

Teraz już w sklepach typu Temu.pl można kupić świetne bezprzewodowe mikrofony z wejściem typu C lub do iPhone'ów (pamiętaj, żeby zwrócić uwagę na typ wejścia przy zamawianiu). Są opcje pojedyncze i podwójne do wywiadów. Jedne zapinają się na mały spinacz a inne na magnes, dzięki czemu można je niemal niewidocznie przypiąć do bluzki. Zawsze mam taki w torebce, bo jakość dźwięku jest o niebo lepsza, jeśli spontanicznie lub planowo nagrywasz na zewnątrz z różnymi hałasami w tle.



Oświetlenie

Jeśli początkujesz i nie chcesz wydawać fortuny, szukaj rozproszonego oświetlenia dziennego. Raczej rano i przed zmierzchem niż w południe.

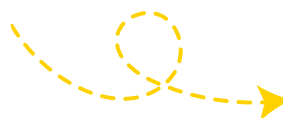
- Z dodatków można wyposażyć się w **lampkę selfie ring LED** na telefon **20 - 40 zł**, choć równie dobrze, jeśli nagrywasz w nocy możesz wykorzystać światło witryny sklepowej;
- Jeśli nagrywasz częściej polecam **lampkę pierścieniową LED** plus statyw za ok. **120 - 300 zł** dedykowaną do nagrywania np. vlogów. Jest też z opcją trzymadełka na komórkę. Nie jest najlepsza opcja dla osób noszących okulary, ponieważ lampa mocno się w nich odbija. Za to branża beauty jest zachwycona;
- W plenerze, by zlikwidować cienie na postaciach i efekt flary (blasku od słońca) przyda Ci się **blenda** - płachta z odbijającego światła materiału, zestaw 5 w komplecie kosztuje ok. **34 zł**. Możesz użyć też folii aluminiowej.



Stabilizacja

Mała waga telefonu sprawia, że potrzebne będzie jego stabilizowanie. Samo wyprostowanie rąk w łokciach lub ich oparcie o siebie, chód Ninja (na ugiętych kolanach) lub oparcie telefonu np. o murek, to rozwiązania, które zapewnią mniejsze drgania obrazu. Ze sprzętu zaś polecam:

- Gotowe zestawy: **operatorska klatka ULANZI M-RIG Vlog**, w której można dodatkowo montować lampki ledowe, mikrofon i telefon. Sama klatka **167 zł** lub tzw. uchwyt do nagrywania, filmowania telefonem, do statywu Youtubera, zestaw z oświetlenia + mikrofonu + selfistika do komórki;

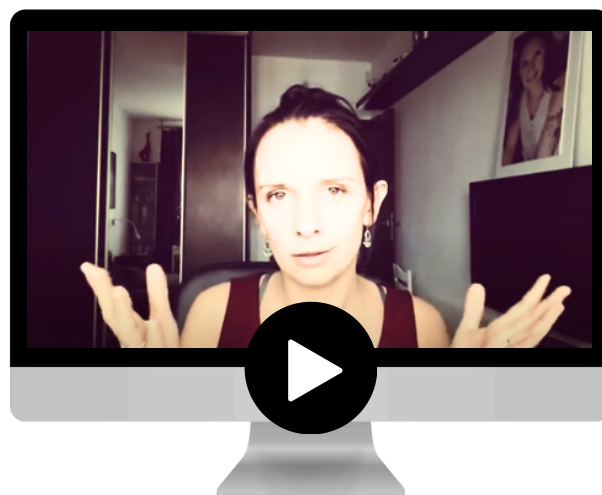


Studio nagrań RecMe <https://recme.pl/produkt/studio-lowinskiego-krakow/> ul. Łowińskiego 7e. Zaś w Poznaniu – Piekarach niesamowita lokalizacja filmowa, inna niż wszystkie: antydzajn.pl/chata/ - jego właścicielka Paulina (paulina@antydzajn.pl) zaprasza do unikatowego, niemodnego, nieikeowego i nieindustrialnego wnętrza. Kod Production, Bohdan Kod <https://kod-production.com/#> - oferuje konsultację techniczną video pod kątem sprzętu. W Warszawie na ul. Zwoleńskiej 65a mamy studio filmowe i fotograficzne Versus <https://www.verus.studio/>. Studio Video w Warszawie al. Lotników 1 <https://feniksfilm.pl/> - mają pakiety nagrań video. Ten spis jest aktualny na początek 2026 roku, ale nowe studia fotograficzne i contentowe rosną teraz jak grzyby po deszczu. Sama chciałabym kiedyś takie założyć.

Poniżej przykłady ujęć ze Studia Dekerta (po lewej i prawej) oraz z Milk Studio (po środku):



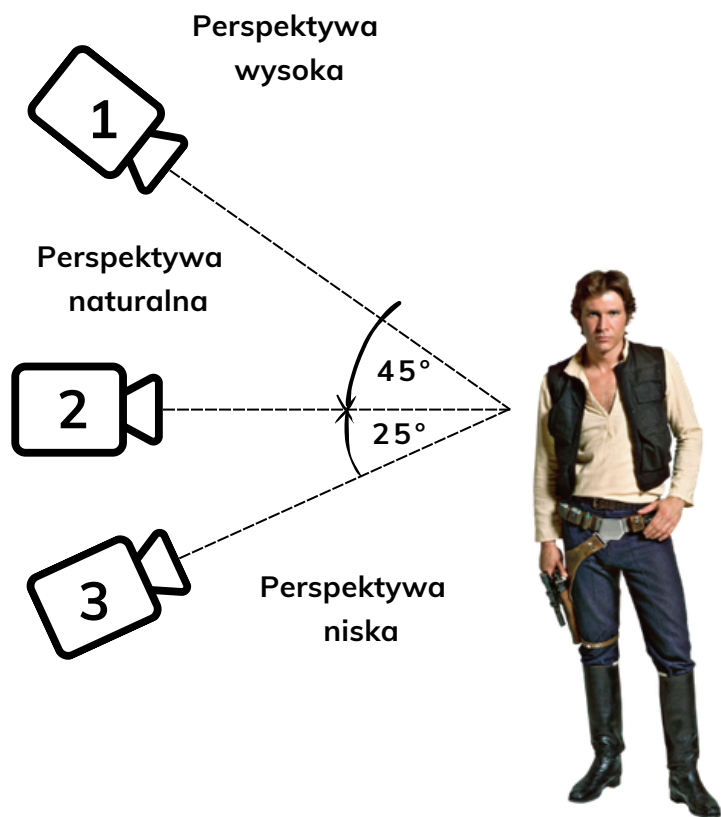
Polecam Ci zajrzeć również do filmu, w którym podpowiadam jak zorganizować sobie miejsce nagrań:



Gdzie nagrać filmik - # 7 Filmowe Espresso TV

Kąt pionowy – wysokość kamery i horyzont, czyli perspektywy:

Efekt głębi możesz też uzyskać ustawiając kamerę pod kątem 45° – 135°



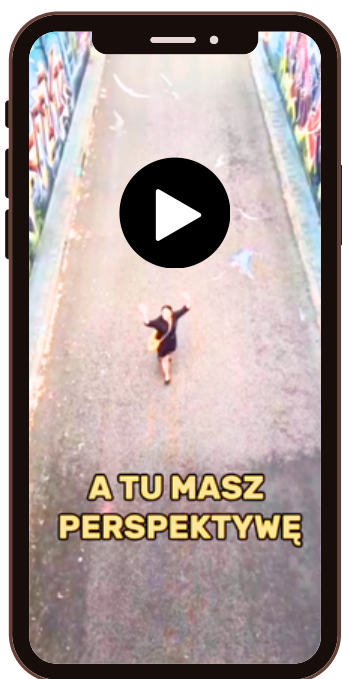
1



2



3



A tu zapraszam Cię do obejrzenia
rolecki na Instagramie o
perspektywach w pigułce:

Jak ogarnąć perspektywy
i podwójny podbródek



- Ewentualnie **giętki uchwyt** do blatu na telefon z **lampką led** za ok. **79 zł**;

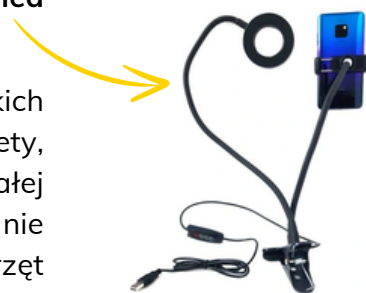
- Urządzenie, które jest samowystarczalne w niemal wszystkich aspektach od stabilizacji, przez wszystkie dodatkowe gadżety, funkcje śledzenia obiektu itd. **DJI Pocket 2** zamknięty w małej walizce z dodatkami. Jeśli nie masz jeszcze nic kupionego i nie uzupełniasz tylko braków - to kupuj w ciemno - to taki sprzęt do nagrywania w pigułce. Cena ok. **2500 zł** (wcześniejsze wersje są tańsze);

- **Gimbal – stabilizator do telefonu**. Jeśli będziesz nagrywać np. na spacerze w ruchu, polecam: **Osmo mobile 8** lub nowszą wersję 4 lub **FeiyuTech VIMBLE 2** (ten drugi ma jeszcze teleskopową nóżkę – wtedy możesz nagrywać z pewnej odległości). Cena za stabilizator za około **500 - 800 zł** (wcześniejsze wersje są tańsze). Ciekawą opcją jest też śledzący Twoje ruchy – automatyczny, inteligentny **statyw obrotowy do telefonu komórkowego z kamerą internetową** za ok **390 zł**, Ewentualnie obsbot.pl lub wersja tańsza bez kamerki **Baseus 360°AI Following Shot Tripod Head** - stabilizator jednoosiowy za **80 zł**. Osobiście mam gimbal z... Temu.pl **Aochuan Smart 3-osiowy** -składany, z selfie stick, jest sterowany kilkoma gestami anti-shake, ma obrót 360 stopni i automatyczne śledzenie twarzy, nagrywanie panoramiczne, szerokokątne oraz zdjęcia z opcją time-lapse. Jego cena to około **285 zł**. Aktualnie tego polecam najbardziej;

- Ewentualnie mały i miękki **statyw przegubowy** lub bardziej stabilny **Stick Tripod Bluetooth**, każdy po około **80 zł**;

- **Selfi Stick Pilot**, o ile nagrywasz coś w terenie, cena ok **80 zł** i w dół. Są też opcje dwa w jednym Selfi Stick i Statyw Tripod. Inna opcja to **statyw oświetleniowy** Manfrotto 1051BAC **280 zł** + **głowica kulowa** Manfrotto MHMINIBALL **35 zł** + **uchwyt do telefonu** Manfrotto MCLAMP **40 zł** lub chociaż **mały statyw** Manfrotto Pixi **69 zł**, który zmieści się nawet do torebki.

- **Kamera 360°** Giroptic iO – to jedna z kamerek mocowanych na telefon, która ma funkcję nagrywania filmu i robienia zdjęcia: panoramy 360°. Z takiej kamerki można przesyłać strumieniowo relację na żywo na dany kanał społecznościowy. Cena ok. **180 zł**;



Reasumując filmowanie telefonem dobrych jakościowo filmików to koszt minimum **3500 zł**. Jeśli nagrywasz dużo filmów i często robisz to w jednym miejscu, polecam mimo wszystko dobrej jakości sprzęt: aparat cyfrowy z funkcją nagrywania filmów i resztę dodatków.



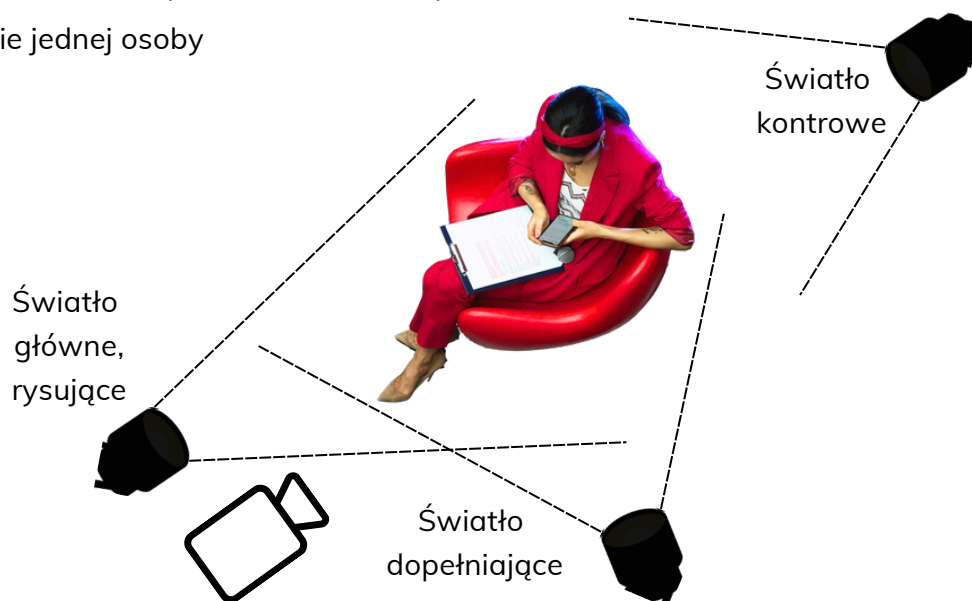
Opis sprzętu na zdjęciu powyżej:

1. Body do aparatu fotograficznego Lumix Panasonic DCM G80;
2. Obiektyw do aparatu fotograficznego;
3. Kieszonkowy aparat fotograficzny Sony o jasności 1.4;
4. Torba na aparat fotograficzny;
5. Mikrofon kierunkowy Rode;
6. Baterie do aparatu fotograficznego;
7. Zestaw mikrofonów bezprzewodowych Saramonic;
8. Mikrofon krawatowy z 2m kablem;
9. Ładowarki do aparatów;
10. Gimbal - stabilizator;
11. Trójnożne małe statywy oraz selfi stick;
12. Bojka do aparatów sportowych typu Go pro;
13. Paski mocujące kamerkę sportową typu Go pro;
14. Aparat sportowy typu Go pro i wodoszczelne opakowanie na niego;
15. Monopod - statyw;
16. Statyw z głowicą olejową na aparat fotograficzny;
17. Lampa LED Yongnuo;
18. Slider i głowica;

- **Światło ogólne (ambientowe)** to równomiernie rozproszone oświetlenie, najczęściej górne, wypełniające całą przestrzeń. Zmniejsza kontrast i podnosi całą ekspozycję. W plenerze jest to zazwyczaj światło dzienne, które stanowi bazę całego oświetlenia. Dobrze jest stosować to światło przy bardzo ostrych źródłach światła, tak by nie robić efektu światła w ciemnym pomieszczeniu lub w nocy a raczej efekt światła dziennego plus dodatkowe oświetlenie.
- **Przestrzał** to światło rysujące jasny kontur na obiekcie filmowania.
- **Światło efektowe** służy do stosowania blików i cieni o określonym kształcie, by dodać ekspresji obrazu. Najczęściej ma wąską wiązkę światła i jest kierunkowe.
- Jeśli masz dużo miejsca i więcej lamp – bardzo dobrze sprawdzają się **dwie dodatkowe lampy ustawione dość wysoko**, lekko z lewej i prawej strony osoby mówiącej i skierowane 45° w dół. Ważne jest, by to światło z góry, również nie było zbyt mocne, gdyż postać będzie miała cienie pod oczami jak miś panda.
- Czasem można podświetlić się **lampą od spodu**. Ta opcja jest jednak dodatkowym źródłem światła, a nie jedynym, bo możemy wyglądać jak na święto Halloween, gdzie podświetla się twarz latarką, by kogoś przestraszyć.
- Do kontroli strumienia światła możesz użyć tzw. **wróć** - ruchomych kłapek przy lampach. Ewentualnie zastawek, czyli pochłaniaczy światła w postaci np. grubej, czarnej tkaniny rozpiętej na zestawie do wieszania teł fotograficznych.
- Do **klimatycznego oświetlenia** pomieszczenia dobrze sprawdzają się chińskie lampiony, lampki choinkowe, neony, świece lub wielkie żarówki o ciepłej barwie (warmweiss) - dostępne w każdym sklepie z oświetleniem. W skrócie, jeśli nagrywasz wieczorem oświetlaj się cieplejszym światłem rozproszonym 5500K, w odległości min. metra, lekko z góry pod różnymi kątami.

Poniżej grafiki, na których możesz zobaczyć te zależności:

Oświetlenie jednej osoby



Główne parametry aparatu fotograficznego w skrócie



Te same parametry dotyczą większości telefonów komórkowych i kamer.

Przystona F

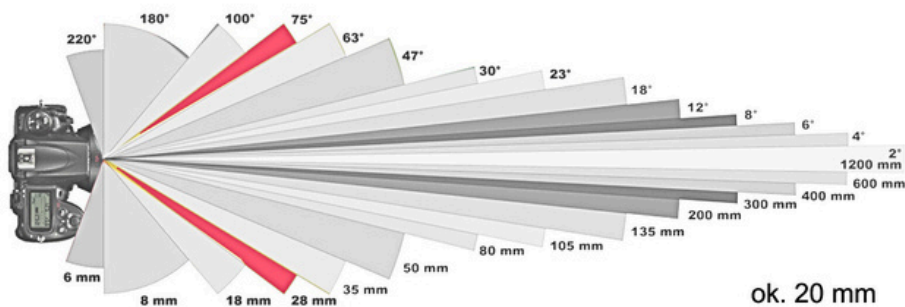
Określa również, ile światła dostanie się do obiektywu. Otwiera obiektyw, tym szerzej im światło jest bliższe i jaśniejsze, a zwięża, gdy jest go mało. Można kontrolować przysłonę tak, jak migawkę w trybie manualnym lub użyć ustawień automatycznych. Przy regulowaniu przysłony patrz i doświetlaj główną postać w kadrze.



Czas migawki

W trybie nagrywania filmów najlepiej ustawić na 1/60 sekundy. Dłuższy czas spowoduje, że obraz będzie rozmaźany (np. 1/30). Czas 1/30 przydaje się w słabym oświetleniu i przy niewielkim ruchu.

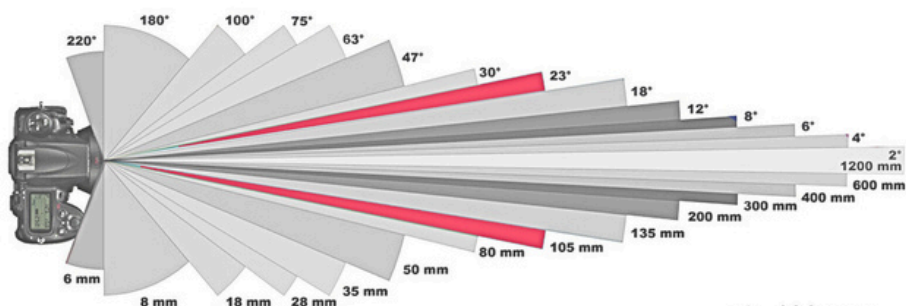




ok. 20 mm
obiektyw szerokokątny



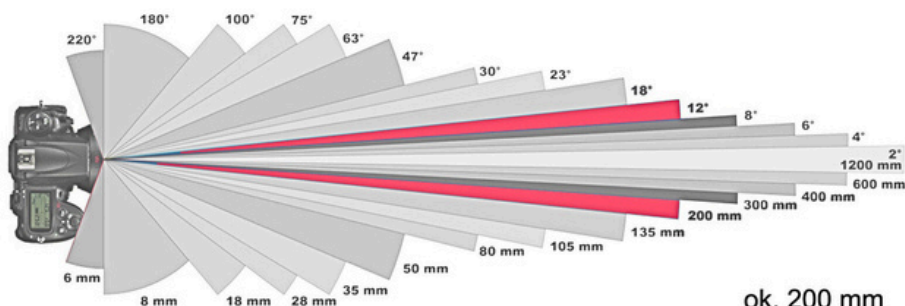
Standardowy obiektyw (normal lenses) dla formatu 16 mm, ma ogniskową 25 mm, a dla formatu 35 mm – 50 mm. Średnia ogniskowa dla takiego obiektu to ok. 100 mm. Oddaje on perspektywę w sposób zbliżony do ludzkiego oka. Nadaje się do planów średnich.



ok. 100 mm
obiektyw standardowy



Teleobiektyw, obiektyw wąskokątny (telephoto lenses). To obiektyw z dłuższą ogniskową i węższym polem widzenia, obejmuje małą część widoku. Spłaszczona perspektywa i likwiduje poczucie głębi oraz trójwymiarowość przestrzeni filmowej. Sprawia wrażenie przybliżania się tła do pierwszego planu. Redukuje on ruch w głąb, dlatego postaci zbliżające się w kierunku kamery wydają się poruszać wolniej niż w rzeczywistości. Ruch do i od kamery nie powoduje znacznego przemieszczania się w przestrzeni. Mocny teleobiektyw np. 1000 mm, redukuje zupełnie ruch, człowiek idący np. w stronę kamery wygląda jakby szedł w miejscu. Powiększa i wysuwa obiekt z niespokojnego tła, poprzez jego nieostrość. Jest dobry do filmów dokumentalnych, w których może wyławić z tłumu konkretne osoby. Teleobiektywy spłaszczają detale twarzy (ale jej nie deformują) i również nie stosuje się ich do zbliżeń. Nadają ujęciu miękkość, poetyckość, odrealnioną formę. **Głębina ostrości jest niewielka.** Teleobiektyw redukując odległość w głąb pomiędzy obiektami sprawia, że przestrzeń staje się nieczytelna, zwłaszcza wtedy, gdy postaci zachodzą na siebie. Jego zastosowanie zmniejsza wyrazistość i różnorodność głębi i ruchu. Jest dobry do zbliżeń, uwalnia aktora od bliskiej obecności kamery, dając mu swobodę w akcji.



ok. 200 mm
teleobiektyw

