

Program nauczania dla doradców ds. zdrowia rodziny świeckiejUnit 4

Załącznik 2 - Optymalizacja
obrazu za pomocą programu
Adobe Photoshop



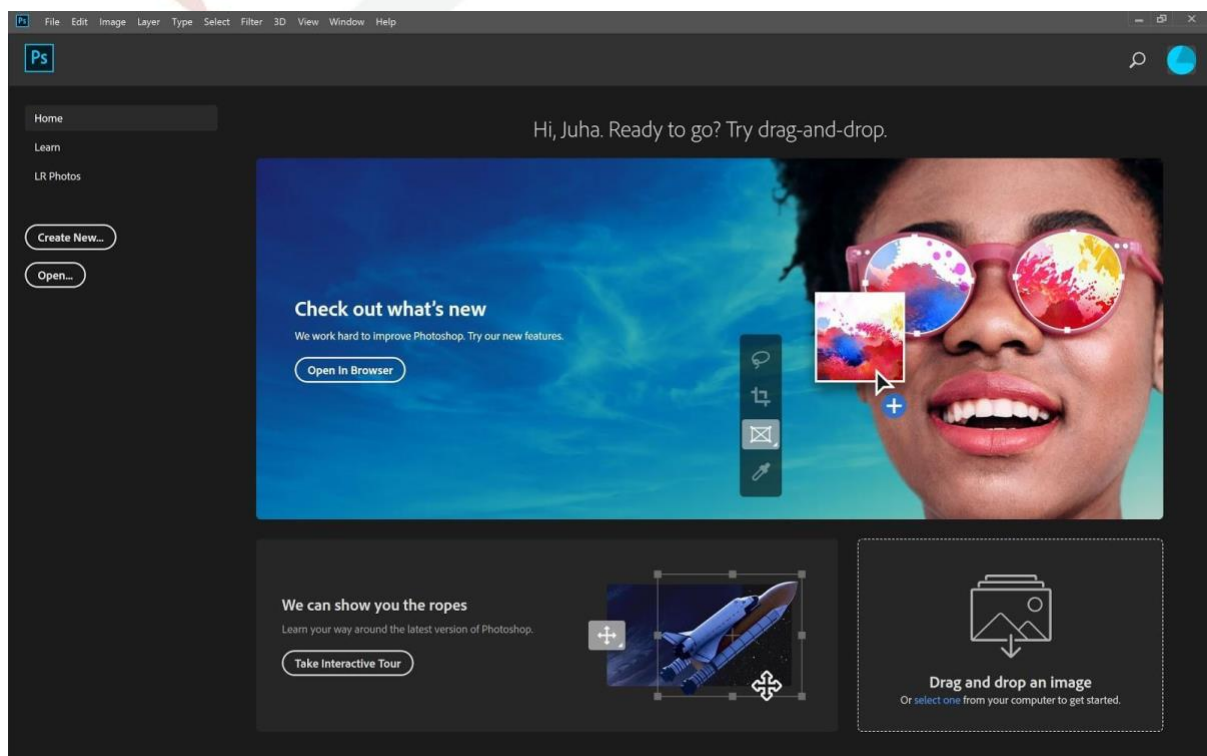
Adobe Photoshop jest najbardziej popularnym na rynku profesjonalnym oprogramowaniem do przetwarzania obrazu. Dostępnych jest wiele innych opcji programu Photoshop, począwszy od Adobe Photoshop Elements 2019, którego cena odsprzedaży wynosi około 100 USD. Photoshop Elements to uproszczona wersja Photoshop CC, oferująca jednak nowoczesne narzędzia do obróbki obrazu. Poniższe instrukcje są oparte na wersji Photoshop CC, ale dotyczą również elementów programu Photoshop Elements.

Na rynku jest też wiele wolnych programów, z których najczęściej korzysta Gimp (<https://www.gimp.org/>). Jeśli chodzi o funkcje, Gimp jest bardzo zbliżony do standardu branżowego, Adobe Photoshop.

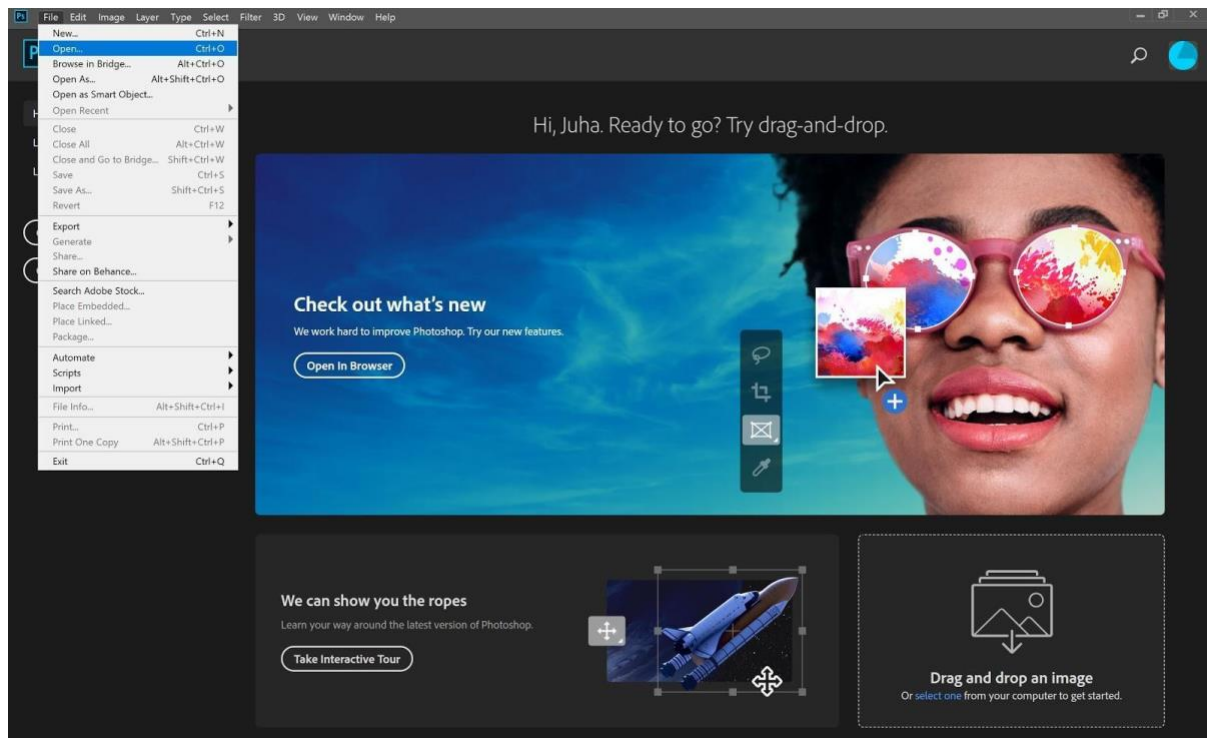
W tym przewodniku poznajemy podstawy programu Adobe Photoshop:

- Zaczynamy / otwieramy obraz;
- Automatyczna regulacja;
- Zmiana rozmiaru obrazu;
- Zapisywanie obrazu.

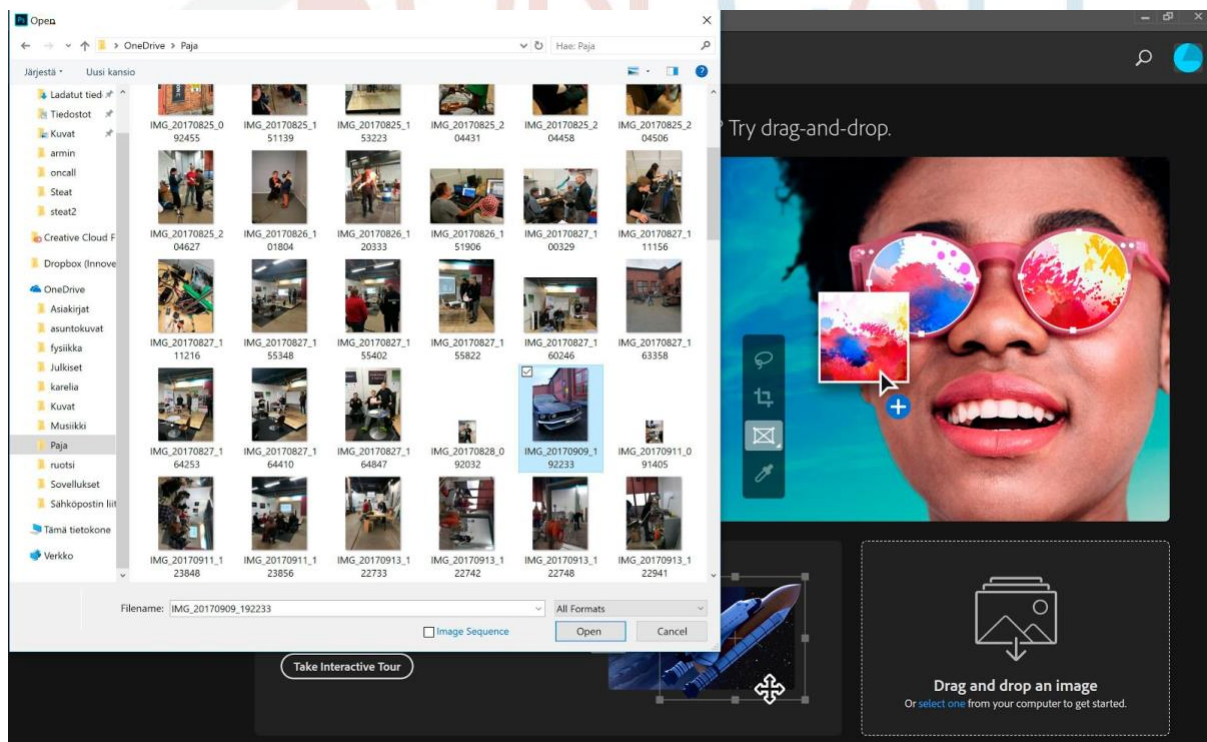
Otwórz Adobe Photoshop



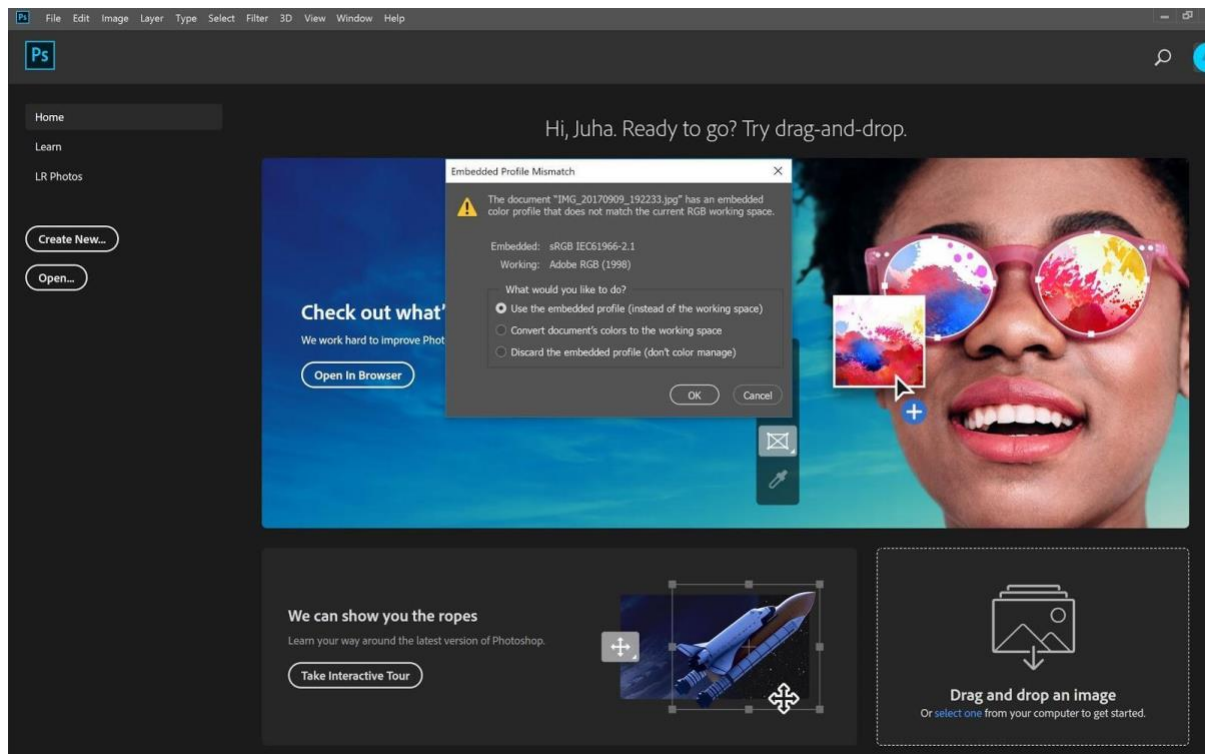
Otwórz obraz bezpośrednio z ekranu za pomocą przycisku *Otwórz* lub wybierz *Otwórz* z menu *Plik* w górnym rzędzie.



Wybierz jeden lub więcej obrazów i kliknij *otwórz*.



Kliknij ok, aby nie zmieniać profilu kolorów (skorzystaj z informacji kolorystycznych dołączonych do obrazu).



Obraz otwiera się w obszarze roboczym Photoshopa.



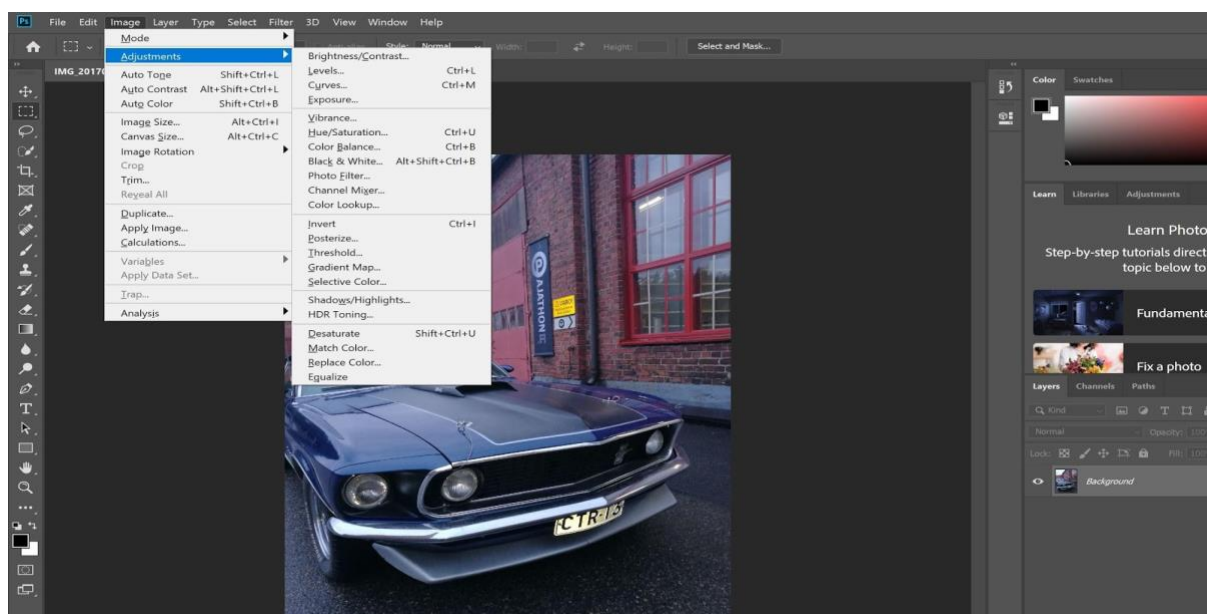
Dostosowania

Wskazane jest, aby zawsze dokonywać zmian w nie zmniejszonym pliku obrazu. W przypadku wprowadzania zmian w dużym pliku, po zmniejszeniu obrazu do ostatecznego rozmiaru nie są widoczne małe błędy. Należy więc najpierw wprowadzić zmiany i poprawki, a na końcu zmniejszyć plik (tuż przed zapisaniem obrazu). Photoshop ma niezliczoną ilość sposobów i opcji na dostosowanie obrazu, teraz skupiamy się na trzech:

Korekty automatyczne

Photoshop posiada trzy ważne i łatwe w obsłudze elementy sterowania automatycznego:

- auto brzmienie
- kontrast samochodowy
- auto kolorystyka



Funkcje regulacji obrazu można znaleźć pod *obrazem* w górnym menu. W przypadku korzystania z automatycznych regulacji, program ustawi optymalne ustawienia dla obrazu na podstawie dostępnych założeń i informacji.

Kliknąć, aby wyregulować każdą z trzech korekt tonów. W przypadku częstego przetwarzania obrazów dobrze byłoby poznać kluczowe polecenia, takie jak Shift + Control (Ctrl) + L (dla tonu automatycznego). Użycie poleceń kluczowych znacznie przyspiesza przetwarzanie obrazów.



Po lewej stronie znajduje się oryginalny obraz, po prawej stronie znajduje się ten sam obraz po automatycznej regulacji. Ton obrazu stał się znacznie bardziej naturalny.

W programie Photoshop istnieje niezliczona ilość sposobów na ręczną regulację obrazu, z których te dwa mogą być najważniejsze (w górnym menu: Image/Adjustments/)

Jasne/Kontrast

Użyj górnego suwaka do regulacji jasności obrazu (od ciemnego do jasnego), a dolnego do zwiększenia lub zmniejszenia kontrastu obrazu. Wypróbuj, jak elementy sterujące wpływają na obraz.

Po osiągnięciu pożądanego rezultatu kliknij OK.

[Adobe - Wyreguluj jasność i kontrast](#)

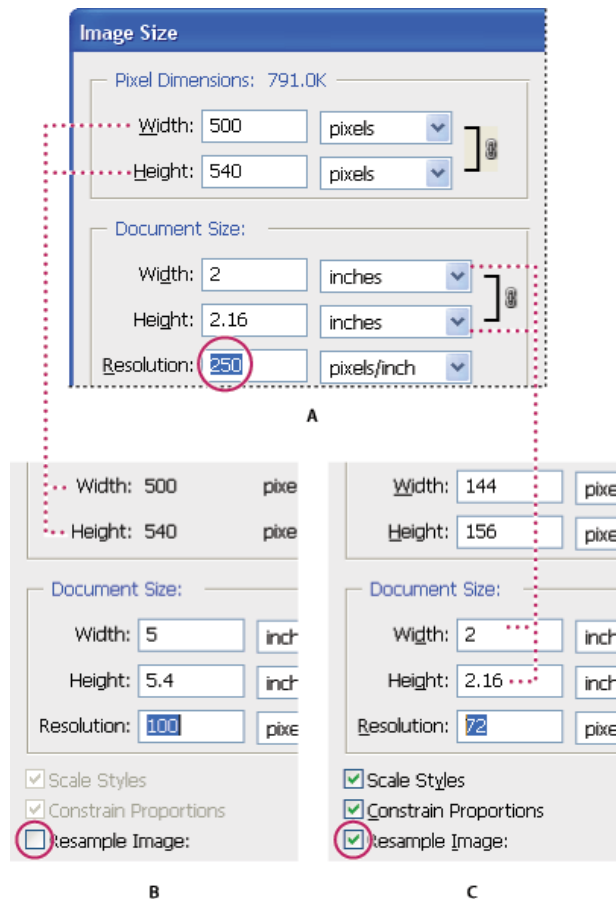
Barwa/saturacja

Wypróbuj efekt trzech suwaków na obrazie. Regulacja *barwy* w celu zmiany odcienia koloru obrazu. Kontrola *nasycenia* zwiększa i zmniejsza nasycenie kolorów obrazu, przeciągnij kontroler w lewo (-100), a obraz zmieni się w obraz w skali szarości. Regulacja *jasności* spowoduje przyciemnienie lub rozjaśnienie obrazu. Naciśnięcie pola wyboru *kolorów* spowoduje, że obraz stanie się monochromatyczny, który można regulować za pomocą suwaków. Po osiągnięciu żądanego rezultatu kliknij przycisk OK.

[Adobe - Dostosuj odcień i nasycenie](#)

Rozmiar obrazu

Na stronie internetowej Adobe można znaleźć obszerny artykuł na temat wielkości i rozdzielczości obrazu. Temat jest dość skomplikowany, ale w tym poradniku skupiamy się tylko na tworzeniu obrazu cyfrowego, skupiając się tylko na wielkości obrazu jako pikseli (a nie na rozdzielczości).

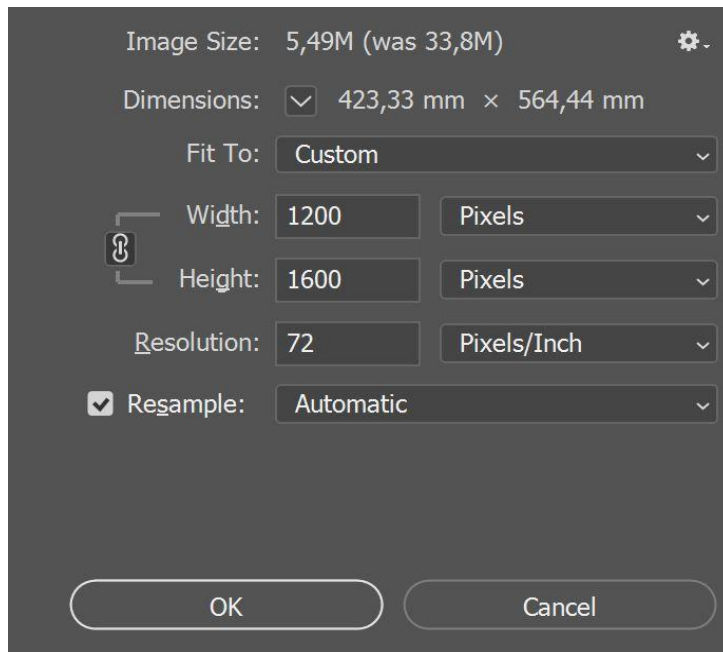


W programie Photoshop w oknie dialogowym **Rozmiar obrazu** można zobaczyć związek między rozmiarem obrazu a jego rozdzielczością (wybierz polecenie Obraz > **Rozmiar obrazu**). Usuń zaznaczenie opcji Resample Image, ponieważ nie chcesz zmieniać ilości danych obrazu na zdjęciu. Następnie zmień szerokość, wysokość lub rozdzielczość. Gdy zmieniasz jedną wartość, pozostałe dwie wartości zmieniają się odpowiednio. Po wybraniu opcji Resample Image można zmienić rozdzielczość, szerokość i wysokość zdjęcia, aby dostosować je do potrzeb drukowania lub wyświetlania na ekranie.

<https://helpx.adobe.com/photoshop/using/image-size-resolution.html>

Podczas produkcji zdjęć do użytku cyfrowego możemy skupić się na wymiarach pikseli.

Skupmy się na zmianie wielkości przykładowego obrazu:



Obrazek Adobe Image Size jest z wcześniejszej wersji programu Photoshop, w najnowszej (Photoshop CC) wygląda tak. Obraz jest już dość mały, ma 1200 pikseli szerokości i 1600 pikseli wysokości, a rozmiar pliku obrazu wynosi 5,49 MB. Nie ma potrzeby zwracania uwagi na milimetry czy rozdzielczość obrazu, ponieważ nie robimy obrazu do druku.

Dzięki temu obraz idealnie nadaje się na przykład do załadowania do Facebooka, więc Facebook automatycznie zmieniłby jego rozmiar. Spójrzmy jednak, jak w tym przypadku uzyskamy najlepszą możliwą jakość obrazu do wykorzystania na Facebooku.

Instrukcje na Facebooku:

Automatycznie zmieniamy rozmiar Twoich zdjęć, gdy umieszczasz je na Facebooku. Twoje zdjęcia pojawią się tak wysokiej jakości, jak to tylko możliwe, dzięki następującym wskazówkom:

Zmień swój obrazek na jeden z poniższych obsługiwanych rozmiarów:

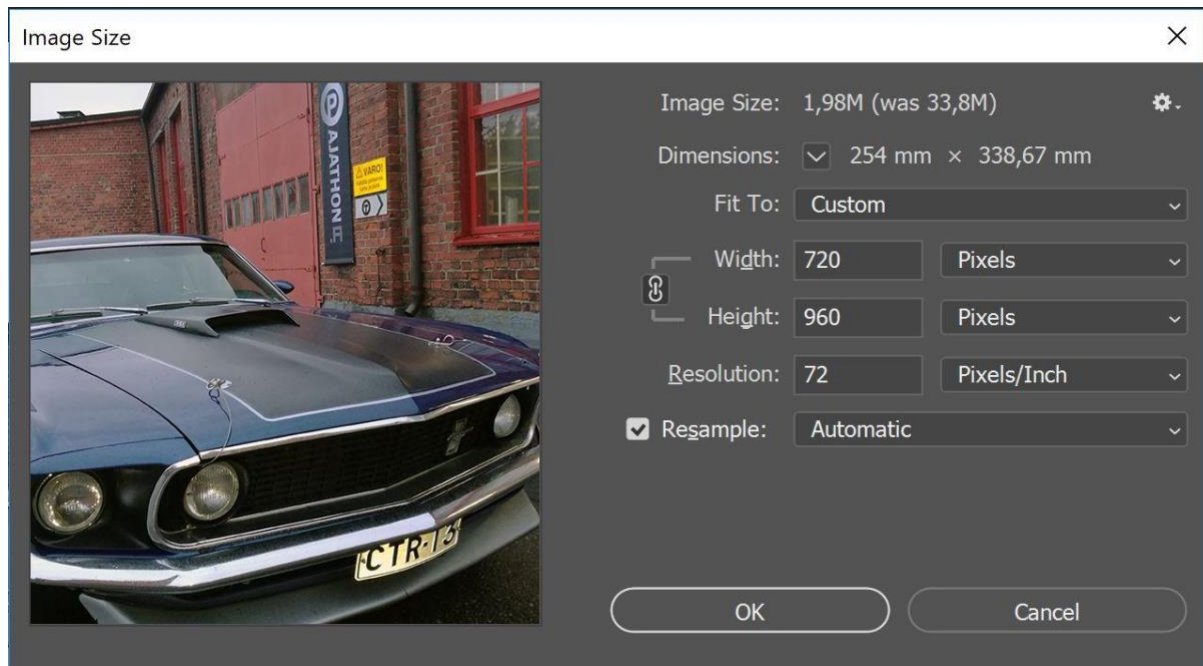
Zwykłe obrazy: 720, 960, lub 2,048 pikseli szerokości

Obrazy na okładce: 851 x 315 pikseli

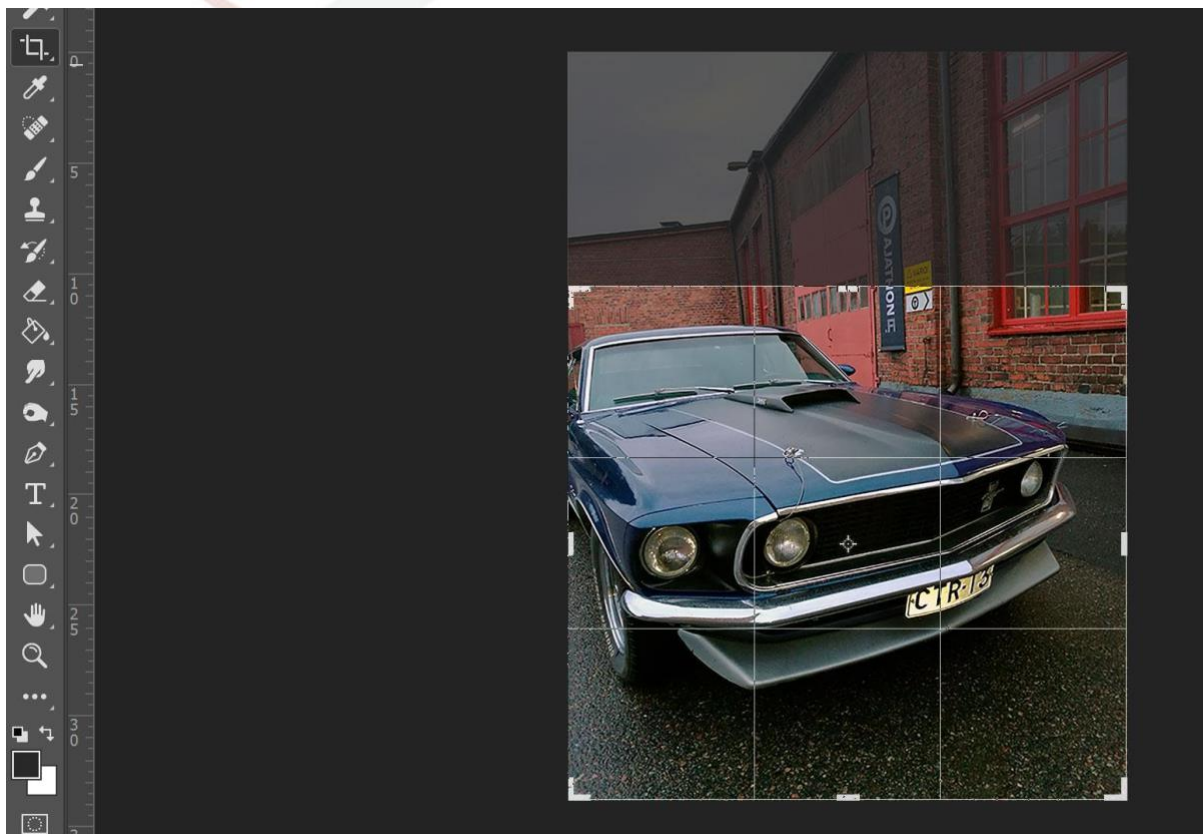
Unikaj kompresji podczas pobierania okładek, upewniając się, że rozmiar pliku jest mniejszy niż 100KB. Zapisz obraz w formacie JPEG z profilem kolorystycznym sRGB.

Najpierw należy zmienić szerokość obrazu (do zalecanego minimum):

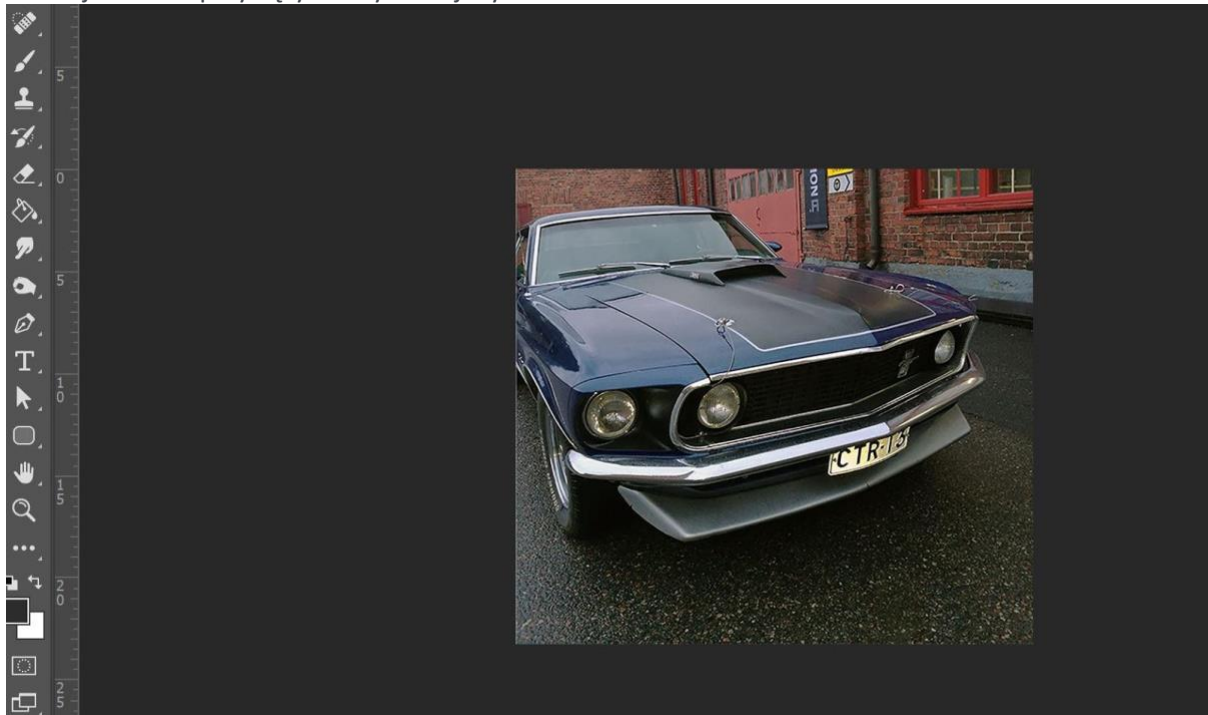
Wybierz opcję *Obraz > Rozmiar obrazu* i zmień szerokość na 720 pikseli. Gdy szerokość i wysokość zostaną zakotwiczone, wysokość obrazu (nowa wysokość 960 px) zmieni się automatycznie i proporcje obrazu zostaną zachowane. Wybierz ok.



Teraz zdjęcie jest zgodne z zaleceniami Facebooka. W razie potrzeby można jeszcze przyciąć zdjęcie (zmniejszyć wysokość) przed nagraniem. Wybierz narzędzie do przycinania z lewego paska narzędzi. Przeciągnij mały biały prostokąt u góry na żądaną pozycję i naciśnij Enter.



Obraz jest teraz przycięty do wybranej wysokości.

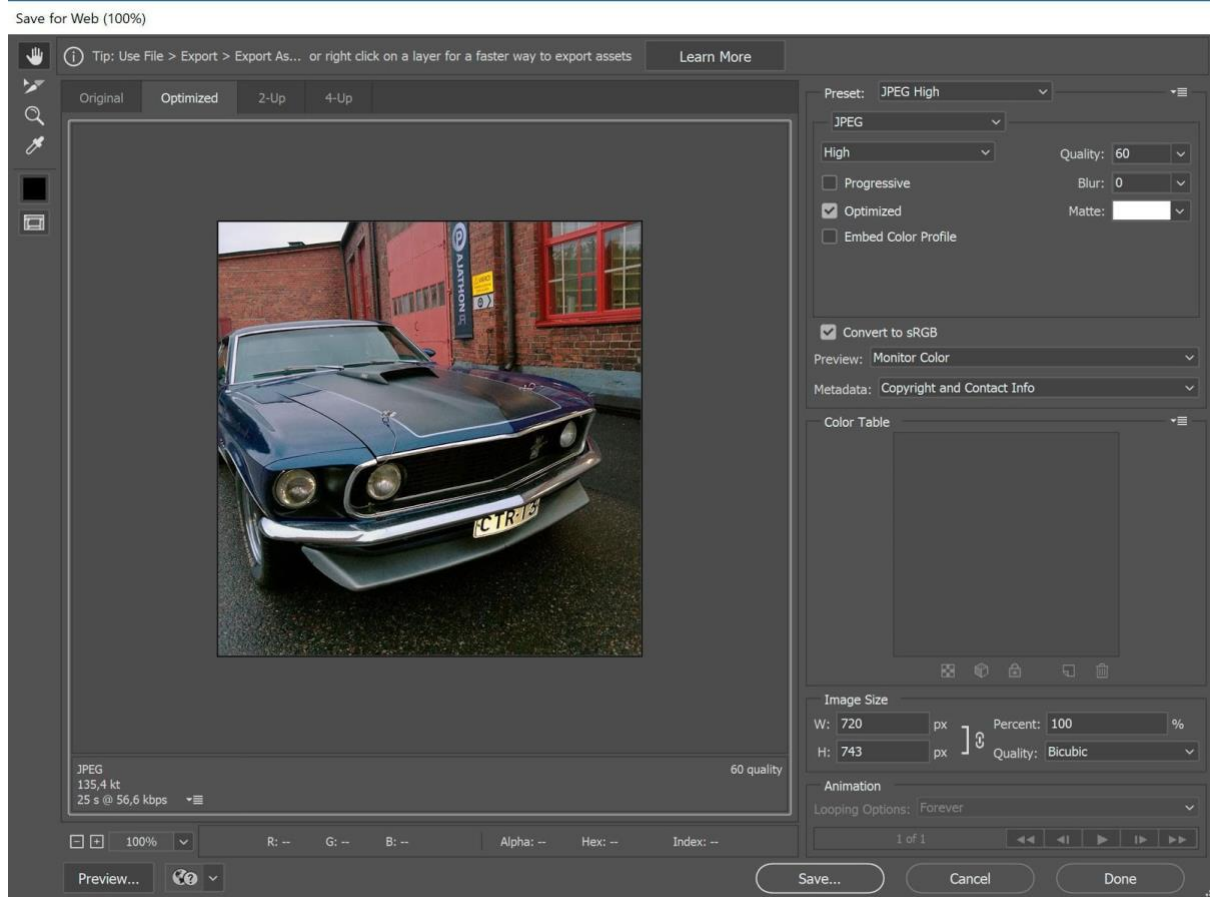


Zapisywanie obrazu

Tony obrazu są teraz regulowane, rozmiar obrazu jest zgodny z życzeniem. Obraz musi być jeszcze zapisany. Facebook Help powiedział: *Unikaj kompresji podczas pobierania okładki, upewniając się, że rozmiar pliku jest mniejszy niż 100KB. Zapisz obraz w formacie JPEG z profilem kolorystycznym sRGB.*

Przy zapisywaniu obrazów do użytku w Internecie lub mediach społecznościowych zaleca się korzystanie z utworzonej w tym celu funkcji *Zapisz dla sieci*. Tworzy ona wysokiej jakości obrazy o małym rozmiarze pliku.

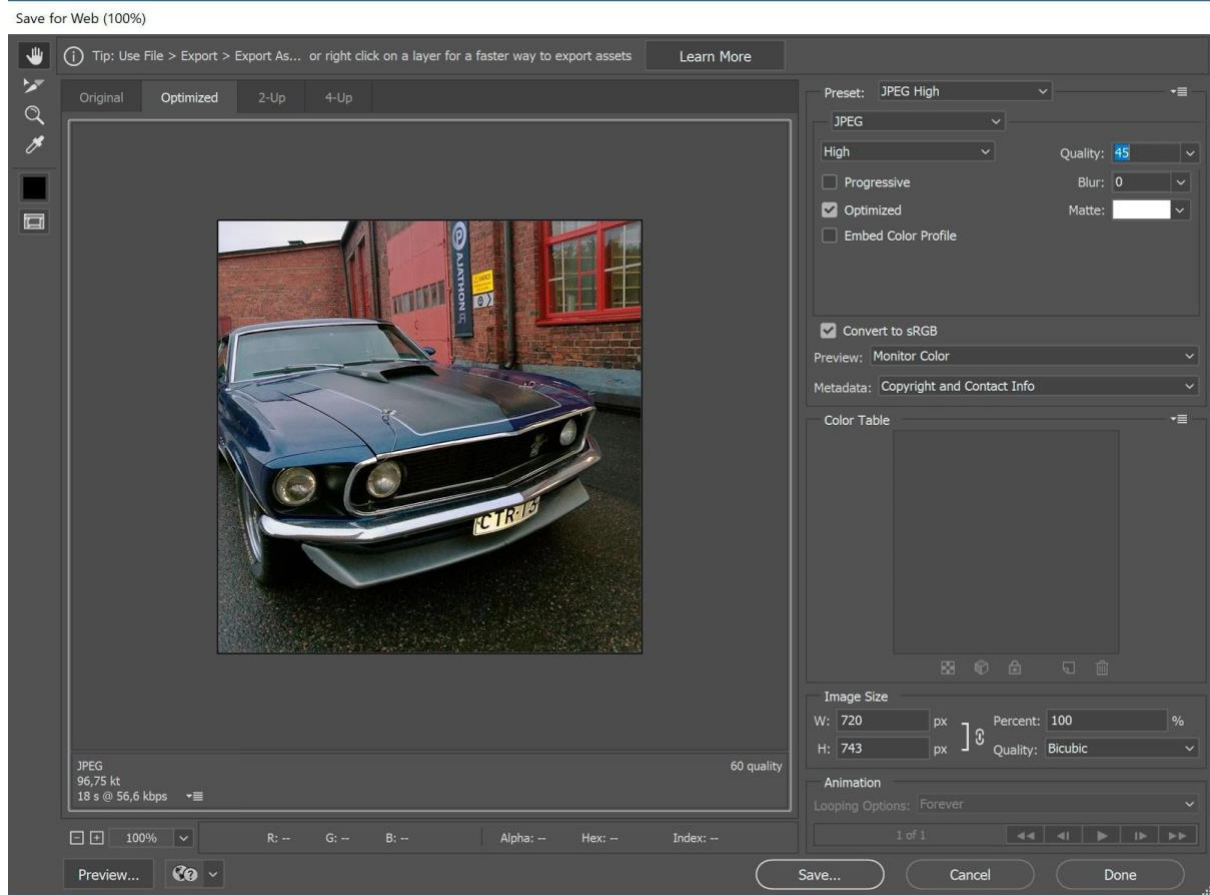
Wybierz *Plik > Eksport > Zapisz w sieci lub* użyj kombinacji **Alt + Shift + ctrl + S**. Otworzy się okno dialogowe.



Upewnij się, że format jest JPEG (właściwy wybór, gdy chcemy mały rozmiar pliku dla obrazu tonu) i *Convert to sRGB* jest wybrany. Wszystkie inne wymagania dotyczące obrazu z Facebooka są teraz spełnione, z wyjątkiem tego, że rozmiar pliku jest zbyt duży (135,4 KB). Jeśli Twój obraz jest większy niż 100KB, Facebook skompresuje go, a rezultat może być niższej jakości.

Zmniejszmy rozmiar pliku poprzez obniżenie jakości, początkowa sytuacja to 60. Obniżając jakość do 45, zmniejszamy rozmiar pliku do poniżej 100KB (96,75KB). Teraz obrazek spełnia wszystkie kryteria i można wybrać opcję

Zapisz.

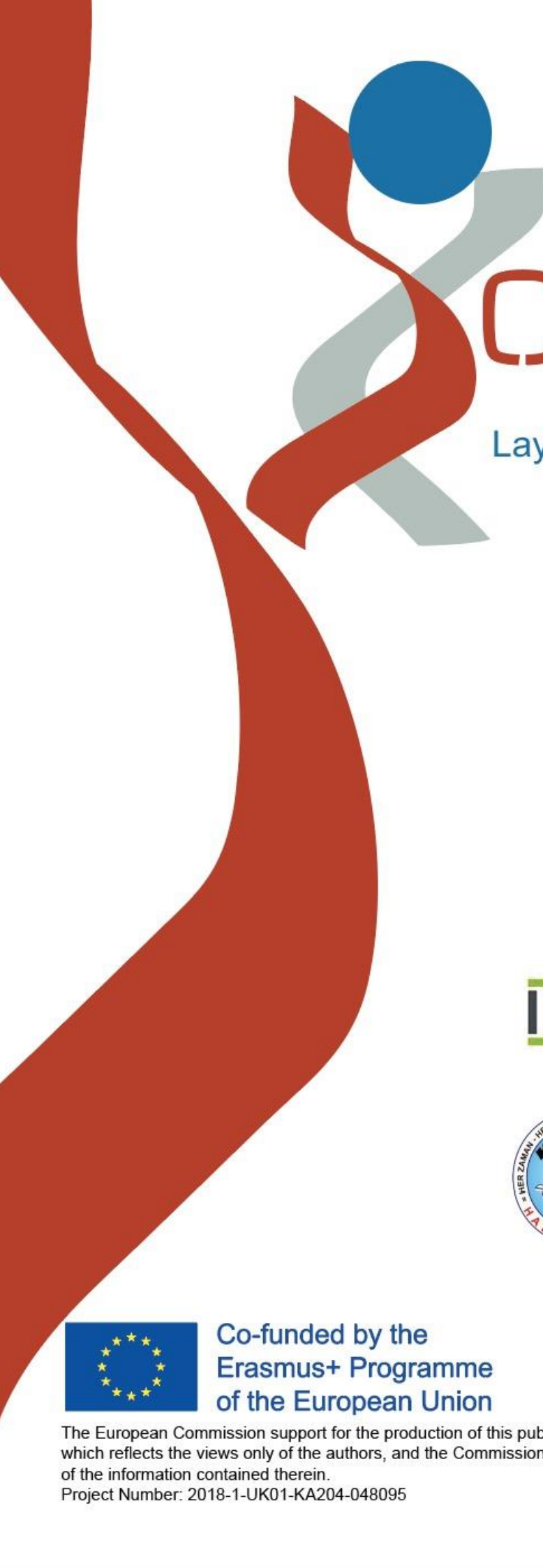


Teraz, przeszliśmy przez podstawy Photoshopa, dostosowując tony, zmianę rozmiaru obrazu i zapisywanie go do użytku cyfrowego. Photoshop jest pełen funkcji i być może najważniejsze z nich, które należy odkryć samodzielnie:

- dodawanie tekstu do obrazów
- stosowanie warstw
- korzystanie z *opcji mieszania* (w przypadku cieni, uderzeń itp.)
- przetwarzania dużej ilości obrazu. W przypadku przetwarzania dużej ilości obrazów, dobrze jest zapoznać się z wykorzystaniem makr (Akcji). Możesz zapisać zmiany dokonane na jednym obrazie i uruchomić te same akcje na innych obrazach jednym kliknięciem.

Adobe oferuje szeroki zakres filmów pomocy na swojej stronie internetowej:

[https://helpx.adobe.com/photoshop/view-all-tutorials.html#!fotoedycja dla początkujących](https://helpx.adobe.com/photoshop/view-all-tutorials.html#!fotoedycja%20dla%20pocz%C4%85tkuj%C4%85cych)



ON CALL

Lay Community Health Advisors



UČSTANOVA ZA
OSRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION



AKLUB

INNEO

fip
Future In
Perspective



HUBKARELIA



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number: 2018-1-UK01-KA204-048095