

# Позирование

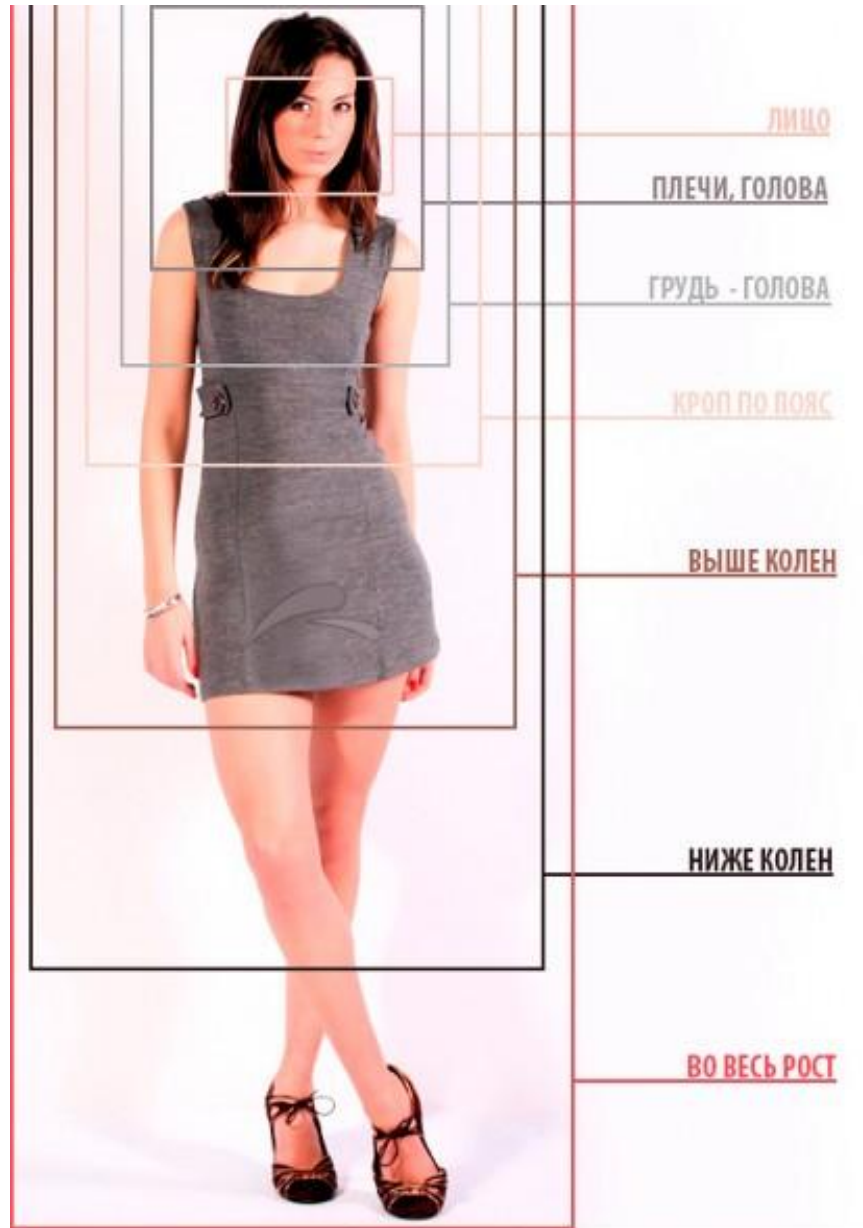


# Важное

- Многие правила - это просто условности. Хорошо знать, что они есть, но вы не обязаны всех их придерживаться.
- Не допускайте, чтобы правила стали вашими ограничениями.

Чтобы понять позирование,  
нужно  
изучать  
пластику человеческого тела

# Кадрирование портрета



# Правило: Не обрезайте по суставам

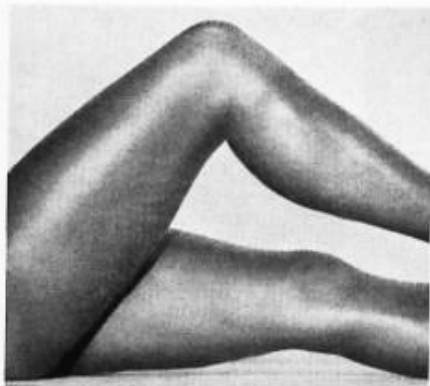


Рис. 99

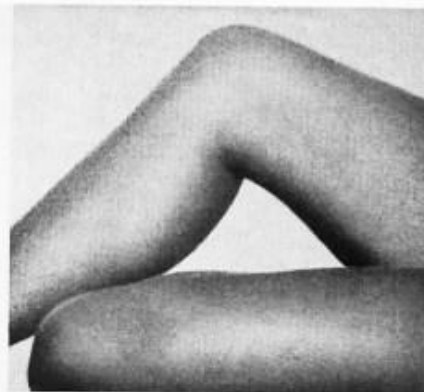


Рис. 100

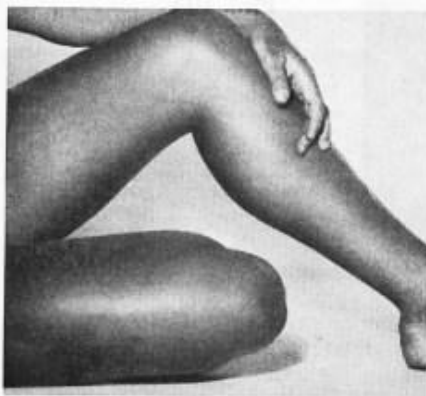


Рис. 101



Рис. 102

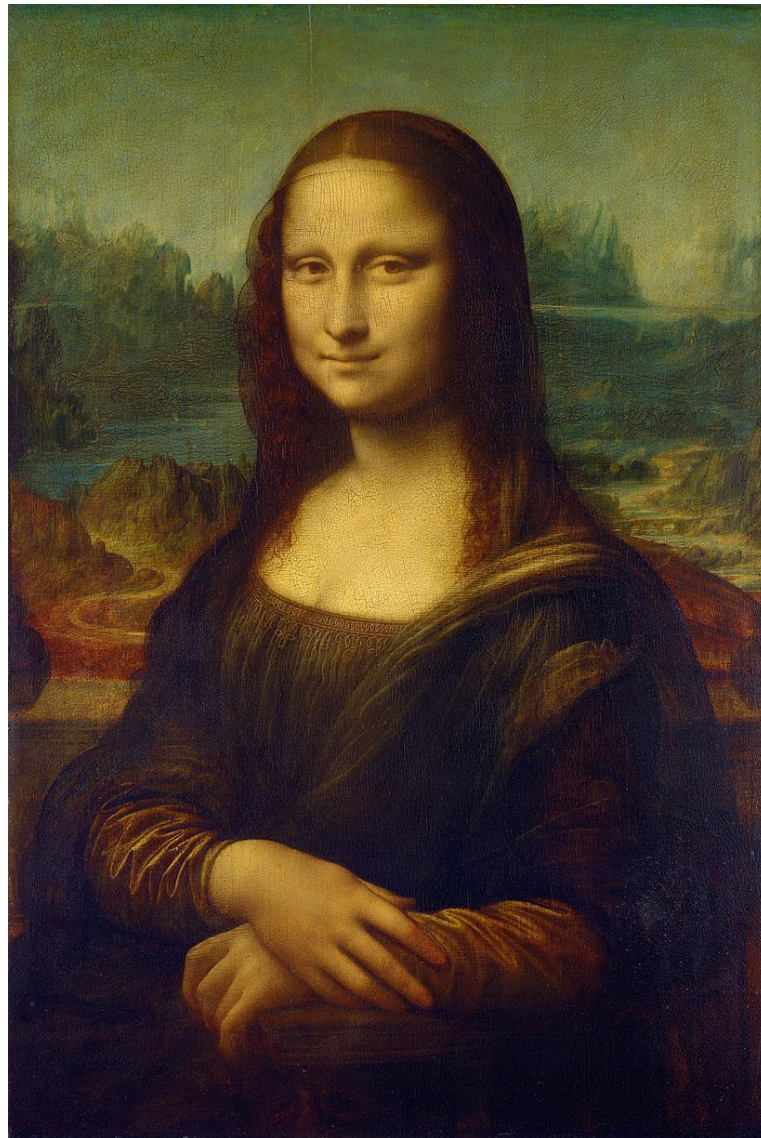
впрочем, Дега обрезал и ничего!



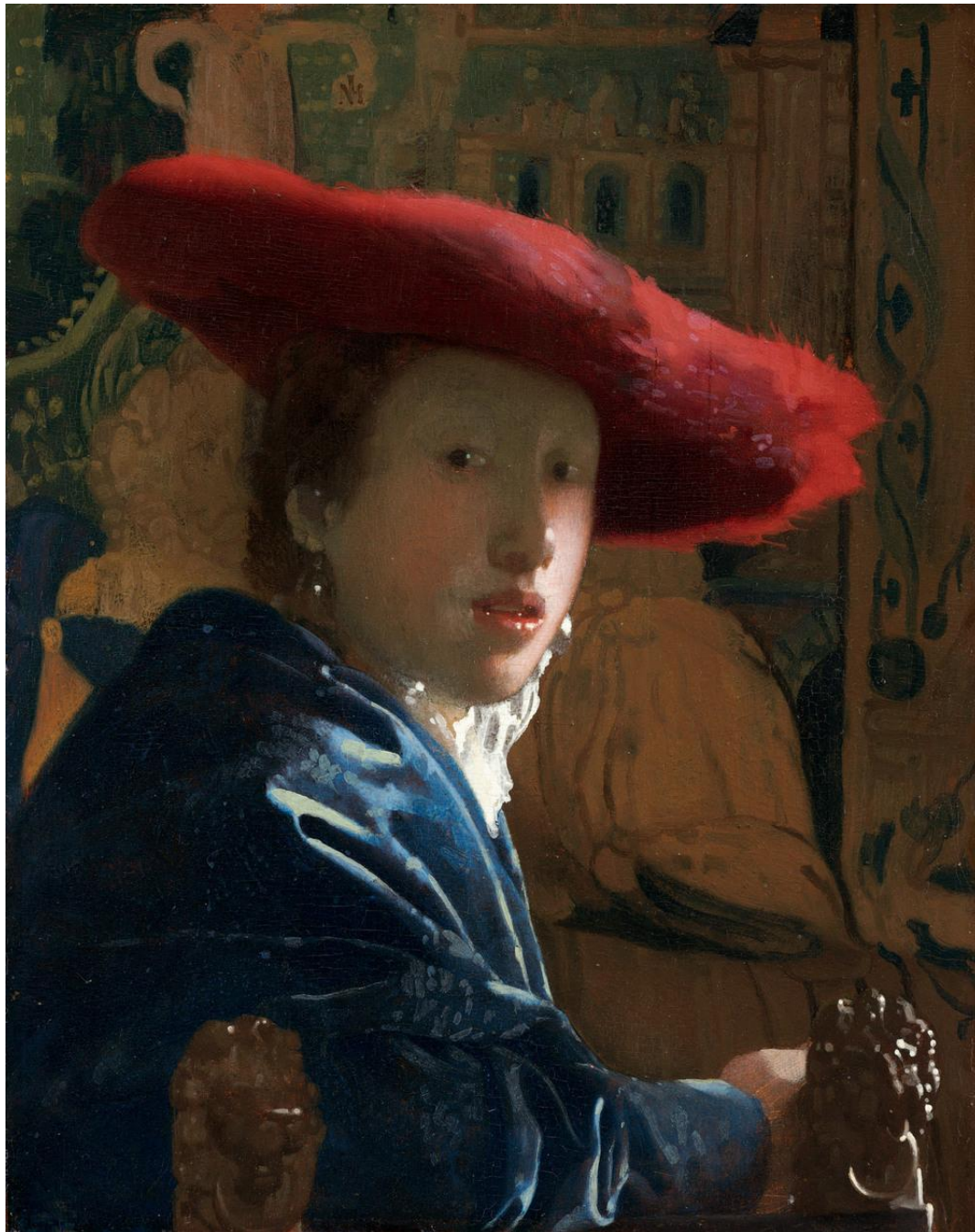
Разворот на 45 градусов  
показывает объем,  
поэтому художники часто его  
использовали



# Классическая поза







Вермеер



Анисия Кузьмина



Тесс Холидей





Вивьен Вествуд. Фото: Тим Уокер

можно не разворачивать голову, а развернуть только плечи. И появится  
объемность



Джессика  
Кобеиси

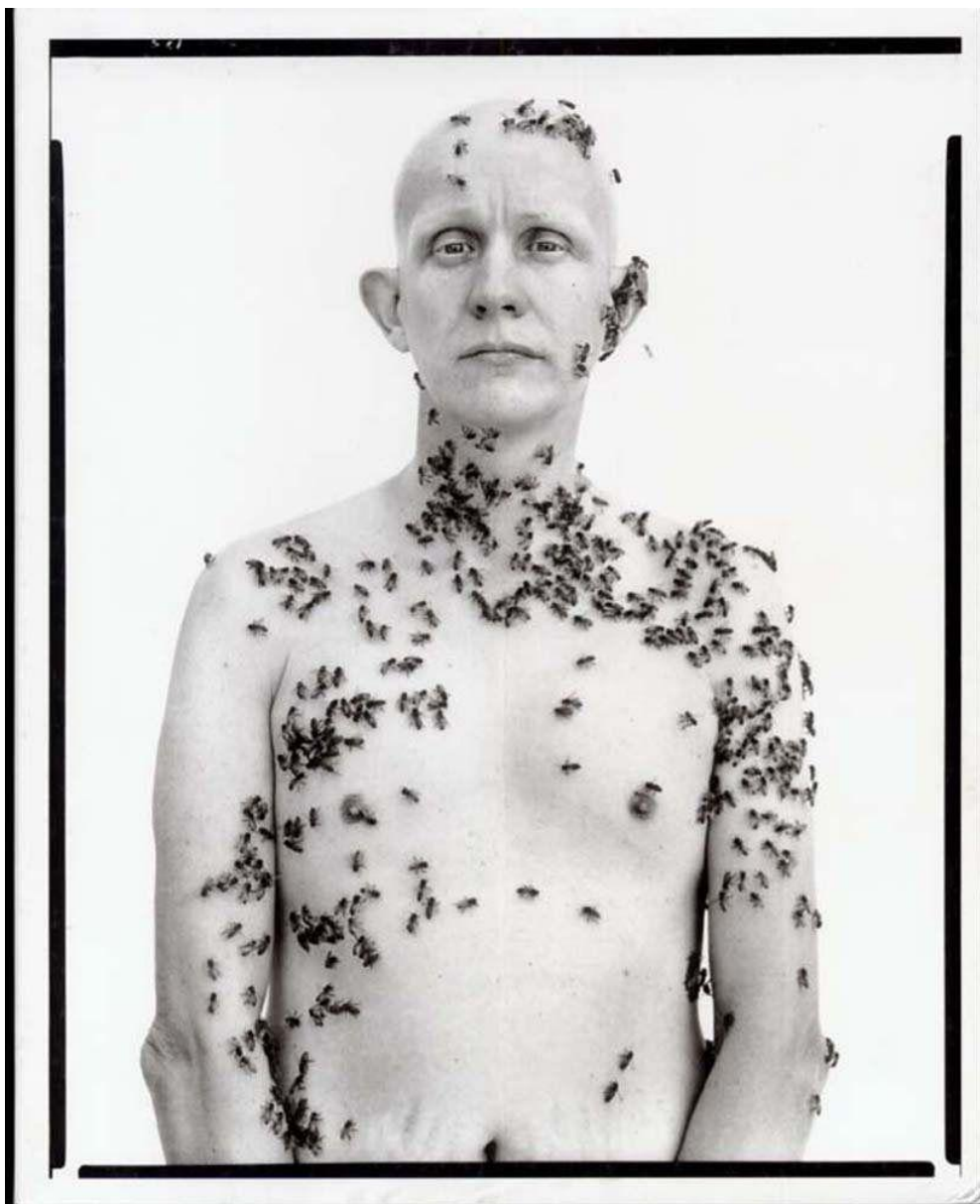
все это не значит, что просто анфас - это плохо.



Эни  
Лейбовиц

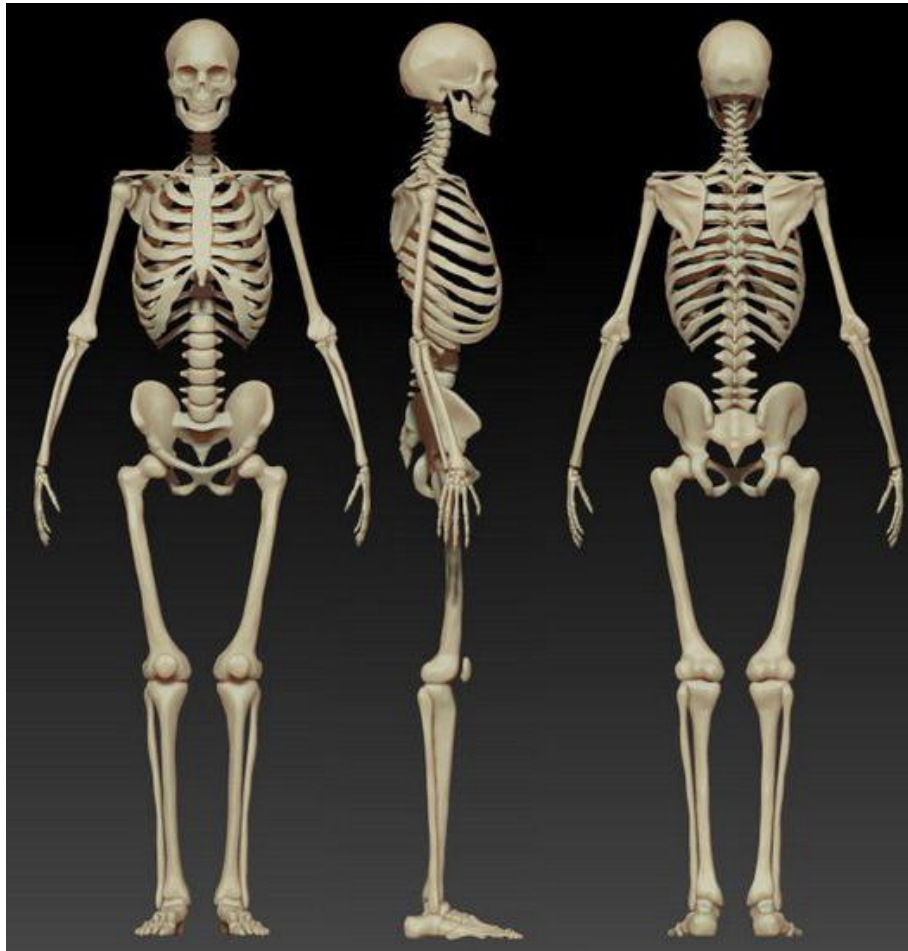


иногда это лучший ракурс, чтобы ничего не отвлекало от лица человека.  
особенно если это документальный портрет



Ричард  
Аведон

# Наклон головы



в расслабленном положении голова чуть наклонена вперед

что делать, если человек слишком сильно запрокидывает голову,  
когда пытается встать ровно



Рис. 36

Уини Харлоу знает, что делает: плечи назад, подбородок вперед



Но иногда запроцинутая голова - это способ передать характер.  
Особенно в сочетании с ракурсом снизу



писательница  
Исак Динесен,  
фото: Аведон

# Плечо к голове



Уилльям Мортенсен





Джессика Кобеиси



иначе будет казаться, что человек падает или хочет уйти



Рис. 12

Но можно скомпенсировать, подперев голову локтем





Все, что ближе к камере, кажется крупнее









[www.instagram.com/mangostreetlab](https://www.instagram.com/mangostreetlab)

# Что делать с руками и ногами

- Не прижимать руки к телу, не сжимать ноги (потому что выглядит напряженно)
- (помнить, что это все условности....)
- Помещать руки в разные плоскости (одна вперед, другая назад; одна наверх, а другая вниз)
- Использовать руки/ноги, чтобы строить геометрию



[www.instagram.com/oldushkamodels](https://www.instagram.com/oldushkamodels)



[www.instagram.com/imjennim](https://www.instagram.com/imjennim)

Но если допустить, что руки к телу нельзя прижимать НИКОГДА, то не было бы этой прекрасной фотографии



Анисия  
Кузьмина

# Динамика

- Перенос веса с одной ноги на другую
- Динамичное позирование
- Движение





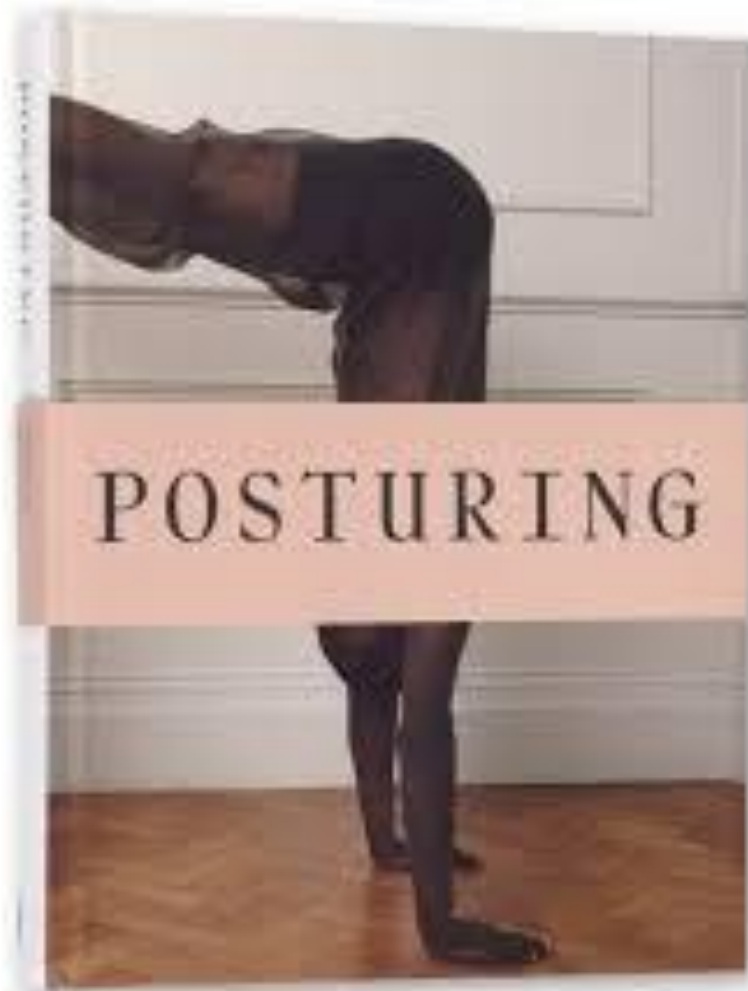


[www.instagram.com/mimigraphie](https://www.instagram.com/mimigraphie)





# Современный язык (фэшн) фотографии









22



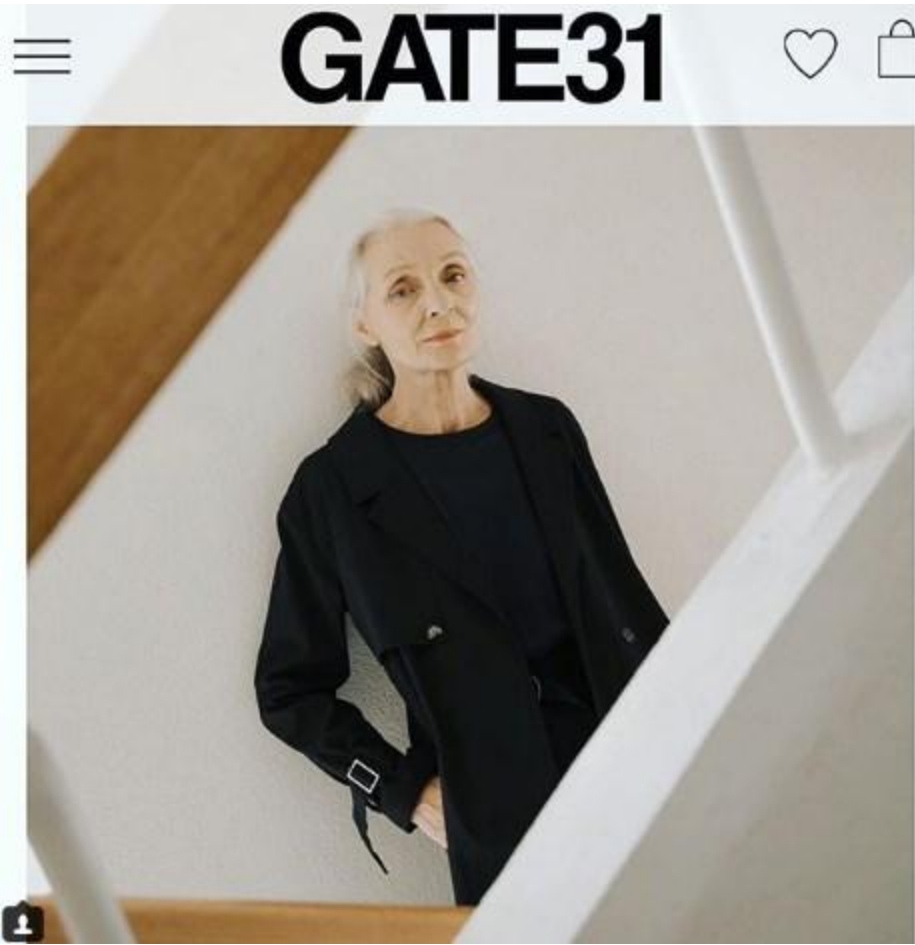
23





# как помочь человеку чувствовать себя уверенно перед камерой

- Пообщаться заранее
- Дать понять, какая будет съемка (если у вас особая идея)
- Поделиться мудбордом
- Обсудить одежду, цвета и прочее
- Попросить принести плейлист с любимой музыкой
- Руководите позированием, говорите, что делать (начинайте с простых поз)
- Если хотите дотронуться, спрашивайте разрешение
- Общайтесь в ходе съемки, давайте фидбек, хвалите, объясняйте, что делаете.
- Не давайте негативную реакцию.
- Показывайте фотки в процессе





- Покажите позу, пусть человек ее займет, и уже в этой позе начинайте общаться и снимайте-снимайте. Могут выйти естественные снимки
- Общайтесь не только про сам фотосет, но и просто о жизни.
- Воспринимайте человека не как набор разных частей тела, склеенных друг с другом
- Пусть человек займет больше места. Можно попросить попрыгать, потанцевать, развалиться в кресле. Это психологический трюк. В новом месте мы всегда стараемся быть маленькими и незаметными, когда стесняемся.
- Научите человека трюкам позирования (улыбаться глазами, немного прищуриться, рисовать фигуры в голове). Так они почувствуют себя профи.
- Показывайте сами, что нужно сделать

