

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Olsztyński Dom Filmowy

Numer projektu: FEWM.07.02-IP.01-0039/25

Tytuł projektu: Kobiety kadry kształtują przyszłość!

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Kompleksowe podstawy fotografii i wizażu do sesji fotograficznej

Nr kursu: 26/005/2026

Uczestników: 2 w tym kobiet: 2, mężczyzn: 0

Termin realizacji: 10.01.2026-25.01.2026

1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
10.01.2026	09:00-10:00	rodzaje aparatów i obiektywów, ustawienia manualne i automatyczne, ekspozycja: czas, przysłona, ISO (trójkąt ekspozycji), jak wpływają na jasność i wygląd zdjęcia	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	10:00-10:10	PRZERWA	
	10:10-11:10	zasada trójkąta, linie prowadzące, symetria, głębia ostrości i rozmycie tła (bokeh), podstawy pracy ze światłem naturalnym i lampą studyjną	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:10-11:20	PRZERWA	
	11:20-12:20	ustawienie lamp studyjnych i blend, podstawy pozowania modela, różne ujęcia (zbliżenia, półpostacie, portret klasyczny)	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	12:20-12:35	PRZERWA	
	12:35-13:35	ustawienie lamp studyjnych i blend, podstawy pozowania modela, różne ujęcia (zbliżenia, półpostacie, portret klasyczny)	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	13:35-15:35	Selekcja i dobór zdjęć do obróbki. Obróbka zdjęć w programie Photoshop.	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
11.01.2026	09:00-10:00	balans kolorów i temperatury barwowej, zwiększanie kontrastu i wyciąganie szczegółów ze światła i cieni, techniki panoramy i prostowania perspektywy (architektura), usuwanie niechcianych elementów (ludzie, przewody, znaki), tworzenie finalnej wersji zdjęcia do druku i internetu	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	10:00-10:10	PRZERWA	
	10:10-11:10	balans kolorów i temperatury barwowej, zwiększanie kontrastu i wyciąganie szczegółów ze światła i cieni, techniki panoramy i prostowania perspektywy (architektura), usuwanie niechcianych elementów (ludzie, przewody, znaki), tworzenie finalnej wersji zdjęcia do druku i internetu	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:10-11:25	PRZERWA	
	11:25-12:25	światło naturalne o różnych porach dnia, różnice między portretem a fotografią krajobrazową, podstawy planowania zdjęcia w plenerze	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	12:25-13:25	dobór obiektywu (szerokokątny, portretowy), ustawienia aparatu: ISO, balans bieli, tryb manualny/półautomatyczny, jak znaleźć ciekawe kadry w przestrzeni miejskiej i naturalnej	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	13:25-13:35	PRZERWA	



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



11.01.2026	13:35-15:35	portret w świetle naturalnym z użyciem blendy/odbłyśników, fotografia architektury (perspektywa, linie, detale), fotografia krajobrazowa (plan ogólny, elementy pierwszego planu)	Olsztyński Dom Filmowy, ul. Lubelska 33E, Olsztyn
24.01.2026	08:00-09:30	Typy urody. Budowa skóry i rodzaje cery. Przygotowanie skóry do makijażu.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	09:30-09:40	PRZERWA	
	09:40-11:10	Sposoby, triki wizażystów - sposoby eksponowania walorów urody.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:10-11:55	Profesjonalne narzędzia akcesoria i kosmetyki do makijażu.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:55-12:15	PRZERWA	
	12:15-13:00	Profesjonalne narzędzia akcesoria i kosmetyki do makijażu.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	13:00-14:30	Wykonywanie makijażu dziennego.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
25.01.2026	14:30-15:15	Doskonalenie technik wizażu, stylizacji i modelowania.	ul. Lubelska 33E; Olsztyn
	08:00-09:30	Wykonywanie klasycznego makijażu wieczorowego.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	09:30-09:40	PRZERWA	
	09:40-11:10	Wykonywanie makijażu zawodowego.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:10-11:55	Nowoczesne trendy, wzory, metody i techniki w makijażu.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	11:55-12:15	PRZERWA	
	12:15-13:00	Nowoczesne trendy, wzory, metody i techniki w makijażu.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	13:00-14:30	Doskonalenie technik wizażu, stylizacji i modelowania.	ul. Lubelska 33E, Olsztyn
	14:30-15:15	Doskonalenie technik wizażu, stylizacji i modelowania.	ul. Lubelska 33E; Olsztyn



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

