

Содержание:

Позирование для девушек.....	2
Гламурная фотосессия.....	23
Позирование для Парней.....	34
Позирование для Влюблённых.....	45
Позирование для Свадебной фотосессии.....	56
Позы для Групповых и Семейных портретов.....	67
Позирование для Детской фотосессии.....	78

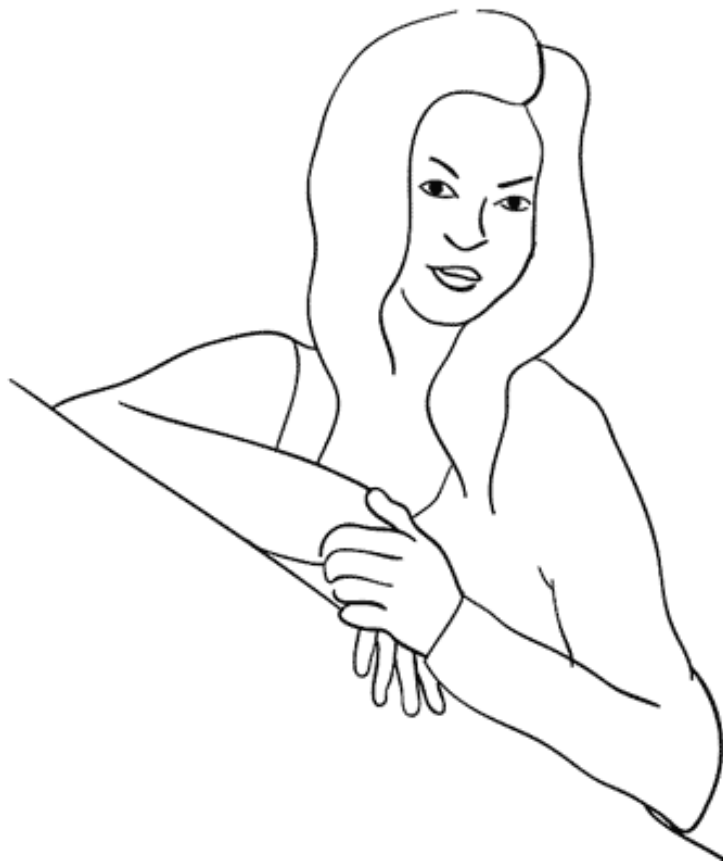
Позирование для девушек



1. Очень простая начальная поза для портрета. Модель смотрит на фотографа через плечо. Обратите внимание на то, как необычно и интересно может выглядеть портрет, если вы просто изменить ракурс.



2. Обычно в портретной фотографии руки остаются невидимыми или, во всяком случае, не доминируют. Однако, может получиться что-нибудь креативное, если модель поиграет с руками, пробуя разные положения у головы и лица. Но запомните: никаких прямых ладоней, стоит показывать только боковые поверхности рук.



2. Можно получить приятный эффект, используя диагонали.



4. Очень милая и красивая поза – когда модель сидит. Колени должны прикасаться друг к другу. Снимать нужно чуть сверху.



5. Еще одна открытая и притягательная поза – модель лежит на земле.



6. Вариация на тему лежащей модели. Обе руки должны опираться на локти. Хорошо работает на открытом воздухе, например на траве или цветущей поляне.



7. Простая базовая поза, которая выглядит абсолютно сногшибательно. Модель может изменять положение головы и рук.



8. Другая простая, но красивая поза для модели с любой фигурой. Попробуйте разное расположение рук и ног.



9. Очень красивая поза. Хорошо подходит для любых поверхностей: например, модель может лежать на кровати, на земле, на траве, песчаном пляже.



10. Прекрасная и простая поза для модели, сидящей на земле.



11. Еще одна простая и приветливая поза для модели, сидящей на земле.



12. Замечательный способ продемонстрировать красоту тела модели. Можно использовать как позу для силуэта на ярком фоне.



13. Простая и естественная поза. Возможно множество вариаций. Поэкспериментируйте с расположением рук и разным наклоном головы.



14. Простая и элегантная поза. Модель повернута немного в бок, руки в задних карманах.



15. Небольшой наклон вперед может быть очень привлекательной позой. Это тонкий способ подчеркнуть формы модели.



16. Чувственная поза. Руки, поднятые к голове, подчеркивают изгибы тела. Подходит моделям со стройной фигурой.



17. Возможно бесконечное количество вариаций на позы в полный рост. Представленная поза – лишь исходный вариант. Модель поворачивается, меняет положение рук, направление головы и взгляда.



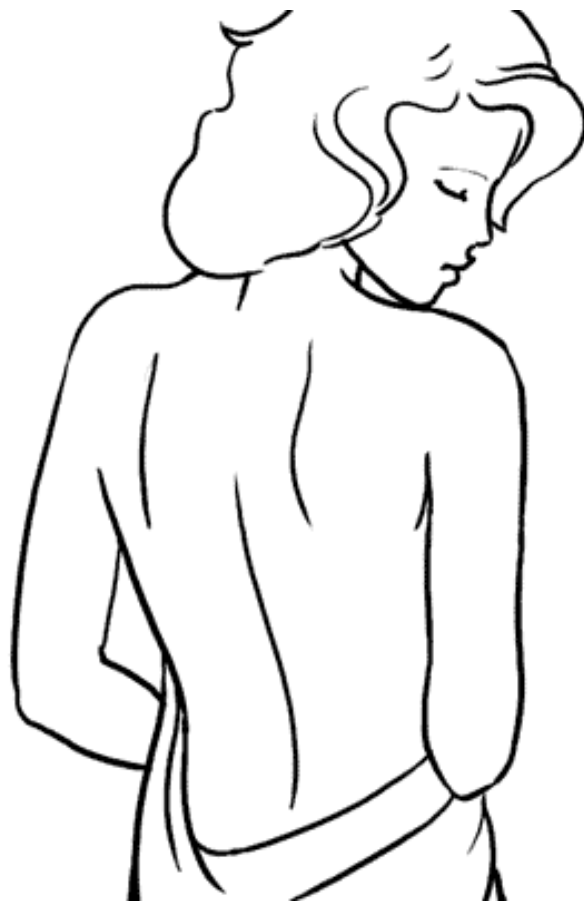
18. Расслабленная поза: модель стоит, опершись спиной на стену. Помните, что модель может использовать стену не только для того, чтобы наклониться на нее спиной, она также может положить на нее руки или опереться ногой.



19. Обратите внимание, что положение в полный рост - очень специфично и выглядит хорошо только со спортивным и стройным телосложением. Советы по позированию просты: тело изогнуто наподобие буквы S, руки расслаблены, вес тела перенесен на одну ногу.



20. Изысканная поза для стройных и спортивных моделей. Возможно множество вариаций. Для того, чтобы найти лучшую позу, модель медленно безостановочно изменяет положение тела и рук. Фотограф ищет самый лучший момент и делает снимок. Повторяйте это на протяжении всего сета.



21. Очень романтичная и нежная поза. Любой вид ткани (даже штора) может быть использован. Не обязательно, чтобы вся спина была абсолютно голой. Иногда лишь открытое плечо может выглядеть великолепно.



22. Отличная поза. Так модель будет выглядеть стройнее. Подбородок опустить к плечу, но не сильно, чтобы шею было видно.



23. Зачастую, самые удачные позы – самые простые. Придайте телу форму буквы S - опирайтесь на одну ногу, бедро в сторону.



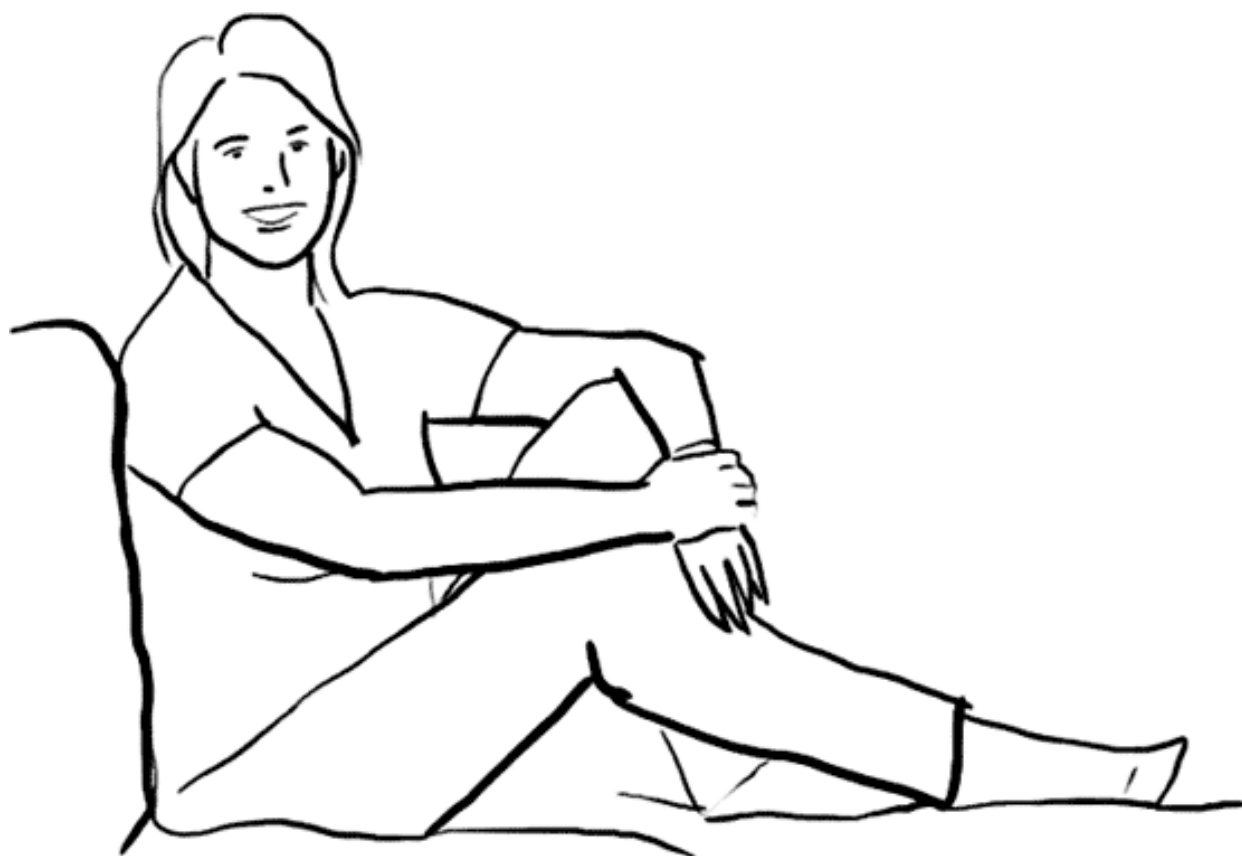
24. В портретной съемке можно взаимодействовать с вертикальными поверхностями – стеной, деревом, и пр., просто слегка прикоснувшись рукой к ним.



25. Если у модели длинные волосы, можно сфотографировать их в движении.



26. Эта поза подходит для съемки на диване или кровати. Чашка в руках создаст эффект, будто модель хочет согреть руки после прогулки осенним деньком, например.



27.Эта поза также подходит для съемок в помещении.



28.Попробуйте и этот вариант.



29.Если вы снимаете на природе, эта поза для вас. Можете поиграть с ракурсами.



30.Сидячие позы подходят не только для повседневных съемок, но и для более официальных.



31. Согласно всевозможным исследованиям по языку тела, скрещенные ноги или руки – закрытые позы. Однако на фотографиях они выглядят абсолютно нормально.



32. Не всегда модель должна как-то по-особенному складывать свои руки. И ноги тоже. Единственное правило – вес переносите на одну ногу.



33. Отличная поза для съемки в полный рост - большие пальцы рук в карманы.



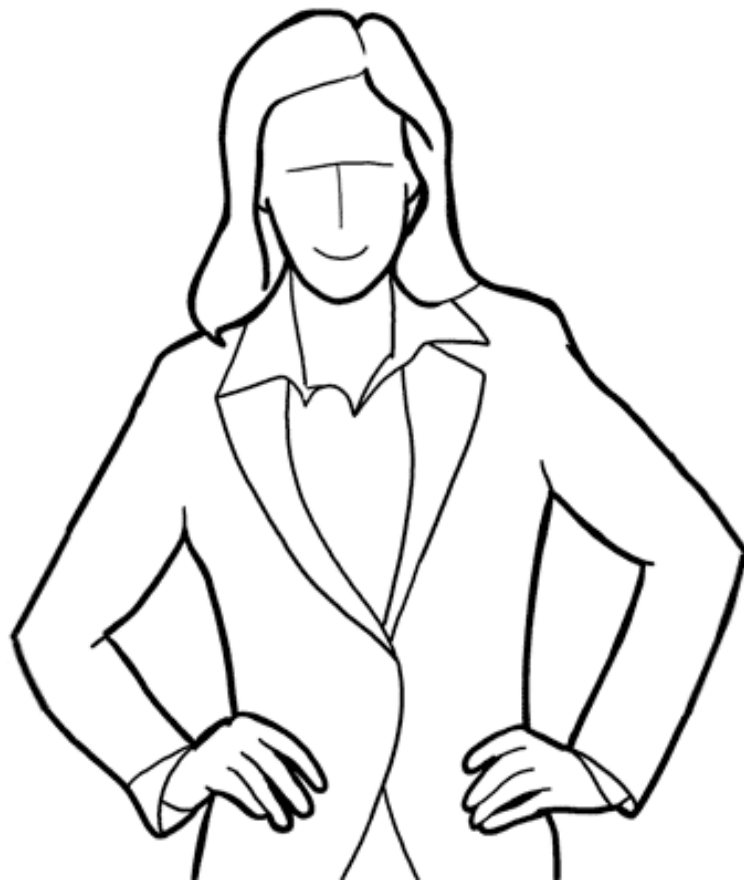
34. Летняя поза. Пусть модель спокойно прогуливается босиком.



35. Руки за спину, необычная, но открытая поза.



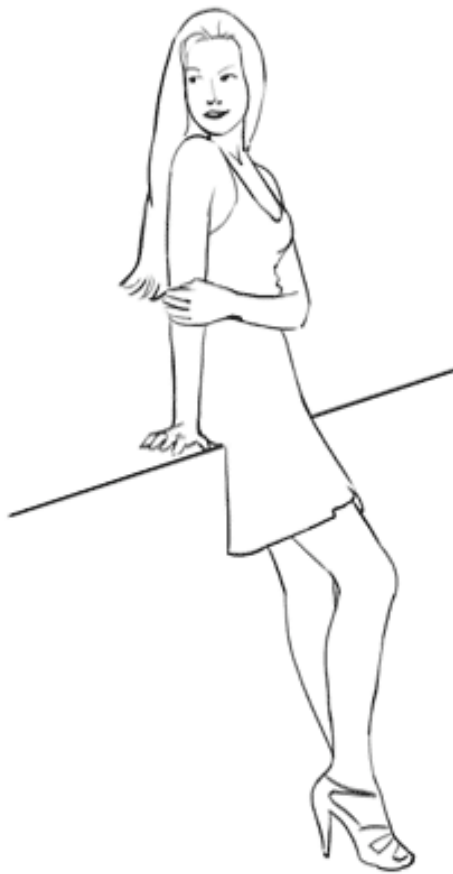
36. Очень простая поза, но смотрится симпатично, особенно подходит для деловых портретов.



37.Обе руки на талию - подходит для любого вида съемок.



38.Любой предмет интерьера или мебели, на который можно опереться одной рукой или телом, подойдет. Это формальная, но в тоже время открытая и приятная поза.



39. Пусть модель чуть-чуть присядет на что-либо (подойдет для съемок как в помещении, так и на улице).



40. Модная женственная поза – идеальна для фотографии в полный рост.



41.Элегантная поза для модной фотосессии.



42.Модель опирается на какой-либо поручень, снимок делается сбоку.

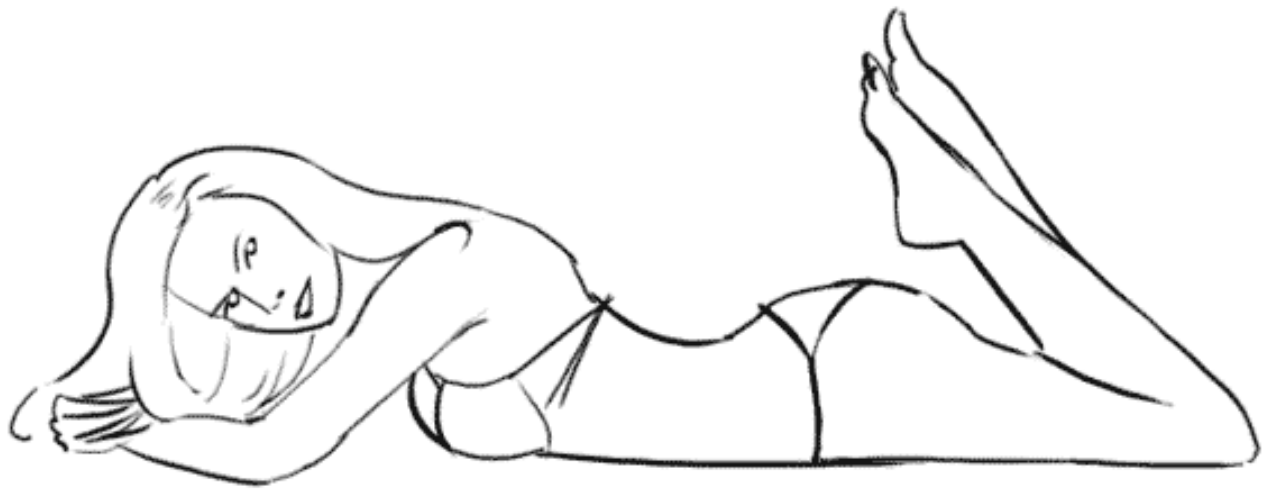
21 Поза для гламурной съёмки



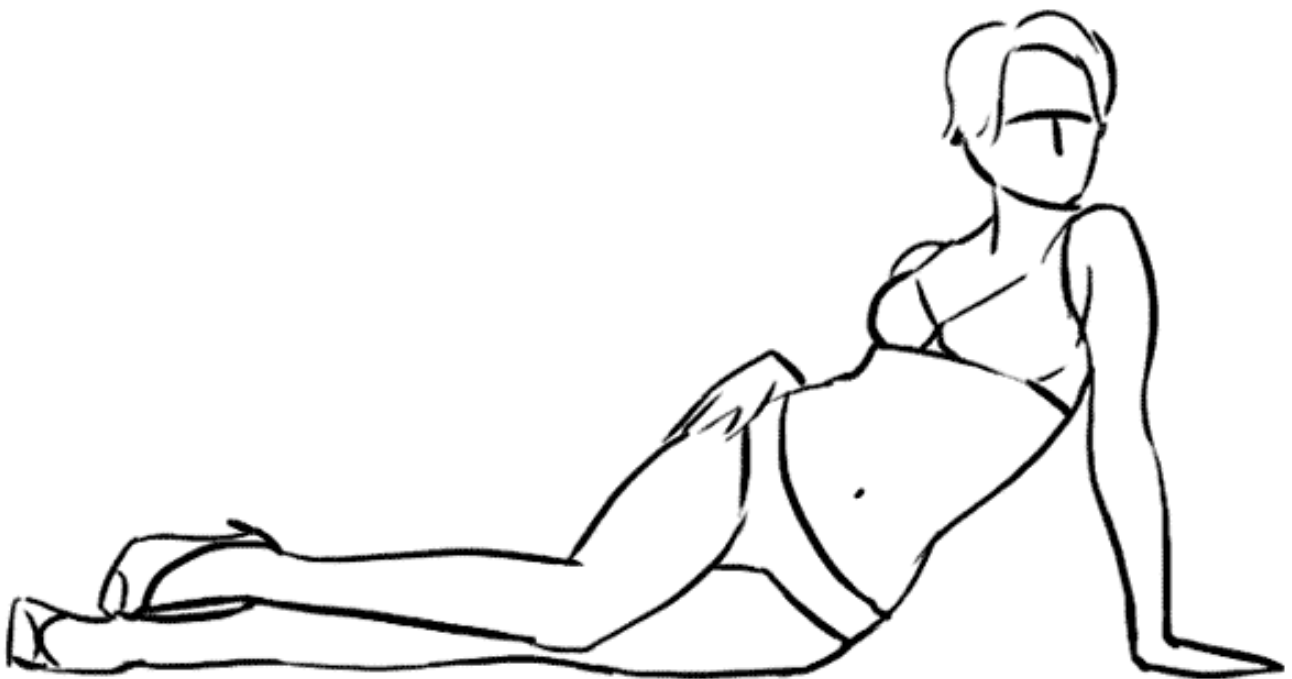
1. Хорошая стартовая поза для интимной фотографии в стиле гламур. Хорошо применяется в различных условиях. Модель может лежать на кровати, земле, на траве или песчаном пляже.



2. Другой вариант для лежащей модели. Хорошо подходит для всех типов телосложения.



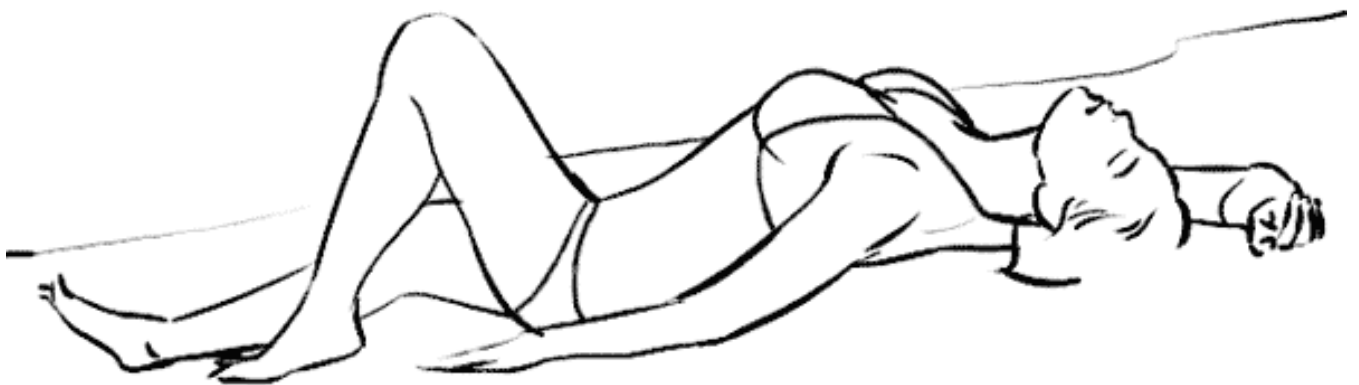
3. Модель слегка приподнимает верхнюю часть тела, а голову немного наклоняет вниз. Ноги согнуты в коленях вверх, ступни перекрещены.



4. Довольно сложная поза. Обратите внимание на несколько вещей: рука, на которую опирается модель, должна быть повернута ладонью от тела, мышцы живота должны быть под контролем, ноги должны быть вытянуты. Хороша для худого, спортивного типа телосложения.



5. Другая сложная поза. Требуется опыт от фотографа. Для того, чтобы снять эту позу успешно, нужно обращать внимание на все части тела – положение рук, головы, на талию (избегать складок), бедра и, наконец, ноги.



6. Красивая поза для съемки на открытом воздухе. Попросите модель лечь на спину, прогнуться и вытянуть ноги.



7. Красивая поза для лежащей модели. Верхняя часть тела должна быть слегка приподнята и модель должна смотреть через плечо. Хорошо работает со всеми типами телосложения.



8. Простая и легкая поза, подчеркивающая женскую фигуру. Также хорошо использовать для получения силуэта на ярком фоне.



9. Вариант для жанра арт-ню. Бесконечные вариации с положениями рук, ног, головы.



10. Легкая и нежная поза. Модель сидит на коленях, но не должна слишком присаживаться на ступни. Взгляд направлен через плечо.



11. Простая, но великолепная поза. Работает в различных условиях, как в помещении, так и на открытом воздухе. Также подходит для съемки силуэта на ярком фоне.



12. Очень хорошая поза при правильной постановке. Правильное положение рук и ног имеет решающее значение. Исключительно хорошо подходит для всех типов фигуры. Обратите внимание, что нужно снимать немного сверху.



13. Очень сложная поза. Здесь главное – правильная позиция ног. Модель обязательно должна надеть туфли на высоком каблуке.



14. Простая и хорошая поза. Лицо модели не должно перекрываться ее рукой или плечом. Взгляд, направленный вниз создает особенно романтическое настроение. Поднятый локоть должен быть направлен в сторону от камеры.



15. Очень женственная и нежная поза. Помните, что гламур и ню не исключают использование некоторых аксессуаров. Иногда даже один предмет одежды может быть прекрасным дополнением к снимку. Таким образом модель может частично прикрыть тело.



16. Очень хорошо использовать для создания разнообразных поз стену (или любой другой похожий объект). Стены могут быть использованы в качестве места для руки, поддержки тела, спины, опоры для ног и т.д.



17. Поза для ростового портрета около стены. Можно делать бесконечные вариации и ракурсы.



18. Поза, как вариант предыдущей. Измените ракурс и снимайте со спины.



19. Изысканная поза для худых спортивных моделей. Множество вариантов. Вариации: модель изгибает тело в форме буквы S, меняет положение бедер и рук, поворачивает голову в разные стороны.



20. Использование легкой ткани создает бесконечные варианты для модели и фотографа, можно получить прекрасные снимки. Особенно хорошо использовать на открытом воздухе в ветреную погоду.



21. Еще одна хорошая идея для творческой фотографии в стиле гламур – снимать в полях, например, кукурузном поле или на лугу среди полевых цветов или даже в пустыне. Как уже отмечалось, использование ткани или какого-то предмета одежды может быть очень полезным для модели, чтобы придумать новые интересные и изящные позы.

21 Поза для мужского Портрета



1. Очень простая поза для мужского портрета: со скрещенными руками. Обращайте внимание на две вещи: плечи должны быть расправлены, живот подобран.



2. Поза со скрещенными руками хорошо работает и при съемке ростового портрета. Также можно скрестить ноги одну перед другой. Убедитесь, что вес тела перенесен в основном на одну ногу, иначе поза будет некрасивой и неудобной.



3. Наиболее частый вопрос на фотосъемке: "Куда мне деть руки?". На самом деле, решение довольно простое. Кроме того, руки должны быть всегда расслаблены.



4. Естественная поза для стоящего мужчины.



5. Небольшое изменение предыдущей позы. Можно придерживать одежду через плечо, большой палец другой руки опирается на карман брюк, ноги скрещены. Эта поза работает очень хорошо.



6. Вариант для позы сидя. Лодыжка одной ноги кладется на колено другой, поза естественная и расслабленная.



7. Опора на стену – еще один вариант позы для ростового портрета.



8. Поза прислонившись боком к стене. Работает очень хорошо как для импровизированных, так и официальных портретов.



9. Очень простая поза для официального или бизнес-портрета. Предмет в руке (например, ноутбук, книга или даже инструменты) может работать как знак, указывающий на род занятий портретируемого.



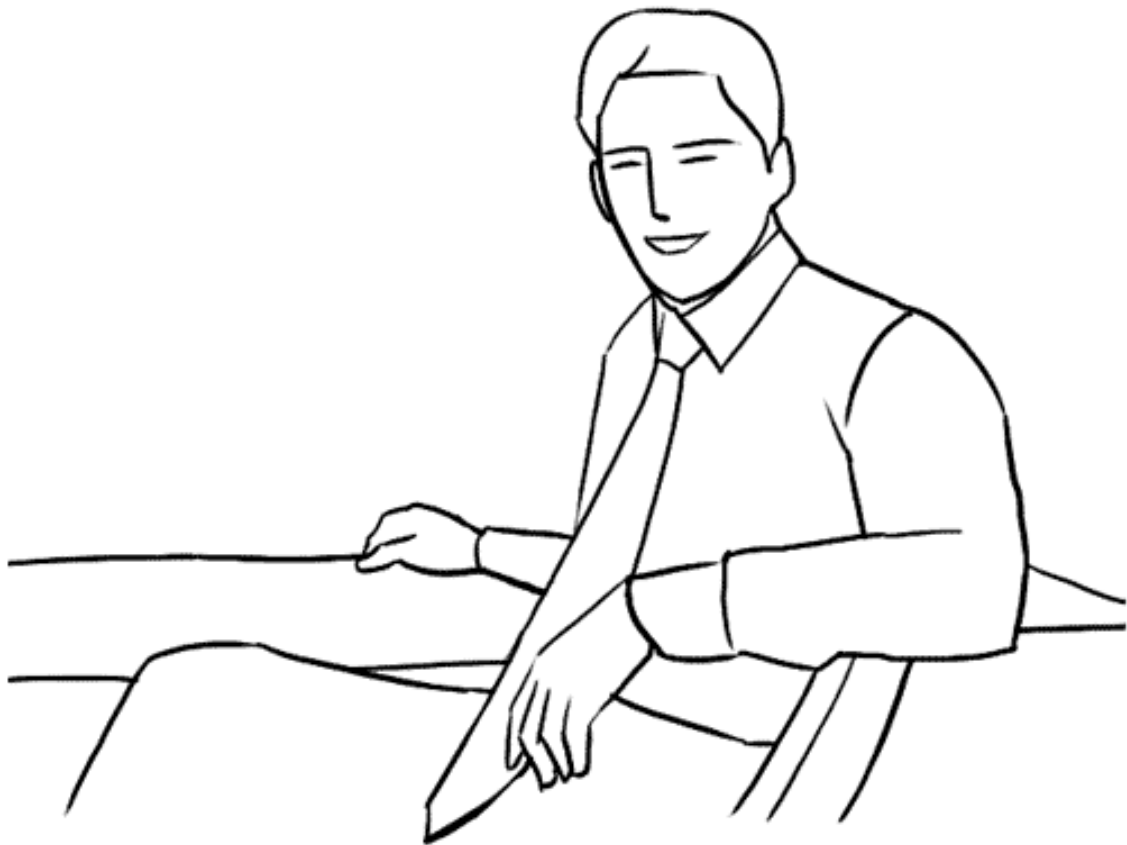
10. Вопреки распространенному мнению, снимать человека, частично присевшего на стол, абсолютно нормально. В официальном портрете такая поза может выражать некоторую жесткость.



11. Очень простая поза для человека, сидящего за столом. Для того чтобы показать род занятий модели, можно включить в кадр некоторые предметы на столе, которые будут работать как знаки.



12. Небольшое изменение предыдущей позы. Очень подходит для парадных или бизнес-портретов.



13. Чтобы показать рабочее место человека не впереди, а позади него (например, стол), можно сделать снимок с другой стороны. В результате получится официальный, но в то же время открытый портрет.



14. Человек опирается на стол скрещенными руками. Можно также разместить некоторые предметы рабочей обстановки на столе, чтобы они указывали на профессию портретируемого.



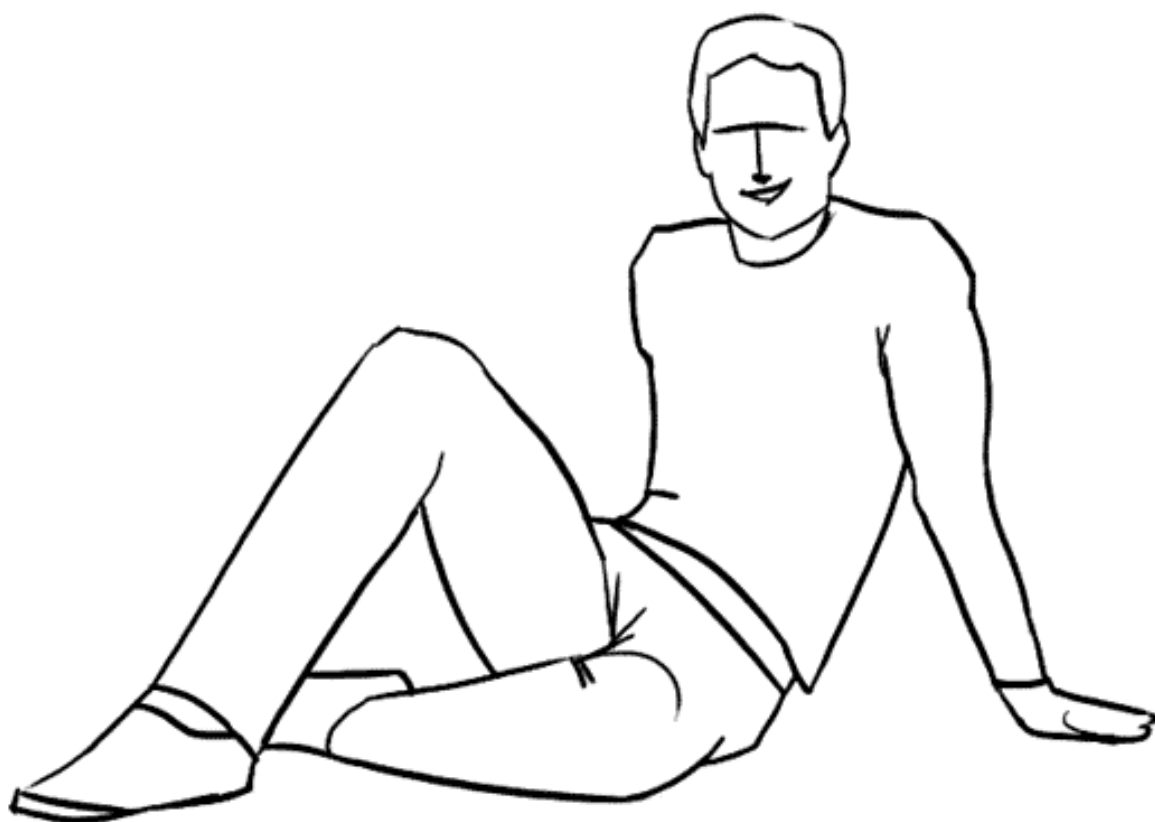
15. Используя стул как опору, можно сделать портрет более привлекательным и интересным. Очень хорошо подходит для творческих людей в их рабочем окружении.



16. Человек удобно устроился в кресле. Хорошо работает для съемки официальных и бизнес-портретов.



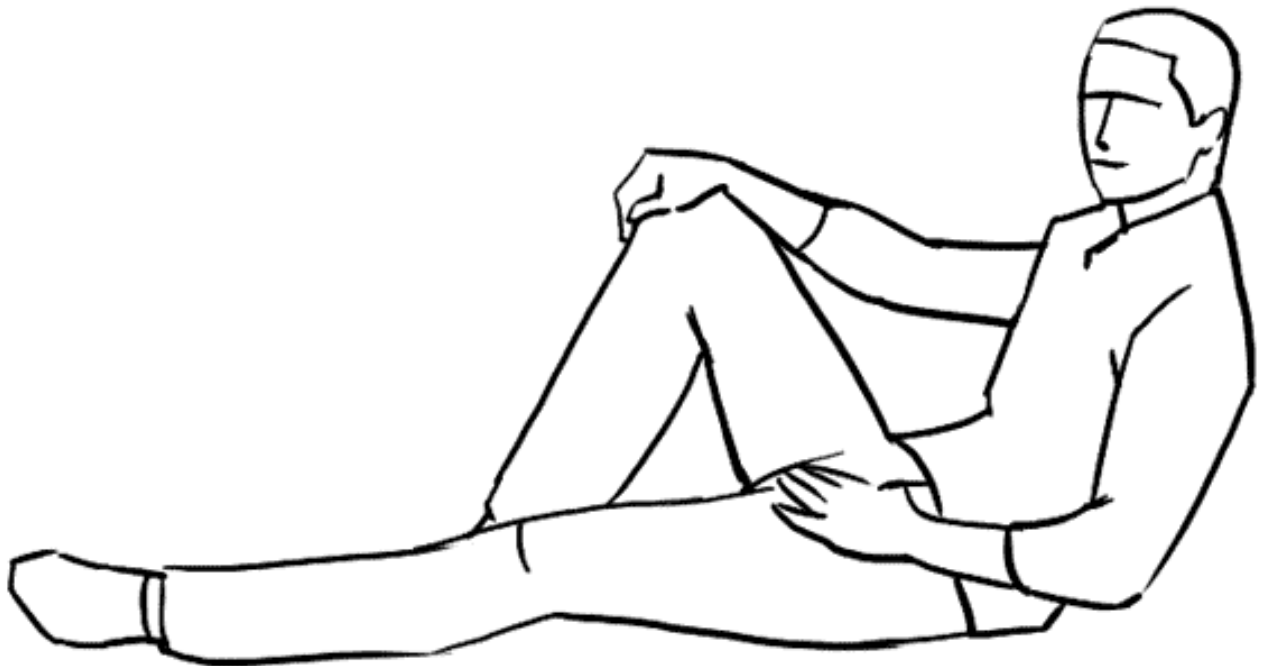
17. Простая и естественная поза человека, сидящего на земле. Используются разные направления и ракурсы.



18. Другой вариант для позы сидя. Подходит для съемки на открытом воздухе.



19. Простая и непринужденная поза для сидящего человека.



20. Расслабленная неформальная поза. Человек сидит, опираясь спиной на стену или какой-либо объект.



21. Наконец, пусть модель будет главным героем в кадре. Больше крупных планов и мимики

21 поза для портрета влюбленных



1. Легкая поза для начала. Влюбленные слегка повернуты друг к другу, взгляды направлены в камеру. Она держит руку на его груди. Снимки крупным планом, также попробуйте вертикальный кадр.



2. Пара встаёт очень близко друг к другу, чтобы сделать интимный портрет крупным планом.



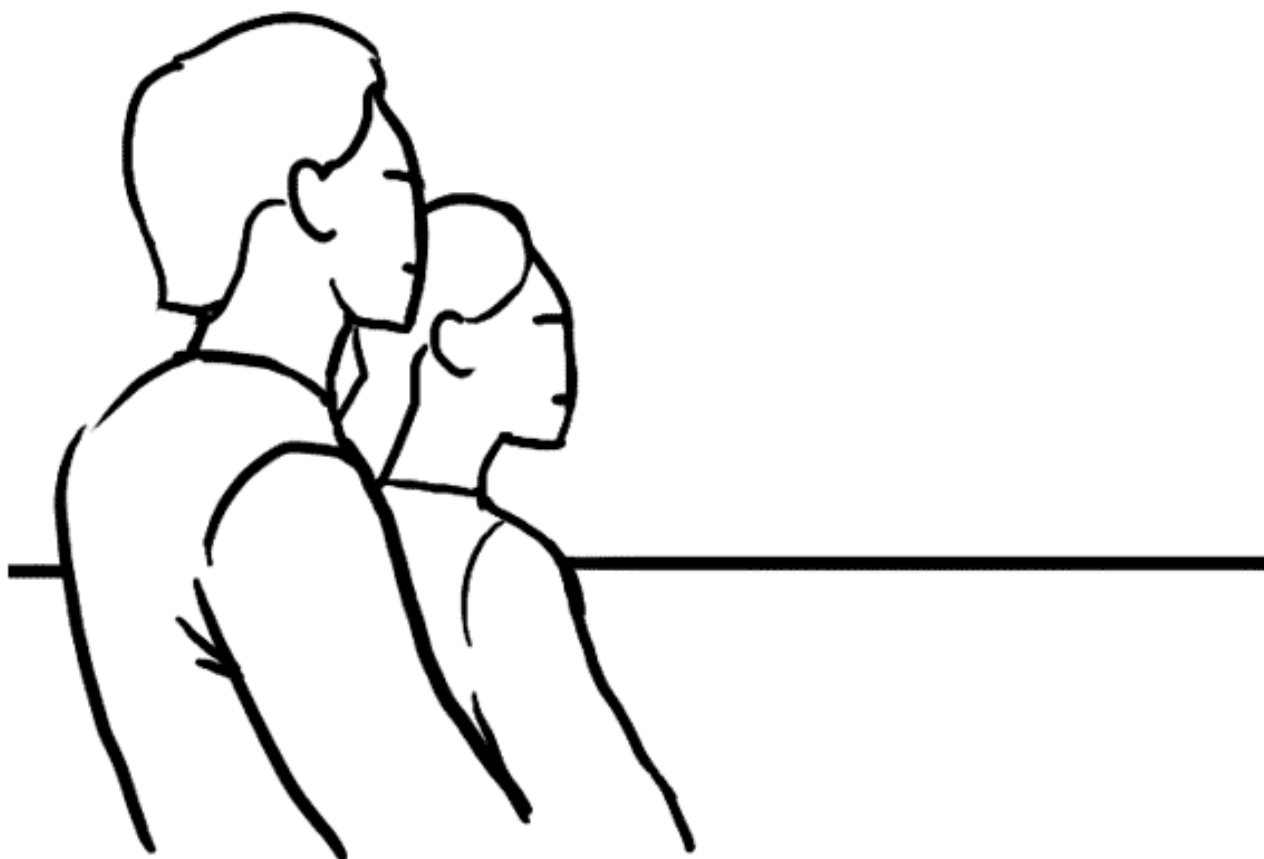
2. Очень простая и милая поза. Он обнимает ее сзади. Пара может смотреть в камеру или друг на друга. Они могут целоваться, тогда получится более чувственный снимок.



4. Веселая и выражающая любовь поза. Она обнимает его за плечи сзади. Обратите внимание на расположение рук, оно должно быть простым и естественным.



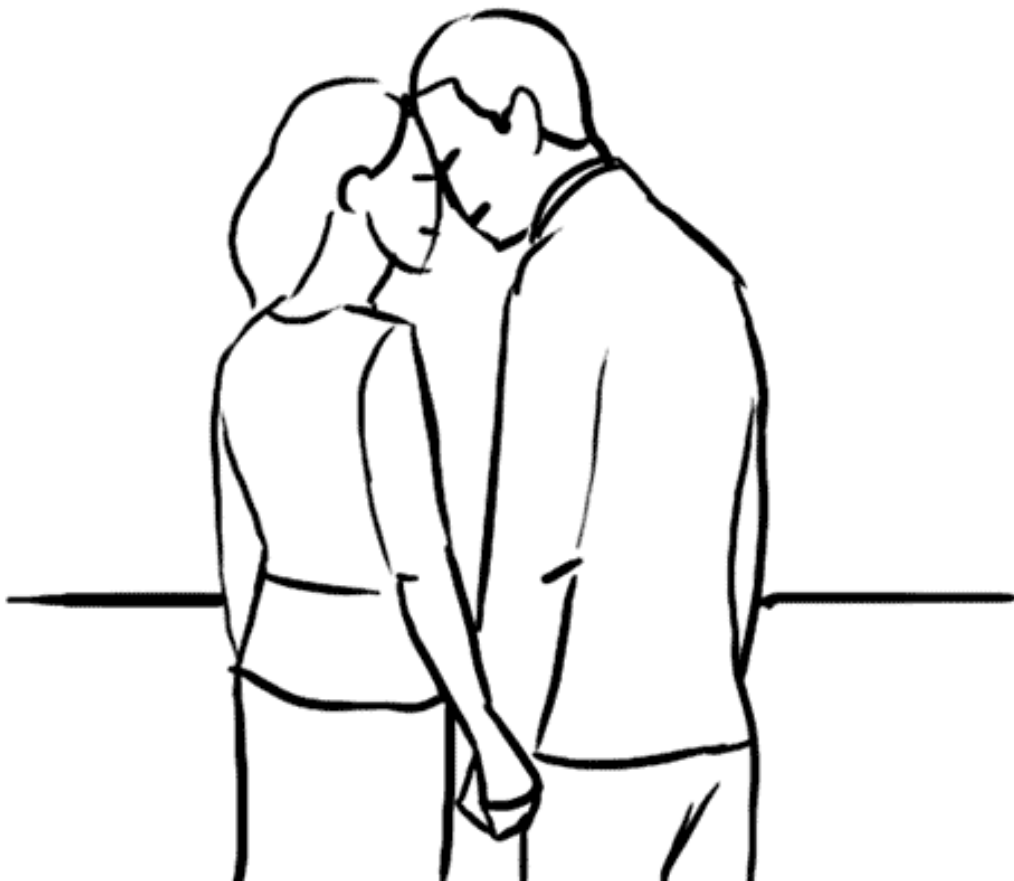
5. Вариант предыдущей позы. Помните, что пара необязательно должна смотреть в камеру. Лучшие снимки получаются, когда видно их взаимодействие друг с другом посредством слов, кокетливых взглядов, жестов, смеха и т.д.



6. Создает очень романтическое настроение. Лучше всего работает на открытом воздухе, когда на заднем плане есть большое открытое пространство.



7. Съёмка немного сверху. Снимок под необычным углом всегда творческий и смотрится очень хорошо.



8. Другая романтическая поза. Хорошо работает на открытом воздухе, например, как силуэт на светлом фоне, перед заходом солнца.



9. Легкая поза для ростового снимка. Создает спокойное и ласковое настроение.



10. Веселая и забавная поза. Попробуйте различные кадры: в полный рост, наполовину и крупный план.



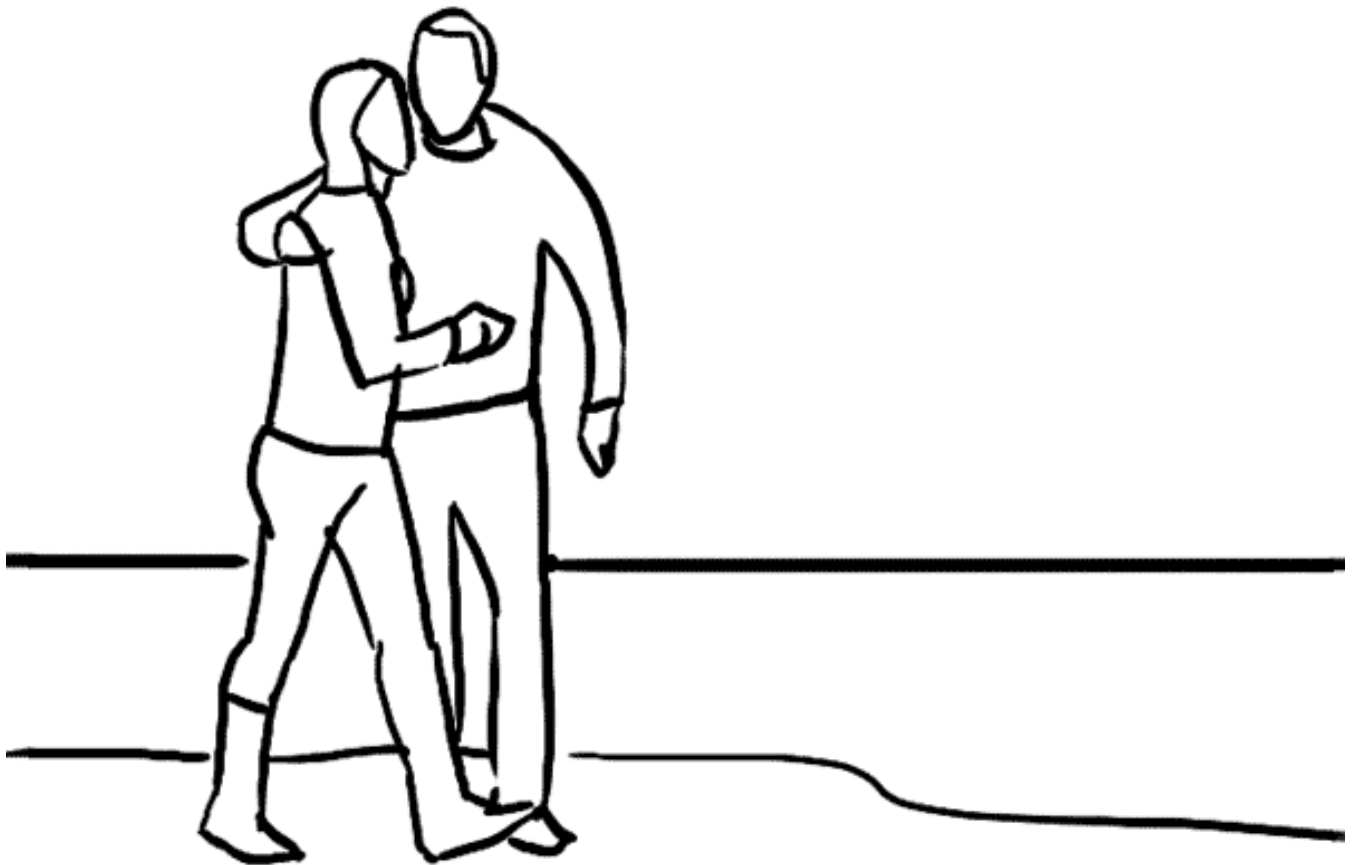
11. Очень хороший способ показать любовь при встрече друг с другом. Очень хорошо работает в людных местах, таких как вокзалы или станции метро.



12. Еще одна веселая поза. Важной частью является положение ног женщины, они должны быть согнуты под разными углами. Попробуйте также разные планы: общий, средний и крупный.



13. Съемка идущей рука об руку пары, приближающейся издалека.



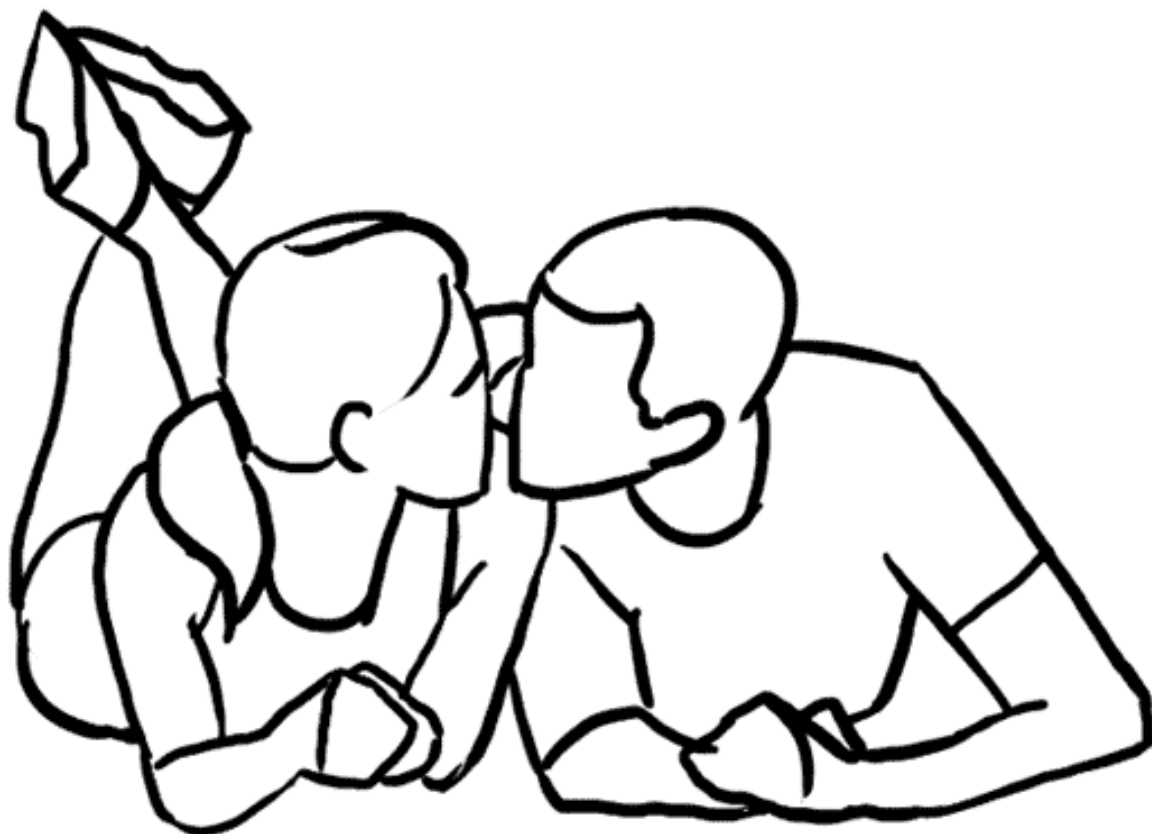
14. Другой вариант съемки идущей пары. На этот раз пара идет обнявшись.



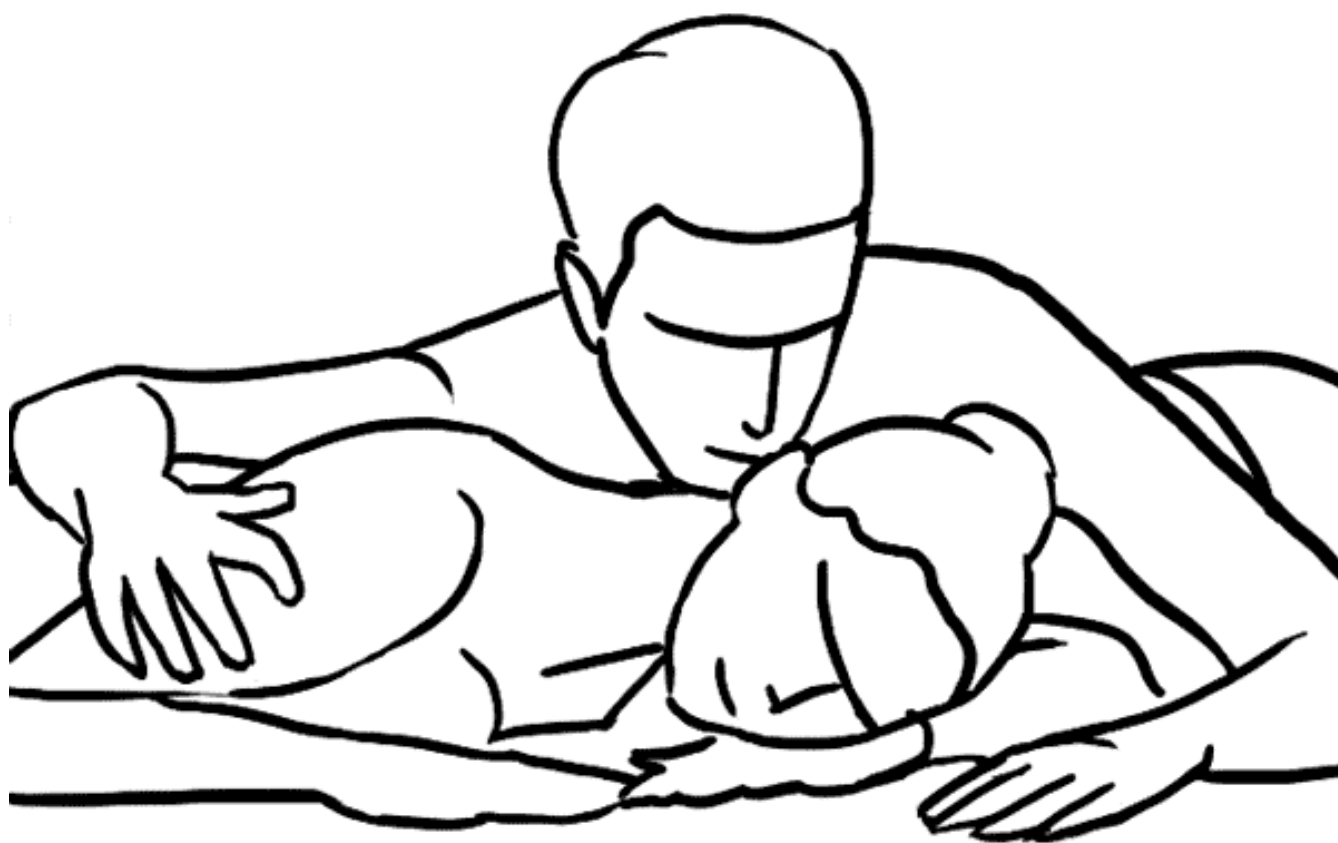
15. Не забывайте также, что часто хорошие кадры можно сделать и со спины.



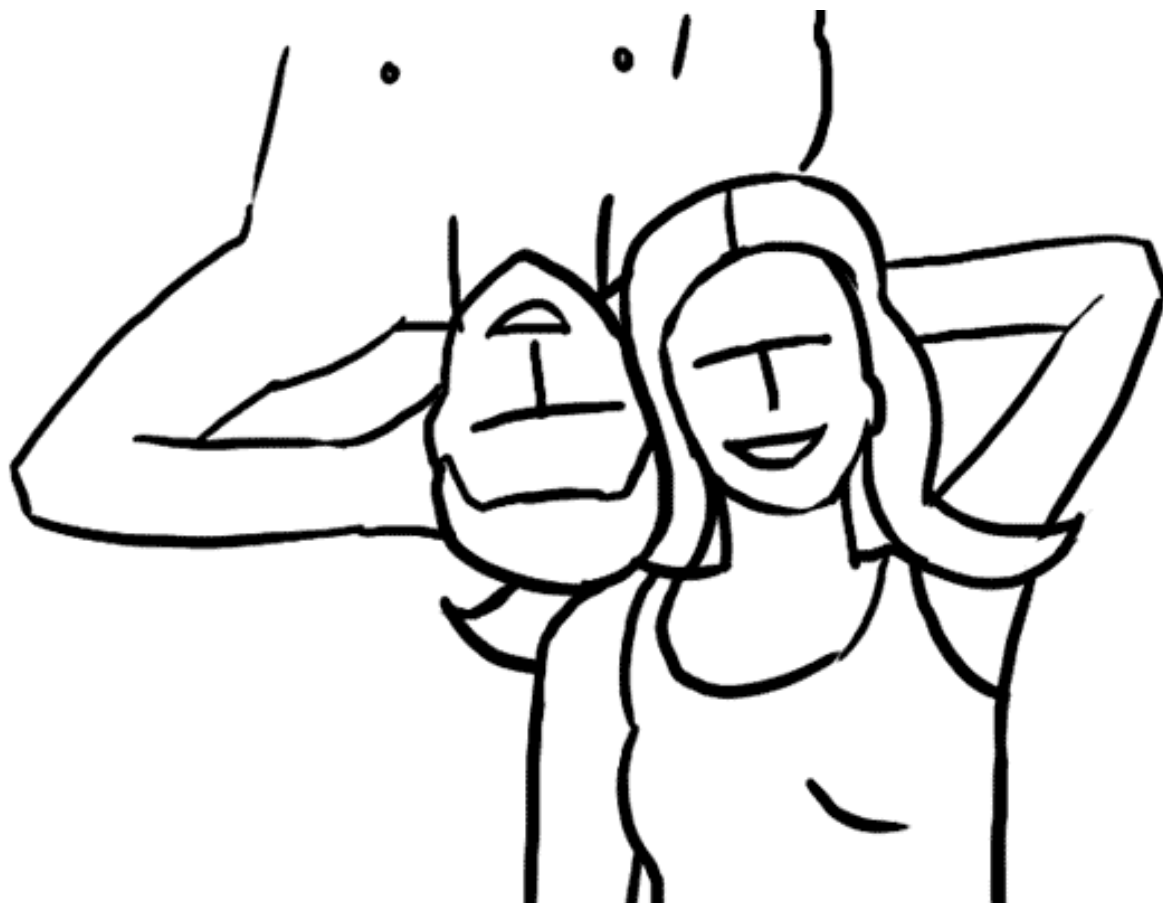
16. Пара лежит на земле близко друг к другу, немного приподнявшись, используя локти как опору. Он может нежно обнимать ее.



17. Другой вариант позы для лежащей пары. В этот раз пара находится не так близко друг к другу.



18. Хороший пример асимметричного расположения пары.



19. Неформальная поза и интересный способ снять лежащую на спине пару.



20. Искренняя и сердечная поза. Парочка комфортно расположилась на их любимом диване.



21. Иногда пары снимаются, чтобы запечатлеть моменты ожидания ребенка. Некоторые примеры из перечисленных выше хорошо подходят для такой съемки. Просто нужно показать свои чувства, взаимодействие и ожидание рождения новой жизни.

21 поза для Молодожёнов



1. Свадебная фата является превосходным аксессуаром для портрета невесты крупным планом.



2. Очень хорошей возможностью сделать прекрасные фотографии является съемка невесты или обоих молодоженов в свадебной машине.



3. Романтичные и страстные поцелуи, запечатленные на фотографиях, являются обязательной частью свадебного альбома.



4. Очень простая и нежная поза. Молодые просто и, естественно, обнимаются, касаясь щеками. Обратите внимание на положение букета, чтобы он был красиво размещен и повернут к камере.



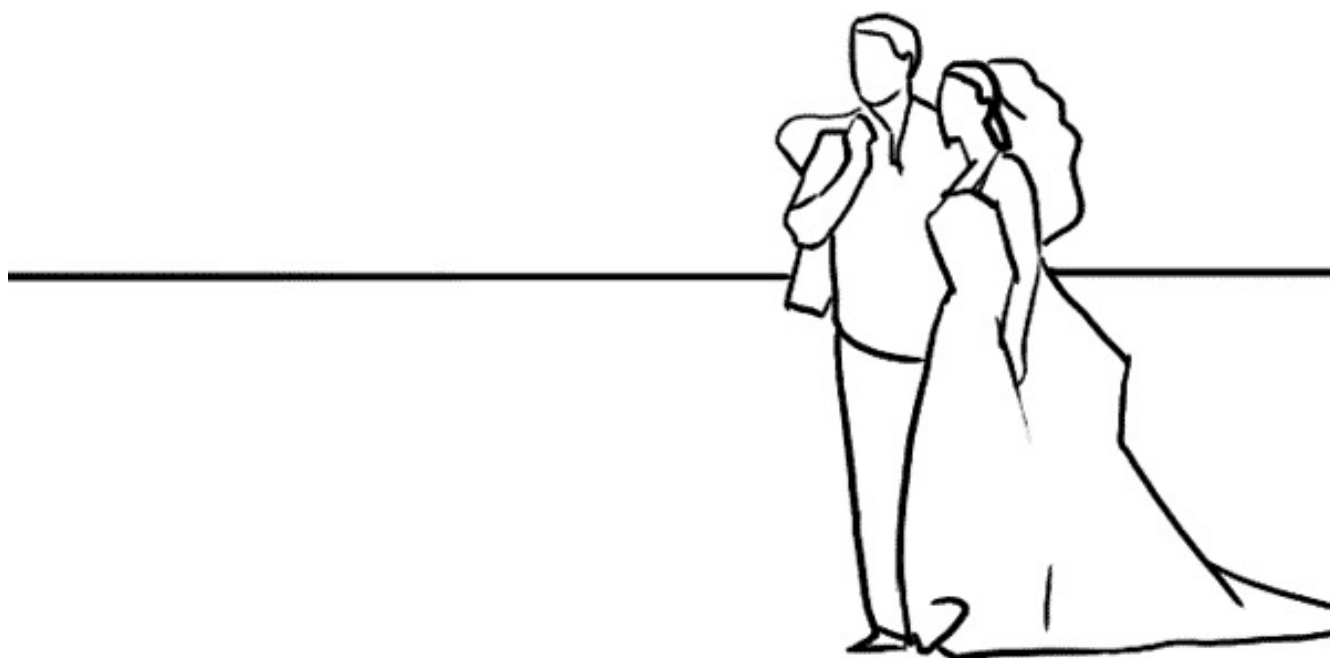
5. Еще один красивый вариант для съемки, когда жених обнимает невесту со спины. Новобрачные могут смотреть друг на друга или в камеру. Также они могут целоваться и использовать более нежные позы.



6. Небольшое изменение одной из предыдущих поз. Молодожены также стоят близко к друг другу, но съемка ведется с более высокой точки.



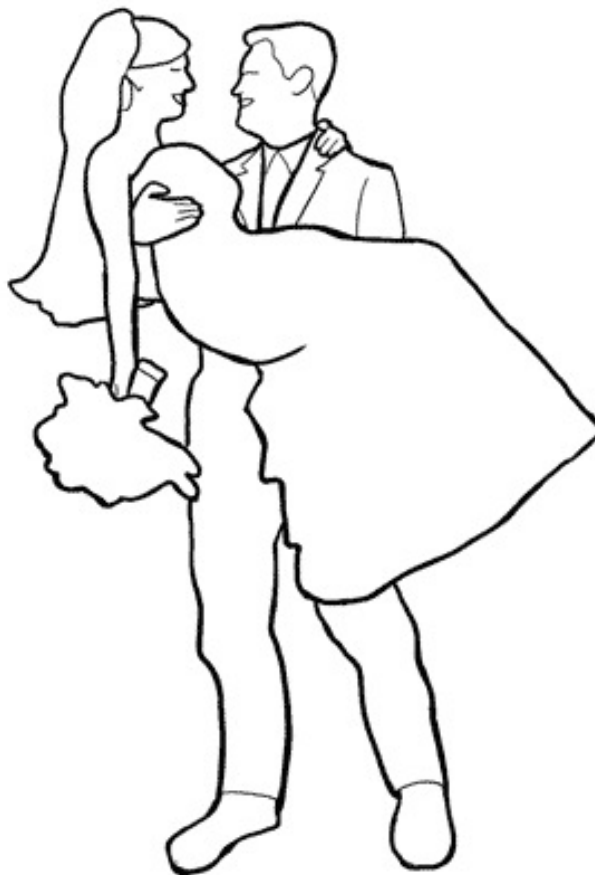
7. Больше поцелуев!



8. Если есть возможность, обязательно сделайте несколько кадров на открытом воздухе, используя расстояние и пространство на заднем плане.



9. Очень простой формальный портрет, создает спокойное настроение.



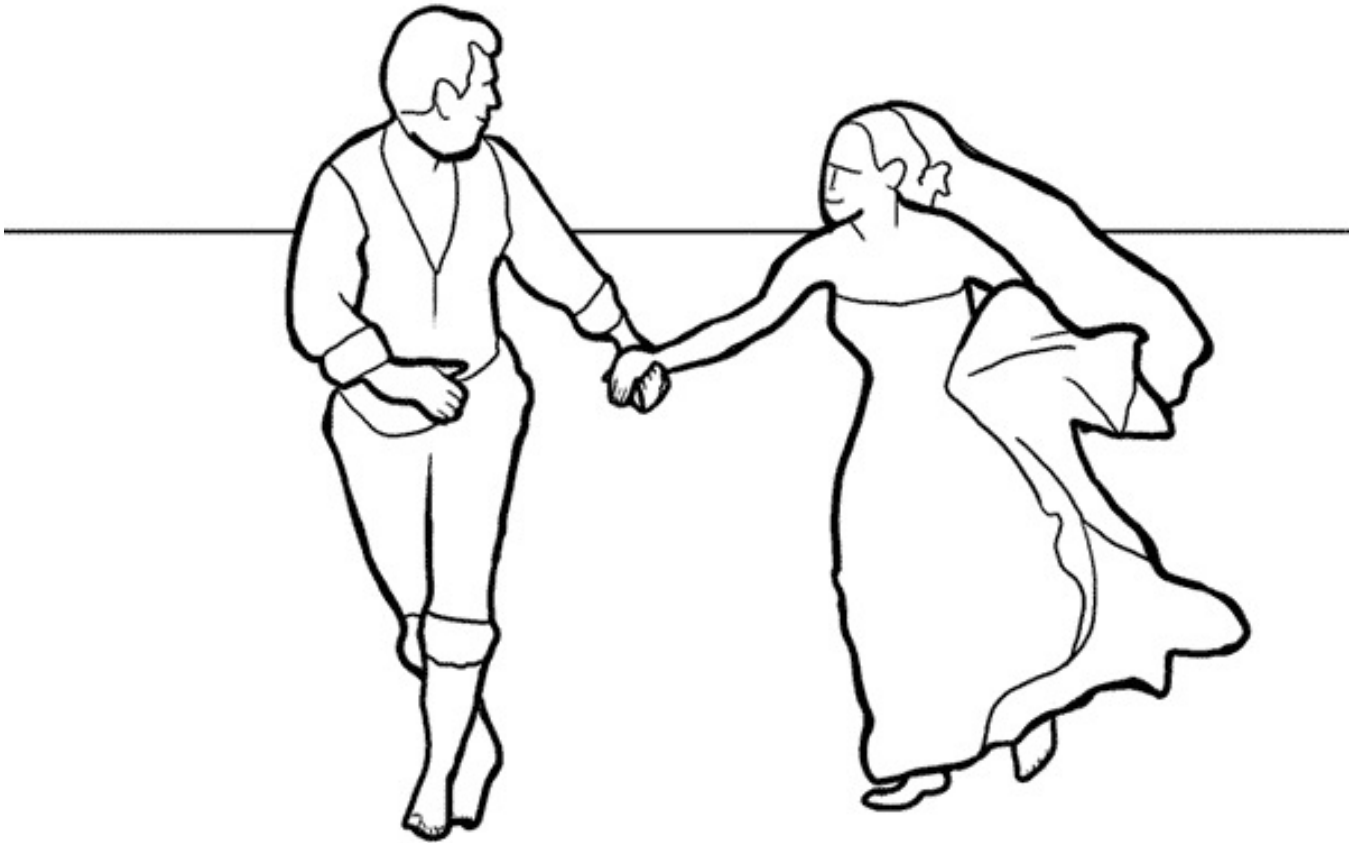
10. Жених держит невесту на руках.



11. Поза, когда жених держит невесту на руках, хороша не только для съемки в полный рост, но и для крупного плана.



12. Постановочная поза – невеста падает в руки жениха. Смотрится очень хорошо.



13. Не надо бояться некоторого авантюризма и несерьезности на свадьбе. Снимите обувь и побегайте, к примеру, по морскому песку вдоль берега (или даже по воде). Вы получите прекраснейшие кадры.



14. Никогда не забывайте, что хорошие кадры можно сделать и со спины.



15. Экспрессивная и выражающая страсть композиция с поцелуем. Обратите внимание на свадебное платье. Оно должно выглядеть красиво, свободно, и естественно, а не распластаться по полу и ногам жениха.



16. Великолепная поза для портрета невесты. Невеста должна сидеть на земле (или очень низком стуле), а свадебное платье красиво расположено вокруг нее. Съёмка сверху, невеста должна посмотреть немного вверх.



17. Простой праздничный вариант, когда молодожены стучаются бокалами с шампанским.



18. Другой творческий ход, в котором используется малая глубина резкости. Жених встаёт подальше назад, тогда изображение жениха получится размытым.



19. Танец молодых – это еще один обязательный сюжет для снимков. Молодые могут смотреть в камеру или друг на друга.



20. Можно снимать свадебный букет, ювелирные изделия, детали одежды, бокалы с шампанским, обручальные кольца, элементы свадебного автомобиля и т.д.



21. Возьмите только некоторые объекты или части фотографий и объедините их в подборки по темам. Использование некоторых одинаковых цветовых эффектов или просто конвертация в черно-белые изображения может дать потрясающий эффект. Такие коллажи действительно приятно смотреть.

21 пример групповых портретов



1. Фотографируясь в группе, стоит попробовать найти удачное расположение всех участников портрета.



2. Не забываем про улыбку)



3. интересен групповой портрет с верхней точки.



4. Есть случаи, когда отдельно стоящие члены группы будут смотреться лучше, чем более плотная группировка людей. Может это не самый лучший способ показать дружный коллектив, но для музыкальной группы или коллег по работе в проекте он хорошо подойдет. Если в группе есть лидер, он должен встать впереди для улучшения композиции.



5. Стандартный дружеская поза. Да, это действительно простой, легкий и распространенный способ позирования, но если он хорошо работает, почему бы им не воспользоваться?



6. Интересная композиция, вполне применимая для съемки группы друзей. Необходимо встать очень близко друг к другу. Затем расположить головы ближе друг к другу в плоскости кадра.



7. Модели образуют круг, лежа в траве на открытом воздухе или на полу в помещении, съёмка происходит сверху.



8. Лидер группы располагается впереди. Остальные должны встать один за другим. Каждый из них должен выглядывать из-за плеча впереди стоящего. Стоящие сзади должны немного наклоняться вперед, чтобы лицо было ближе к камере. Это добавит ощущения группы близких друзей.



9. Небольшое изменение предыдущей постановки. Лидер группы находится впереди, а остальные выглядывают с двух сторон друг за другом.



10. Очень интересный способ для неформального снимка группы друзей. Для достижения наилучших результатов, группа подпрыгивает после небольшого разбега.



11. Интересный способ снимать людей, стоящих в ряд.



12. Наиболее распространенный способ – сфотографировать всех членов семьи на диване в гостиной. Это не самый интересный и творческий способ, но он может смотреться очень хорошо, заполняя кадр только членами семьи.



13. Другая хорошая идея для семейных фотографий – выйти на улицу. Лужайка в местном парке или на пляже – все это прекрасные места для семейной фотосессии.



14. Семья лежит на земле. Оперевшись на согнутые руки и приподняв верхнюю часть тела.



15. Может быть использована на открытом воздухе на земле или в помещении на кровати. Хорошо работает с любым количеством детей.



16. Уютная поза для семьи, удобно устроившейся на своем любимом диване.



17. Можно развернуть диван обратной стороной, семью располагаетя так, чтобы смотреть на фотографа через спинку дивана.



18. Вариация предыдущего снимка при съемке со стороны спинки дивана.



19. Дети встают за спинами родителей и обнимают их.

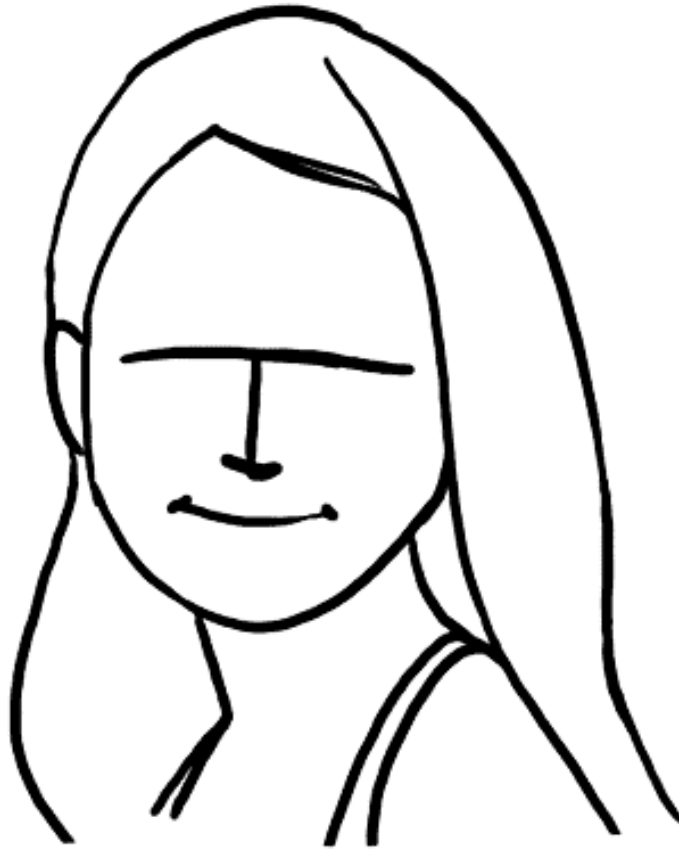


20. Очень простая поза для ростового снимка. Хорошо работает с любым количеством людей.



21. Съемка семьи, идущей рука об руку.

21 поза для детской фотосессии



1. Пусть ребенок будет самим собой.



2. Хорошая поза для детей. Пусть ребенок ляжет на пол или на землю и покривляется.



3. Еще один вариант, когда ребенок лежит на полу.



4. Очень милая поза для съемки детей. Положите ребенка на кровать и накройте его одеялом.



5. Ребенок играет со своей любимой игрушкой.



6. Очень выигрышно смотрятся фотографии детей за их повседневными занятиями, например, играющих в свои любимые игры или делающих домашнее задание, рисующих акварелью и т.д.



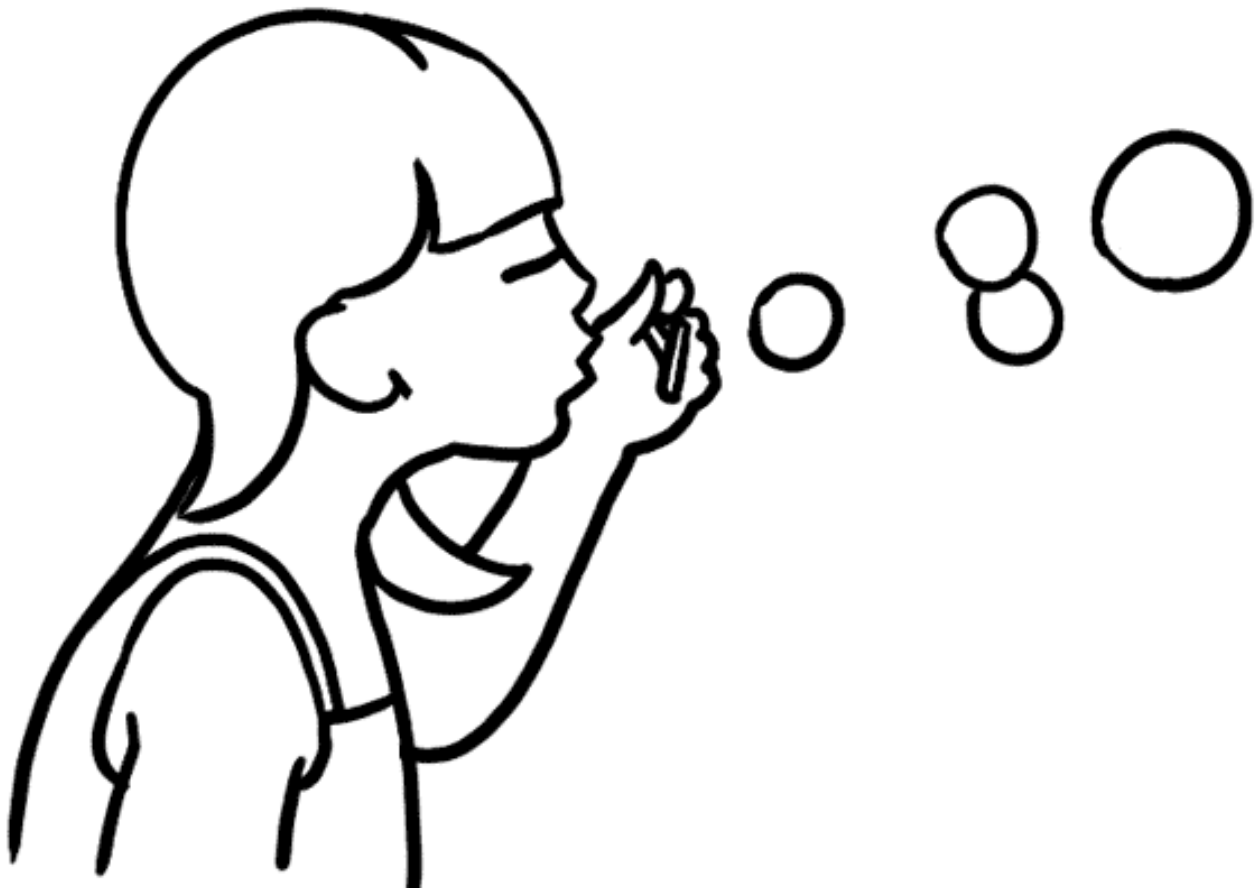
7. Можно сделать и так, чтобы ребенок полностью погрузился в свои занятия и перестал обращать остальных внимание. Вот один из примеров, когда малыш, разглядывая любимую книжку, "позирует" для вас.



8. Смех – вот и весь секрет. В это время получаются очень эмоциональные и прекрасные снимки!



9. Используйте вкусные продукты питания в качестве реквизита. Можно сделать очень интересные фотографии детей, которые едят конфеты, мороженое, фрукты и т.д.



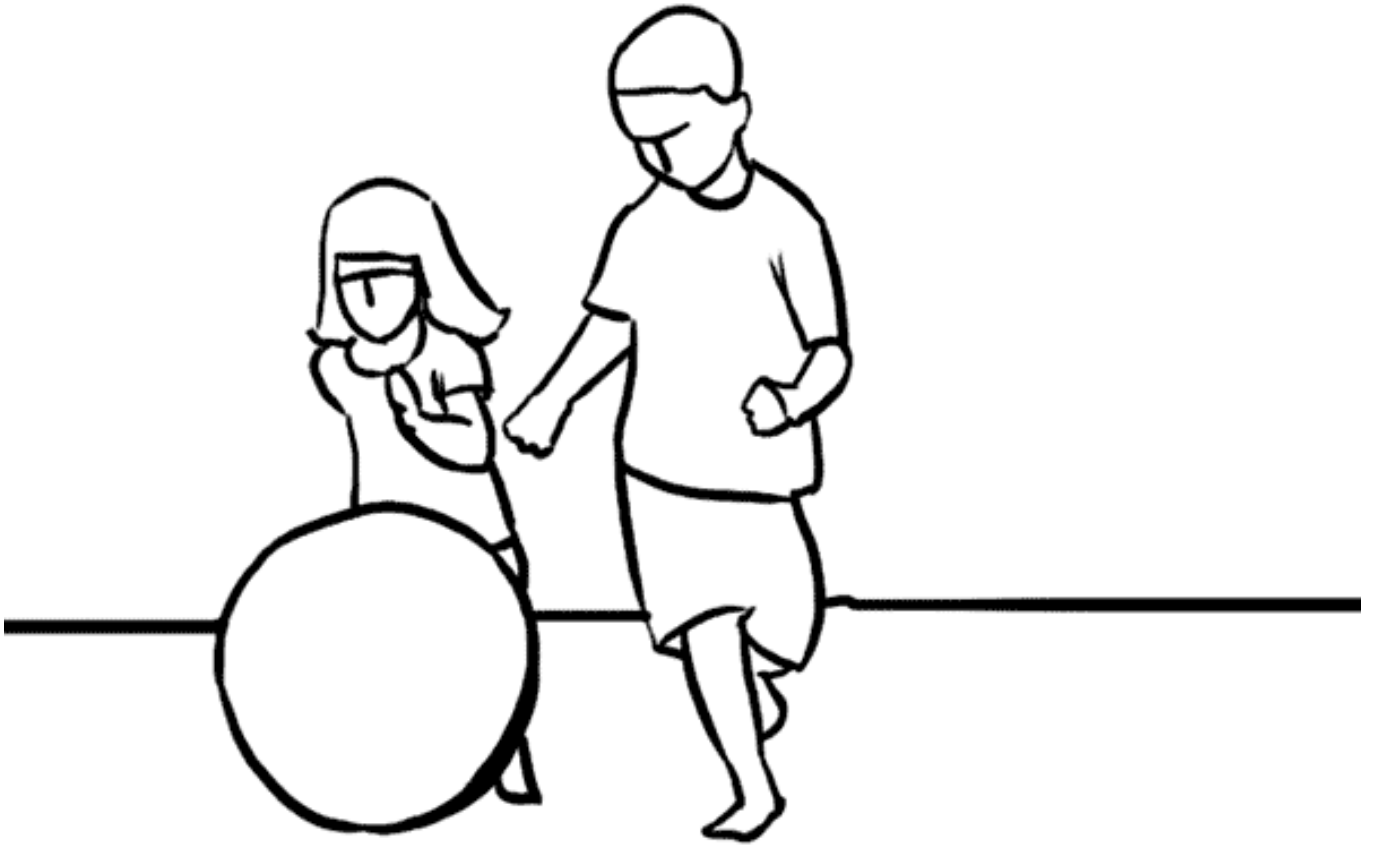
10. Мыльные пузыри – дети их очень любят и очень радуются, пуская и лопаая пузыри.



11. Можно попросить ребенка спрятаться за какой-нибудь предмет (например, большое дерево), а затем выглянуть из-за него. Это прекрасный момент для снимка.



12. Играя в песочнице, дети также являются отличными моделями. Они могут играть, не обращая не на кого внимания, в это время можно сделать отличный портрет.



13. Дайте детям мяч для игры.



14. При съемке детей и семейных фотографий не забывайте о том, что животные тоже являются членами семьи. Используйте их в ваших фотографиях, и вы увидите, сколько радости и эмоций они создадут.



15. Детская площадка является очень хорошим местом для съемки. Там можно найти много вариантов для интересных кадров.



16. Если ребенок занимается какими-то видами спорта, можно сделать его портрет со спортивным реквизитом.



17. Очень хорошая поза для родителя и ребенка. Родитель лежит на земле с ребенком на груди. Кроме того, если ребенок еще совсем маленький, родитель может держать его в руках над головой.



18. Очень простая и естественная поза. Мать держит ребенка на бедре.



19. Очень трогательный кадр. Просто попросите ребенка обнять маму. Такие эмоции просто бесценны на фотографиях.



20. Привлекательная, легкая и веселая поза, которая, тем не менее, смотрится необычно и оригинально. Мама ложится на землю, а малыш ложится ей на спину, и держится за нее.



21. Эта поза очень хороша для семейных портретов. Может использоваться на кровати, и на открытом воздухе на земле. Очень хорошо работает в различных комбинациях, с различным количеством участников, взрослых и детей.