

# FOTOGRAFIA SMARTFONOWA

PIGUŁKA

WIEDZY



Autor: Łukasz Szczepańczyk

Opracowanie graficzne: Małgorzata Szlendak



**Publikacja powstała w ramach projektu: „Włączamy Cyfrowo Mazowsze – szkolenia dla osób w wieku 55 plus”** realizowanego w ramach Inwestycji C2.1.3 „E-kompetencje” Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO), finansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach instrumentu NextGenerationEU.

Niniejsza publikacja jest dostępna na warunkach licencji Creative Commons – Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0 – Na tych samych warunkach. Oznacza to, że będzie można dowolnie wykorzystać te utwory, w tym je kopiować, dystrybuować, wyświetlać i używać, pod warunkiem podania autora utworu. Więcej informacji o licencji znajduje się na stronie:

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.p>

Publikacja dostępna jest bezpłatnie na stronie [www.wlaczamycyfrowo.pl](http://www.wlaczamycyfrowo.pl)

Materiał ukończono: październik 2025 r.



# ZAKRES KURSU

## **Moduł 1 – Podstawy fotografowania smartfonem** (3,5 godz.)

- Poznanie budowy aparatu i podstawowych ikon: migawka, zoom, ostrość itp.
- Nauka kadrowania i ustawiania jasności zdjęcia.
- Zastosowanie filtrów i funkcji upiększania z umiarem.
- Poznanie trybu portretowego i efektu rozmycia tła – praktyczne ćwiczenia.

## **Moduł 2 – Tryby fotografowania i filmowania** (3,5 godz.)

- Nagrywanie filmów: ustawienia jakości, lampa, stabilne trzymanie telefonu.
- Wykonywanie zdjęć podczas nagrania oraz korzystanie z pauzy.
- Poznanie innych trybów aparatu: nocny, poklatkowy, panorama i inne.
- Ustawienia aparatu: linia siatki, znak wodny, geotagi, przywracanie domyślnych funkcji.

## **Moduł 3 – Galeria i edycja zdjęć** (3,5 godz.)

- Poruszanie się po galerii, tworzenie albumów i porządkowanie zdjęć.
- Usuwanie, przywracanie, udostępnianie i oznaczanie ulubionych fotografii.
- Podstawowa edycja: kadrowanie, prostowanie, jasność, kontrast, nasycenie i ostrość.
- Dodawanie podpisów, naklejek i prostych rysunków – tworzenie własnych kompozycji.

## **Moduł 4 – Chmura, bezpieczeństwo i higiena cyfrowa**

(3,5 godz.)

- Czym jest chmura i kopia zapasowa – praca z aplikacją Zdjęcia Google.
- Tworzenie i udostępnianie albumów online, korzystanie z funkcji Twórz.
- Przenoszenie zdjęć ze smartfona na komputer i bezpieczne ich przechowywanie.
- Higiena cyfrowa: prawo do wizerunku, prawa autorskie, odpowiedzialne publikowanie zdjęć.

## Słowniczek

- 1. Aparat w smartfonie** – wbudowana funkcja telefonu umożliwiająca robienie zdjęć i nagrywanie filmów. Składa się z obiektywu, matrycy i oprogramowania do przetwarzania obrazu.
- 2. Migawka** – przycisk (najczęściej okrągły), który uruchamia zrobienie zdjęcia. Jego krótkie dotknięcie zapisuje fotografię, a dłuższe przytrzymanie może włączyć tryb filmowania lub zdjęcia seryjne.
- 3. Ostrość** – punkt, w którym zdjęcie jest najbardziej wyraźne. Ustawia się ją, dotykając palcem wybranego miejsca na ekranie.
- 4. Zoom (przybliżenie)** – funkcja umożliwiająca zbliżenie fotografowanego obiektu. Wyróżnia się zoom optyczny (rzeczywiste zbliżenie przez obiektyw) i zoom cyfrowy (powiększenie fragmentu obrazu kosztem jakości).
- 5. Obiektyw szerokokątny** – pozwala uchwycić szerszy fragment przestrzeni, np. krajobraz lub dużą grupę osób.
- 6. Kamera przednia / tylna** – przednia służy do selfie i rozmów wideo, tylna do robienia zdjęć otoczenia, zwykle o wyższej jakości.
- 7. Samowyzwalacz** – funkcja, która opóźnia zrobienie zdjęcia o kilka sekund (np. 3 lub 10). Przydatna, gdy fotograf chce być na zdjęciu.
- 8. Proporcje zdjęcia** – stosunek szerokości do wysokości fotografii (np. 4:3, 1:1, 16:9). Wpływa na kształt i wygląd kadru.
- 9. Filtr** – gotowy zestaw ustawień kolorów i kontrastu, który nadaje zdjęciu określony nastrój, np. ciepły, chłodny lub czarno-biały.
- 10. Makijaż cyfrowy** – funkcja upiększająca, która automatycznie wygładza skórę i poprawia wygląd twarzy.
- 11. Tryb portretowy** – ustawienie aparatu, które rozmywa tło, aby podkreślić osobę lub obiekt na pierwszym planie.
- 12. Panorama** – tryb robienia bardzo szerokich zdjęć poprzez przesuwanie telefonu w poziomie. Idealny do krajobrazów i wnętrz.

- 14. Galeria** – aplikacja w telefonie, w której zapisywane są wszystkie zdjęcia i filmy. Pozwala je przeglądać, edytować i porządkować w albumach.
- 15. Album** – zbiór zdjęć uporządkowanych tematycznie, np. „Rodzina”, „Wakacje”, „Ogród”. Można tworzyć własne albumy w galerii.
- 16. Edycja zdjęć** – poprawianie wyglądu fotografii (np. kadrowanie, rozjaśnianie, zmiana kontrastu, nasycenia kolorów, dodawanie napisów).
- 17. Chmura internetowa** – przestrzeń na serwerze, gdzie można przechowywać swoje pliki (np. zdjęcia, dokumenty), aby mieć do nich dostęp z dowolnego urządzenia.
- 19. Geotagi** – informacje o lokalizacji, w której zrobiono zdjęcie. Można je włączyć lub wyłączyć w ustawieniach aparatu.
- 20. Znak wodny** – napis lub symbol (np. imię, nazwa telefonu) automatycznie dodawany do zdjęcia.
- 21. Higiena cyfrowa w fotografii** – świadome i odpowiedzialne robienie i publikowanie zdjęć. Obejmuje ochronę prywatności, prawo do wizerunku i rozsądne korzystanie z aparatu.

**Własne, ważne i nowe pojęcia:**

---

---

---

---

---

---

---

---

# Moduł 1 – Podstawy fotografowania smartfonem

**Fotografia smartfonowa** to jedna z najprostszych i najprzyjemniejszych form robienia zdjęć – wystarczy telefon, chwila uwagi i dobre światło. Większość nowoczesnych smartfonów ma **dwa aparaty**:

- **przedni**, który służy głównie do selfie i rozmów wideo,
- **tylny**, który ma **lepsze parametry techniczne** – większą matrycę, lepszy obiektyw i często kilka kamer (np. szerokokątną, portretową, makro).

Dlatego to właśnie tylnym aparatem warto robić większość zdjęć.

Aby fotografia była udana, nie potrzeba drogich urządzeń – wystarczy znać kilka prostych zasad:

- **Trzymaj telefon stabilnie** – oprzyj dłonie o siebie lub o jakiś przedmiot, unikaj gwałtownych ruchów. Drżenie rąk to najczęstszy powód nieostrych zdjęć.
- **Nie fotografuj pod światło** – jeśli za osobą znajduje się jasne okno lub słońce, twarz będzie ciemna. Lepiej stanąć bokiem do światła.
- **Nie spiesz się** – chwilowe zatrzymanie i świadome kadrowanie pozwalają uchwycić więcej emocji i lepiej opowiedzieć historię.
- **Zwróć uwagę na tło** – zanim zrobisz zdjęcie, sprawdź, co znajduje się za fotografowaną osobą. Zbyt wiele elementów w tle może rozpraszać uwagę.
- **Trzymaj telefon oburącz i zdecyduj, w jakiej orientacji robisz zdjęcie** – najlepiej trzymać smartfon **dwoma dłońmi**, co zapewnia stabilność i mniejsze ryzyko poruszenia zdjęcia. Warto też od razu wybrać, czy zdjęcie ma być  **pionowe** (np. portret, kwiat, osoba) czy **poziome** (krajobraz, grupa, widok).

## Warto wiedzieć

Aparat w smartfonie to dziś jeden z najważniejszych elementów, w którym **producenci prześcigają się w innowacjach**. Każdy model telefonu może mieć nieco inne funkcje, układ ikon i nazwy trybów, ponieważ firmy stale wprowadzają nowe rozwiązania – dodatkowe obiektywy, tryby automatyczne, sztuczną inteligencję poprawiającą jakość zdjęć.

Dlatego warto pamiętać, że **interfejs aparatu może się różnić** w zależności od producenta i wersji systemu. Omówimy **najbardziej typowe i uniwersalne elementy**, które występują w większości smartfonów.

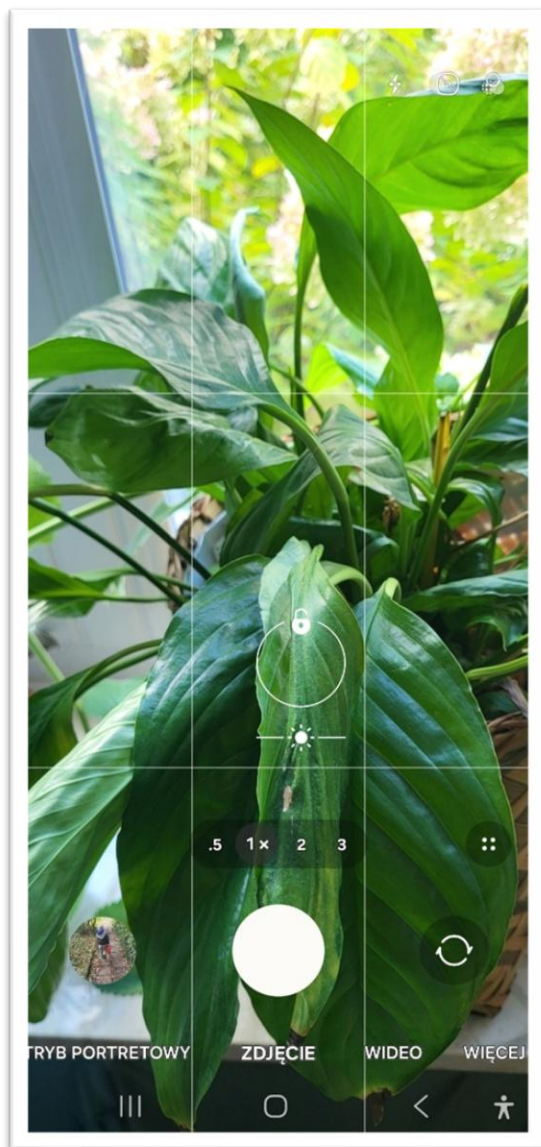
### Podstawowe ustawienia w aparacie cz. 1

- **Zoom** – funkcja pozwalająca **przybliżyć lub oddalić** fotografowany obiekt. Zoom optyczny daje lepszą jakość, a cyfrowy może ją nieco pogorszyć.
- **Migawka** – **przycisk do robienia zdjęcia**, zwykle okrągły i umieszczony na dole ekranu. Krótkie naciśnięcie robi zdjęcie, dłuższe może uruchomić film lub serię zdjęć.
- **Odwracanie aparatu** – **zmiana kamery z tylnej na przednią** (lub odwrotnie). Ikona z dwiema strzałkami w kółku pozwala przełączyć się między selfie a fotografowaniem otoczenia.
- **Wyostczenie** – ustawianie ostrości, czyli **punktu, który ma być wyraźny**. Wystarczy dotknąć palcem miejsca na ekranie, by aparat skupił się na wybranym obiekcie.
- **Podgląd ostatniego zdjęcia** – mała ikonka obok migawki, która po dotknięciu otwiera ostatnio zrobione zdjęcie lub film w galerii.



## Ćwiczenie: Znajdowanie ustawień aparatu (1)

Zaznacz na zrzucie ekranu miejsca, w których znajdują się opisane wcześniej elementy: migawka, zoom, odwracanie aparatu, wyostczenie i podgląd ostatniego zdjęcia.



Twoje notatki:

---

---

---

---

## Podstawowe ustawienia w aparacie cz. 2

Współczesny aparat w smartfonie oferuje wiele opcji, które pozwalają dostosować zdjęcie do warunków i własnych potrzeb. Do najważniejszych należą:

- **Lampa błyskowa (flash)** – doświetla scenę w ciemnym miejscu. Można ją włączyć, wyłączyć lub ustawić na tryb automatyczny, w którym aparat sam decyduje, czy jest potrzebna.
- **Samowyzwalacz** – uruchamia migawkę po kilku sekundach (zwykle 3 lub 10). Umożliwia zrobienie zdjęcia, gdy chcemy być także jego częścią.
- **Proporcje zdjęcia** – określają kształt fotografii, np. 4:3 (tradycyjne), 16:9 (szerokie) lub 1:1 (kwadratowe). Warto dobrać proporcje do celu zdjęcia.
- **HDR (High Dynamic Range)** – łączy kilka zdjęć o różnej jasności w jedno, dzięki czemu widoczne są zarówno jasne, jak i ciemne szczegóły. Przydaje się przy fotografowaniu krajobrazów i scen z dużym kontrastem.
- **Jasność (ekspozycja)** – pozwala rozjaśnić lub przyciemnić zdjęcie, przesuwając suwak ze słoneczkiem w górę lub w dół. Pomaga dostosować obraz do światła w otoczeniu.
- **Filtry** – to gotowe zestawy kolorów i kontrastu, które nadają zdjęciu określony nastrój, np. ciepły, chłodny lub czarno-biały. Można je włączyć przed zrobieniem zdjęcia lub zastosować później w edycji.
- **Makijaż cyfrowy** – funkcja, która automatycznie wygładza cerę, rozjaśnia twarz i poprawia wygląd portretu. Warto używać jej z umiarem, by zachować naturalny efekt.

**Wszystkie z nich możesz ustawić na etapie przed wykonaniem fotografii.**



## Ćwiczenie: Znajdowanie ustawień aparatu (2)

Wskaż na załączonym zrzucie ekranu miejsca, w których znajdują się opisane powyżej ustawienia aparatu (lampa błyskowa, samowyzwalacz, proporcje, filtry, makijaż cyfrowy). W notatkach zapisz, **jakie inne ważne parametry możesz ustawić w swoim aparacie** .



Twoje notatki:

---

---

---

---

## Moduł 2 – Tryby fotografowania i filmowania smartfonem

### Tryby fotografowania

Nowoczesne smartfony oferują wiele **trybów fotografowania**, które automatycznie dopasowują ustawienia aparatu do sytuacji. Dzięki nim można uzyskać lepsze efekty bez konieczności ręcznego regulowania parametrów.

Oto tylko niektóre z nich:

- **Tryb portretowy** – służy do robienia zdjęć osobom lub zwierzętom. Aparat skupia ostrość na twarzy, a tło delikatnie rozmywa, tworząc efekt głębi. Dzięki temu fotografowana osoba jest wyraźnie widoczna i odróżnia się od otoczenia.
- **Tryb nocny** – pomaga robić jaśniejsze i wyraźniejsze zdjęcia w słabym oświetleniu. Aparat wykonuje kilka ujęć i łączy je w jedno, dlatego warto trzymać telefon bardzo stabilnie.
- **Tryb panorama** – pozwala uchwycić szeroki kadr poprzez powolne przesuwanie telefonu wzdłuż wyznaczonej linii. Idealnie sprawdza się przy zdjęciach krajobrazów, wnętrz, wysokich budynków czy dużych grup osób, gdy nie da się objąć wszystkiego jednym ujęciem. Panorama może być też wykorzystana kreatywnie – na przykład ta sama osoba może pojawić się na zdjęciu kilka razy, jeśli przejdzie w inne miejsce podczas wykonywania panoramy.
- **Tryb profesjonalny (Pro)** – pozwala samodzielnie ustawić parametry zdjęcia, takie jak światło, kolor, ostrość czy czas naświetlania, aby uzyskać bardziej dopracowany i świadomy efekt fotograficzny.

## Przykładowe inne tryby fotografowania i wideo



### Tryb wideo i inne tryby nagrywania

- **Tryb wideo** – umożliwia nagrywanie filmów smartfonem. W tym trybie można ustawić jakość nagrania (np. HD, Full HD, 4K), włączyć lampę jako światło ciągłe, użyć pauzy w trakcie nagrywania oraz robić zdjęcia podczas filmu, bez przerywania nagrania.
- **Tryb slow motion (zwolnione tempo)** – nagrywa film z większą liczbą klatek na sekundę, co pozwala odtworzyć go w spowolnieniu. Dzięki temu widać każdy szczegół ruchu, na przykład spadającą kroplę wody lub machnięcie skrzydeł ptaka.
- **Tryb poklatkowy (time-lapse)** – działa odwrotnie niż slow motion. Aparat robi wiele zdjęć w dłuższych odstępach czasu i łączy je w krótki film. Efekt to przyspieszone nagranie, które pokazuje np. zachód słońca, ruch uliczny lub rosnący kwiat.
- **Tryb hyperlapse** – to rodzaj filmu poklatkowego nagrywanego podczas ruchu kamery. Pozwala tworzyć dynamiczne ujęcia w przyspieszonym tempie, np. spacer po mieście lub przejazd rowerem. Wymaga stabilnego trzymania telefonu lub użycia statywu, aby obraz nie drgał.



## Ćwiczenie: Robienie zdjęcia podczas nagrywania filmu

Włącz tryb wideo w swoim smartfonie i nagraj krótki film, używając w trakcie nagrywania pauzy, a następnie zrób jedno zdjęcie bez przerywania filmu.

Wykonaj to przy użyciu poniższych przycisków:



## Moduł 3 – Galeria i edycja zdjęć

### Galeria

Galeria to aplikacja, w której **przechowywane są wszystkie wykonane zdjęcia i filmy**. Można w niej przeglądać fotografie **chronologicznie** – czyli według daty wykonania – lub w **albumach**, które grupują zdjęcia tematycznie, np. „Aparat”, „Wideo”, „Zrzuty ekranu” czy albumy własne. W sekcji **Albumy** część folderów jest **tworzona automatycznie przez smartfon**, np. „Aparat”, „Zrzuty ekranu” czy „Wideo”, natomiast inne możesz **tworzyć samodzielnie**, nadając im własne nazwy, takie jak „Rodzina”, „Wakacje” czy „Mój ogród”, aby łatwiej porządkować swoje zdjęcia.

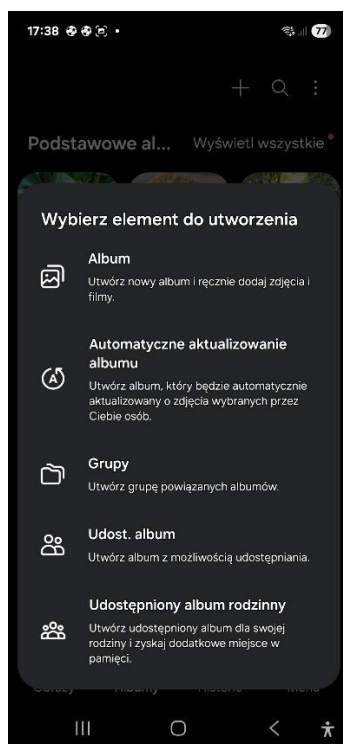
W galerii można **powiększać lub pomniejszać miniatury zdjęć**, by łatwiej je przeglądać, a także **usuwać fotografie pojedynczo lub zaznaczać kilka naraz** i kasować je grupowo.

Każde zdjęcie można również **udostępnić**, wybierając ikonę strzałki lub trzech połączonych kropek – dzięki temu szybko prześlesz je rodzinie lub znajomym przez komunikator, e-mail lub Bluetooth.

## Tworzenie albumów

Aby utworzyć nowy album, **otwórz galerię** i przejdź do zakładki **Albumy**, następnie wybierz opcję „**Nowy album**” lub ikonę „+”. Nadaj albumowi nazwę, np. „Rodzina” lub „Wakacje”, i **wybierz zdjęcia, które mają się w nim znaleźć**. Po zapisaniu album pojawi się na liście obok pozostałych folderów. Albumy pomagają utrzymać porządek i szybciej odnaleźć ważne zdjęcia.

Zdjęcia można też **dodawać do albumu w dowolnym momencie**, wybierając je z galerii i korzystając z opcji „**Dodaj do albumu**” – dzięki temu Twoje fotografie będą zawsze uporządkowane i łatwo dostępne.



### Ćwiczenie: Tworzenie albumu ze zdjęciami

Utwórz nowy album o dowolnej nazwie, np. „Moje ulubione zdjęcia” lub „Wakacje”. Następnie dodaj do niego kilka wybranych fotografii z pamięci telefonu i sprawdź, jak można później dodać kolejne zdjęcia.

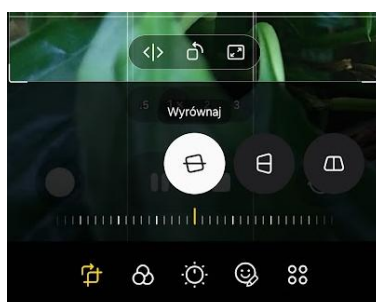
## Edycja zdjęć w galerii

Wbudowany edytor w galerii pozwala w prosty sposób **poprawić wygląd zdjęć bez użycia dodatkowych aplikacji**. Wystarczy otworzyć fotografię i wybrać ikonę „Edytuj” lub **ołówka**, aby przejść do narzędzi edycji.

Najczęściej spotykane kategorie narzędzi to:

- **Kadrowanie i prostowanie** – przycinanie zdjęcia oraz wyrównywanie horyzontu.
- **Dostosuj** – zmiana **jasności, kontrastu, nasycenia, ostrości i temperatury barw**.
- **Filtry** – gotowe efekty kolorystyczne, które zmieniają nastrój zdjęcia (ciepłe, chłodne, czarno-białe).
- **Narzędzia dodatkowe** – np. **napisy, naklejki, rysunki** lub funkcja **Ulepsz**, która automatycznie poprawia wygląd całej fotografii.

Po zakończeniu zmian można zapisać zdjęcie jako nową kopię, aby zachować oryginał bez zmian. Dzięki temu łatwo porównać, który efekt wygląda lepiej.



### Ćwiczenie: Edytowanie zdjęcia

Wybierz jedno zdjęcie z galerii i otwórz je w trybie edycji (ikonka ołówka lub napisu „Edytuj”). Następnie przytnij je lub rozjaśnij, wypróbuj kilka filtrów i zapisz efekt jako nową kopię, aby porównać z oryginałem.

## Moduł 4 – Chmura, bezpieczeństwo i higiena cyfrowa

### Aplikacja Zdjęcia Google jako chmura online

Aplikacja **Zdjęcia Google** to popularne narzędzie do **przeglądania, edytowania i przechowywania zdjęć w chmurze**. Oznacza to, że fotografie są zapisywane nie tylko w pamięci telefonu, ale także **na koncie Google w Internecie**, dzięki czemu można je zobaczyć z każdego urządzenia – telefonu, tabletu czy komputera – po zalogowaniu się na swoje konto.

#### Zalety przechowywania zdjęć w chmurze:

- zdjęcia są **bezpieczne nawet po utracie lub zmianie telefonu**,
- można się do nich **dostać z dowolnego urządzenia**,
- **oszczędzają miejsce w pamięci telefonu**, bo kopie zapasowe można przechowywać online,
- ułatwiają **porządkowanie, wyszukiwanie i tworzenie albumów**,
- umożliwiają **łatwe udostępnianie zdjęć rodzinie i znajomym jednym linkiem**.

#### Wady przechowywania zdjęć w chmurze:

- wymaga **połączenia z Internetem**, aby przesyłać lub przeglądać zdjęcia,
- darmowa przestrzeń w chmurze jest **ograniczona** (najczęściej 15 GB), a po jej przekroczeniu trzeba dokupić dodatkowe miejsce,
- **nieostrożne udostępnienie albumu** może spowodować, że zobaczą go osoby niepowołane.

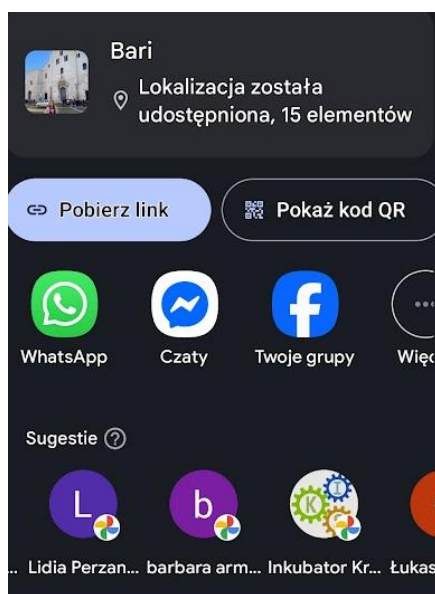
### Udostępnianie albumów w aplikacji Zdjęcia Google

W aplikacji **Zdjęcia Google** można łatwo dzielić się zdjęciami z innymi, tworząc albumy i udostępniając je wybranym osobom.

Aby to zrobić, **otwórz aplikację Zdjęcia Google**, przejdź do zakładki **Kolekcje** i wybierz album, który chcesz udostępnić. Następnie dotknij **ikony udostępniania** (symbol trzech połączonych kropek lub łańcuszka). Pojawi się opcja „**Utwórz link**”. Po jej wybraniu aplikacja wygeneruje specjalny adres internetowy, który możesz wysłać rodzinie lub znajomym przez e-mail, SMS lub komunikator.

Osoby, które otrzymają link, będą mogły **obejrzeć zdjęcia w albumie**, a jeśli włączysz odpowiednią opcję, także **dodawać własne zdjęcia**. Przed wysłaniem warto jednak **sprawdzić zawartość albumu**, aby mieć pewność, że nie znajdują się tam prywatne lub nieprzeznaczone do publikacji fotografie.

W każdej chwili możesz też **cofnąć dostęp**, wyłączając udostępnianie w ustawieniach albumu, wtedy link przestanie działać.



## Ćwiczenie: udostępnianie albumu ze zdjęciami

Otwórz aplikację Zdjęcia Google, wybierz album utworzony wcześniej, a następnie udostępnij go, tworząc link i wysyłając go do wybranej osoby (np. przez SMS lub e-mail). Na koniec sprawdź, jak można wyłączyć udostępnianie, aby link przestał działać.

## Przenoszenie zdjęć z telefonu na komputer za pomocą kabla USB

To jedna z metod przenoszenia zdjęć. Polega na **bezpośrednim połączeniu telefonu z komputerem kablem USB**, bez potrzeby Internetu ani dodatkowych aplikacji. Dzięki temu można szybko i pewnie skopiować zdjęcia, filmy lub inne pliki, zachowując pełną kontrolę nad tym, co trafia na komputer. Wykonaj poniższe kroki:

- **Podłącz telefon do komputera** za pomocą kabla USB (tego samego, którego używasz do ładowania).
- Na ekranie telefonu może pojawić się komunikat z pytaniem o sposób połączenia – wybierz opcję „**Przesyłanie plików**” lub „**Przesyłanie zdjęć (PTP)**”.
- Po chwili komputer rozpozna urządzenie i wyświetli je w folderze „**Ten komputer**” lub „**Mój komputer**” jako nowe urządzenie zewnętrzne.
- Otwórz ikonę telefonu, następnie przejdź do folderu **DCIM**, a potem **Camera** – to tam znajdują się wszystkie zdjęcia wykonane aparatem.
- Zaznacz wybrane zdjęcia lub cały folder, kliknij „**Kopiuj**”, a następnie „**Wklej**” w dowolnym miejscu na komputerze (np. w folderze „**Obrazy**” lub „**Moje zdjęcia**”).
- Po zakończeniu kopiowania **odłącz telefon**.



## HIGIENA CYFROWA

Fotografia to nie tylko technika i estetyka, ale także odpowiedzialność. Robiąc zdjęcia smartfonem, często rejestrujemy nie tylko piękne chwile, ale też wizerunki innych osób czy prywatne miejsca. Warto więc pamiętać, że każde zdjęcie może trafić dalej, niż planowaliśmy. Dobra higiena cyfrowa pomaga chronić prywatność, unikać nieporozumień i korzystać z fotografii w sposób bezpieczny i etyczny.

### **Zasady higieny cyfrowej w fotografii:**

- **Zawsze pytaj o zgodę**, zanim zrobisz lub udostępnisz zdjęcie, na którym widać inne osoby.
- **Nie publikuj fotografii dzieci, osób starszych ani chorych** bez ich wyraźnej zgody.
- **Uważaj na tło zdjęcia** – może zawierać prywatne informacje, adresy, dokumenty lub inne dane osobiste.
- **Ostrożnie fotografuj dokumenty, kart płatnicze i recepty**, mogą zawierać dane wrażliwe.
- **Unikaj pochopnego udostępniania zdjęć w mediach społecznościowych** – po publikacji tracisz nad nimi kontrolę.
- **Wyłącz geolokalizację (geotagi)**, jeśli nie chcesz, by inni wiedzieli, gdzie zostało zrobione zdjęcie.
- **Dbaj o własny komfort i równowagę cyfrową** – rób zdjęcia z radością, ale nie przez cały czas. Czasem lepiej po prostu przeżyć chwilę niż ją sfotografować.



## TO UMIEM

- Włączyć aparat w smartfonie i rozpoznać jego podstawowe ikony (migawka, zoom, odwracanie kamery).
- Ustawić ostrość, jasność i proporcje zdjęcia oraz korzystać z samowyzwalacza.
- Wykonać portret w trybie portretowym i rozmyć tło dla lepszego efektu.
- Nagrać krótki film, użyć pauzy i zrobić zdjęcie w trakcie nagrania.
- Skorzystać z różnych trybów aparatu (nocny, panorama, HDR, slow motion).
- Przeglądać zdjęcia w galerii, tworzyć i nazywać własne albumy.
- Edytować zdjęcie – przyciąć, rozjaśnić, dodać filtr lub podpis.
- Włączyć kopię zapasową w aplikacji Zdjęcia Google i utworzyć album online.
- Przenieść zdjęcia z telefonu na komputer przy użyciu kabla USB.
- Stosować zasady higieny cyfrowej – pytać o zgodę, chronić prywatność, uważać na tło zdjęć.