

The background features a dark blue gradient with a starry sky effect. On the left side, there are several semi-transparent technical graphics, including circular gauges with numerical scales (e.g., 140, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and various circular patterns. At the bottom, there is a silhouette of a mountain range under a dark sky.

**WARSZTATY Z KOMUNIKACJI  
„JAK FILMOWAĆ”**

# AGENDA WARSZTATÓW

**PROMOCJA+KOMUNIKACJA - ~1,5H**

**PODSTAWY WIDEO, NAGRYWANIE, OBRAZ, FORMATY –  
USTAWIENIA APARATU I TECHNIKALIA~1,5H**

**MONTAŻ W DAVINCI RESOLVE - PRAKTYKA - ~3H**



**PO CO PROMOCJA  
NASZYCH DZIAŁAŃ?**

**CO ZYSKUJEMY PROMUJĄC  
DZIAŁANIA?**

# **CZYM JEST KOMUNIKACJA?**



# **SKUTECZNE SPOSOBY NA KOMUNIKAWANIE**



# **JAK ZROZUMIEĆ MEDIA I DO NICH DOTRZEĆ**

**CZY MEDIA PEŁNIĄ TE SAME ROLE CO KIEDYŚ?  
CO SIĘ ZMIENIŁO W PRACY REDAKCJI?**

# PODZIAŁ MEDIÓW W POLSCE I ICH KRÓTKA CHARAKTERYSTYKA

serwisy internetowe  
telewizje  
prasa drukowana  
audycje i podcasty  
media lokalne

# **KIM OBECNIE JEST DZIENNIKARZ? JAKĄ ROLĘ PEŁNI?**

Jak obecnie pracują redakcje?



# INFORMACJA PRASOWA – PO CO I JAK JĄ PISAĆ?

Czym jest informacja prasowa?

Jak powinna wyglądać informacja prasowa?

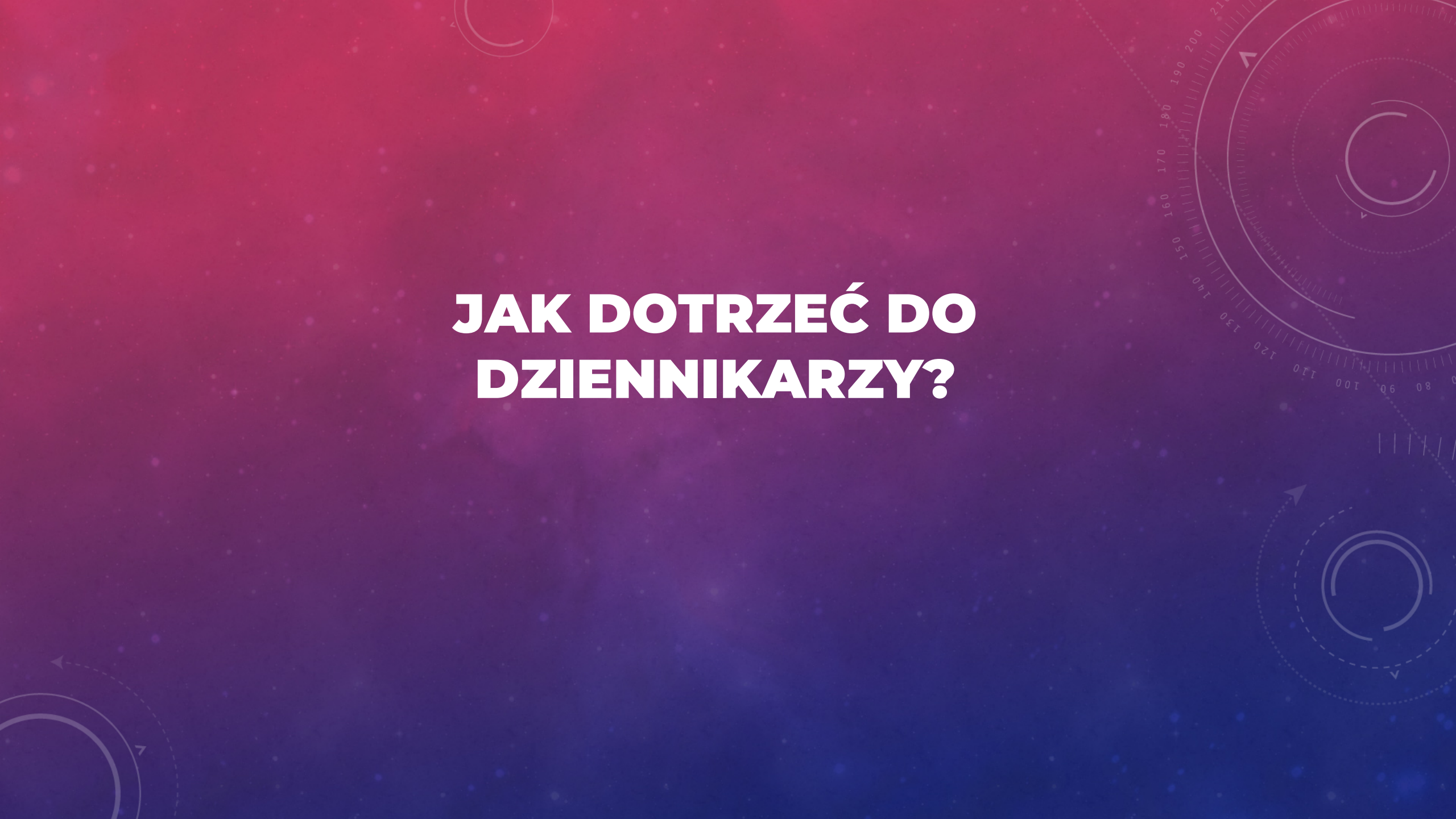
Praktyczne porady dotyczące wysyłki informacji

# Zasada 4xW+H Who, Where, When, Why, How

## Zasada odwróconego trójkąta



# JAK DOTRZEĆ DO DZIENNIKARZY?



# **SPOSOBY I KANAŁY PROMOCJI**

**CZY WARTO DRUKOWAĆ ULOTKI?**



**PROMOCJA, MARKETING  
A PUBLIC RELATIONS?**

**CZYM TO SIĘ RÓŻNI?**



# **JAK SKUTECZNIE KOMUNIKOWAĆ?**

**NIE TYLKO DO DZIENNIKARZY :)**

# JAK USTALIĆ GRUPĘ DOCELOWĄ NASZYCH KOMUNIKATÓW

KTO JEST NASZYM GŁÓWNYM ODBIORCĄ?  
DO KOGO CHCEMY DOTRZEĆ?



**JAK PROWADZIĆ  
SKUTECZNĄ  
KOMUNIKACJĘ  
W INTERENCIE?**



# **SOCIAL MEDIA: TYPY I RODZAJE**

FACEBOOK  
INSTAGRAM  
TWITTER  
TIKTOK  
YOUTUBE



# **RODZAJE KONTENTU DOPASOWANE DO SOCIAL MEDIÓW**

# PO CO UŻYWAĆ SOCIAL MEDIÓW DO PROMOCJI?

PRZYKŁADY DOBRZE  
PROWADZONYCH PROFILI



**JAK NIE UŻYWAĆ SOCIAL  
MEDIÓW DO  
KOMUNIKACJI  
- NAJCZĘSTSZE BŁĘDY**

# **ANGAŻOWANIE SPOŁECZNOŚCI DO ROZWOJU SWOJEJ MARKI**



# **TWORZENIE MATERIAŁÓW PROMOCYJNYCH**

## **JAK ZROBIĆ DOBRE ZDJĘCIA I WIDEO?**

# **JAK NAJWIĘCEJ WYCISNAĆ ZE ZDJĘĆ ROBIONYCH TELEFONEM?**

**USTAWIENIA TELEFONU, AUTOMATYKA,  
BALANS BIELI, MIGAWKA, PRZYSŁONA –  
JAK TO WSZYSTKO USTAWIĆ?**

**PODSTAWY ZASAD  
KADROWANIA:**

**CZY MOŻNA „UCIAĆ” RĘKĘ  
PODCZAS ROBIENIA ZDJĘĆ?**

**JAKIE ZDJĘCIA SĄ DOBRE?**

**CZY WSZYSTKO DA SIĘ DOBRZE  
FOTOGRAFOWAĆ/NAKRĘCIĆ?**





# **PODSTAWOWA OBÓBKA ZDJĘĆ NA POTRZEBY SOCIAL MEDIÓW**

## **APLIKACJE DO OBÓBKI I ICH FUNKCJE**



**PODSTAWY  
DOKUMENTACJI  
FOTOGRAFICZNEJ PRZY  
PROJEKTACH**

# **JAK ZROBIĆ DOBRE WIDEO TELEFONEM**

**USTAWIENIA WIDEO**  
**4K, FHD, HD, 480P – CO TO ZNACZY?**  
**ZOOM?**  
**STABILIZACJA?**  
**JAK NAGRAĆ DŹWIĘK?**

# **JAK KRĘCIĆ, ŻEBY POWSTAŁ FILM:**

- **KADROWANIE**
- **DŹWIĘK**
- **SETKI**
- **PRZEBITKI**



**MONTAŽ WIDEO  
DA VINCI RESOLVE**

# **MONTAŻ – PODSTAWA OBSŁUGI DA VINCI RESOLVE**

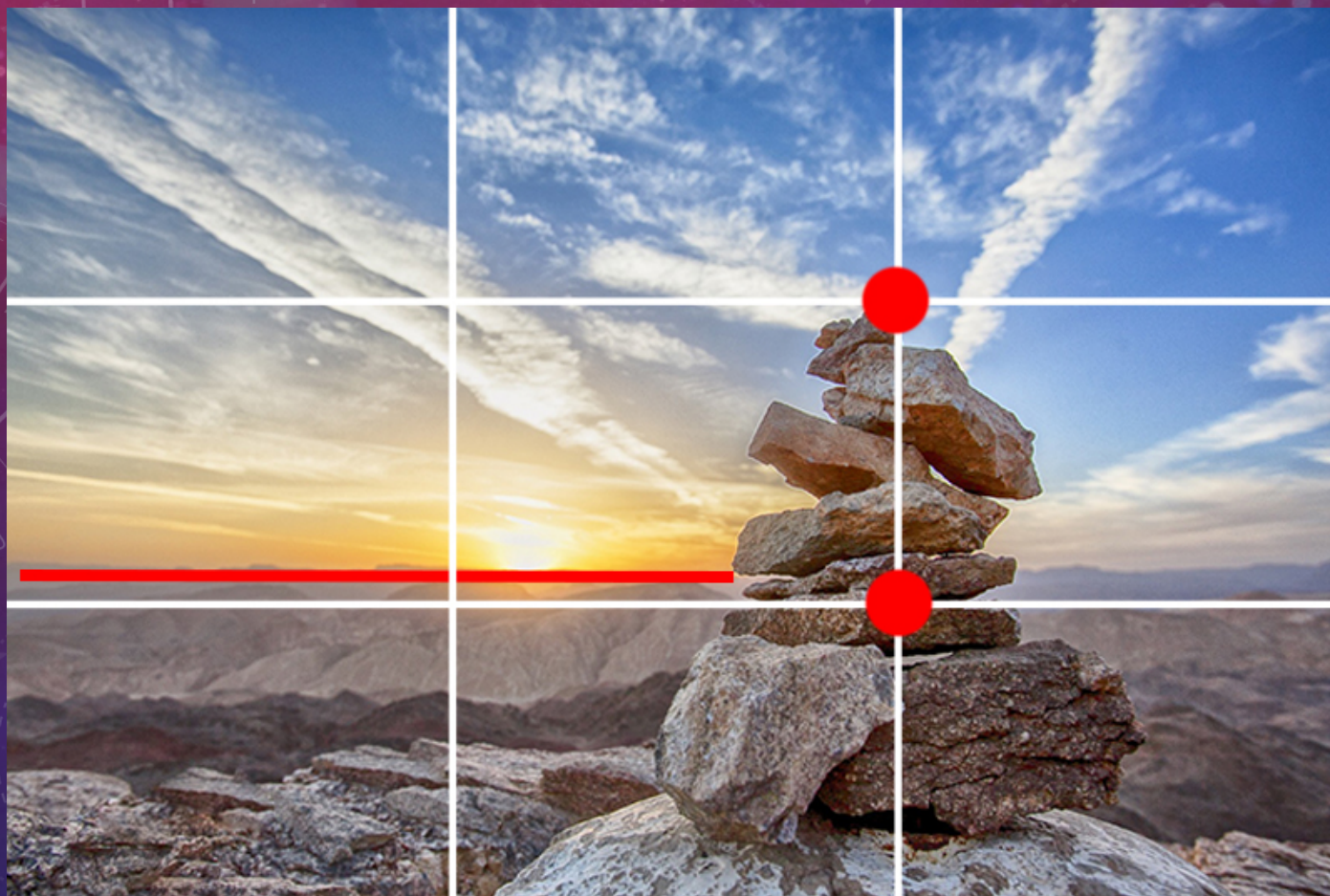
**CZYM SĄ I JAK DZIAŁA:**

- TIMELINE
- MEDIA CONTAINER
  - PRZYCINANIE
  - EKSPORT
  - EFEKTY PRZEJŚCIA
- KOREKTA KOLORYSTYCZNA



# **NAJWAŻNIEJSZE ZASADY PRZY FOTOGRAFOWANIU**

# Trójpodział kadru

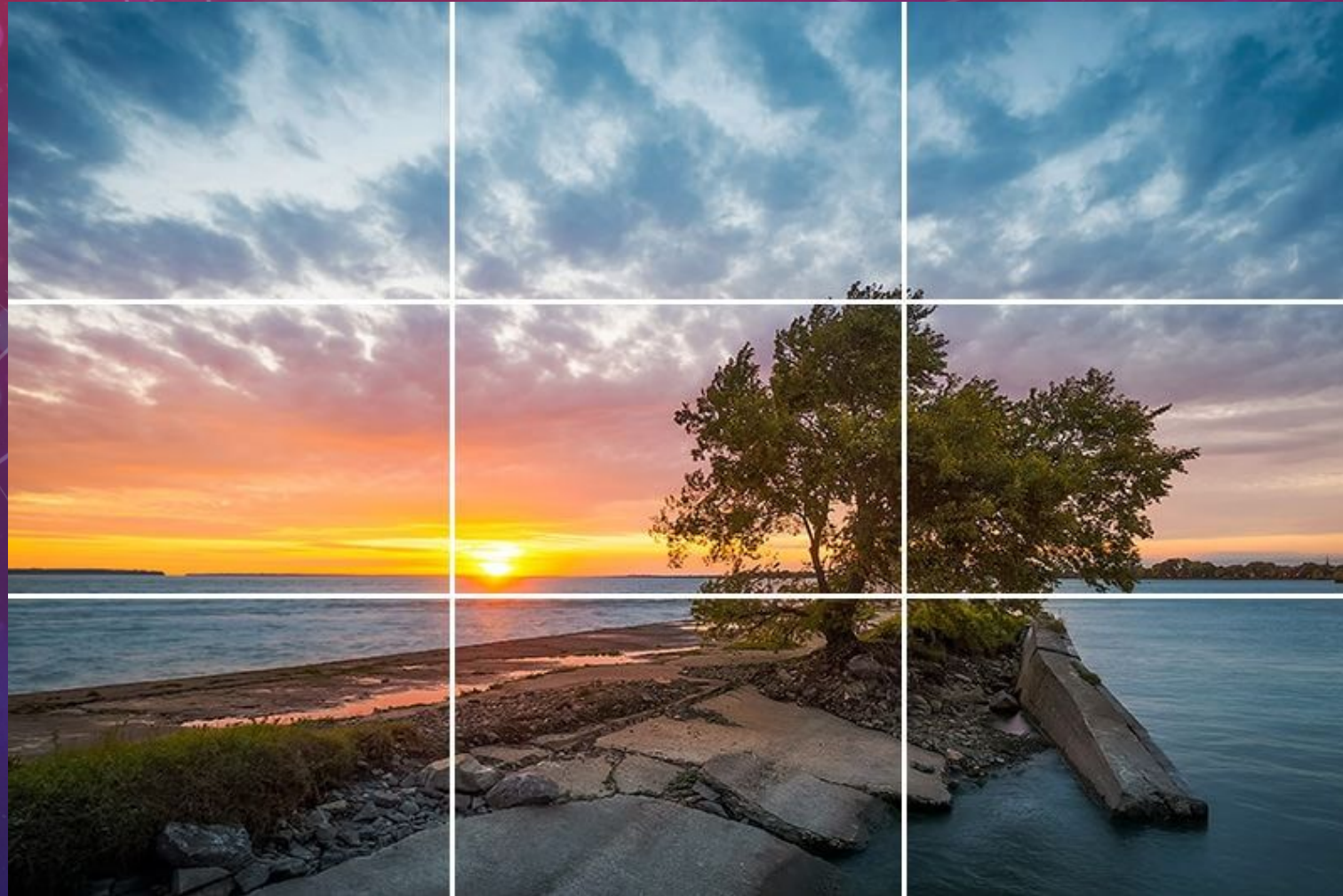




# Trójpodział kadru

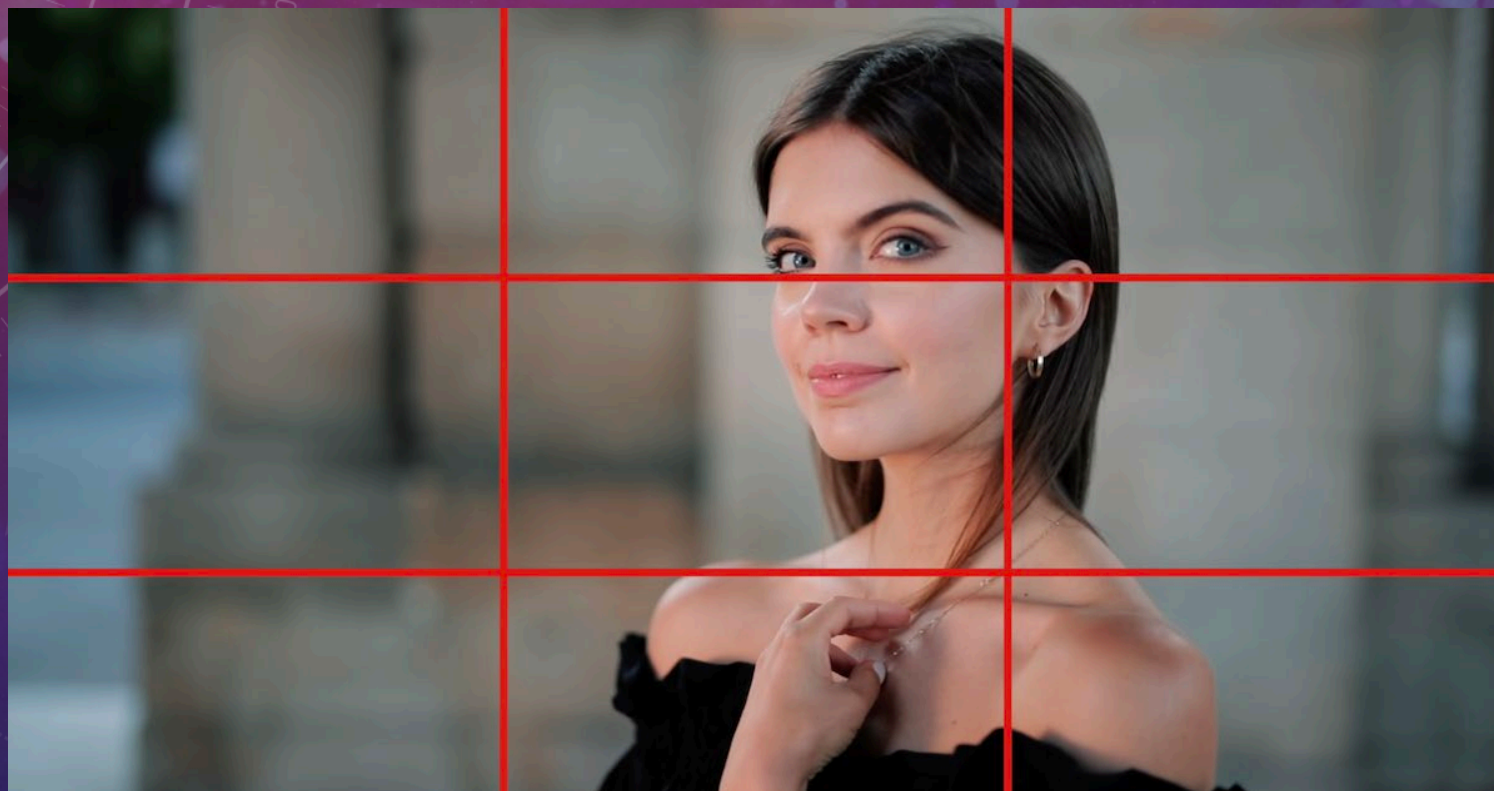


# Trójpodział kadru



**Nie ucinanie kluczowych elementów kadru**

**Osoby w kadrze – bez uciętych elementów**







# Przystoła a czas naświetlania

*f/1.4*



*f/2.0*



*f/2.8*



*f/4.0*



*f/5.6*



*f/8.0*





OTWARTA

PRZYSŁONA

ZAMKNIĘTA



F1.4



F2



F2.8



F4



F5.6



F8



F11



F16



F22



F32



# CZAS NAŚWIETLANIA







# Warunki oświetlenia

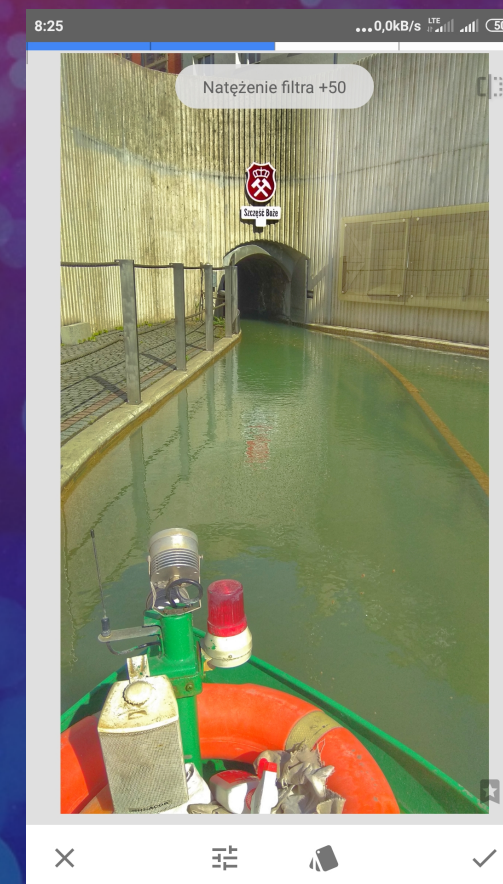
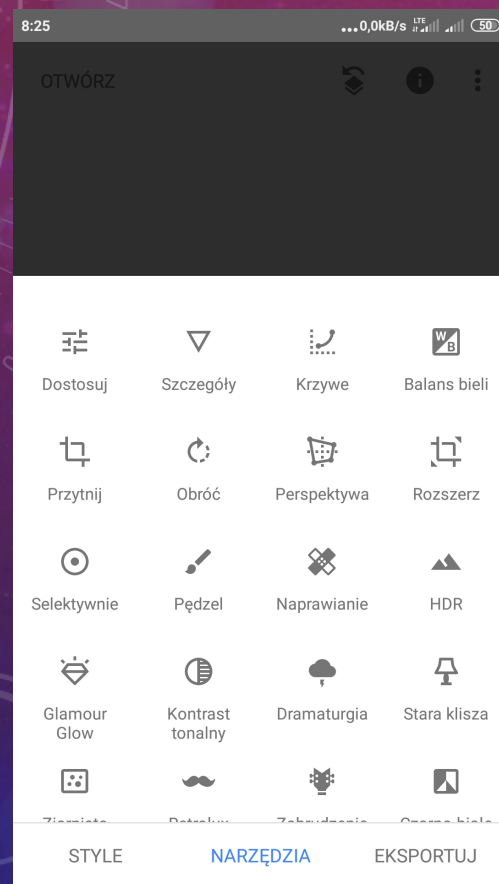
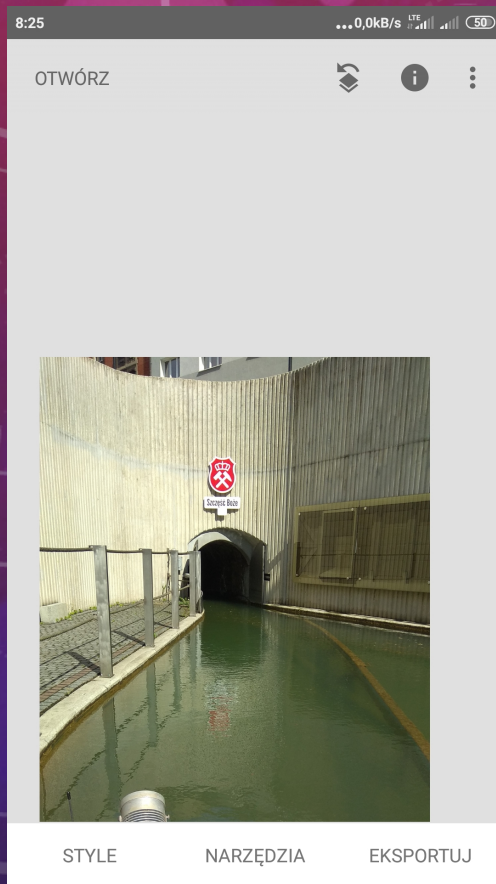
The background features a color gradient from red on the left to blue on the right. It is decorated with various abstract elements: semi-transparent bokeh circles of different sizes, faint technical diagrams including circular gauges with numerical scales (e.g., 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and arrows, and dotted lines. The overall aesthetic is modern and technical.

# **Podparcie aparatu/telefonu**

# **Jak pomóc telefonowi?**

**Mocny, pewny chwyt  
Oparcie aparatu  
Kontrolowanie elementów w kadrze  
Użycie filtrów**

# Aplikacje do edycji



# **JAK ZROBIĆ DOBRE WIDEO TELEFONEM**

**USTAWIENIA WIDEO**

**4K, FHD, HD, 480P – CO TO ZNACZY?**

**ZOOM?**

**STABILIZACJA?**

**JAK NAGRAĆ DŹWIĘK?**

# **JAK KRĘCIĆ, ŻEBY POWSTAŁ FILM:**

- **KADROWANIE**
- **DŹWIĘK**
- **SETKI**
- **PRZEBITKI**



## **JAK KRĘCIĆ, ŻEBY POWSTAŁ FILM:**

- **mocny chwyt**
- **dobre światło**
- **ciche otoczenie dźwiękowe**
- **maksymalne ustawienia - fhd, hd, sd?**
- **bez zooma cyfrowego**
- **długie ujęcia**
- **bez komentarzy**
- **bez dźwięków nagrywającego**

The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with faint, semi-transparent circular patterns and a scale. The scale is a large arc on the left side, with numerical labels from 40 to 260 in increments of 10. Several circular elements, some solid and some dashed, are scattered across the frame, some containing arrows or partial arcs, suggesting a technical or scientific theme.

# Formaty obrazu

The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with faint, semi-transparent circular patterns and scale markings. A large circular scale on the left side has numerical labels from 40 to 260 in increments of 10. Other smaller circular elements with arrows and partial scales are scattered across the left and top-left areas.

# **POPULARNE FORMATY OBRAZU**

The background features a vertical gradient from red at the top to blue at the bottom. Overlaid on this are several technical diagrams, including circular gauges with numerical scales (40, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 220, 230, 240, 250, 260) and various circular patterns with arrows indicating rotation or flow. The text is centered in the middle of the image.

**4:3 (1.33:1) - FORMAT PIERWOTNY**

**UWARUNKOWANY BUDOWĄ I STRUKTURĄ TAŚMY FILMOWEJ**



**Format 4:3. "Grand Budapest Hotel" Wesa Andersona**

The background features a dark blue gradient with a fine, starry texture. Overlaid on this are several technical diagrams in a light blue/white color. These include circular gauges with scales, some with numerical markings (40, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and others with arrows indicating direction. There are also dashed lines and solid lines forming various geometric shapes and paths.

**od 2.35:1 do 2.40:1**

**SZERSZE POLE WIDZENIA W KINIE**

**POJAWIŁ SIĘ WRAZ Z WPROWADZENIEM  
OBIEKTYWÓW ANAMORFICZNYCH.**



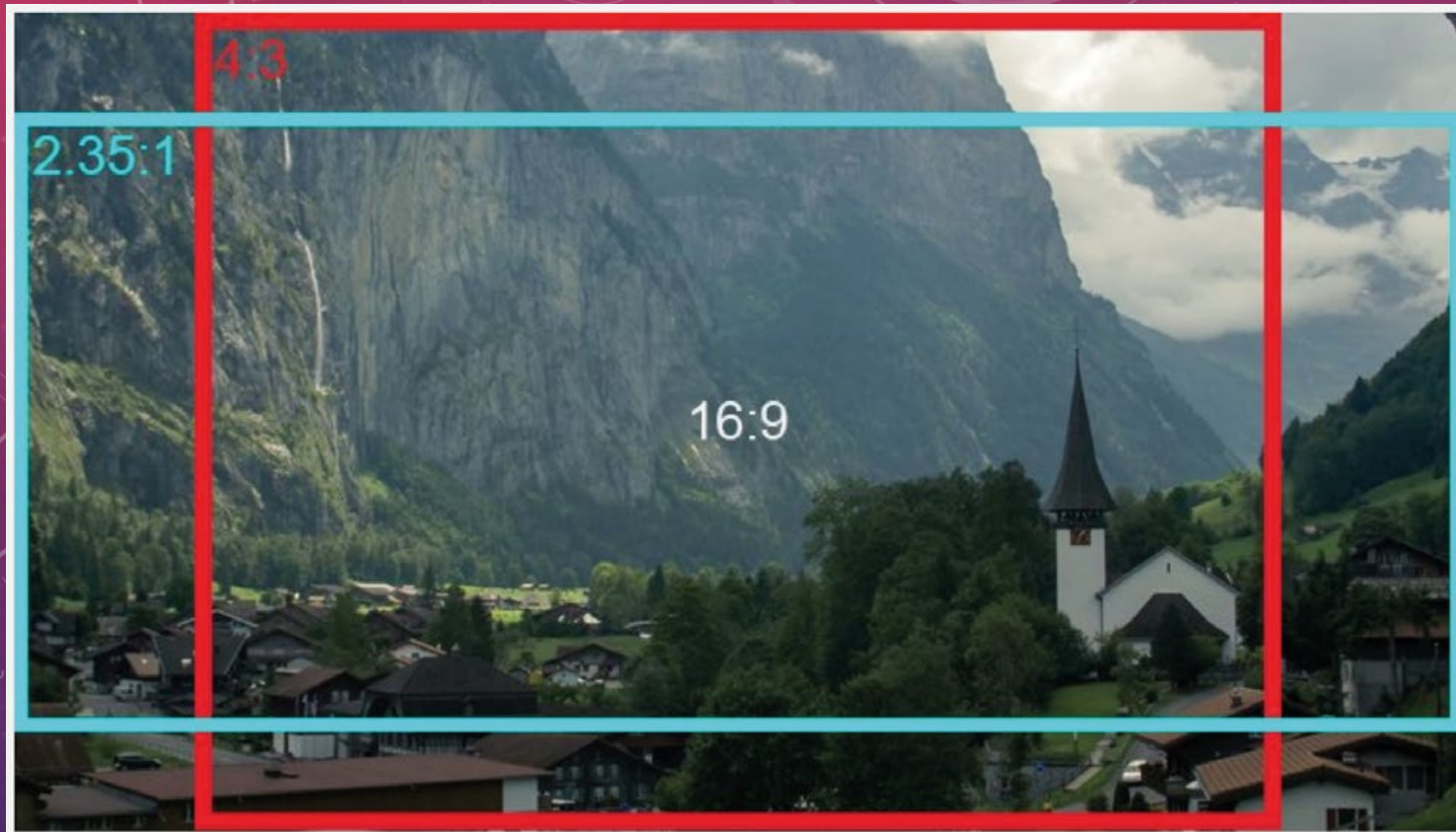
**Format 2.40:1. Film "Hattrick"**

The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with a starry space pattern. On the left side, there are several technical diagrams, including a large circular scale with numerical markings from 40 to 260 and various circular and curved lines with arrows indicating direction.

**16:9**

**najbardziej popularny obecnie format**





## FORMATY WERTYKALNE



1:1



4:5



2:3



9:16



**1.43:1**

**IMAX**

1.43:1

2.20:1

2.39:1

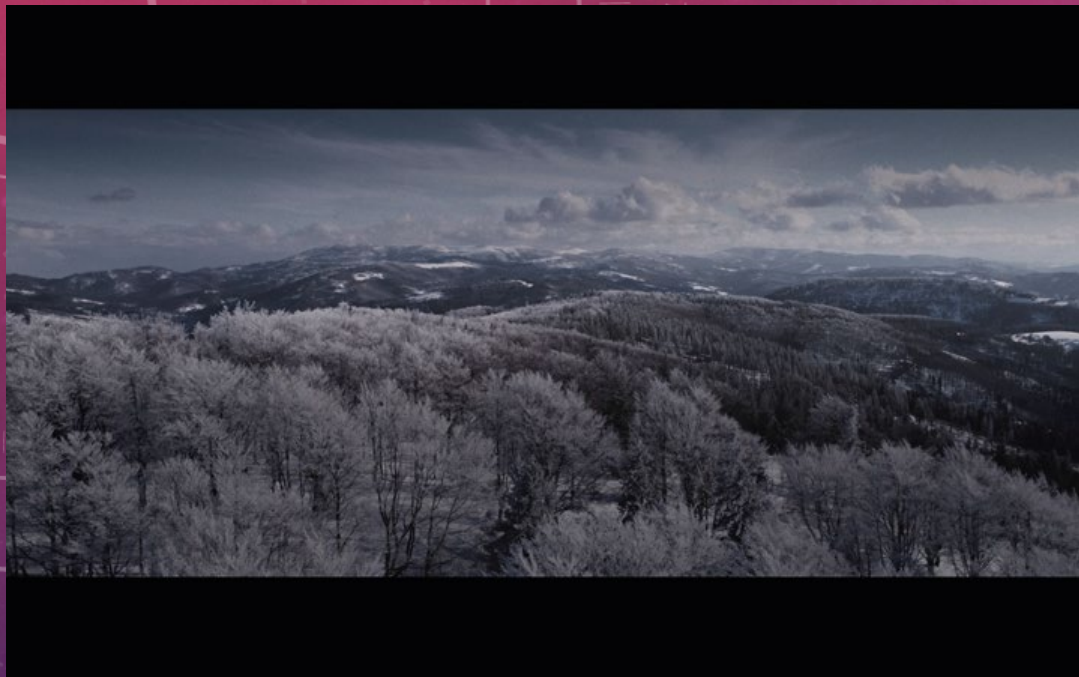


250 260

The background features a vertical gradient from dark blue at the bottom to bright red at the top. On the left side, there are several technical diagrams in white and light blue. These include circular gauges with numerical scales (140, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260), circular arrows indicating rotation, and various geometric shapes like circles and arcs. The overall aesthetic is clean and modern, typical of a technical or scientific presentation.

# **RODZAJE PLANÓW**

# PLAN TOTALNY



## PLAN OGÓLNY



# PLAN PEŁNY

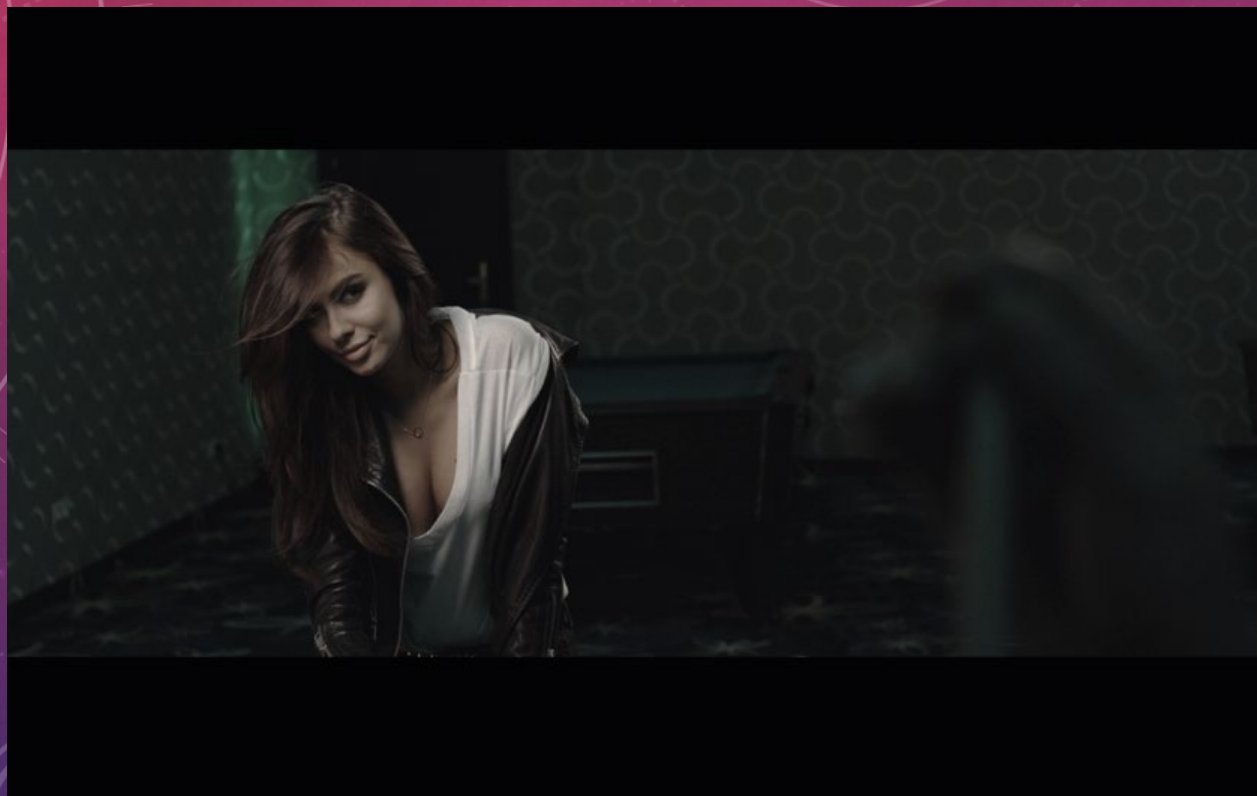




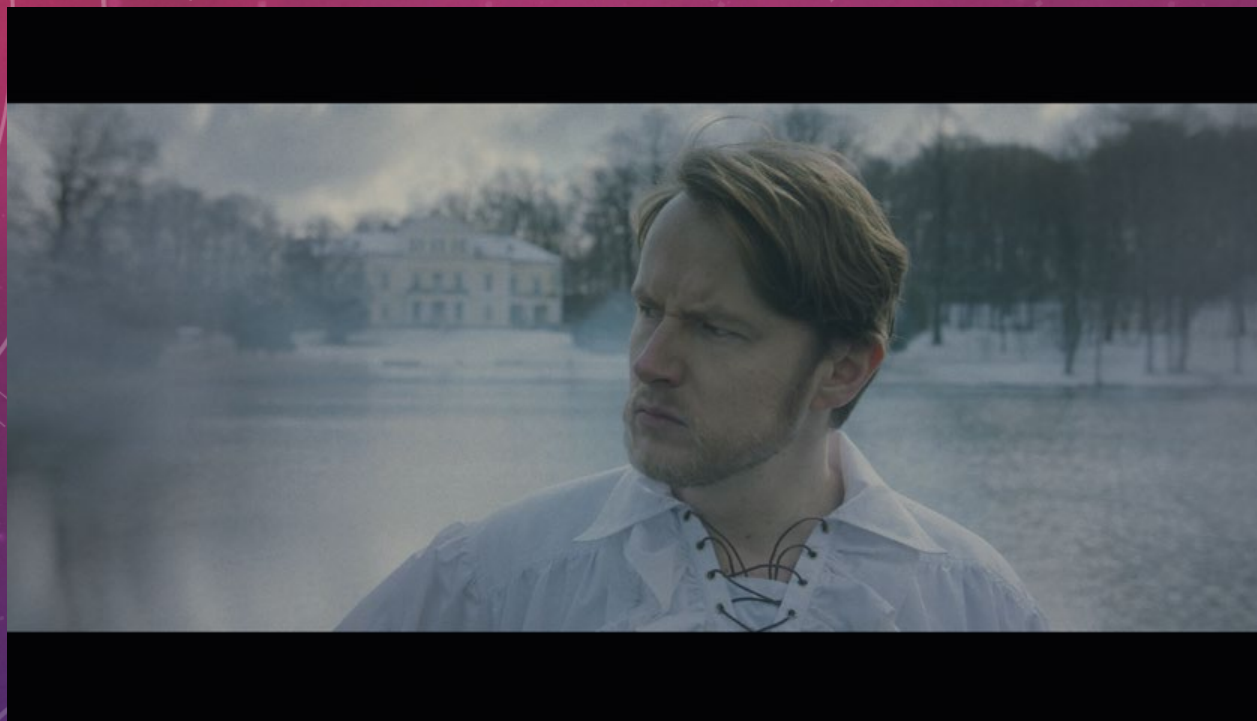
## PLAN AMERYKAŃSKI



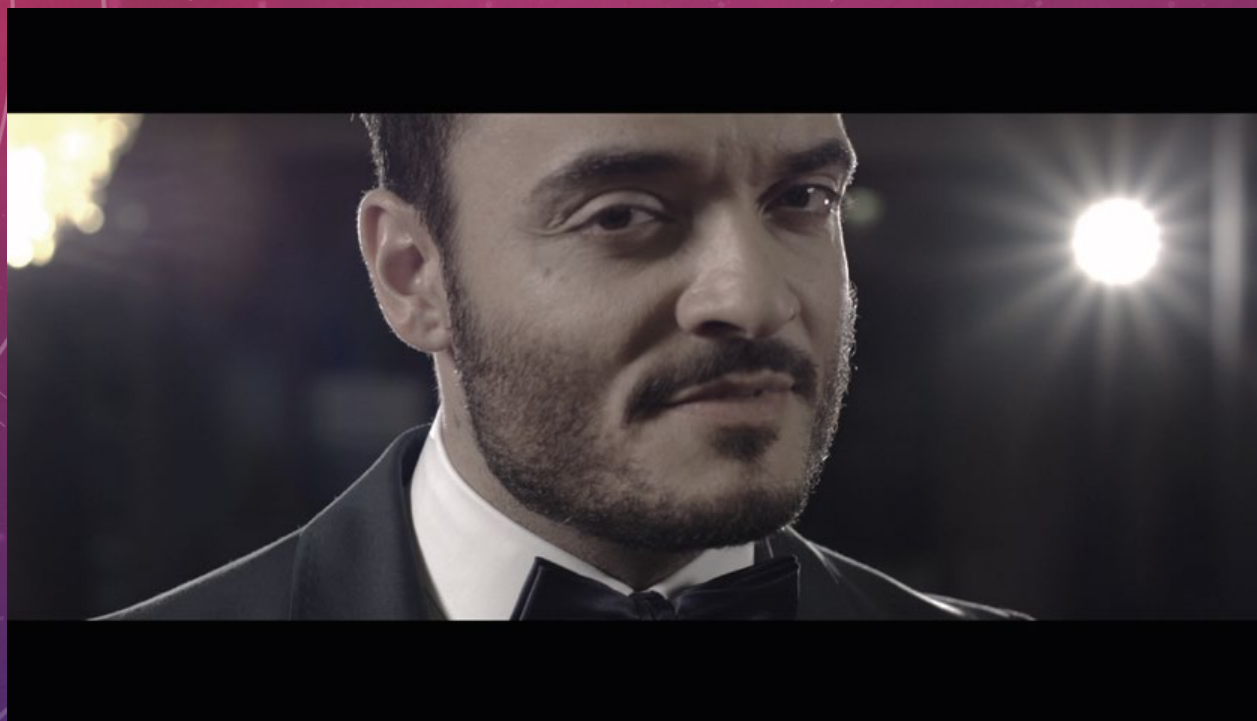
## PLAN ŚREDNI/PÓŁPEŁNY



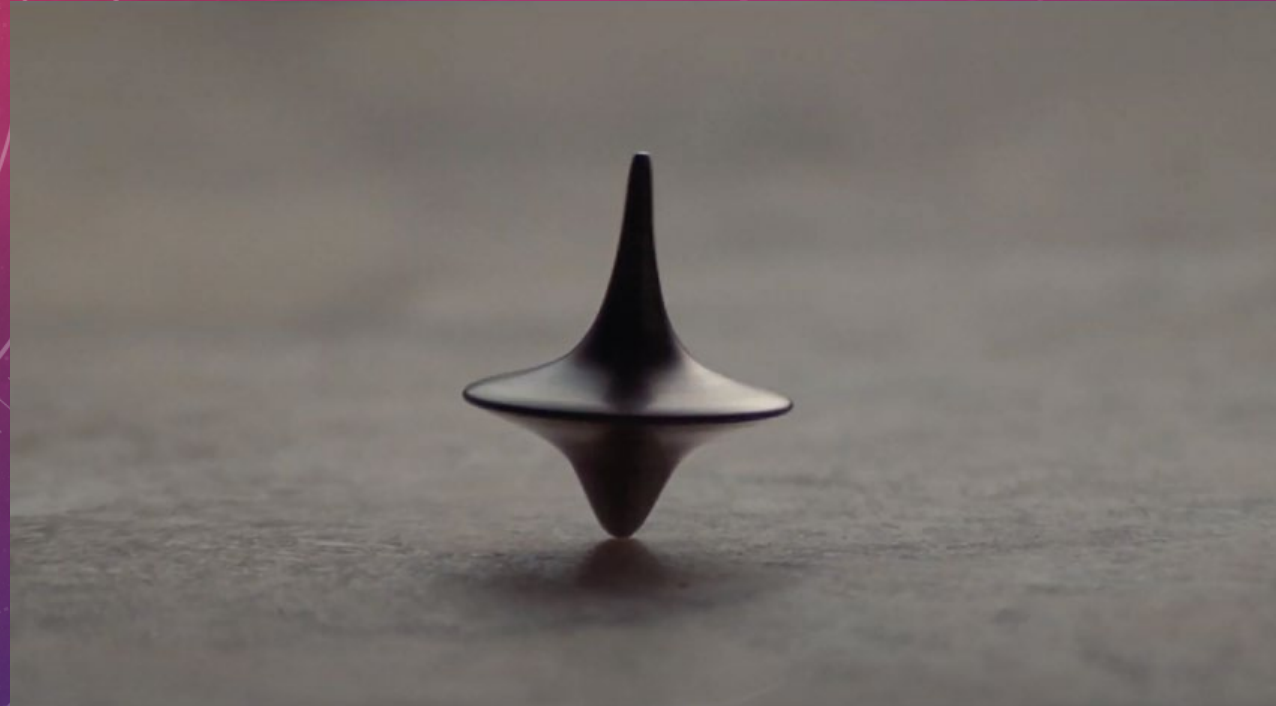
# PÓLZBLIŽENIE



**ZBLIŽENIE**



**DETAL**



**MAKRODETAL**



The background features a blue-to-red gradient with technical diagrams. On the left, there is a large circular scale with markings from 40 to 260. Several smaller circular diagrams with arrows and dashed lines are scattered across the left side. The text 'KĄT WIDZENIA KAMERY' is centered on the right side in white, bold, uppercase letters.

# KĄT WIDZENIA KAMERY

## PERSPEKTYWA PTASIA





## PERSPEKTYWA WYSOKA



## PERSPEKTYWA NEUTRALNA



## PERSPEKTYWA NISKA



# PERSPEKTYWA ŻABIA




## PUNKT WIDZENIA (POV)



# PERSPEKTYWA HOLENDRSKA

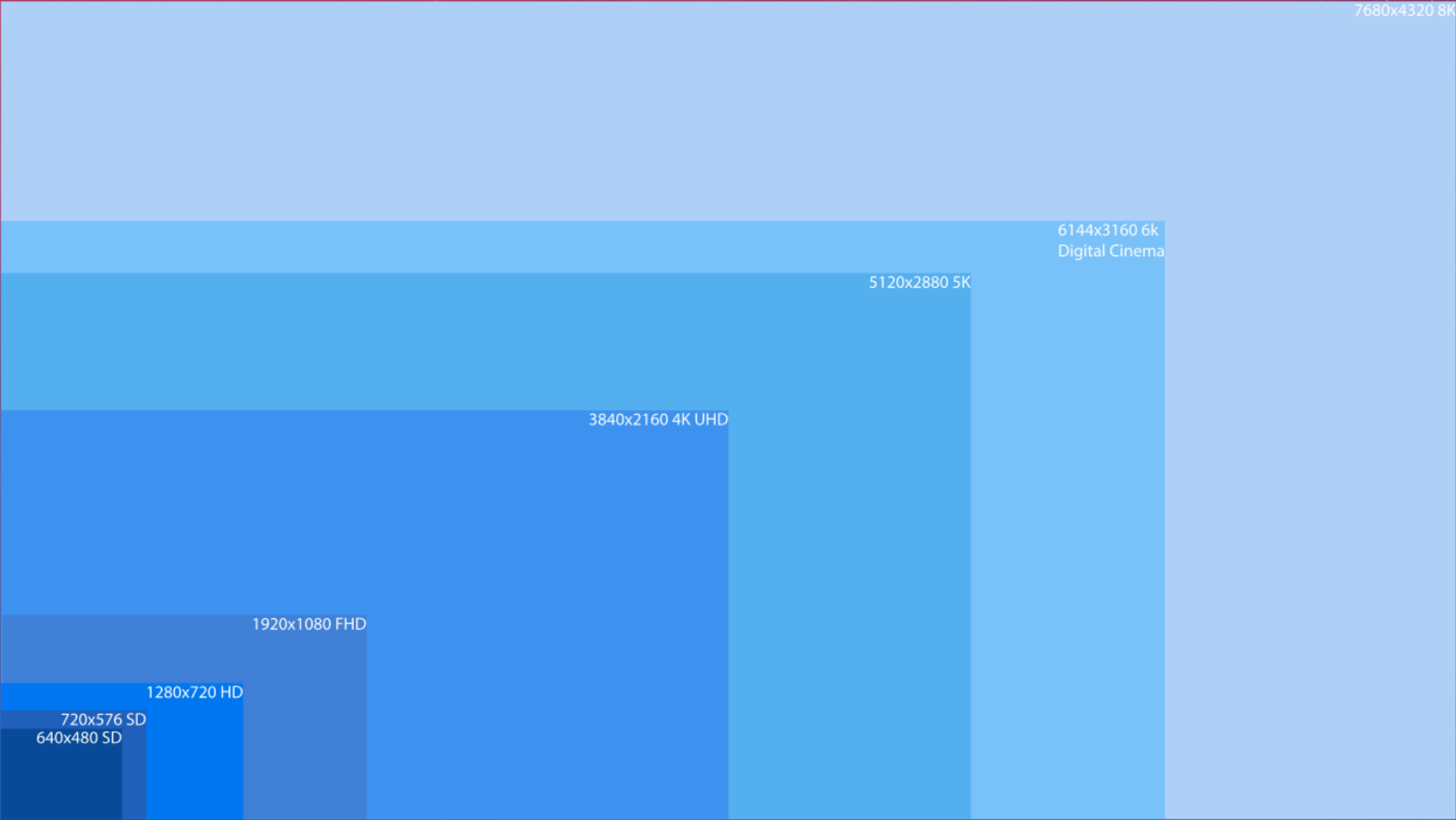


The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with a field of small white stars. Several semi-transparent technical diagrams are scattered across the scene, including circular gauges with numerical scales (e.g., 140, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and various circular paths with arrows indicating direction.

**ROZDZIELCZOŚĆ OBRAZU  
I FPSY**

**1080P, 720P, 480P, 320P, SD, HD, FHD, 4K ITP...**

**25FPS, 24FPS, 60FPS, 30FPS**







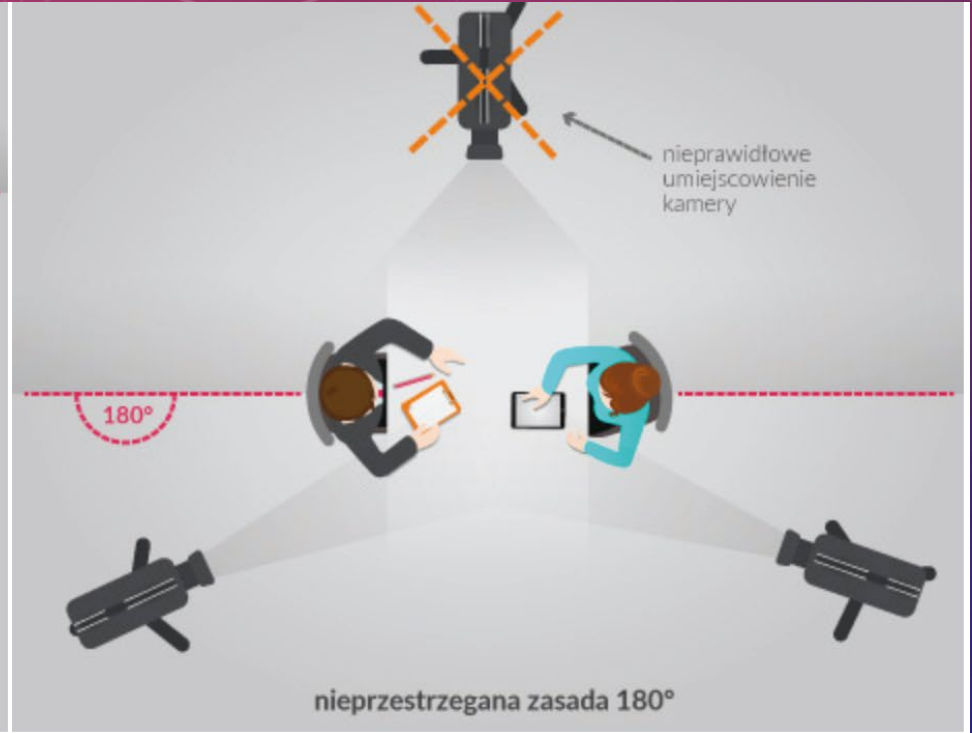
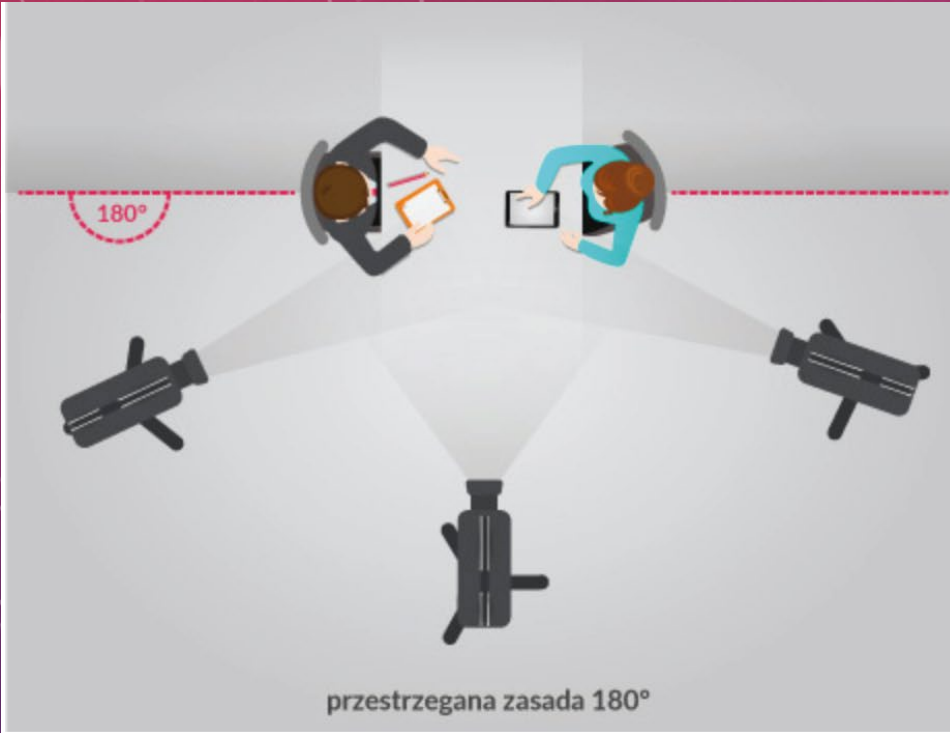
**ZASADY NAGRYWANIA  
ROZMÓW I WYWIADÓW**

The background features a vertical gradient from dark blue at the bottom to bright red at the top. On the left side, there are several technical diagrams. A large circular scale with degree markings from 40 to 260 is prominent. Other diagrams include circles with arrows indicating rotation and dashed lines representing paths or axes.

## **ZASADA 180 STOPNI LUB OSI FILMOWEJ**

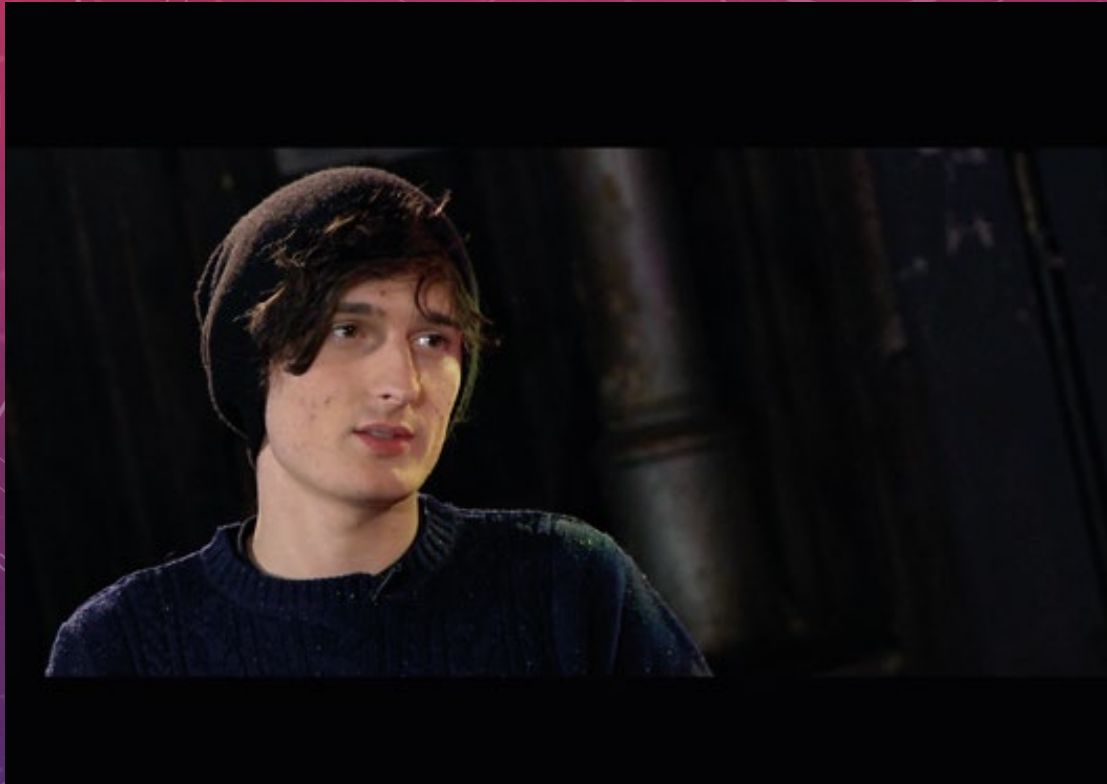
The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with faint, semi-transparent circular patterns and a degree scale. The scale is marked with numbers from 40 to 260 in increments of 10, with smaller tick marks between them. Several circular arcs and dashed lines are scattered across the frame, some with arrowheads pointing in various directions, suggesting a technical or scientific theme.

**ZASADA 180 STOPNI OKREŚLA TAKŻE POZYCJĘ  
PRZYSZŁEGO WIDZA W OBSERWACJI AKCJI NA EKRANIE**



The background features a vertical gradient from red at the top to blue at the bottom. On the left side, there are several overlapping circular elements: a large semi-circular scale with numerical markings from 140 to 260, and several smaller circles with dashed outlines and arrows indicating a clockwise direction. The overall aesthetic is technical and futuristic.

# **REALIZACJA ROZMÓW I WYWIADÓW**









**- MIEJ NA WZGLĘDZIE EWENTUALNĄ ZMIANĘ EKSPOZYCJI**

**- GNAZDKO ALBO BATERIE**

**- WCZEŚNIEJSZA GOTOWOŚĆ DO ZDJĘĆ MOŻE ZMNIEJSZYĆ SZANSE NA STRESOWE SYTUACJE NA PLANIE.**

**- ZAWSZE WARTO WIEDZIEĆ Z KIM I NA JAKI TEMAT BĘDZIECIE ROZMAWIAĆ**

**- “TŁUCZEK”, CZYLI MIKROFON REPORTERSKI – ZAWSZE PRZYDATNY**

**- JEŚLI MAMY TYLKO DWIE KAMERY, JEDNĄ SKIERUJMY NA ROZMÓWCĘ, A NA DRUGIEJ USTAWMY SZERSZY PLAN Z DWOMA POSTACIAMI**







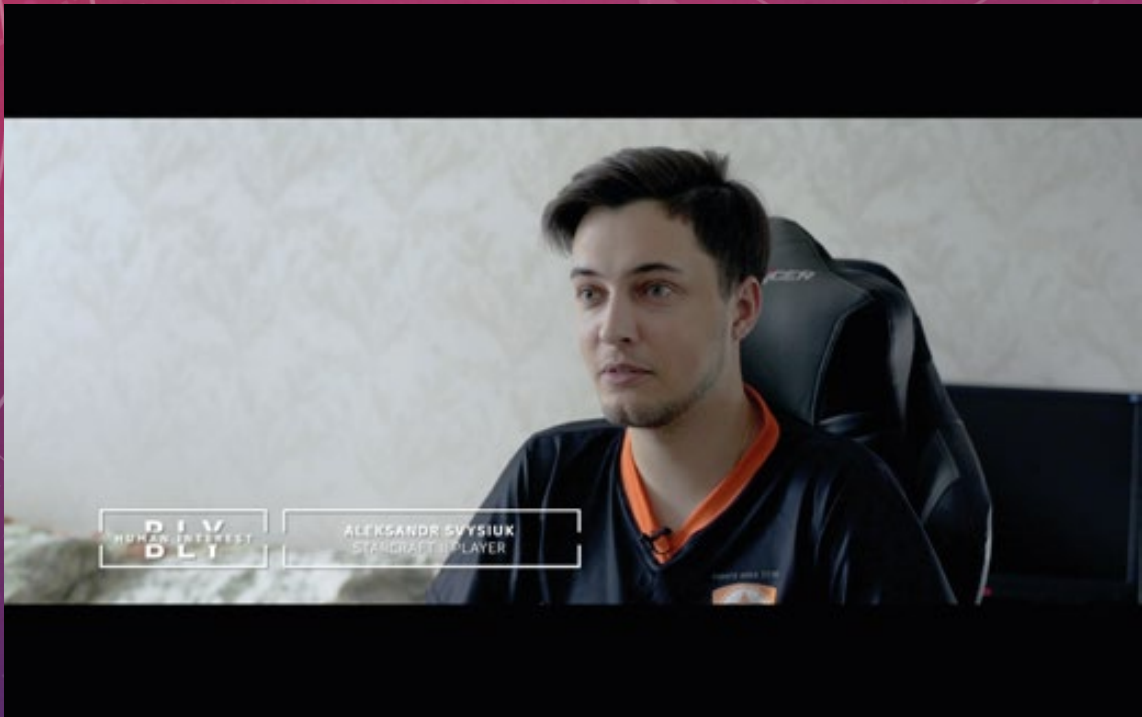
To jest Audioriver! Jest niesamowicie!

The background features a vertical gradient from dark blue at the bottom to bright red at the top. Overlaid on this are several technical diagrams in white and light blue. On the left side, there are circular gauges with numerical scales ranging from 140 to 260. Some gauges have dashed lines and arrows indicating movement. In the upper right, there are circular diagrams with arrows pointing in different directions, possibly representing flow or rotation. The overall aesthetic is technical and futuristic.

## **NAGRYWANIE WYPOWIEDZI (TZW. "SETEK")**

The background is a gradient from red at the top to blue at the bottom, with a starry or particle-like texture. On the left side, there are several overlapping circular elements. One prominent feature is a large circular scale with tick marks and numbers ranging from 140 to 260. Other circles include dashed lines, solid lines, and arrows, suggesting a technical or scientific theme.

**Czym jest „setka”?**



BLV  
HUMAN INTEREST  
BLI

ALEKSANDR SVYSIUK  
STARCRIFT III PLAYER

The background features a gradient from red to blue with a starry space pattern. On the left side, there are several technical diagrams, including circular gauges with scales and arrows, and various circular and semi-circular shapes, some with dashed lines and arrows indicating motion or direction. The text is centered in the middle of the image.

**Najczęściej stosowanym planem  
w takich wywiadach jest półzblizenie.**





The background is a gradient from red at the top to blue at the bottom, with a starry or particle-like texture. On the left side, there are several overlapping circular elements. One prominent feature is a large circular scale with tick marks and numbers ranging from 140 to 260. Other circles include dashed lines, solid lines, and arrows, suggesting a technical or scientific theme.

**TAKIE KADROWANIE WYWIADÓW JEST  
NAJCZĘŚCIEJ WYKORZYSTYWANE  
W NEWSACH I PROGRAMACH INFORMACYJNYCH**



**JAK NAGRYWAĆ SETKI?**

The background features a gradient from red at the top to blue at the bottom, overlaid with faint, semi-transparent circular patterns and scale markings. The text is centered in a bold, white, sans-serif font.

**1. JEŚLI NIE ROBICIE TYPOWEGO NEWSA I CHCECIE UROZMAIĆ NIECO  
WASZ MATERIAŁ, RÓBCIE SETKI NA DWIE KAMERY.**

The background features a vertical gradient from red at the top to blue at the bottom. Overlaid on this are several technical diagrams, including circular gauges with numerical scales (40, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and various circular patterns with arrows indicating rotation or flow. The text is centered in the middle of the image.

## **2. Używajcie mikroportów lub tyczki do rejestracji dźwięku**



**3. JEŚLI BĘDZIEMY ROBIĆ SETKĘ W PLENERZE,  
WARTO ZABRAĆ ZE SOBĄ BLENDE**



**4. Rozmówca powinien zaczynać wypowiedzi od zamkniętych ust**

The background features a gradient from red to blue, overlaid with technical diagrams. On the left, there are circular gauges with numerical scales (40, 150, 160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 260) and arrows. On the right, there are circular diagrams with arrows indicating rotation or flow. The bottom right corner has a starry space pattern.

**5. PYTANIA REDAKTORA NIE BĘDĄ  
CZĘŚCIĄ MATERIAŁU!  
(BARDZO RZADKO SA)**





**6. PRZYPOMINAJMY ROZMÓWCOM O UŚMIECHU**

# MUZYKA W WIDEO

**SKĄD JĄ BRAĆ?  
LEGALNIE!**



**LICENCJE  
CREATIVE COMMONS  
ALBO PUBLIC DOMAIN**



**DZIĘKUJĘ!**