

# ЧЕК-ЛИСТ: КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К СЪЁМКЕ ДЛЯ ФОТОКОНТЕНТА?

С его помощью вы сможете собраться на фотосессию очень быстро и качественно!

## ПОДГОТОВКА

### ЦЕЛЬ

Для начала определите, что вы хотите, чтобы ваш клиент про вас понял или узнал.

### КОНЦЕПЦИЯ

Продумайте, что будете транслировать вашей аудитории, какие черты вашей личности? Какие задачи должна решить фотография? Если есть контент-план, то какие ваши темы постов на ближайшее время? Какие фото нужны для этих постов? Каков ваш посыл аудитории? Каковы ваши ценности?

### ИДЕЯ+ДЕТАЛИ

Придумайте идею, в каких образах вы хотите видеть себя на будущих кадрах? Учтите 3 важных момента: сюжет, одежда/макияж, позы. Если нет идей, поищите в интернете или инста по запросам, соответствующим концепции вашей фотосессии. Например: #деловойпортрет #бизнессъёмка #женственнаяфотосессия #фотоконтент. Вдохновляйтесь и скриньте себе идеи.

## ЧТО НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ НАКАНУНЕ?

Пилинг, окраску волос или бровей новой краской (возможны неожиданности), нет алкоголя, копчёному и солёному (отёки на фото совершенно ни к чему). Посещать солярий за день до съёмки. Интенсивную силовую тренировку тела.

## ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ПЕРЕД ФОТОСЕССИЕЙ?

- Освежить маникюр.
- Договориться о макияже и укладке. Помните, что макияж нужно делать ярче, чем в жизни, потому что камера съедает около 40% интенсивности цвета.
- Собрать все образы. Не забыть про аксессуары (браслеты, часы, заколки, ободки, часы, цепочки, кольца, очки, шляпы, серьги, платки, шарфы) - не бойтесь взять больше, на фотосессии подберете. Также подобрать обувь, сумку, колготки к каждому

образу. ЭТОТ ПУНКТ ОСОБЕННО ВАЖНЫЙ! Насладитесь этапом подготовки, ведь от него на 80% зависит успех всей фотосессии!

- Подготовить необходимый реквизит, соответствующий концепции фотосессии - книги, журналы, ноутбук, ежедневник, ручку, блокнот.

## ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ НА ФОТОСЕССИЮ?

- Подготовленную одежду. Реквизит.
- Расчёску, пудру, помаду.
- Бутылочку воды.
- Влажные салфетки и ватные палочки на случай подправки макияжа.
- Щетка для одежды особенно если одежда тёмная.

## РЕКОМЕНДАЦИИ

### УБИРАЕМ СТРАХИ И НАПРЯЖЕНИЕ.

Как правило, фотограф — незнакомый человек. А с незнакомцами мы ведем себя очень скованно. Постарайтесь подружиться и наладить контакт. Проговорите все, что вас волнует и беспокоит. Договоритесь о музыке, которая будет звучать фоном во время фотосессии, о том, во сколько прийти и какая атрибутика может понадобиться под ваш образ.

### РЕПЕТИЦИЯ.

Перед большим зеркалом порепетируйте позы, жесты, движения, которые вы хотите видеть на кадрах. Вы сразу увидите, какие ракурсы подходят вам больше, а от каких лучше отказаться. Оставьте только те позы, в которых вам удобно. Самое главное - обязательно нужно выспаться и взять с собой хорошее настроение!