

---





# Dziennik fotograficzny

---



Dziennik z przewodnikiem na 30 dni



Wpis dzienny

Utworzono z LoomJournals

---

# Jak korzystać z tego dziennika

---

Witaj w swoim dzienniku! Oto kilka wskazówek, jak w pełni go wykorzystać:

- 1 Przeznacz kilka minut każdego dnia na pisanie
- 2 Bądź szczery i pisz swobodnie, bez oceniania
- 3 Staraj się pisać o tej samej porze każdego dnia, aby wyrobić nawyk
- 4 Przeglądaj swoje wpisy co tydzień, aby dostrzegać wzorce



Zeskanuj, aby uzyskać szczegółowy przewodnik korzystania z tego dziennika

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystona** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** *(co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)*

---

---

**Miejsce** *(gdzie zostało zrobione zdjęcie?)*

---

---

**Przystoła** *(f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)*

---

---

**Czas naświetlania** *(1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)*

---

---

**ISO** *(100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)*

---

---

**Warunki oświetleniowe** *(złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)*

---

---

**Czego się nauczyłem/-am** *(jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)*

---

---

---

---

**Dzisiejsza refleksja** *(co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)*

---

---

---

---

---

---

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Temat** (co fotografujesz? osoba, krajobraz, makro, scena uliczna...)

**Miejsce** (gdzie zostało zrobione zdjęcie?)

**Przystoła** (f/1.8, f/2.8, f/5.6, f/11... im mniejsza = więcej światła, mniejsza głębia)

**Czas naświetlania** (1/1000, 1/250, 1/60, 1s... im szybszy = zamrożony ruch)

**ISO** (100, 400, 1600, 3200... im niższe = mniej szumów)

**Warunki oświetleniowe** (złota godzina, zachmurzenie, ostre południe, studio, podświetlenie, słabe świat...)

**Czego się nauczyłem/-am** (jakiej fotograficznej lekcji lub spostrzeżenia nauczyła cię ta sesja?)

**Dzisiejsza refleksja** (co poszło dobrze? co mogłoby być lepsze?)