

---

# BLOK 15 — UJĘCIA FILMOWE, RUCH KAMERY, NARRACJA

WERSJA KOMPLETNA

---

## 1. ZESTAW WIEDZY — Ujęcia filmowe i narracja

---

### RODZAJE PLANÓW FILMOWYCH (z krótkim wyjaśnieniem)

#### Plan totalny (PT)

- pokazuje duży obszar, krajobraz, miasto
- służy do wprowadzenia widza w miejsce akcji

#### Plan ogólny (PO)

- postać + otoczenie
- widz rozumie, gdzie bohater się znajduje

#### Plan pełny (PP)

- cała postać od stóp do głów
- pokazuje ruch, sylwetkę

#### Plan amerykański (PA)

- od kolan w górę
- klasyczny do dialogów i scen akcji

#### Plan średni (PS)

- od pasa w górę
- naturalny do rozmów

#### Półzbliżenie (PZ)

- od klatki piersiowej w górę

- emocje + kontekst

### **Zbliżenie (Z)**

- twarz, emocje, reakcje
- bardzo ważne w narracji

### **Detal (D)**

- oko, dłoń, przedmiot
  - podkreśla szczegół, symbol, emocję
- 

# **RODZAJE PLANÓW FOTOGRAFICZNYCH**

### **Plan ogólny**

- szeroki kadr, dużo przestrzeni
- krajobraz, architektura

### **Plan pełny**

- cała postać
- moda, portret środowiskowy

### **Plan amerykański**

- od kolan
- dynamiczne ujęcia

### **Plan portretowy**

- od pasa lub klatki piersiowej
- najczęstszy w portrecie

### **Zbliżenie**

- twarz
- emocje

### **Detal**

- fragment twarzy lub obiektu
  - akcent na szczegół
-

# RUCHY KAMERY — KRÓTKIE I JASNE

## Panorama (pan)

- ruch w poziomie
- pokazuje przestrzeń lub podąża za obiektem

## Tilt

- ruch w pionie
- odkrywa obiekty od góry lub dołu

## Najazd / odjazd

- kamera jedzie do przodu / do tyłu
- zbliżenie lub oddalenie bez zmiany ogniskowej

## Tracking shot

- kamera jedzie obok postaci
- podąża za ruchem

## Slider

- płynny ruch w bok
- filmowe przejścia

## Gimbal

- stabilny ruch w każdą stronę
- dynamiczne ujęcia, vlogi

## Dron

- ruch w przestrzeni 3D
- ujęcia z powietrza

---

# ZASADY NARRACJI FILMOWEJ

## 1. Zasada 180°

- kamera nie powinna przekraczać osi między bohaterami
- inaczej widz gubi orientację

## 2. Ciągłość ruchu

- jeśli ktoś idzie w prawo, w kolejnym ujęciu też powinien iść w prawo

### 3. Ciągłość spojrzeń

- jeśli bohater patrzy w lewo, drugi powinien patrzeć w prawo
- wygląda, jakby patrzyli na siebie

### 4. Zasada 30°

- zmiana kąta kamery min. o 30°
- inaczej powstaje „skok montażowy”

### 5. Establishing shot

- pierwsze ujęcie pokazuje miejsce akcji
- widz wie, gdzie jest

### 6. Match cut

- łączenie dwóch ujęć podobnym ruchem lub kształtem
- płynna narracja

### 7. Montaż równoległy

- pokazuje dwie akcje dziejące się jednocześnie

### 8. Montaż ciągły

- widz ma wrażenie, że akcja trwa bez przerw

---

## 2. KARTA PRACY — BLOK 15 (A4)

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

---

### Zadanie 1 — Dopasuj pojęcia do opisów

1. Plan totalny \_\_\_\_\_
2. Plan amerykański \_\_\_\_\_
3. Zbliżenie \_\_\_\_\_
4. Pan \_\_\_\_\_
5. Tilt \_\_\_\_\_
6. Zasada 180° \_\_\_\_\_

- A. ruch w pionie
  - B. twarz i emocje
  - C. nie przekraczać osi akcji
  - D. od kolan w górę
  - E. ruch w poziomie
  - F. pokazuje duży obszar
-

## Zadanie 2 — Uzupełnij luki

1. Plan średni pokazuje postać od \_\_\_\_\_.
  2. Najazd to ruch kamery \_\_\_\_\_.
  3. Match cut łączy ujęcia podobnym \_\_\_\_\_.
  4. Establishing shot pokazuje \_\_\_\_\_.
  5. Zasada 30° zapobiega \_\_\_\_\_.
- 

## Zadanie 3 — Zaznacz poprawną odpowiedź

1. Który plan najlepiej pokazuje emocje?  
☐ plan pełny  
☐ zbliżenie  
☐ plan ogólny
  2. Co to jest tracking shot?  
☐ ruch w pionie  
☐ kamera jedzie obok postaci  
☐ zbliżenie twarzy
  3. Co łamie zasadę 180°?  
☐ zmiana kąta o 30°  
☐ przejście na drugą stronę osi  
☐ użycie drona
- 

## Zadanie 4 — Dopasuj ruch kamery do efektu

1. Slider \_\_\_\_\_
2. Najazd \_\_\_\_\_
3. Pan \_\_\_\_\_
4. Gimbal \_\_\_\_\_

- A. stabilny ruch w każdą stronę  
B. ruch w bok  
C. zbliżenie bez zmiany ogniskowej  
D. ruch w poziomie
- 

## Zadanie 5 — Krótka analiza

W scenie dialogowej widz nie wie, gdzie stoją bohaterowie. Co złamano?

- ☐ zasadę 180°  
☐ zasadę 30°  
☐ match cut
-