



Índice

Glosario	3
FOTOGRAFÍA BÁSICA	4
Técnicas básicas de fotografía	4
Composición Fotográfica.....	4
Formas de componer	4
La Ley de Tercios	6
Regla de la trinidad.....	6
Profundidad y Perspectiva	7
Equilibrio	7
Encuadre o enmarcado	8
Conceptos Básicos	9
Enfoque	9
La luz en la toma de fotografías	9
Planos	10
Plano Largo o General	10
Plano medio o tres cuartos	11
Plano Cerca o Primer plano	11
Ángulos	12
Ángulo Normal	12
Angulo Picado “Vista de Pájaro”	12
Contrapicado “Vista de Hormiga”	13
Otros ángulos	13
Tipos de cámara	14
Fotografía Móvil	14
Aproveche la luz:	14
Acérquese al elemento de interés:	14
Mantenga limpia la lente:	15
Busque estabilidad:	15
Consejos de fotografía	15
Usar la más alta resolución posible en su cámara	15
¿Cómo puedo eliminar sombras fuertes en las personas a plena luz del día?	16
¿Cómo puedo reducir las fotografías borrosas?	16
¿Cómo puedo mejorar mis fotografías y hacerlas parecer más "profesionales"?.....	16
Otros pequeños consejos	16

Evite que la persona entrecierre los ojos:..... 16

Cuidado con el Fondo:..... 16

Evite anteojos de sol: 17

Glosario

Elemento: Es la persona u objeto que se va a fotografiar.

Encuadre: Se refiere al espacio de la fotografía. El encuadre consiste en ajustar a un marco, fijar los límites de la fotografía.

Fondo: Es lo que está detrás del elemento fotografiado.

Perspectiva: Se refiere al tamaño de los elementos y la relación espacial entre ellos.

Plano: Se refiere a la distancia de la cámara con relación al elemento fotografiado.

Profundidad: Es la sensación de estar observando una fotografía en tres dimensiones

Momentos Mágicos

Anexos

FOTOGRAFÍA BÁSICA

Técnicas básicas de fotografía

Composición Fotográfica

La composición fotográfica es la forma en que se encuadra y ubican los elementos (persona u objeto.) comprendidos en una fotografía. Para lograr una composición visualmente atractiva es fundamental la distribución armoniosa de tales elementos en el espacio determinado, es decir, el formato o cuadro fotográfico.

Generalmente, la composición gira alrededor de dos o tres puntos de máxima atracción visual, en donde se distribuyen los distintos elementos que intervienen, y articulando las líneas de fuerza que los unen.

Formas de componer

Composición Triangular

Esta composición es atractiva a la vista. También utilizada para la apreciación de todos los elementos. Puede crear formas triangulares con grupos sin ponerlos en fila como soldados. Algunos pueden estar sentados o agachados.



¿Puede ver los triángulos en la foto?

Composición L Asimétrica

Da una cierta idea de movimiento, o profundidad en la fotografía, resaltando elementos.



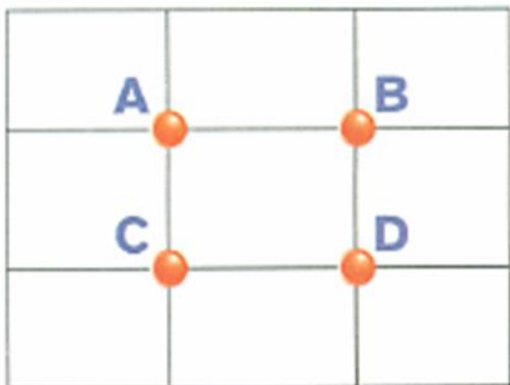
Composición Diagonal

Es una composición dinámica que permite apreciar muy bien el o los elementos en primer plano.



La Ley de Tercios

Cuando se inicia a tomar fotografías, se suele centrar el elemento dentro del encuadre (espacio de la fotografía), lo que se convierte en un error fotográfico bastante común, porque carece de expresividad y es algo monótono. Esta ley, es una de las posibilidades de composición más adecuadas para romper la simetría, y está basada en zonas áureas (puntos de intersección A, B, C, y D), que se obtienen tras dividir el encuadre de la fotografía en tres partes iguales mediante rectas paralelas verticales y horizontales. En la intersección de las líneas es donde se coloca el objeto más interesante.



En la fotografía el rostro del joven está en el punto A, lo cual hace la foto más interesante.

Regla de la trinidad

La regla de la trinidad enuncia que cuando se fotografían múltiples elementos se debe hacer en grupos de tres, ya que 2 son muy equilibrados y cuatro o más son exceso.



Profundidad y Perspectiva

La profundidad y perspectiva de los elementos de una imagen viene expresada por la relación espacial entre el primer plano, el fondo y por la disminución de tamaño de los elementos situados sobre el suelo a medida que se aleja del observador.



Equilibrio

Se asocia a la relación entre los diversos elementos presentes en una imagen, a la intensidad y al contraste de los colores.



Encuadre o enmarcado

Es algo tan sencillo como elegir una porción de realidad y fotografiarla y, sin embargo, en él reside la mayor parte de la creatividad de un fotógrafo.

Conseguir encuadres sorprendentes, originales y llamativos comienza por educar la mirada para que las imágenes sean innovadoras.



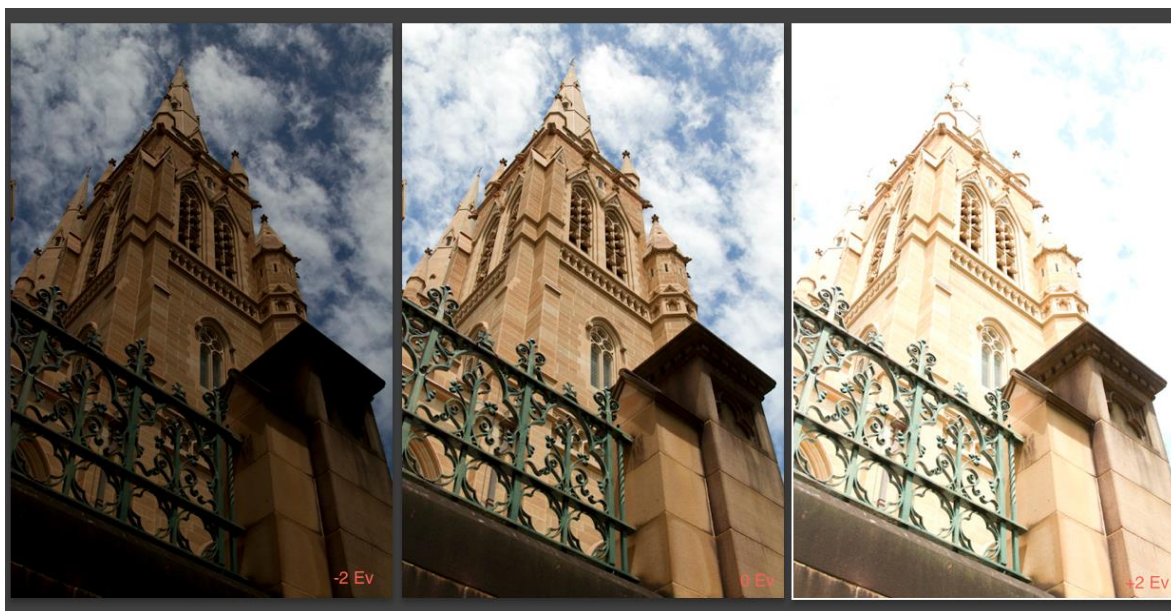
Conceptos Básicos

Enfoque

El enfoque es un aspecto muy importante a la hora de lograr una buena fotografía. Consiste en la presencia de un elemento claramente enfocado, en este caso el niño, frente a un fondo de imagen desenfocado, de manera que se centra la atención del que ve la foto en aquello que está nítido y definido, es decir, el elemento enfocado.



La luz en la toma de fotografías



Subexposición

Correcto

Sobreexposición

Sobreexposición

Este efecto se produce cuando hay demasiada luz en una fotografía. Los motivos pueden ser diversos con explicaciones muy técnicas. Para nuestros fines lo importante es tener conciencia que fotos tomadas a luces más altas o fuertes se ven con un tono pálido y desteñido, pudiendo perder completamente los detalles.

En la fotografía, existe el término *la hora mágica*, que se refiere al momento preciso para hacer imágenes en el campo, esta se da antes de que salga el sol; o el intermedio entre la puesta de sol y la llegada de media noche.

Subexposición

La subexposición es el caso contrario que la sobreexposición, y se produce cuando no llega suficiente luz al sensor de nuestra cámara. Produce un efecto de una imagen demasiado oscura perdiendo detalle en las sombras, que tienen un aspecto negro profundo.

Lo importante es saber que si estamos en un espacio con poca luz, es aconsejable trasladarse a un espacio mejor iluminado.

Planos

Plano Largo o General

Este es el plano en el que aparece todo el cuerpo. El sujeto u objeto aparece de cuerpo entero. Es el plano más lejano que podemos hacer en retratos.



Plano medio o tres cuartos

Este plano se toma a la altura de la rodilla, debajo o arriba, pero no en la articulación, para que el corte no sea antiestético.



Plano Cerca o Primer plano

También llamado retrato, recoge el rostro y los hombros. Este tipo corresponde con una distancia íntima, que ya sirve para mostrar confianza e intimidad respecto al personaje.



Ángulos

El ángulo de una fotografía es la inclinación con respecto al suelo de una línea imaginaria que se genera al fotografiar. Tome fotos desde distintos ángulos, muévase - encuentre un sitio alto, o agáchese para otro ángulo; estamos acostumbrados a ver las cosas a nivel del ojo, pero en una fotografía puede ser monótono. Se recomienda usar distintos ángulos para darle creatividad a sus fotografías.

Ángulo Normal

Este es el ángulo habitual y se caracteriza por establecer una línea recta entre la cámara y el elemento fotografiado paralela al suelo. Es el ángulo más empleado.



Angulo Picado “Vista de Pájaro”

Este ángulo se produce cuando la cámara se sitúa en un plano superior al elemento fotografiado.



Contrapicado “Vista de Hormiga”

El contrapicado se logra situando la cámara en una posición inferior al elemento fotografiado. Con este ángulo dotamos al elemento de mayor importancia, superioridad, majestuosidad o de una posición dominante frente al observador.



Otros ángulos



Tipos de cámara

Existe una gran variedad de cámaras en el mercado, desde las profesionales hasta las que todos cargamos en el bolsillo, es decir las cámaras inteligentes de nuestro móvil o teléfono celular.



Fotografía Móvil

Lo más probable es que el personal de campo de la organización social no cuente con una cámara profesional o que esté próximo a adquirir una. Pero hay una alta probabilidad de que el personal de campo tenga un móvil o teléfono celular equipado con cámara de **al menos 5 MP**.

La cámara del teléfono móvil ha pasado de ser un simple accesorio que las marcas incluían en los teléfonos, para convertirse en una de las principales características que los usuarios buscan a la hora de elegir un nuevo teléfono.

A continuación algunos consejos para la fotografía móvil:

Aproveche la luz: los pequeños sensores de este tipo de cámaras, a pesar de ser cada vez más sofisticadas, tienen un enemigo poderoso: **la oscuridad**. En situaciones de escasa luz, las maravillas que realizan estos dispositivos a plena luz del sol o con buena iluminación se esfuman tan pronto como el ambiente se oscurece.

Acérquese al elemento de interés: debido a que los sensores son muy pequeños y por más megapíxeles que tengan, acérquese al elemento de interés. Evite el zoom digital porque la calidad disminuye. Llene el cuadro, a menos que esté tomando fotografías de paisajes, no sea tímido con las personas. Tómese 1-2 pasos más cerca de lo que normalmente tomaría. Tome fotos a nivel de los ojos de los sujetos especialmente con los niños, póngase en el suelo con ellos.



Mantenga limpia la lente: junto con la pantalla, la lente de la cámara es uno de los componentes más expuestos del teléfono celular. Procure mantener siempre limpia la lente si quiere obtener mejores resultados.

Busque estabilidad: una de las principales dificultades para tomar fotografías con el teléfono es la estabilidad, y más todavía si tiene un *smartphone* táctil. La mejor técnica es sostener el celular con las dos manos a la altura de su barbilla, usando sus codos como apoyo recargándose en sus costillas, de esta manera está asegurando la estabilidad tanto de la cámara como de sus brazos. Sostenga la cámara firmemente – apoye los codos – contenga la respiración y tome la fotografía.



Consejos de fotografía

Usar la más alta resolución posible en su cámara

Sin importar que tipo de cámara tenga, asegúrese de configurarla para que tome las fotos con la más alta resolución disponible. Normalmente, una cámara nueva no viene configurada con la mejor calidad. Deberá verificar la configuración para cambiarla a la más alta calidad. Este proceso

difiere de un fabricante a otro, pero en general las cámaras tienen una configuración en el menú en la sección de "calidad" en donde usted deberá elegir la de mayor calidad. Por favor, consulte el manual de su cámara.

¿Cómo puedo eliminar sombras fuertes en las personas a plena luz del día?

Notará sombras intensas en las personas al fotografiar durante las horas más soleadas del día o cuando la persona esté a la sombra en un día soleado. Idealmente, lo mejor es fotografiar entre las horas de la salida del sol y las 10 a.m. o entre las 4 p.m. y la puesta de sol. Los días nublados también pueden funcionar para suavizar la luz en los retratos.

Fotografiar durante el mediodía dará lugar a un sombreado intenso, ideal para la arquitectura dramática, pero no para las personas. Una solución es utilizar su flash. Muchas cámaras tienen esta función, así que consulte su manual y asegúrese de utilizar esta configuración cuando tome fotografías con luz solar directa o en áreas con sombra en un día soleado. Esto equilibrará la exposición en su fotografía, dando como resultado una iluminación más uniforme.

¿Cómo puedo reducir las fotografías borrosas?

Los tres principales culpables de las fotografías borrosas son las **vibraciones/movimiento** de la cámara, **las personas en movimiento y las condiciones de poca luz**. Lo más importante es asegurarse de que está fotografiando con suficiente luz; si no es así, utilice el flash, lo que reduce la posibilidad de borrosidad. La mayoría de los movimientos de la cámara se producen al presionar el disparador. Para reducir la borrosidad, asegúrese de presionar "suavemente" el disparador en lugar de utilizar un movimiento de "punción". Pararse correctamente con un pie delante del otro también puede aumentar la estabilidad y reducir la borrosidad.

¿Cómo puedo mejorar mis fotografías y hacerlas parecer más "profesionales"?

Hay algunas cosas simples que puede hacer con la composición para mejorar dramáticamente la calidad de sus fotografías. La primera es asegurarse de que está lo **suficientemente cerca** de la persona mientras reduce el desorden circundante. Cerrar el espacio permite que la persona llene el marco fotográfico en lugar de ser solo una parte de la imagen general/amplia. Cuando nos alejamos, a menudo incluimos cosas en el fondo que distraen nuestra persona. Otro gran consejo es usar **la Ley de Tercios**.

Otros pequeños consejos

Evite que la persona entrecierre los ojos: en días soleados, las personas deben estar a la sombra, como debajo de un árbol o en una entrada (puerta). Luego use el flash para iluminar a la persona.

Cuidado con el Fondo: Evite tener mucho congestionamiento que pueda distraer, evite fotografiar a las personas con cosas creciendo de sus cabezas - ramas u otros objetos que pueden dar la impresión que están saliendo de la cabeza de la persona.

Buena foto pero con un fondo que distrae y una foto con una rama saliendo de la cabeza.



Evite anteojos de sol: Queremos ver los ojos de la persona y reconocerla.

