



АЛЕКСЕЙ КУНИЛОВ

Лето – лучшее время для идеальных кадров

# #КАК В ЖИЗНИ, ТОЛЬКО ЛУЧШЕ

## Секреты идеальных фотографий

Лето – пора красивых фотографий. На первый взгляд, кажется, всё просто: включил камеру, нажал на кнопку – и готово. Но вот только почему-то мы на снимках себе не всегда нравимся... «Свердловская» решила разузнать все секреты идеальных портретов у фотографа *Юлии Истоминой*.

- Как нужно встать, чтобы потом было не стыдно показывать внукам?
- Большинство из нас и сами знают, какая поза для них самая выигрышная. Взгляните на женские странички Instagram, многие девушки стараются фотографировать себя только с одной определённой стороны. Если говорить о съёмке у фотографа, то он обязательно подскажет, как получиться на фотографии максимально хорошо: как расположить кисти рук, чтобы они выглядели утончённо и элегантно, как правильно повернуть голову и встать по отношению к свету, чтобы фигура смотрелась стройнее. Также профессионал может выбрать ту или иную точку съёмки, чтобы удлинить ноги, сделать фигуру выразительнее или, наоборот, скрыть какие-то недостатки, например, складочки на подбородке.
- Снимки делать лучше крупным планом или в полный рост?
- Всё зависит от поставленной задачи. Я всегда делаю серию фотографий, для меня важно показать разноплановость: снимаю героя крупным планом, средним, общим. Иногда нужно показать человека в полный рост, его фигуру, руки... Если фотографирую пару, то стараюсь показать моменты их прикосновений друг к другу. Хорошо смотрится крупный портрет с открытыми, чистыми глазами.

- Редактировать снимки нужно?
- Для меня редактирование фотографий – обязательный шаг. Это такой же важный процесс, как и сама съёмка. Сегодня существует огромное количество программ для телефонов, которые могут улучшить ваши кадры. Например, вам могут помочь фильтры и коррекция в Instagram или VSCOCam – приложение, которое позволяет локально изменять экспозицию фото, его насыщенность, поможет приглушить слишком светлые участки, протонировать картинку, увеличить её резкость. Этих программ огромное количество, выбирайте для себя то, что удобно.
- Каким должен быть идеальный наряд для съёмки?
- Когда проходят съёмки для журналов, модели не приходится выбирать одежду. Образ готовит стилист и дизайнер. Никого не интересует мнение модели о наряде, о том, удобно ей или неудобно, не жмёт ли обувь – это не важно. Если мы говорим про съёмку для личных целей, то я рекомендую надевать удобную одежду и выбирать натуральные оттенки: бежевый, серый, белый, голубоватый... Цвета либо должны соответствовать нашей природной гамме, либо быть пастельными. Очень яркая одежда с принтами будет доминировать и отвлекать внимание от самого героя, от его чувств, эмоций.

- А если это групповой портрет?
- Если мы снимаем групповой портрет,

- Учитывая возможности современной техники, вполне. На телефон можно сделать кадр не хуже, чем на дорогую зеркальную камеру. Если будет хорошо выставлен свет, не каждый заметит разницу.
- Какая обстановка должна быть во время фотосессии на улице, важны ли время суток, погода?
- Не существует никаких ограничений. Можно фотографироваться в слякоть, в жару, в метель, в ураган... Это зависит только от того, какую атмосферу и настроение вы хотите передать на вашем снимке. Большинство фотографов работают ранним утром или в вечернее закатное время, в это время свет мягкий и подходит для съёмки большинства людей. Но если нам нужно показать контрастную картинку с распределением светотеневых масс, тогда нужно искать жёсткий свет с резкими тенями и работать в этих условиях.
- Сколько нужно сделать кадров, чтобы получить «тот самый»?
- Считаю, что не существует универсального рецепта, к каждому нужен свой индивидуальный подход. Иногда самый крутой кадр у меня получается среди 5–10 снимков, когда модель ещё даже не знала о том, что я начала съёмку. С некоторыми людьми, наоборот, нужно сделать большое количество фотографий, прежде чем человек расслабится и будет выглядеть естественно. Есть отличные кадры, которые получаются случайным образом.
- Реально ли сделать качественную фотографию на смартфон, или всё-таки это утопия?

Дарья КУРНОСОВА, 18 лет,  
факультет журналистики УрФУ  
ПЛАНИРУЮ РАБОТАТЬ МЕНЕДЖЕРОМ ПО ПРОДАЖАМ

# #6 ПРИЧИН, ПОЧЕМУ ВАМ НУЖНО ВСТУПИТЬ В СТРОЙОТряд

## Из первых уст

Каждый год на целину отправляются тысячи стройотрядовцев. Если вы думаете, стоит ли пополнить их ряды, читайте, почему это обязательно стоит сделать.

### УТЕРЕТЬ НОС БЫВАЛЫМ СТРОИТЕЛЯМ

– В один из наших трудовых дней я чувствовал себя вяло, не было желания двигаться вообще. Приехав на объект, я узнал, что мы будем весь день разгружать фуры со стройматериалами. Тогда я подумал, что это будет худший день в моей жизни. То же настроение было и в моих товарищей. Но вдруг у меня промелькнула мысль: «А что, если зажечь их, сделаю вид, что всё хорошо?» Я начал работать на все 130 процентов. И действительно, парни стали трудиться в таком темпе, в каком до этого не работали ни разу. В конце пришлось даже ускориться, чтобы поспеть за ними. Это превратилось в своего рода соревнование – кто разгрузит больше. Вечером, когда мы отчитывались о проделанной работе, прорабы сказали нам: «Эх, студенты, врать не умеете». Но когда увидели результат вживую, были очень удивлены.

Роман Марванов

### ВСТРЕТИТЬ ЗВЕЗДУ

– В один из трудовых дней к нам зашёл *Алексей Пономарёв*, автор песни «А мы не ангелы, парень». Её многие знают, композицию перепели «Би-2» и «Агата



ВЛАДИМИР МАРТЬЯНОВ

В стройотрядах очень развита самодеятельность, вы точно найдёте способ себя проявить

Кристи». Алексей даже судился с ними за авторские права. Его композиция звучала на многих концертах, а он обычный работяга-сварщик.

Александр Талашманов

### ПОБЫВАТЬ В НЕОБЫЧНЫХ МЕСТАХ

– С каждой целиной нас отправляют всё дальше на Север, например, в Саббету. В Заполярье я увидел бескрайнюю тундру, тайгу, невероятные закаты. А самое главное – посмотрел белые ночи: три часа ночи, а солнечный диск всё ещё на горизонте... Навсегда запомнил те эмоции!

Алексей Присяжнюк

### ЗАРАБОТАТЬ НА МАШИНУ

– В этом году за три месяца некоторые ребята заработали столько денег, что смогли купить «девятку». Не «Майбах», конечно, но даже это позволяет почувствовать себя самостоятельным и успешным человеком.

Александр Талашманов

### ПОЛУЧИТЬ ПРОЗВИЩЕ

– Мы были на Севере. Магазинов нет... Сладкого нет... Зато есть строительные леса, которые нужно переносить. Один парень решил выпендриться и сказал: «Спорим на шоколадку, что я дотащу?». Взял он

### СЛОВАРИК СО СТРОЙКИ

- **ССО** – студенческий строительный отряд.
- **Целина** – место работы и проживания отряда.
- **Монолит** – цельная каменная глыба.
- **Мастер** – ответственный организатор.
- **Боец** – член отряда, проработавший как минимум одну целину.
- **Старик** – боец отряда, проработавший 3 сезона и более.

очень тяжёлый щит, его обычно по три человека носили. Конечно же, громада его придавила, правда, не сильно. Он дёргал ногами как таракан и кричал в штучку: «Спасите, помогите!». Мы валялись со смеху. Тогда и дали ему прозвище Таракан.

Алексей Присяжнюк

### НАЙТИ НАСТОЯЩИХ ДРУЗЕЙ

– Каждый человек в отряде – это пазл, а вместе эти пазлы образуют гармоничную картину – улыбается *Александр Стрельников*.

Все ребята в голос твердят, что стройотряд – это одна семья. Пройдя вместе огонь, воду и бетон, они сохраняют дружбу на долгие годы и поддерживают друг друга в любой ситуации.

Александра СКОРОБОГАТОВА, 17 лет,  
гимназия № 40, Екатеринбург, 11-й класс  
ПОСТУПАЮ В УНИВЕРСИТЕТ В МОСКВЕ



АЛЕКСЕЙ КУНИЛОВ

Многие волнуются, когда отправляются в лагерь первый раз. Ирина уверена, что главный секрет идеальной поездки – это позитивный настрой

# #ВЫЖИТЬ В ЛАГЕРЕ

## Советы от вожатого

Лагерь – неплохая альтернатива дорогим курортам. Но у ребят часто возникает множество вопросов. Что брать с собой? Как сделать так, чтобы на смене было весело? Как выбрать лагерь? Как решить эти и другие проблемы, рассказывает вожатая с девятилетним стажем *Ирина Прохорова*.

- Сама я ездила в лагерь с семи лет, была там раз пятнадцать. В основном это были базы отдыха в Свердловской области, в лагерях «Дюжонко», «Лесовичок», «У трёх пещер», «Изоплит». Однажды отдохнула в «Радости», в Анапе. В каждый лагерь я ездила по несколько раз, оставалась на несколько смен, потому что мне очень нравилось.
- Мне нравится сама атмосфера лагеря: праздники, спортивные состязания, люди. А ещё я очень творческий человек, люблю выступать на сцене.
- В последнее время ребята часто приезжают с негативным настроением, они уверены, что в лагере будет скучно. Но мне удаётся их переубедить, в конце смены им совсем не хочется уезжать домой. Когда радуются дети, радуюсь и я. Мне нравится приносить ребятам счастье.
- Чаще всего в лагерь ездят по путёвкам, которые родители дают на работе, но если есть возможность выбрать самому, то лучше посоветоваться с тем, кто уже был на базе отдыха... Выбирайте лагерь

- Учитывая возможности современной техники, вполне. На телефон можно сделать кадр не хуже, чем на дорогую зеркальную камеру. Если будет хорошо выставлен свет, не каждый заметит разницу.
- Какая обстановка должна быть во время фотосессии на улице, важны ли время суток, погода?
- Не существует никаких ограничений. Можно фотографироваться в слякоть, в жару, в метель, в ураган... Это зависит только от того, какую атмосферу и настроение вы хотите передать на вашем снимке. Большинство фотографов работают ранним утром или в вечернее закатное время, в это время свет мягкий и подходит для съёмки большинства людей. Но если нам нужно показать контрастную картинку с распределением светотеневых масс, тогда нужно искать жёсткий свет с резкими тенями и работать в этих условиях.
- Сколько нужно сделать кадров, чтобы получить «тот самый»?
- Считаю, что не существует универсального рецепта, к каждому нужен свой индивидуальный подход. Иногда самый крутой кадр у меня получается среди 5–10 снимков, когда модель ещё даже не знала о том, что я начала съёмку. С некоторыми людьми, наоборот, нужно сделать большое количество фотографий, прежде чем человек расслабится и будет выглядеть естественно. Есть отличные кадры, которые получаются случайным образом.
- Реально ли сделать качественную фотографию на смартфон, или всё-таки это утопия?

- Учитывая возможности современной техники, вполне. На телефон можно сделать кадр не хуже, чем на дорогую зеркальную камеру. Если будет хорошо выставлен свет, не каждый заметит разницу.
- Какая обстановка должна быть во время фотосессии на улице, важны ли время суток, погода?
- Не существует никаких ограничений. Можно фотографироваться в слякоть, в жару, в метель, в ураган... Это зависит только от того, какую атмосферу и настроение вы хотите передать на вашем снимке. Большинство фотографов работают ранним утром или в вечернее закатное время, в это время свет мягкий и подходит для съёмки большинства людей. Но если нам нужно показать контрастную картинку с распределением светотеневых масс, тогда нужно искать жёсткий свет с резкими тенями и работать в этих условиях.
- Сколько нужно сделать кадров, чтобы получить «тот самый»?
- Считаю, что не существует универсального рецепта, к каждому нужен свой индивидуальный подход. Иногда самый крутой кадр у меня получается среди 5–10 снимков, когда модель ещё даже не знала о том, что я начала съёмку. С некоторыми людьми, наоборот, нужно сделать большое количество фотографий, прежде чем человек расслабится и будет выглядеть естественно. Есть отличные кадры, которые получаются случайным образом.
- Реально ли сделать качественную фотографию на смартфон, или всё-таки это утопия?

- Учитывая возможности современной техники, вполне. На телефон можно сделать кадр не хуже, чем на дорогую зеркальную камеру. Если будет хорошо выставлен свет, не каждый заметит разницу.
- Какая обстановка должна быть во время фотосессии на улице, важны ли время суток, погода?
- Не существует никаких ограничений. Можно фотографироваться в слякоть, в жару, в метель, в ураган... Это зависит только от того, какую атмосферу и настроение вы хотите передать на вашем снимке. Большинство фотографов работают ранним утром или в вечернее закатное время, в это время свет мягкий и подходит для съёмки большинства людей. Но если нам нужно показать контрастную картинку с распределением светотеневых масс, тогда нужно искать жёсткий свет с резкими тенями и работать в этих условиях.
- Сколько нужно сделать кадров, чтобы получить «тот самый»?
- Считаю, что не существует универсального рецепта, к каждому нужен свой индивидуальный подход. Иногда самый крутой кадр у меня получается среди 5–10 снимков, когда модель ещё даже не знала о том, что я начала съёмку. С некоторыми людьми, наоборот, нужно сделать большое количество фотографий, прежде чем человек расслабится и будет выглядеть естественно. Есть отличные кадры, которые получаются случайным образом.
- Реально ли сделать качественную фотографию на смартфон, или всё-таки это утопия?

Александра КОДОЛОВА, 18 лет,  
факультет журналистики УрФУ  
ОТПРАВЛЯЮСЬ В ПИТЕР

Владислава КОЛОТОВА, 18 лет,  
факультет журналистики УрФУ  
ЕДУ В ЛАГЕРЬ ВОЖАТОМ