

# BLOK 7 — OŚWIECENIE W FOTOGRAFII

---

## 1. ZESTAW WIEDZY — Oświetlenie w fotografii

### Rodzaje światła

#### 1. Światło naturalne

- słońce, niebo, odbicia
- zmienne, zależne od pogody i pory dnia
- miękkie w cieniu, twarde w pełnym słońcu

#### 2. Światło sztuczne

- lampy studyjne
  - lampy LED
  - świetlówki
  - żarówki wolframowe
  - lampa błyskowa
- 

### Charakter światła

#### Światło miękkie

- duże źródło światła
- małe cienie
- delikatne przejścia tonalne
- powstaje w cieniu, przy chmurach, z softboxa

#### Światło twarde

- małe źródło światła
  - ostre cienie
  - duży kontrast
  - powstaje w pełnym słońcu, z gołej lampy błyskowej
-

# Kierunki światła

## Światło przednie

- oświetla twarz równomiernie
- mało cieni
- mało plastyczne

## Światło boczne

- mocna plastyka
- podkreśla faktury
- pół twarzy w cieniu

## Światło tylne (kontrowe)

- świeci zza obiektu
- tworzy obrys (rim light)
- wymaga doświetlenia przodu

## Światło górne

- mocne cienie pod oczami
- efekt dramatyczny

## Światło dolne

- nienaturalne, teatralne
  - często niekorzystne w portrecie
- 

# Temperatura barwowa (Kelwiny)

- 3200 K – światło żarowe (ciepłe)
  - 5600 K – światło dzienne (neutralne)
  - 7000 K+ – cień, niebo (zimne)
- 

# Balans bieli

- dopasowuje kolor światła do sceny
  - tryby: auto, światło dzienne, cień, żarówka, świetlówka, lampa błyskowa
-

# Modyfikatory światła

## Softbox

- zmiękcza światło
- równomierne oświetlenie

## Parasolka biała

- miękkie, rozproszone światło

## Parasolka srebrna

- mocniejsze, bardziej kontrastowe światło

## Beauty dish

- portret, kontrast + miękkość
- charakterystyczne światło na twarzy

## Grid (plaster miodu)

- zawęża strumień światła
- kontrola kierunku

## Blenda

- odbija światło
- kolory: biała, srebrna, złota, czarna

## Dyfuzor

- rozprasza światło
  - zmniejsza kontrast
- 

## Lampa błyskowa

- bardzo krótki czas błysku
  - zamraża ruch
  - może być:
    - wbudowana w aparat
    - systemowa (speedlight), mocowana do aparatu
    - studyjna, dużej mocy, wykorzystywana w studio
-

# Oświetlenie ciągłe vs błyskowe

## Ciągłe

- widzieć efekt na żywo
- łatwe w użyciu
- mniejsza moc

## Błyskowe

- duża moc
  - zamraża ruch
  - wymaga ustawień i synchronizacji
- 

## 2. KARTA PRACY — Oświetlenie w fotografii (A4)

Imię i nazwisko: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

---

### Zadanie 1 — Dopasuj pojęcia do opisów

1. Światło miękkie \_\_\_\_\_
2. Światło twarde \_\_\_\_\_
3. Światło boczne \_\_\_\_\_
4. Światło kontrowe \_\_\_\_\_
5. Softbox \_\_\_\_\_
6. Beauty dish \_\_\_\_\_

- A. Ostre cienie, małe źródło  
B. Miękkie światło, duże źródło  
C. Światło zza obiektu  
D. Plastyczne światło z boku  
E. Modyfikator do miękkiego światła  
F. Modyfikator portretowy
- 

### Zadanie 2 — Uzupełnij luki

1. 5600 K to światło \_\_\_\_\_.
  2. 3200 K to światło \_\_\_\_\_.
  3. Softbox daje światło \_\_\_\_\_.
  4. Grid służy do \_\_\_\_\_ światła.
  5. Światło twarde daje \_\_\_\_\_ cienie.
-

### Zadanie 3 — Zaznacz poprawną odpowiedź

1. Który modyfikator daje najbardziej miękkie światło?  
☐ beauty dish  
☐ softbox  
☐ parasolka srebrna
  2. Które światło podkreśla faktury?  
☐ przednie  
☐ boczne  
☐ kontrowe
  3. Które światło tworzy obrys wokół obiektu?  
☐ boczne  
☐ kontrowe  
☐ górne
- 

### Zadanie 4 — Dopasuj modyfikator do efektu

1. Parasolka srebrna \_\_\_\_\_
2. Blenda złota \_\_\_\_\_
3. Grid \_\_\_\_\_
4. Dyfuzor \_\_\_\_\_

- A. Ociepla światło  
B. Zawęża strumień światła  
C. Rozprasza światło  
D. Mocne, kontrastowe światło
- 

### Zadanie 5 — Krótka analiza

Zdjęcie ma zbyt twarde światło. Co zrobić?

Zaznacz dwie poprawne odpowiedzi:

- ☐ użyć softboxa  
☐ użyć gołej lampy  
☐ powiększyć źródło światła  
☐ zmniejszyć źródło światła
-