



ГАЙД З ПІДГОТОВКИ ДО ЗЙОМКИ



@YEVHENIIA.HUMANENKO

Для чого цей гайд?

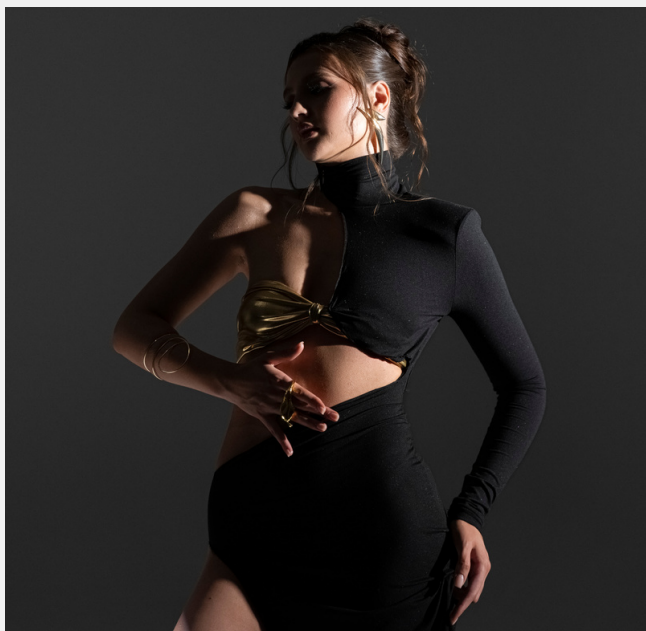
Цей гайд я створила, щоб допомогти вам підготуватись до зйомки так, щоб ви почувались впевнено — і виглядали на всі 100. Часто дівчата думають, що “до фотосесії готуватись не треба — просто приходь у гарному одязі”. Але є маленькі нюанси, які реально змінюють усе — від якості кадру до вашого самовідчуття.

Я із власного досвіду бачу: найкращі фото — не лише про позу чи світло, а про дрібні деталі. Від яких залежить, наскільки цілісним буде ваш образ і як “зайде” фінальний результат.



МЕНІ ХОЧЕТЬСЯ, ЩОБ ТИ ПОЧУВАЛАСЯ ВПЕВНЕНО, НЕЗАЛЕЖНО ВІД ТОГО, ПО ЯКУ СТОРОНУ ОБ'ЄКТИВУ ТИ СТОЇШ.

Трошки про зйомку: що варто знати, щоб усе пройшло легко та кайфово



Чому зйомка — це не про “за годину все встигли”

Здається, що година на фотосесію — це нормально. Але правда така: тільки-тільки починаєш розслаблятися, а час уже вийшов. А хочеться ж не просто пару кадрів, а відчувати себе класно, звикнути до камери, поміняти образ, а це все час.

Пам'ятай, що в студії після твоєї зйомки є наступна. Відповідно, ніхто не додасть тобі тих 10хв, на ще одне фото, зібрати речі і вийти з зали.

А коли фотограф працює зі студійним обладнанням - підключення світла, встановлення СВІТЛОВИХ схем йде справді багато часу.



Тому я завжди раджу планувати зйомку хоча б на 1,5 години — тоді й фотограф встигає все налаштувати, і ти — розкритися по-справжньому.





Макіяж — це твій помічник, а не маска

Не обов'язково робити щось складне. Зараз краса — це про легкість, свіжість і натуральність. Без товстих стрілок, темної помади чи супер-чітких брів.

Макіяж має просто підкреслити тебе. Бо на фото завжди видно, коли макіяж «живий», а коли він бореться з обличчям за увагу.

Можеш зробити мейк сама. Але якщо є можливість — краще звернись до візажиста.

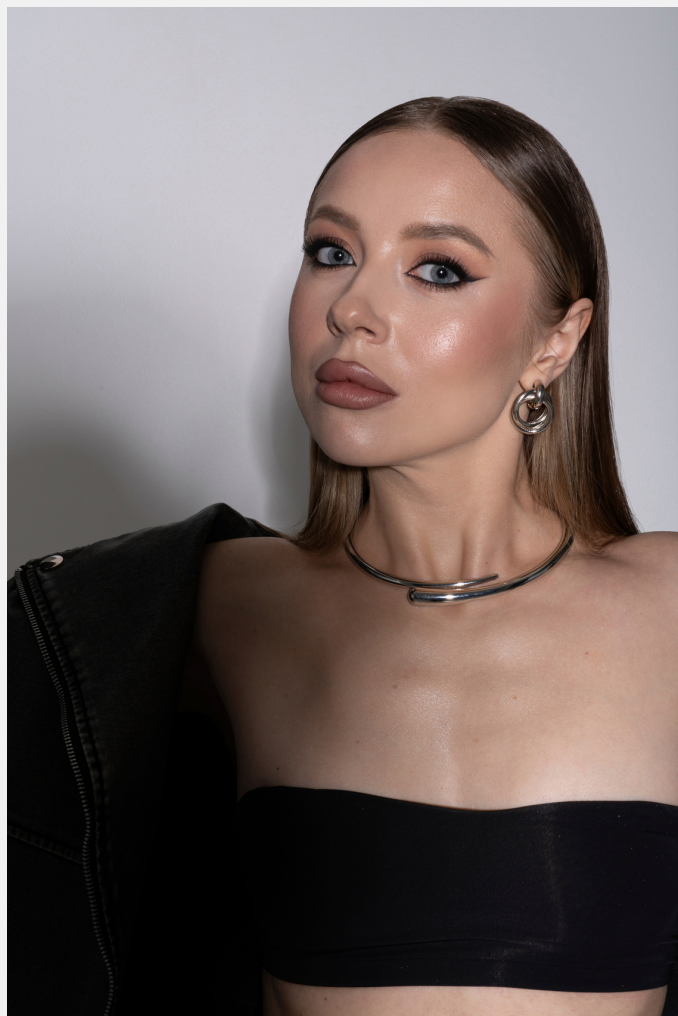
Справжній майстер зможе показати твоє справжнє красиве обличчя і підкреслити всю твою красу якісним мейком. **Це як інвестиція в результат.**



Що з волоссям? Все просто

Знову ж — максимум природності. Зараз в тренді простота: це і пряме чисте доглянуте волосся, легкі локони, зализані зачіски, гладкі хвости та гульки — це вже класно.

Уникай важкого лаку — волосся має «жити», а не стояти колом, щоб волосся було рухомим і живим та гарно розвіювалось з вентилятором.



Про тіло: красива шкіра — половина успіху

Одна з найчастіших проблем — ноги. Особливо взимку. І головна помилка — це тілесні колготки. Я категорично проти. Вони рідко збігаються з відтінком вашої шкіри, дають смуги на пальцях і просто “ламають” весь образ. Навіть якщо здається, що їх не буде видно — фото завжди покаже правду.

Замість цього раджу:

- Автозасмагу — легкий тон, щоб вирівняти колір тіла. Можна зробити вдома або у салоні (є навіть миттєві варіанти, які проявляються за кілька годин).
- Олія для тіла — маст-хев у день зйомки! Нанось на відкриті ділянки шкіри — руки, ноги, плечі, ключиці. Шкіра одразу виглядає доглянутою, живою і блискучою — камера це обожнює!

У результаті: однорідний тон шкіри, красиве сяйво, і ти відчуваєшся як на обкладинці журналу.

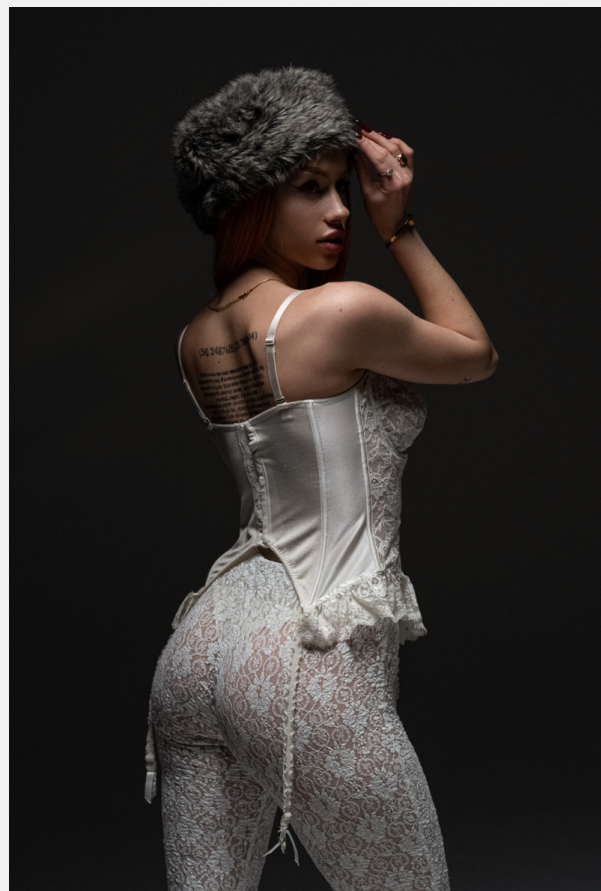
Одяг, що вдягнути на зйомку?

Одяг — це важлива частина підготовки. Від нього залежить, як буде виглядати кадр і як ти почуватимешся. Якщо не впевнена, завжди можна порадитись з фотографом — я із задоволенням допоможу.

Пам'ятай про просте:

- Одяг та взуття має бути чистим та акуратним.
- Великі логотипи і яскраві принти краще залишити вдома, якщо це не задумка зйомки.
- Уникай тісного одягу — він може залишати сліди на тілі і бути незручним.
- Аксесуари — це один з важливих акцентів твого образу. Серезки чи ланцюжок красиво доповнять твій образ.

Найголовніше — одяг має підкреслювати тебе, робити тебе впевненою і ще гарнішою в кадрі.



Примітка: що важливо взяти з собою на зйомку?

Раджу заздалегідь підготувати невеликий набір потрібних речей. Вони займуть мінімум місця, але дуже виручать у процесі:

- Лак для волосся — щоб швидко поправити зачіску, якщо щось розпушиться або виб'ються пасма.
- Гребінець — особливо якщо вітер або багато змін образів.
- Серветки — раптом потрібно щось витерти або освіжити обличчя.
- Олія для тіла — надає шкірі гарного блиску, особливо на відкритих ділянках.
- Помада або блиск — щоб освіжити макіяж перед кадром.
- Резинка або шпилька — знадобляться, якщо захочеться зібрати волосся чи змінити образ.
- Пляшка води — елементарно, але важливо, особливо якщо зйомка довга.

Цього достатньо, щоб почуватися комфортно та не переживати через дрібниці.

Наостанок:

Мета кожної зйомки — не просто зробити фото, а створити атмосферу, де ти почуватимешся собою. А для цього не обов'язково бути моделлю. Достатньо бути собою, а все інше — моя робота.

