiektem. W ten sposób możesz uzyskać efektowne obrazy, na których poruszający się człowiek będzie wyraźny, natomiast tło będzie rozmyte, co daje złudzenie ruchu, jak na zdjęciu 9-1.
- **Ustaw aparat na tryb sportowy, aby zoptymalizować rezultaty fotografowania poruszających się ludzi.** W tym trybie aparat automatycznie zmniejsza przysłonę, aby wpuścić przez obiektyw więcej światła, oraz doбира szybszą migawkę, co pozwala na uchwycenie przesuwających się obiektów.
- **Ustaw ostrość wcześniej.** Aparat potrzebuje trochę czasu na automatyczne ustawienie ostrości, więc gdy naciśniesz spust migawki, zdjęcie zostanie wykonane z pewnym opóźnieniem. Jeśli w trakcie panoramowania wybranego obiektu przyciśniesz spust migawki do połowy, a w odpowiednim momencie przyciśniesz go do końca, będziesz mógł lepiej wymierzyć ujęcie i zminimalizujesz efekt opóźnienia migawki. Innym sposobem jest wcześniejsze ustawienie ostrości na punkcie, w którym planujesz zrobić zdjęcie, i naciśnięcie spustu do końca, gdy pojawi się tam sfotografowana osoba.
- **Zrób zbliżenie akcji za pomocą zoomu optycznego.** Większość aparatów kompaktowych oferuje trzykrotny zoom. Im większy, tym dalej mo-

Gdy Nyle jechał na deskorolce w dół długiej ulicy, panoramowałam jego ruch przez wizjer optyczny, podążając za nim obiektywem. ISO 250, f/32, 1/15 sekundy, obiektyw Canon EF 70 – 200 mm, f/2,8



żesz stanąć. Jeśli zamierzasz fotografować mecze piłki nożnej lub ręcznej, zainwestuj w aparat wyposażony przynajmniej w dziesięcio- lub dwunastokrotny zoom optyczny.

Porównaj zdjęcia 9-2 i 9-3, a zobaczysz, o co mi chodzi. Oba zostały wykonane z tego samego miejsca, a fotografowany człowiek nie zmienił swojej pozycji. Pierwsze z nich zostało zrobione z wykorzysta-

niem trzykrotnego zoomu optycznego, co jak widać nie wystarczyło, aby pokazać ekspresję twarzy. Na drugim z tych zdjęć zastosowałam dwunastokrotny zoom, który pozwolił na duże zbliżenie i pokazanie wyrazu twarzy i innych detali. Taka możliwość przydaje się, gdy na przykład stoisz na trybunach i chcesz zrobić dobre zdjęcia pokazujące akcje na boisku.



Michael stał w dość dużej odległości. Za pomocą trzykrotnego zoomu z aparatu kompaktowego mogłam wykonać nieznaczne zbliżenie, które widać na zdjęciu 9-2. Jednak dopiero dwunastokrotny zoom pozwolił na pokazanie detali bez konieczności podchodzenia bliżej. ISO 100, f/3,7, aparat Leica V-Lux1

## LUSTRZANKI

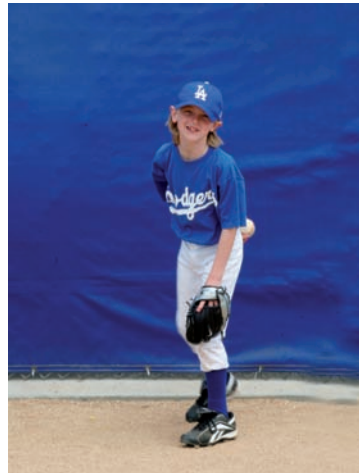
Aparaty kompaktowe są wszędzie — umożliwiają zarejestrowanie chwil, które mogłyby umknąć niezauważone. Ten fenomen spowodował olbrzymi wzrost zainteresowania fotografią. Kiedy już opamiętasz obsługę swojego aparatu, będziesz gotowy do przejścia na następną poziom i skorzystania z moż-

liwości lustrzanki. Jej najważniejsze zalety to między innymi wyższa jakość zdjęć, więcej opcji i możliwość wymiany obiektywu. Poniżej znajdziesz najważniejsze ustawienia, które przydadzą się podczas rejestrowania ruchu:

- **Ustaw tryb zapisu na ciągły, skomponuj kadr, a następnie przyciśnij migawkę i zrób serię zdjęć.** W ten sposób w kolejnych fotografiach uchwycisz każdy ruch i ekspresję.

Seria zdjęć 9-4 pokazuje przykład wykorzystania ciągłego trybu zapisu do zarejestrowania sekwencji ruchów.

- **Ustaw półautomatyczny tryb priorytetu migawki.** W tym trybie masz pełną kontrolę nad prędkością migawki. Ustaw szybszą (1/250 sekundy lub krócej), aby zamrozić akcję, lub wolniejszą (1/60 sekundy lub dłużej), aby ją rozmyć. Ten tryb świetnie się sprawdza w sytuacjach, gdy czas ekspozycji jest ważniejszy niż głębina ostrości. Nawet jeśli zmieni się oświetlenie, prędkość migawki pozostanie taka sama. Zmiany światła





spowodują jedynie automatyczne dopasowanie odpowiedniej przysłony.

- **Ustaw tak zwaną „dobiegaczkę” (ang. *predictive autofocus*).** Próba ustawienia ostrości na poruszającym się obiekcie może stanowić poważne wyzwanie. W aparacie kompaktowym możesz wykorzystać możliwość wcześniejszego ustawienia ostrości, lecz zaletą lustrzanki jest opcja zwana dobiegaczką. Na obiektywie tryb pomiaru ostrości ustaw na automatyczny (AF). W aparacie wybierz tryb priorytetu migawki, a następnie w menu znajdź opcje autofocusu i ustaw „dobiegaczkę” lub „AI Servo”. Ta opcja śledzi ostrością poruszające się obiekty, których odległość od obiektywu ulega zmianie. Korzysta się z niej w ten sposób, że przyciskasz spust migawki do połowy, aby aktywować ustawianie ostrości, po czym w wybranym momencie wciskasz spust do końca. W ten sposób autofocus będzie miał do-

statecznie dużo czasu na wychwycenie obiektu i ustawienie na nim ostrości.

- **Ustaw większą czułość.** ISO określa ilość światła, jaką rejestruje matryca aparatu. Podobnie jak czułość błony filmowej, w połączeniu z prędkością migawki i przysłoną umożliwia ustawienie właściwej ekspozycji. W ciemnych miejscach, gdy nie chcesz użyć lampy błyskowej, zwiększ ISO do 400 lub więcej, aby matryca aparatu zarejestrowała więcej światła. Wyższa czułość oznacza, że możesz ustawić szybszą migawkę i lepiej uchwycić ruch. Pamiętaj jednak o tym, że zbyt wysokie ISO prowadzi do powstania na zdjęciach szumu, który jest cyfrowym odpowiednikiem ziarna na klasycznym filmie (zobacz zdjęcie 9-5). Cyfrowy szum polega na tym, że zdjęcie jest usiane bezbarwnymi pikselami, które określa się także jako *zakłócenia*.

*Aby zarejestrować poszczególne fazy tzw. prostej piłki Jacka, włączyłam w aparacie tryb ciągły. ISO 320, f/32, 1/30 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS*



9-4



Ustawienie wyższego ISO umożliwiło zastosowanie szybszej migawki, lecz doprowadziło do pojawienia się na zdjęciu cyfrowego szumu. ISO 1000,  $f/6,3$ ,  $1/800$  sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm,  $f/4L IS$



odsyłacz

Więcej informacji na temat lustrzanek znajdziesz w rozdziale 1., natomiast obiektywy opisałam w rozdziale 2.

## JASNOŚĆ OBIEKTYWU

Każdy obiektyw ma określony maksymalny otwór, który przekłada się na maksymalną ilość wpuszczonego światła. Jest to *minimalna przysłona* i znaj-

dziesz ją wśród podstawowych parametrów obiektywu. Na przykład dla obiektywu 28 – 135 mm,  $f/4$  minimalna przysłona wynosi  $f/4$ . Im mniejsza cyfra, tym większy maksymalny otwór. Zgodnie z tym obiektyw 28 – 75 mm,  $f/2,8$  wpuszcza więcej światła niż 18 – 55 mm,  $f/3,5 – 5,6$ .

Jaśniejszy obiektyw umożliwia zastosowanie szybszej migawki — nie musisz naświetlać matrycy zbyt długo, gdyż obiektyw szybciej wpuści ilość światła potrzebną do właściwej ekspozycji. Ponieważ obiektywy z mniejszą maksymalną przysłoną pozwalają na stosowanie szybszej migawki, są powszechnie nazywane „szybkimi”. Jeśli chcesz zrobić świetne zdjęcia akcji, potrzebujesz szybkiego obiektywu.

Obiektywy ze zmienną ogniskową mogą mieć *stałą* lub *zmienną* minimalną przysłonę. W tym drugim przypadku (na przykład  $f/3,5 – 5,6$ ) maksymalny otwór obiektywu zmienia się w zależności od ustawionego zbliżenia. Maksymalne zbliżenie oznacza minimalną przysłonę  $f/5,6$ , natomiast minimalne —  $f/3,5$ . Problem z takim obiektywem polega na tym, że gdy zrobisz zbliżenie, zmienią się parametry ekspozycji. Mniejsza ilość wpadającego wówczas światła sprawia, że aparat automatycznie dobiera wolniejszą migawkę.

W obiektywach ze stałą minimalną przysłoną ta wartość się nie zmienia, niezależnie od wykorzystanego zbliżenia (na przykład  $f/2,8$ ). Taki obiektyw poznać po tym, że w parametrach podaje się jedną wartość przysłony (na przykład 28 – 105 mm,  $f/4$ ). Jeśli chcesz, aby prędkość migawki nie zmieniała się w trakcie fotografowania, użyj obiektywu ze stałą minimalną przysłoną.

Większość najlepszych zdjęć sportowych została zrobiona z minimalną przysłoną lub o jeden stopień niższą od minimalnej. Fotografowie robią tak z dwóch powodów:

- Potrzebujesz jak najszybszej migawki.
- Nie masz wpływu na tło, które często w takich sytuacjach byłoby bardzo rozpraszające, gdyby było wyraźnie widoczne. Mała przysłona izoluje fotografowaną osobę z tła za pomocą małej głębi ostrości, jak na zdjęciu 9-6.



Ustawiłam szybką migawkę i małą przysłonę, aby uchwycić w powietrzu skok Nicholasa i rozmyć tło. ISO 250, f/3,2, 1/800 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS

## OGNISKOWA OBIEKTYWU

Obiektywy różnią się ogniskową, która określa, jak daleko możesz stać od przedmiotu, a mimo tego zrobić odpowiednie zbliżenie. Im dalej stoisz, tym dłuższej ogniskowej potrzebujesz. Teleobiektyw pozwala na obserwowanie ulubionego sportu zza linii bocznej i wykonywanie dobrych, bliskich ujęć poszczególnych graczy. Możesz zapamiętać, że każde 100 mm ogniskowej pozwala na oddalenie się o 10 metrów.

Zdjęcie 9-7 wykonałam zza ogrodzenia otaczającego boisko, a mimo to mogłam uchwycić akcję z bliska dzięki obiektywowi z długą ogniskową (70 – 200 mm).

Najlepsze obiektywy do fotografowania sportu mieszczą się w kategoriach teleobiektywów, co oznacza, że ich ogniskowa wynosi od 100 do 300 mm. Jaśniejsze teleobiektywy zawierają więcej soczewek oraz są cięższe i większe niż te ciemniejsze ze zmienną minimalną przysłoną, co przekłada się na różnicę w cenie.

## ZAMRAŻANIE AKCJI

Nasze oczy nie są w stanie dostrzec czegoś, co dzieje się w ułamkach sekund. Na szczęście aparat ma taką możliwość, dzięki czemu możesz zamrozić akcję i uwiecznić ją na fotografii. Celem takiego zdjęcia jest unieruchomienie poruszającego się przedmiotu, aby oglądający mógł go wyraźnie zobaczyć. Ma ono sens tylko wówczas, gdy oglądający wie, że osoba na zdjęciu była w ruchu w trakcie jego wykonywania. Twoje zdjęcie będzie lepsze, gdy pokażesz na nim punkt odniesienia, przekazujący pewną historię. Jaką czynność wykonuje osoba na zdjęciu? Czy w tle znajduje się coś, co da oglądającemu dodatkowe informacje? Jeśli na przykład fotografujesz skoki o tyczce, skomponuj zdjęcie tak, aby znalazła się na nim tyczka, a może nawet poprzeczka, natomiast gdy fotografujesz siatkarza, uwzględnij na zdjęciu piłkę i siatkę.



Za pomocą długiej ogniskowej łatwiej zbliżyć się do fotografowanej osoby.  
ISO 100, f/3,5, 1/180 sekundy, obiektyw Canon EF 70 – 200 mm, f/2,8



Innym sposobem na zatrzymanie akcji jest zrobienie zdjęcia w punkcie kulminacyjnym. Uchwyc moment, gdy baseballista w trakcie skoku znajdzie się najwyżej. Otwórz migawkę dokładnie wtedy, gdy akcja ulegnie zawieszeniu. Sfotografuj dziecko, gdy huśtawka na moment zawiśnie w powietrzu, by zmienić kierunek ruchu. Takie uchwycenie akcji jest możliwe nawet przy średnim czasie migawki, lecz musisz idealnie trafić we właściwy moment.

Prędkość migawki może działać na Twoją korzyść. Poniżej zamieściłam przykładowe wartości, odpowiednie do fotografowania różnych akcji:

**Pływak:** 1/125

**Biegacz:** 1/250

**Deskorolkarz:** 1/500

**Kolarz:** 1/500

**Samochód jadący 80 km/h:** 1/750

**Narciarz:** 1/1000

**Spadające krople wody:** 1/2000

Aby uchwycić wybrany ruchomy obiekt, musisz wziąć pod uwagę:

- **prędkość, z jaką się porusza** — im większa, tym szybszą migawkę będziesz musiał ustawić;
- **jego odległość od obiektywu** — im będzie bliżej, tym szybsza migawka. Przykładem może być krajobraz za oknem, gdy jedziesz autostradą — elementy znajdujące się w pobliżu samochodu wydają się przesuwać znacznie szybciej niż te bardziej odległe.
- **jego kierunek ruchu względem obiektywu** — człowiek, który przemieszcza się wzdłuż kadru

może wyjść na zdjęciu znacznie bardziej rozmaźany niż ten, który dobiega do lub oddala się od obiektywu. Jeśli fotografowany obiekt przesuwa się wzdłuż kadru, musisz użyć szybszej migawki, niż gdy zbliża się w Twoją stronę.

Trafienie we właściwy moment jest bardzo ważne, gdy chcesz uchwycić akcję. Musisz przewidzieć, co się zdarzy, i wcisnąć spust migawki, zanim do tego dojdzie. Jeśli widzisz już akcję gołym okiem, oznacza to, że przegapiłeś okazję za względu na opóźnienie między chwilą, gdy obraz dotrze do Twojego systemu nerwowego, a otwarciem migawki. Zdjęcie 9-8 przedstawia przykład zamrożenia akcji.

*Jack biegł dość szybko, lecz odpowiednio szybka migawka pozwoliła na stosunkowo wyraźne uchwycenie jego ruchu. ISO 320, f/6,3, 1/800 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS*





9-9

Włączenie lampy błyskowej pozwoliło mi na zamrożenie skoku Nicholasa w najwyższym punkcie i uzyskanie ostrego zdjęcia. ISO 200,  $f/4,5$ ,  $1/200$  sekundy, obiektyw Canon EF 17 – 35 mm,  $f/2,8$

## SZYBKA MIGAWKA Z LAMPĄ BŁYSKOWĄ

Łatwo uchwycić akcję z prędkością migawki rzędu  $1/4000$  sekundy, lecz ujemną stroną takiego rozwiązania jest zredukowanie ilości światła, która dotrze do matrycy aparatu. Pamiętaj, że na właściwą ekspozycję składa się przysłona, migawka i ISO. W sła-

bo oświetlonych scenach będziesz musiał albo użyć minimalnej przysłony ( $f/2,8$ ), albo zwiększyć ISO (400 lub więcej), albo zrobić i jedno, i drugie. Jednak nawet wtedy może się okazać, że kadr jest za słabo oświetlony.

Mam jednak dobre wieści! Istnieje sposób na obejście tych ograniczeń — wbudowana lub zewnętrzna lampa błyskowa jest w stanie zamrozić akcję, gdy scena jest zbyt słabo oświetlona, aby użyć szybszej migawki. Nawet gdy masz wystarczającą ilość światła, zastosowanie lampy błyskowej jest lepszym pomysłem niż zwiększenie prędkości migawki. Dlaczego? Najszybsza migawka to zazwyczaj 1/4000 sekundy, podczas gdy większość fleszy potrafi emitować błyski trwające zaledwie 1/50 000 sekundy.

Ze względu na takie działanie lampy błyskowej nie musisz się kłopotać przysłoną i wartością ISO, ponieważ aparat ustawi je automatycznie.

Sprawdź w instrukcji obsługi zasięg Twojej lampy błyskowej. Większość wbudowanych fleszy potrafi emitować światło na odległość 3 – 4 metrów. Jeżeli fotografowany obiekt znajduje się dalej, natężenie światła będzie zbyt małe, aby go oświetlić. Pamiętaj więc o tym, aby nie stać zbyt daleko, gdy zamrażasz

akcję. Zdjęcie 9-9 przedstawia efekt wykorzystania tego sposobu.

## ROZMYWANIE RUCHU

Rozmycie na zdjęciu sugeruje ruch i tworzy efekt estetyki snu, który jest nieosiągalny, gdy zamrażasz akcję. Chociaż nie ma określonych zasad, jak powinno wyglądać nieostre zdjęcie, da się zrobić tak, że część obrazu będzie ostra, a reszta będzie miała rozmyte krawędzie. Interesujący efekt rozmycia możesz uzyskać za pomocą kilku różnych technik. Każda z nich wymaga innego podejścia i prowadzi do odmiennych rezultatów. Przymuszczalnie będziesz musiał przeprowadzić dużą liczbę eksperymentów i skasować sporo zdjęć, lecz w efekcie możesz uzyskać oszałamiające zdjęcie stulecia. Rozmycie na zdjęciu 9-10 sugeruje ruch i zostało osiągnięte poprzez ustawienie wolnej migawki.

*Rozmyty bieg Jacka uzyskany za pomocą wolnej migawki. ISO 320, f/22, 1/50 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS*





## WOLNA MIGAWKA ZE STATYWEM

Każdy efekt rozmycia wiąże się z wolniejszą migawką niż przy zdjęciach akcji, lecz jeśli ustawisz migawkę dłuższą niż 1/60 sekundy, powinieneś ustabilizować aparat za pomocą statywu. W przeciwnym wypadku drgania rąk spowodują rozmazanie całego obrazu.

Aby zarejestrować rozmycie pochodzące od przemieszczających się obiektów lub ludzi, a jednocześnie uzyskać wyraźne tło, wykonaj następujące czynności:

- Ustaw aparat na statywie i pamiętaj o wolnej migawce.
- Znajdź interesujące lub dramatyczne tło w miejscu, gdzie chodzi wiele osób.
- Wybierz tryb priorytetu migawki i ustaw jej czas na 1/4 sekundy lub dłużej.
- Włącz samowyzwalacz lub użyj zdalnego spustu migawki i zacznij fotografować.

W zależności od wybranej prędkości migawki uzyskasz różne efekty. Ta metoda pozwala na uchwycenie ciekawych zdjęć ludzi w ruchu.



9-11

*Zastosowanie neutralnego filtra w słoneczne popołudnie pozwoliło na ustawienie wolniejszej migawki i zarejestrowanie rozmytego ruchu. ISO 250, f/32, 1 sekunda, obiektyw Canon EF 70 – 200 mm, f/2,8 i trzykrotny filtr neutralny*

Abstrakcyjne kolory i sylwetki wyglądające jak duchy stanowią niezwykle sposób rejestrowania ruchu, tak jak na zdjęciu 9-11, na którym Michael stoi nieruchomo na schodach, a wokół niego przepływa zamglony tłum.



wskazówka

Gdy eksperymentujesz z rozmywaniem ruchu, zmieniaj prędkości migawki, aby sprawdzić różne stopnie rozmazania.

## PANORAMOWANIE

Panoramowanie za poruszającym się przedmiotem pozwala go wyraźnie uchwycić i jednocześnie rozmazać tło, które zmieni się w pasma otaczające przedmiot i sugerujące ruch i prędkość. Jeśli chcesz osiągnąć ten efekt, pamiętaj o poniższych wskazówkach:

- **Zapewnij sobie stabilną pozycję, twardo roztawiając nogi, i obracaj się w pasie, aby przesuwając obiektyw na poruszającą się osobą.**
- **Przyciśnij spust migawki do połowy i podążaj obiektywem za poruszającą się osobą — nie pozwól jej zniknąć z wizjera.**
- **Gdy uznasz, że nadszedł właściwy moment, przyciśnij spust migawki do końca.** Tło ulegnie rozmyciu, natomiast fotografowana osoba będzie ostra ze względu na to, że aparat poruszał się synchronicznie z nią.

Panoramowanie wymaga nieco praktyki. Jeśli fotografujesz aparatem kompaktowym, pamiętaj o trzech podstawowych krokach:

1. **Ustaw ostrość w miejscu, gdzie zamierzasz zrobić zdjęcie, poprzez wciśnięcie spustu migawki do połowy.**

2. **Gdy zauważysz interesującą Cię osobę, zacznij za nią podążać, spoglądając w wizjer.**

3. **Przyciśnij spust migawki do końca, gdy fotografowana osoba znajdzie się w miejscu, na którym ustawiłeś ostrość.**

Gdy panoramujesz za pomocą lustrzanki, wykonaj następujące punkty:

1. **Ustaw tryb priorytetu migawki.**
2. **Włącz dobiegaczkę.**
3. **Ustaw seryjny tryb zapisu zdjęć.**
4. **Przyciśnij spust migawki do połowy, aby ustawić ostrość, a następnie zacznij przesuwając aparat za fotografowaną osobą, śledząc ją przez wizjer.**
5. **Przyciśnij spust migawki do końca i nie puszczaj, aby wykonać serię zdjęć.**

Tryb ciągły oznacza, że aparat wykona serię zdjęć, a dopiero potem zapisze je na karcie. Dzięki temu masz większe szanse na uchwycenie tego właściwego kadru. Sprawdź w instrukcji, ile zdjęć może zarejestrować Twój aparat w jednej serii.

Pomocne w śledzeniu akcji jest wykorzystanie płynnie obracającego się statywu. Jeśli masz taką możliwość, poproś fotografowaną osobę, aby przebiegła tam i z powrotem przed obiektywem, a Ty ustaw statyw tak, aby nie tracić biegnącego z kadru.

Wykonaj mnóstwo fotografii i eksperymentuj z różnymi prędkościami migawki — mniejszymi lub równymi 1/60 sekundy — i tak jak dobry gracz w golfa lub tenisista, kontynuuj panoramowanie, nawet gdy już przyciśniesz spust. Zdjęcie 9-12 pokazuje efekt panoramowania ruchu. Podążałam obiektywem za szybko zjeżdżającym na desce po zboczu Nyle'em i przycisnęłam spust migawki, dzięki czemu tło zmieniło się w rozmyte pasy.

9-12



*Przycisnęłam spust migawki do połowy i panoramowałam synchronicznie ze zjeżdżającym Nyle'em, dzięki czemu uzyskałam pasiaste tło i względnie wyraźną postać na desce. ISO 250, f/32, 1 sekunda, obiektyw Canon EF 70–200 mm, f/2,8*

## ZBLIŻENIE

Aby nadać wrażenie ruchu obiektowi, który się nie porusza, zrób zdjęcie obiektywem ze zmienną ogniskową i w trakcie ekspozycji szybko wykonaj zbliżenie lub oddalenie. Ta technika wymaga nieco wprawy, lecz za jej pomocą możesz przekształcić statyczny kadr w dramatyczną i ekscytującą scenę. Na zdjęciu uzyskasz pasy rozchodzące się promieniście od fotografowanej osoby.

Żeby zdążyć wykonać zbliżenie lub oddalenie w trakcie ekspozycji, musisz ustawić wolną migawkę. W zależności od efektu, jakich chcesz uzyskać, możesz trzymać aparat w ręce lub ustawić go na statywie. To drugie rozwiązanie sprawi, że nie zmieni się kompozycja kadru, gdy będziesz wykonywał zbliżenie (jak na zdjęciu 9-13).

## WOLNA MIGAWKA Z LAMPĄ BŁYSKOWĄ

Istnieją dwa podstawowe sposoby rejestrowania kadru oświetlonego lampą błyskową:

- **Aparat ustawia szybką migawkę, aby zminimalizować rozmycie, a błysk oświetla fotografowaną osobę, natomiast tło pozostaje ciemne.**
- **Aparat ustawia wolną migawkę, aby uchwycić światło wypełniające przestrzeń.** Lampa błyskowa oświetla fotografowaną osobę słabszym błyskiem, a aparat, w zależności od ruchu w tle, zarejestruje różny stopień rozmycia. Ta technika jest nazywana „slow-synch” lub po prostu „slow” i oznacza synchronizację błysku z długimi czasami naświetlania.

*Nacisnęłam spust migawki i jednocześnie przekręciłam zoom w obiektywie, przechodząc od najdłuższej do najkrótszej ogniskowej, dzięki czemu powstał ów „promienisty” efekt. ISO 200, f/13, 1/40 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS*

**9-13**

Aparaty kompaktowe mają zazwyczaj tryb nocnych scen, który pozwala na oświetlenie fotografowanej osoby lampą błyskową i jednocześnie wolnej migawki, aby zarejestrować światło otoczenia. Wykorzystaj to ustawienie na przyjęciach i w innych przypadkach słabego oświetlenia. Dzięki temu twarze fotografowanych osób będą jasne, lecz uchwycisz także złoty blask świec lub innego źródła światła, który przy normalnym ustawieniu lampy błyskowej zostałyby spowity mrokiem. Aby zdjęcia z wolną migawką były wyraźne, weź ze sobą mini-

statyw, który zapewni Ci stabilną podporę w każdej sytuacji. Zdjęcie 9-14 pokazuje, jak można uchwycić światło wypełniające pomieszczenie przy jednoczesnym rozświetleniu twarzy fotografowanej osoby za pomocą flesza.

Lustrzanki umożliwiają ustawienie wolnej migawki z lampą błyskową w trybie priorytetu migawki, przysłony lub trybie manualnym, natomiast nie można tak ustawić w trybie automatycznego dobierania przysłony i migawki oraz w większości programów tematycznych.



9-14



*Ustawiłam w aparacie kompaktowym tryb nocnych scen, aby uchwycić światło wypełniające pomieszczenie i delikatnie doświetlić twarz Michaela fleszem. ISO 100, f/2,6, 1/4 sekundy, obiektyw Canon PowerShot A540.*

Synchronizacja flesza z długimi czasami naświetlania może też służyć do uzyskania wrażenia dynamicznego ruchu. Błysk lampy i wolna migawka tworzą interesującą mieszaninę wyraźnych, oświetlonych fleszem przedmiotów oraz rozmazanego ruchu. Trudno zaplanować takie zdjęcie, lecz jeśli właściwie trafisz, efekt bywa oszałamiający i ekscytujący. Niektóre droższe lustrzanki mają funkcję synchronizacji błysku przed zamknięciem migawki. Znajdziesz ją zazwyczaj w trybie manualnym. W tym ustawieniu lampa rozbłyśnie dopiero pod koniec ekspozycji, a nie jak zazwyczaj na początku. Taka współpraca flesza z migawką pozwala na zarejestrowanie jasnych rozmytych śladów poruszania się fotografowanej osoby. Na zdjęciu 9-15 lampa błysko-

wa oświetliła golfiarza, natomiast wolna migawka w połączeniu z synchronizacją błysku przed zamknięciem migawki umożliwiła zarejestrowanie śladów ruchu kija i piłki.

Gdy będziesz eksperymentował z fotografowaniem poruszających się ludzi, przypuszczalnie wykonasz wiele zdjęć, które Ci się nie spodobają. Nie zniechęcaj się. Uchwycenie ludzi, którzy wciąż się przemieszczają, nie należy do łatwych zadań. Nawet profesjonalni fotografowie sportowi muszą przebierać wśród wielu fotografii, aby znaleźć tę właściwą. Rób mnóstwo zdjęć i znajdź czas na to, aby przejrzeć je na ekranie komputera — przypuszczalnie znajdziesz wśród nich prawdziwe artystyczne perełki.

*Synchronizacja błysku przed zamknięciem migawki i wolna migawka pozwalają na uchwycenie śladów ruchu w wyjątkowy sposób. ISO 100, f/14, 1/30 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS*



# Zadanie na koniec rozdziału

## Zamroź akcję za pomocą lampy błyskowej

Idź na dziecięce zawody sportowe, do parku, lub nawet obserwuj ludzi na własnym podwórku, aby uchwycić kogoś w akcji za pomocą lampy błyskowej. Wybierz najlepsze zdjęcie i zastanów się, jakie eksperymenty doprowadziły do takiego efektu. Ile różnych prędkości migawki sprawdziłeś? Ile zrobiłeś zdjęć?

Aby wykonać to zadanie, poprosiłam Nyle'a, aby pokazał mi wszystkie sztuczki, które potrafi wykonać na swojej desce. Włączyłam lampę błyskową i zaczęłam eksperymentować z różnymi prędkościami migawki. Wykonałam mnóstwo zdjęć, dzięki czemu znalazłam wśród nich kilka naprawdę dobrych. To jedno z moich ulubionych, ponieważ uchwyciłam Nyle'a w szczytowym momencie skoku. Lampa błyskowa sprawiła, że na zdjęciu praktycznie nie ma żadnych rozmyć. ISO 100, f/22, 1/50 sekundy, obiektyw Canon EF 24 – 105 mm, f/4L IS.

