

Pózolás 1x1



@dreamworldphotohu



Miről lesz szó?

Ebben az ebookban néhány klasszikus álló és ülő női pózt mutatok be, és mondom, hogy mire érdemes figyelni. Ezeket a tippeket bármilyen képhez tudod használni, akár téged fotóznak, akár te fotózol mást. Akkor is, ha a kép nem "beállított", hiszen ha kicsit odafigyelték a testtartásra, a lábak vagy karok állására, máris sokkal jobban mutat az alany a képen!

Ami a fényeket illeti

A képeken a teraszajtónk mellett állok, ami egy nagyjából a háromszög világításnak megfelelő helyzetet teremtet. Ha túl erősnek látnám az oldalról érkező fényt, egy kicsit hátrébb és/vagy az ablaktól távolabb lépnék, ahol onnan már kevesebb fény érkezne.

A képek mobillal készültek, köszönet értük a férjemnek! Nem viselek sminket a képeken, úgyhogy azt ne is keresd.



A ruhaválasztásról

- A képeken előnyösebben mutat egy szűkebb szabású ruha, még akkor is, ha esetleg van az illetőn egy kis súlyfelesleg. A bő ruhák nem ápolnak és eltakarnak, hanem nagyobboknak tűnik az alany tőlük.
- A női formát szépen kihozza, ha a modell magassarkút visel, esetleg még spiccel is hozzá.

Jaj, fotózni fognak?

1. Ilyen, amikor valaki csak úgy megáll a kamerával szemben. Ez elég szerencsétlenül néz ki.
2. Rosszabb esetben magára szorítja a karját, görnyed vagy felhúzza a vállát. Egyik sem mutat túl jól a képeken. Figyelj rá, hogy jó legyen a tartás és ne szorítsa magára a karjait! Pici súlyfeleslegnél már óriási karok tudnak így keletkezni.



A megoldás egyszerű

1. Eggyel jobban néz ki, ha a kar és derék között már szünet van, a kezek kissé aszimmetrikusan vannak és az egyik térd a másik elé van húzva. Máris látszik, hogy valami forma is van, kijön a homokóra. A pózolásban van egy olyan szabály, hogy amit lehet hajlítani, azt hajlítsuk.
2. Csípőre is lehet tenni az egyik kezet. Arra érdemes ilyenkor figyelni, hogy inkább a deréknál legyen, mint a csípőnél és a másik kar se legyen a testre szorítva. A fej is meg van döntve egy picit, látszik egy S-forma.
3. A másik kart kissé hátra is lehet húzni, hogy a formája szépen kövesse a test vonalát. Ha valaki nem szupervékony, a test lehetőleg ne nézzon teljesen szembe a kamerával, hanem legyen egy kicsit elfordulva.



A csípőre tett kéz

1. Én annyira nem szeretem, ha mindkét kéz csípőre van téve. Itt külön rossz, hogy a kezek túlságosan lent vannak és görcsösek az ujjak. A kézre nagyon érdemes figyelni, mert az arc mellett az a legfontosabb a portréknál.
2. Ez egy sokkal jobb változat, a kezek a derékon vannak, nem görcsösek az ujjak, az egyik térd a másik elé húzva, fej kissé megdöntve, hogy létrejöjjön az S-forma. Akár a kifordított térd is vagány, legalábbis nadrágban, szoknyában kissé közönséges lehet.



A karba tett kéz

1. A karbatett kezet inkább üzleti portréknál szoktam javasolni, mert zártságot, sőt akár fölényességet sugall. Itt inkább kínos feszengés látszik rajtam, a görnyedt testtartás és a felhúzott vállak miatt.
2. Sokkal jobb változat. A karok lazán karban, az ujjak nem görcsösek.
3. A karbatett kézből is lehet építkezni, az egyik kar maradhat a testen, a másik pedig mehet föl az archoz, állhoz, hajhoz. Figyelj rá, hogy a karok ne legyenek a testre szorítva.

BÓNUSZ TIPP: Ha az, aki fotóz téged, még nem gyakorlott pózoltató, akkor sokat segít, ha mellette elhelyezel egy tükröt és nézed magad benne. Javítsd a pózaidat, hogy neki csak kattintania kelljen!



Amit mindenképp kerülj el

1. A legrosszabbat hagytam az álló pózok végére. Amikor a "hátsó" láb van behajlítva és a csípő van a legközelebb a kamerához. Na ez az, amitől mindenkire felszalad instant 20 kiló! Mindig a kamerához közelebbi láb legyen hajlítva!
2. Távolítsd a kamerától, amit kisebbnek szeretnél láttatni és közelítsd azt, amit nagyobbak! A fejem meredek ezen a képen, de azt most hagyjuk!



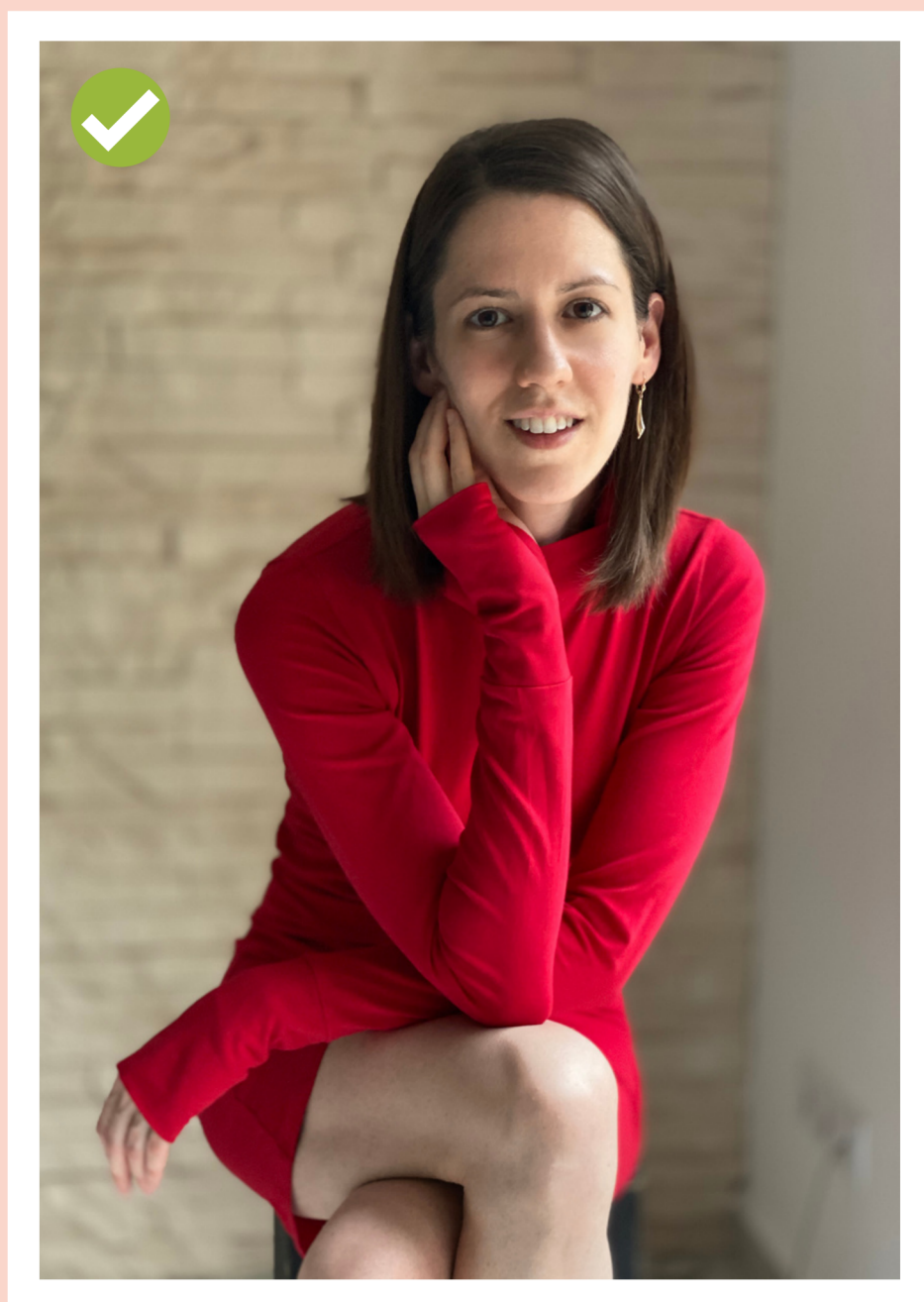
Ami az ülést illeti..

1. A kanapé heverésre csábít, az ember hajlamos kényelmesen, hátradőlve ülni. Ez nem mutat különösebben jól a képeken. (Ha teheted, inkább válassz kemény és támla nélküli széket, mert azokon alapból szebben ülünk.) Az alapszabály, hogy ha túl kényelmesen ül a modell, akkor az valószínűleg lesz nem szép. Itt a test teljesen szemben a kamerával, a lábak is rövidülnek. Egy nagylátószögű (pl. mobil) kamerával ráadásul garantált az óriásláb-minifej kombó.
2. A kanapénak a szélére érdemes ülni, hátradőlés nélkül, és lehetőleg oldalra fordított lábakkal, hogy szépen látszódjon a formájuk. A karokat be lehet húzni a test elé, hogy ne vastagítsanak. A boka akár keresztezhető is.



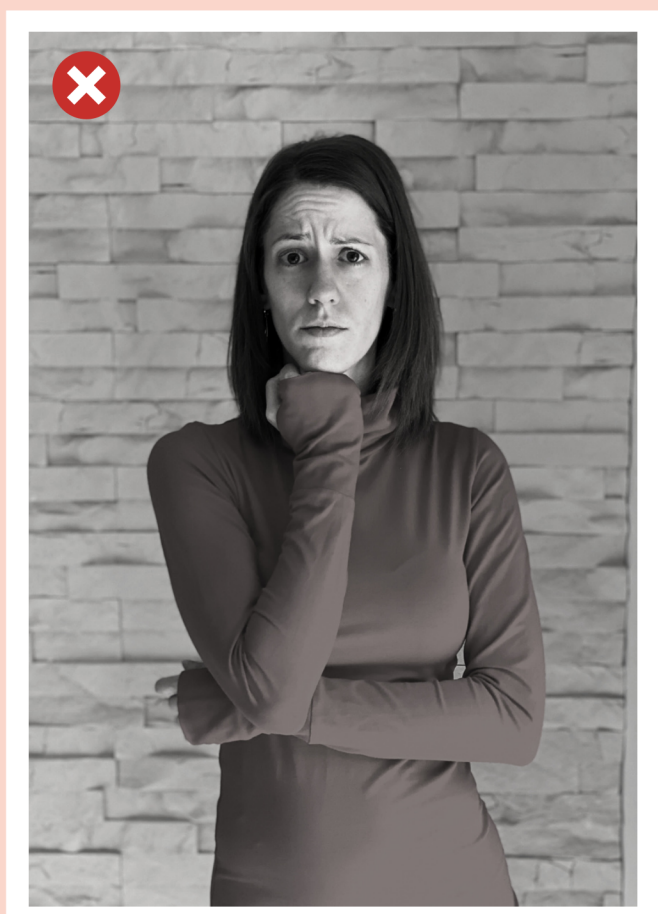
További tippek üléshez

1. Valószínűleg valami hasonló lesz, ha valaki csak úgy leül valahová. Hogyan legyen a láb? Hova tegye a kezét?
2. Használhatod ismét az álló pózoknál tanultakat, távolítsd a karokat a testtől, legyenek aszimmetrikusak, látszódjon mindkét kéz. A szoknya legyen elég hosszú ahhoz, hogy ne villanjon ki semmi vagy legyen kikomponálva a képről. Az ölben lévő kézzel el lehet takarni a pocakot is adott esetben.



A karba tett kéz helyett

1. Lehet rontani a helyzeten egy zárkózott és görnyedt testtartással. Még pocakosnak is sikerül így lenni.
2. Ez a könyöklős póz az egyik kedvencem, a kulcsa annyi, hogy a könyökök legyenek jól behúzva és a kezek lazán. Nem történik valódi támaszkodás, mert az eltorzítaná az arcot. Ezt a pózt inkább vékonyabb testalkathoz ajánlom. Itt is megvan az aszimmetria mind a kéztartásban, mind a vállaknál.



Figyelj a kezekre!

Az arc mellett a kezek a leghangsúlyosabbak a portréknál. Álljanak szépen, ne legyenek görcsösek, mert az elrontja az egész képet (fotós szemmel legalábbis).

1. Gyakran előfordul, hogy az ember próbál valamit kezdeni a kezével, fel is hozza az arcához. De az nagyon nem szép, amikor a kéz ökölbe van szorítva, ráadásul a kézfej pont szembenéz a kamerával.
2. Ez már egy jobb irány, de még mindig görcsös és a kéz túlzottan ki van fordítva. A klasszikus portrénál arra törekszünk, hogy a tenyér ne látszódjon, vagy legfeljebb csak kevés belőle.
3. A nyak megfogása eléggé természetes reakció, sajnos leginkább akkor, ha kellemetlenül érezzük magunkat. Könnyen tud úgy kinézni, mintha fájdalmaink lennének és ránk férne egy jó masszázs. Lehet még azzal is rontani rajta, hogy a könyök szembenéz a kamerával és így megrövidül a kar. Nem túl szép látvány, ezúton is jobbulást kívánok magamnak.



A "ballett kéz" mindig szép

A "ballet hands" kifejezést Sue Bryce-től tanultam, szerintem mindent elmond arról, hogy milyen kéztartás mutat igazán jól egy képen. A könnyed és kecses!

1. Ez egy jobb verzió az állhoz felhozott kézről.
2. Az arcérintős verzió talán még eggyel szebb. Ha az illető tényleg végigsimítja lassan az arcát, amikor készül a kép, természetesebb lesz a mozdulat. Figyelj rá, hogy ne legyenek a karok a testre szorítva.
3. Ugye mennyivel jobb, ha a nyak csupán lazán van érintve? Így már nem kelt feszengős benyomást.



Segít, ha van mire támaszkodni

1. Az ülő pózoknál sokat segít, ha van mire könyökölni. Én most egy apple boxot tettem be, de ez lehet simán egy karfa is. Klasszikus Z-ben ülök itt.
2. A könyöklős verzió ugyanebből. Ahogyan már említettem, ilyen esetben nem támaszkodunk ténylegesen a kezünkre, mert az nem mutat jól és eltorzítja az arcot. (Az ujjaim mondjuk állhatnának szebben.)
3. Arcérintős verzió ebből. Lehetőleg egyik kézfej se legyen teljesen szemben a kamerával.