



PROFESJONALNA CHECKLISTA PRZED SESJĄ

UPEWNIJ SIĘ, ŻE O NICZYM NIE ZAPOMNISZ PRZED WYJŚCIEM NA SESJĘ



CEL: Przybyć przygotowanym, aby skupić się w 100% na tym, co ważne: tworzeniu niesamowitych zdjęć i dostarczeniu niezapomnianych wrażeń.



1. SPRZĘT

- ☐ Główny aparat
- ☐ Aparat zapasowy (jeśli posiadasz)
- ☐ Główny obiektyw
- ☐ Drugi obiektyw
- ☐ Karty pamięci
- ☐ Zapasowe karty pamięci
- ☐ Naładowane baterie
- ☐ Zapasowe baterie
- ☐ Lampa błyskowa (Flash)
- ☐ Wyzwalacz / Pilot
- ☐ Statyw / Monopod (w razie potrzeby)
- ☐ Ładowarki
- ☐ Akcesoria do czyszczenia matrycy / optyki
- ☐ Ściereczka z mikrofibry
- ☐ Zestaw do czyszczenia
- ☐ Taśma gaffer / gumki
- ☐ Spray przeciw owadom (w razie potrzeby)
- ☐ Woda / Przekąska



2. KLIENT

- ☐ Potwierdzona godzina
- ☐ Potwierdzona lokalizacja
- ☐ Liczba uczestników
- ☐ Otrzymał(a) wskazówki dotyczące ubioru
- ☐ Otrzymał(a) wskazówki dotyczące makijażu
- ☐ Otrzymał(a) wskazówki dotyczące akcesoriów
- ☐ Otrzymał(a) dokładną lokalizację
- ☐ Potwierdzony numer telefonu / kontakt
- ☐ Ustalono punkt spotkania
- ☐ Poinformowano o przewidywanym czasie trwania
- ☐ Ustalono i omówiono oczekiwania wobec sesji



3. LOKALIZACJA

- ☐ Sprawdzenie prognozy pogody
- ☐ Sprawdzenie godziny zachodu słońca
- ☐ Sprawdzenie pozwolenia na fotografowanie
- ☐ Sprawdzenie dostępności parkingu
- ☐ Określenie konkretnych miejsc do zdjęć
- ☐ Analiza warunków oświetleniowych
- ☐ Sprawdzenie ewentualnych opłat za wstęp
- ☐ Ustalenie planu B na wypadek deszczu
- ☐ Sprawdzenie łatwości dojazdu / dostępności
- ☐ Identyfikacja potencjalnych rozpraszaczy (śmieci, przewody, tablice itp.)
- ☐ Sprawdzenie zasięgu sieci (jeśli jest to ważne dla klienta)



4. PLANOWANIE SESJI

- ☐ Przygotowanie inspiracji z Biblioteki Prowadzenia Sesji
- ☐ Określenie kolejności póz
- ☐ Przygotowanie obowiązkowych póz
- ☐ Przygotowanie kreatywnych / nietypowych póz
- ☐ Określenie pożądaných kadrów
- ☐ Przegląd dodatkowych pomysłów
- ☐ Przygotowanie listy ważnych ujęć (lista życzeń klienta)
- ☐ Określenie wariantów: zbliżenie, plan średni i cała postać
- ☐ Zaplanowanie przejść między sceneriami



SZYBKA WSKAZÓWKA

Im lepiej jesteś przygotowany przed sesją, tym lżejsze i bardziej produktywne będzie spotkanie. Twój klient zauważy Twoją organizację, co wzbudzi jeszcze większe zaufanie.



PAMIĘTAJ

Ta checklista to Twoja mapa drogowa do profesjonalnej sesji bez niespodzianek. Przejrzyj spokojnie każdy punkt i idź z pewnością siebie!



PLANUJ



PROWADŹ



ZACHWYCAJ



DOSTARCZAJ



PROFESJONALNA CHECKLISTA W TRAKCIE SESJI

Utrzymuj skupienie, prowadź z pewnością siebie i dostarczaj niesamowite wrażenia.



CEL: Utrzymanie płynności sesji, pewności siebie klienta oraz zagwarantowanie uchwycenia najlepszych kadrów bez niespodzianek.



1. PRZED ROZPOCZĘCIEM

- ☐ Przybycie z wyprzedzeniem
- ☐ Poznanie miejsca i warunków oświetleniowych
- ☐ Przełamanie lodu i zbudowanie relacji
- ☐ Przedstawienie ogólnych pomysłów na sesję
- ☐ Wyjaśnienie, jak będzie przebiegał przebieg zdjęć
- ☐ Dostosowanie ustawień aparatu
- ☐ Wykonanie kilku wstępnych testów światła
- ☐ Określenie pierwszej scenarii
- ☐ Rozpoczęcie od prostych poz



2. W TRAKCIE SESJI

- ☐ Różnicowanie poz (na stojąco, na siedząco, w ruchu)
- ☐ Różnicowanie kadrów (zbliżenie, plan średni, plan szeroki)
- ☐ Różnicowanie kątów (na wprost, 45°, z boku, z góry, z dołu)
- ☐ Różnicowanie odległości (blisko, średnio, daleko)
- ☐ Wykorzystanie światła na swoją korzyść
- ☐ Obserwacja i dostosowanie tła
- ☐ Utrzymanie tempa sesji
- ☐ Jasne i klarowne instrukcje
- ☐ Zachęcanie do ruchu i interakcji
- ☐ Cierpliwość i dodawanie otuchy



3. KONTROLA TECHNICZNA

- ☐ Okresowe sprawdzanie ostrości
- ☐ Sprawdzanie ekspozycji / histogramu
- ☐ Sprawdzanie balansu bieli
- ☐ Sprawdzanie poziomu naładowania baterii
- ☐ Sprawdzanie wolnego miejsca na karcie
- ☐ Zmiana obiektywu w razie potrzeby
- ☐ Czyszczenie obiektywu w razie potrzeby
- ☐ Sprawdzanie działania lampy błyskowej
- ☐ Tworzenie kopii zapasowej kart (jeśli to możliwe)
- ☐ Dbanie o bezpieczeństwo aparatu (pasek, szelki)



4. DOŚWIADCZENIE KLIENTA

- ☐ Pokazanie kilku zdjęć w trakcie sesji
- ☐ Chwalenie i dawanie pozytywnego feedbacku
- ☐ Pytanie, czy klient czuje się komfortowo
- ☐ Pytanie o ewentualne życzenia dotyczące konkretnych ujęć
- ☐ Dopasowanie poz do profilu klienta
- ☐ Utrzymanie lekkiej i przyjemnej atmosfery
- ☐ Dbanie o to, by klient czuł się pewnie
- ☐ Szanowanie granic i preferencji
- ☐ Tworzenie autentycznych momentów



PAMIĘTAJ

Niesamowita sesja to znacznie więcej niż technika. Klient nie pamięta idealnej pozy — pamięta to, jak się czuł podczas sesji.



*Buduj więź, prowadź i utrwalać.
To robi różnicę!*



5. TYPOWE PROBLEMY I SZYBKIE ROZWIĄZANIA



SŁABE ŚWIATŁO

ROZWIĄZANIE:
Otwórz przysłonę, zwiększ ISO lub użyj lampy błyskowej / światła ciągłego.



ZBYT MOCNE ŚWIATŁO

ROZWIĄZANIE:
Poszukaj cienia, użyj dyfuzorów lub zmień godzinę sesji.



NIEŚMIAŁY KLIENT

ROZWIĄZANIE:
Rozgrzej atmosferę rozmową, zaproponuj proste ruchy i dawaj jasne instrukcje.



WIATR

ROZWIĄZANIE:
Wykorzystaj go na swoją korzyść! Włosy i ubrania na wietrze mogą stworzyć niesamowite zdjęcia.



TŁOCZNE MIEJSCE

ROZWIĄZANIE:
Zmień kąt, przejdź w inne miejsce lub użyj szerokiego otwarcia przysłony.



SŁABA BATERIA

ROZWIĄZANIE:
Zawsze miej przy sobie naładowane zapasowe baterie.



TWOJA POSTAWA ODMIENIA SESJĘ: Utrzymuj wysoką energię, prowadź z pewnością siebie i ciesz się każdym ujęciem. Rezultat będzie niezapomniany!





PROFESJONALNA CHECKLISTA PO SESJI

Uporządkuj, zabezpiecz i dostarcz niezapomniane wrażenia.



CEL: Zapewnienie bezpieczeństwa plików, dostarczenie najwyższej jakości oraz wzmocnienie relacji z klientem.



1. Pliki i Kopia Zapasowa

- ☐ Natychmiastowe wykonanie kopii zapasowej na dysku HD/SSD
- ☐ Wykonanie kopii zapasowej w chmurze
- ☐ Potwierdzenie, że wszystkie pliki zostały skopiowane poprawnie
- ☐ Pozostawienie kart pamięci nietkniętych do momentu potwierdzenia kopii zapasowej
- ☐ Uporządkowanie folderów z datą i nazwą sesji
- ☐ Standaryzowana zmiana nazw plików
- ☐ Stworzenie dodatkowej kopii zapasowej (druga chmura lub dysk zewnętrzny)



2. Selekcja i Edycja

- ☐ Wstępna selekcja (odrzuć nieudanych / powtórzonych zdjęć)
- ☐ Oznaczenie najlepszych zdjęć
- ☐ Edycja ze spójnością kolorystyczną i oświetleniową
- ☐ Dostosowanie kadrowania i przycięć
- ☐ Sprawdzenie ostrości i detali
- ☐ Nałożenie własnej tożsamości wizualnej
- ☐ Eksport w wysokiej rozdzielczości
- ☐ Eksport w rozmiarze do użytku w internecie
- ☐ Stworzenie wersji czarno-białej (P&B) (jeśli wchodzi w skład Twojego stylu lub pakietu)



3. Dostarczenie Klientowi

- ☐ Sprawdzenie, czy wszystkie ważne zdjęcia zostały dołączone
- ☐ Weryfikacja ostatecznej jakości
- ☐ Uporządkowanie galerii (logiczna kolejność)
- ☐ Wysłanie linku lub ostatecznego pliku
- ☐ Potwierdzenie odbioru
- ☐ Wysłanie instrukcji pobierania (w razie potrzeby)
- ☐ Poinformowanie o terminie przechowywania galerii
- ☐ Udostępnienie kanału do pytań



4. Relacje i Obsługa Po-Sprzedażowa



Podziękowanie za zaufanie



Wysłanie spersonalizowanej wiadomości



Prośba o opinię / referencje



Prośba o zgodę na wykorzystanie zdjęć w portfolio



Zaoferowanie dodatkowych produktów (albumy, wydruki itp.)



Zaproszenie do obserwowania w mediach społecznościowych



Utrzymanie kontaktu w sprawie przyszłych sesji



Zapisanie opinii w celu stałego rozwoju



5. Idealny Przebieg Po Sesji



IMPORT:
Bezpiecznie przenieś pliki.



BACKUP:
Zabezpiecz swoje pliki.



ORGANIZACJA:
Foldery, nazwy i wstępna selekcja.



EDYCJA:
Dostosowanie kolor, światło i detale.



EKSPORT:
Odpowiednie rozmiary i formaty.



DOSTARCZENIE:
Wyślij z dbałością i profesjonalizmem.



BUDOWANIE RELACJI:
Podziękuj, poproś o opinię i utrzymaj więź.



Złota Wskazówka

Etap po sesji jest tak samo ważny, jak sama sesja. To tutaj zamieniasz dobre zdjęcia w wiernych klientów!



DOSKONAŁOŚĆ GENERUJE POLECENIA: Twoja praca nie kończy się z chwilą zakończenia sesji. Kończy się wtedy, gdy klient staje się fanem Twojej pracy!



*Fotografuj z celem.
Dostarczaj wspomnienia.
Twórz więzi.*



PROFESJONALNA CHECKLISTA DO SESJI PLENEROWYCH

PRZYGOTUJ SIĘ NA KAŻDY SCENARIUSZ I ZAGWARANTUJ NIESAMOWITE EFEKTY.



CEL: Zapobieganie niespodziankom, lepsze wykorzystanie światła naturalnego oraz zapewnienie bezpieczeństwa Tobie, Twojemu klientowi i Twojemu sprzętowi.



1. PRZED SESJĄ

- ☐ Sprawdzenie prognozy pogody
- ☐ Sprawdzenie prawdopodobieństwa deszczu
- ☐ Sprawdzenie godziny wschodu/zachodu słońca
- ☐ Sprawdzenie kierunku padania światła w danym miejscu
- ☐ Określenie najlepszej godziny na sesję
- ☐ Sprawdzenie pozwolenia na fotografowanie
- ☐ Sprawdzenie opłat za wstęp (jeśli występują)
- ☐ Potwierdzenie lokalizacji na mapie
- ☐ Sprawdzenie dostępności parkingu
- ☐ Zaplanowanie trasy i czasu dojazdu
- ☐ Określenie konkretnych miejsc do zdjęć
- ☐ Wybór planu B (alternatywna lokalizacja)
- ☐ Poinformowanie klienta o pogodzie i odpowiednim ubiorze
- ☐ Zabranie wody dla siebie i dla klienta
- ☐ Zabranie zestawu awaryjnego (parasol, peleryna przeciwdeszczowa itp.)



2. W TRAKCIE SESJI

- ☐ Obserwacja kierunku i jakości światła
- ☐ Wykorzystanie miękkiego światła (poranek/popołudnie)
- ☐ Unikanie ostrego, południowego światła
- ☐ Szukanie otwartego, rozproszonego cienia
- ☐ Wykorzystanie elementów otoczenia na swoją korzyść
- ☐ Obserwacja tła (unikanie rozpraszaczy)
- ☐ Dbanie o kompozycję
- ☐ Różnicowanie scenerii i głębi
- ☐ Eksplorowanie linii, tekstur i kolorów
- ☐ Dbanie o bezpieczeństwo sprzętu
- ☐ Unikanie śliskich lub niebezpiecznych miejsc
- ☐ Robienie przerw w razie potrzeby
- ☐ Utrzymywanie stałego kontaktu z klientem
- ☐ Kontrola baterii i wolnego miejsca na karcie
- ☐ Okresowe sprawdzanie histogramu



3. BEZPIECZEŃSTWO I ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

- ☐ Ochrona sprzętu przed deszczem
- ☐ Użycie osłony przeciwdeszczowej lub folii ochronnej (w razie potrzeby)
- ☐ Unikanie miejsc stwarzających ryzyko upadku lub niestabilnych
- ☐ Niestawianie sprzętu na niestabilnych powierzchniach
- ☐ Zwracanie uwagi na wodę, piasek i kurz
- ☐ Trzymanie plecaka zamkniętego zawsze, gdy to możliwe
- ☐ Niezostawianie sprzętu bez opieki
- ☐ Dbanie o rzeczy osobiste klienta
- ☐ Przestrzeganie zasad panujących w danym miejscu
- ☐ Ochrona natury i otoczenia



4. SZYBKE DOSTOSOWANIA DO WARUNKÓW OŚWIETLENIOWYCH



OSTRE ŚWIATŁO

- Poszukaj otwartego cienia lub światła bocznego
- Zredukuj prześwietlenia (przepalenia)
- Użyj blendy, aby zmniejszyć cienie
- Unikaj godzin z ostrym światłem (10:00 - 15:00)



PORA POCHMURNA / ZACHMURZONE NIEBO

- Bardziej miękkie i jednolite światło
- Wykorzystaj kolory i tekstury
- Zwiększ ISO w razie potrzeby
- Uważaj na balans bieli, aby zdjęcia nie wyszły zbyt chłodne



PÓŹNE POPOŁUDNIE / ŻŁOTA GODZINA

- Najlepsza pora na zdjęcia
- Ciepłe i otulające światło
- Praca ze światłem pod słońcem (pod światło)
- Wykorzystaj niebo i kolory otoczenia



DESZCZ

- Wykorzystaj kreatywność
- Zabezpiecz sprzęt
- Wykorzystaj odbicia i intensywne kolory
- Plan B, jeśli deszcz nie ustaje



NOC

- Wykorzystaj dostępne źródła światła
- Lampa błyskowa lub LED w razie potrzeby
- Zadbaj o balans bieli
- Pracuj na prostych i czystych kompozycjach



5. ZAKOŃCZENIE SESJI



POTWIERDŹ:

czy wszystkie kluczowe zdjęcia zostały zrobione



PRZEJRZYJ:

szybko pliki na karcie



ZAPYTAJ:

czy klient życzy sobie jeszcze czegoś konkretnego



USTAL:

kolejne kroki i terminy



PODZIĘKUJ:

za zaufanie i współpracę



PRZYGOTOWANIE + UWAGA + KREATYWNOSĆ = NIESAMOWITE SESJE

Im lepiej jesteś przygotowany, tym lepsza i bardziej produktywna będzie sesja. Twój klient to czuje, ufa Ci, a rezultat widać na zdjęciach!



*Planuj.
Realizuj.
Zachwycaj.*