



MELANCHOLIA

БЕСПЛАТНЫЙ КУРС · МЕТОДИЧКА

Ретушь бьюти-портрета с нуля

Методичка к курсу

От Олы

@melan_cholia_photography

Распечатайте и держите под рукой: здесь все настройки и шаги из уроков, чек-боксы, чтобы отмечать сделанное, и место для заметок, пока смотрите видео.



ДО



ПОСЛЕ

Содержание

01	Горячие клавиши Photoshop	Windows / Mac · как открыть фото	3
02	Урок 2 · Подготовка в Camera Raw	1.1–1.4, сохранение в PSB/PSD	4
	ДЗ номер 1		6
04	Урок 3 · Частотное разложение	рецепт трёх проходов и пошаговый список	7
	ДЗ номер 2		9
06	Урок 4 · Брови, тени, губы, стрелки, ногти	4.1–4.4	10
	ДЗ номер 3		11
08	Урок 5 · Объёмы и контрасты	5.1–5.4	12
	ДЗ номер 4		14
10	Чек-лист перед отправкой клиенту		15
11	Место для заметок		16

Как пользоваться

Квадратики рядом с пунктами — чтобы отмечать, что уже сделано на своём фото. **Жёлтым** выделены значения, которые нужно поставить в Photoshop. Клавиши даны в формате

Windows / Mac .

Горячие клавиши Photoshop

ДЕЙСТВИЕ	WINDOWS	MAC
Отменить последнее действие	Ctrl + Z	Cmd + Z
Просмотреть изображение в масштабе 100%	Ctrl + Alt + 0	Cmd + Alt + 0
Увеличить изображение (приблизить)	Ctrl + +	Cmd + +
Уменьшить изображение (отдалить)	Ctrl + -	Cmd + -
Настроить изображение под масштаб экрана	Ctrl + 0	Cmd + 0
Создать копию слоя	Ctrl + J	Cmd + J
Сохранить изменения	Ctrl + S	Cmd + S
Сгруппировать слои	Ctrl + G	Cmd + G
Объединить все видимые слои	Ctrl + Shift + Alt + E	Cmd + Shift + Option + E
Убрать выделение	Ctrl + D	Cmd + D
Инvertировать изображение (отразить зеркально)	Shift + Ctrl + I	Shift + Cmd + I
Инvertировать маску	Ctrl + I	Cmd + I
Уменьшить размер кисти	[	
Увеличить размер кисти	]	

Открыть фото в Фотошоп

- **Файл → Открыть фото** — выбираем файл.
- Правой мышкой нажать на фото → **Открыть с** → выбираем Photoshop.
- Если фото в формате RAW, то оно сразу откроется в Camera Raw, если фото другого формата, то оно откроется в Фотошопе.

Подготовка в Camera Raw

1.1 Основные

1.2 Цветокоррекция

1.3 Геометрия

1.4 Смещение цветов

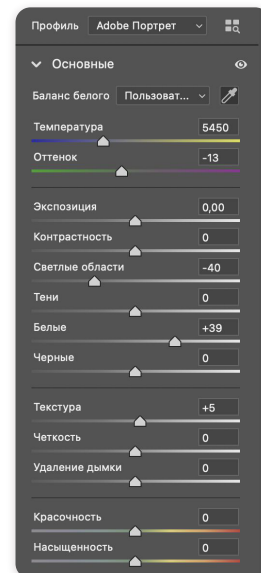
Сохраняем в PSB/PSD

ДЗ 1

1.1

Коррекции файла в Camera Raw — основные

- ☐ Меняем профиль на **Adobe Портрет**.
- ☐ Баланс белого приближенно к натуральному цвету кожи (**пипетка!**).
- ☐ Создаём объём: **Светлые в минус**, **Белые на такой же показатель в плюс**. Можно увести Тени немного в минус (но не обязательно).
- ☐ Текстуру уводим в плюс аккуратно (**+5 до макс +10**).
- ☐ Можно Красочность **+5-10**, а Насыщенность **-5**.

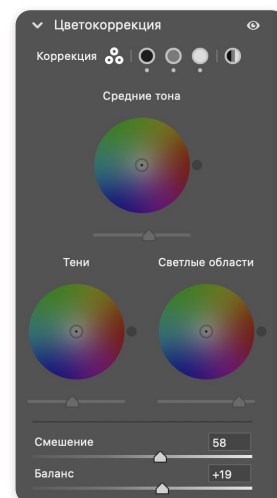


Панель «Основные»

1.2

Подготовка файла в Camera Raw — цветокоррекция

- ☐ **Средние тона** немного в плюс или минус.
- ☐ **Светлые области** по вкусу в плюс, но не на максимум!
- ☐ **Тени** совсем немного в минус.
- ☐ Смещение и баланс можно немного в плюс увести (опционально).

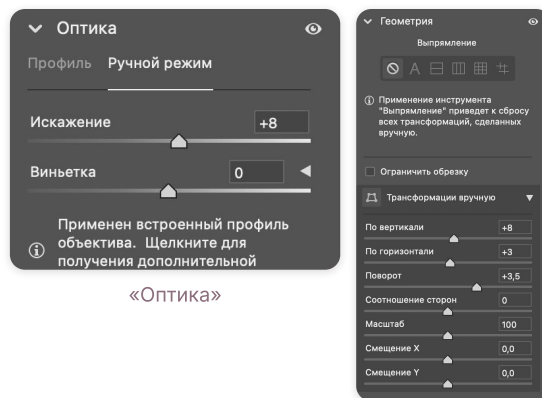


Панель «Цветокоррекция»

1.3

Подготовка файла в Camera Raw — геометрия

- ☐ **Оптика** и **Геометрия** по вкусу, чтобы сделать пропорции лица более привлекательными.



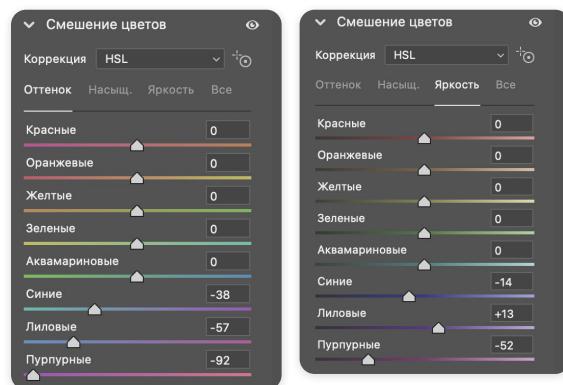
«Оптика»

«Геометрия»

1.4

Подготовка файла в Camera Raw — смещение цветов

- ☐ Ищем цвет элемента, который хочется поменять. В нашем случае — **цветок на щеке** и **тени**.

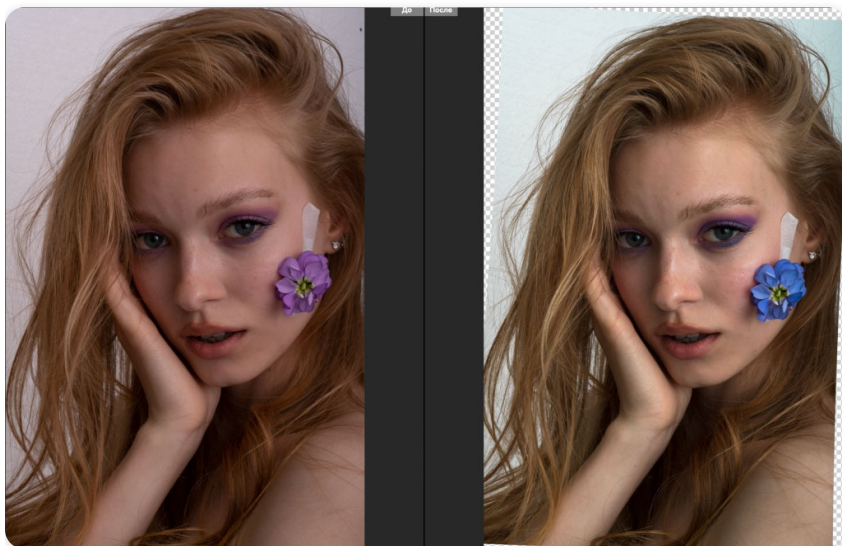


Смещение цветов · Оттенок

Смещение цветов · Яркость

Сохраняем файл в формате Фотошоп

- **Файл → Сохранить как** — выбираем формат больших документов и ОК (окончание у файла будет **.psb** или **.psd**).



Результат после Camera Raw

Слева — исходник, справа — после проявки и пластики. Так должен выглядеть файл перед ретушью кожи в уроке 3.

ДЗ НОМЕР 1

Для нашего фото делаем слайд до и после проявки и пластики, чтобы лучше увидеть результат. Презентацию можно сделать в гугл или яндекс презентаций и выслать мне ссылку.



ДО



ПОСЛЕ

Заметки к уроку 2

Ретушь кожи методом частотного разложения

2.1 Частотка 1 · большой радиус

2.2 Частотка 2 · средний радиус

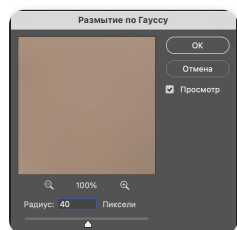
2.3 Частотка 3 · маленький радиус

ДЗ 2

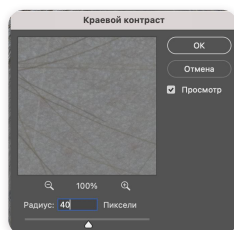
Рецепт трёх проходов

Одни и те же действия повторяются три раза — меняется только радиус и размер пятен, которые выравниваем. Полный пошаговый список — на следующей странице.

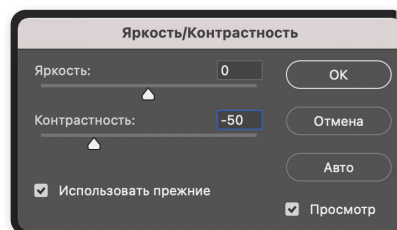
	Частотка 1 на большом радиусе	Частотка 2 на среднем радиусе	Частотка 3 на маленьком радиусе
С чего начинаем	Делаем две копии слоя	Сводим все видимые слои на новый: <code>Cmd/Ctrl + Option/Alt + Shift + E</code> , делаем копию слоя	Сводим все видимые слои на новый: <code>Cmd/Ctrl + Option/Alt + Shift + E</code> , делаем копию слоя
Слои	нижний слой — ЦВЕТ, верхний слой — ТЕКСТУРА		
Слой ЦВЕТ · Фильтр → Размытие → Размытие по Гауссу	40 радиус	25 радиус	12 радиус
Слой ТЕКСТУРА · Фильтр → Другое → Краевой контраст	тот же радиус — 40	тот же радиус — 25	тот же радиус — 12
Режим наложения ТЕКСТУРЫ	Линейный свет		
Изображение → Коррекция → Яркость/Контрастность	ставим галочку «Использовать прежние», контрастность -50		
Группа	выделяем оба слоя и создаём папку <code>Cmd/Ctrl + G</code>		
Рабочий слой	выключаем ТЕКСТУРУ, выбираем ЦВЕТ и добавляем новый пустой слой — работаем на нём		
Микс-кисть	влажность 80% · заполнение 75% · смещение 90% · нажим 10%		
Что выравниваем	БОЛЬШИЕ пятна и переход между отдельными зонами	СРЕДНИЕ пятна и переход между отдельными зонами	МАЛЕНЬКОЙ кисточкой МАЛЕНЬКИЕ пятна, более большой — переход между зонами
В конце	—	—	точной восстанавливающей кистью чистим волоски и пятна на слое ТЕКСТУРА



Размытие по Гауссу · радиус 40



Краевой контраст · тот же радиус

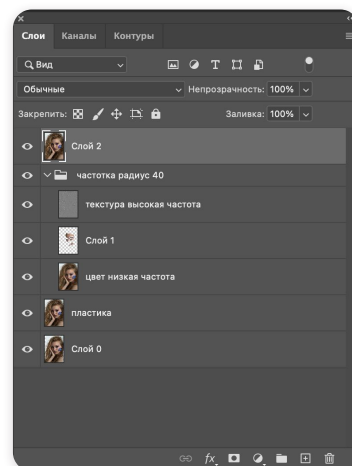


Яркость/Контрастность -50, галочка

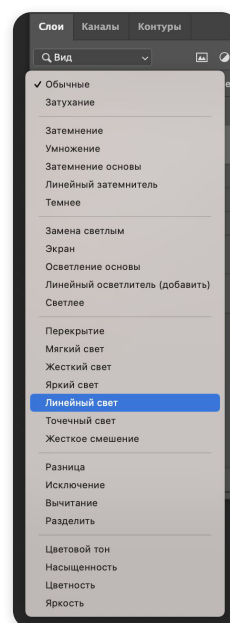
Пошагово: один проход частотки

Радиус в проходах: **40** → **25** → **12**. Шаг 1 нужен только во втором и третьем проходе.

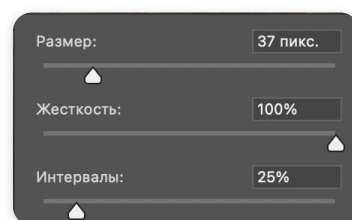
- 1 (2-й и 3-й проход) Сводим все видимые слои на новый: **Cmd** (**Ctrl**) + **Option** (**Alt**) + **Shift** + **E**.
- 2 Делаем две копии слоя (нижний слой называем **ЦВЕТ**, верхний слой **ТЕКСТУРА**). Во 2-м и 3-м проходе — копию сведённого слоя.
- 3 Выключаем верхний слой и нажимаем на слой ЦВЕТ.
- 4 Идём в **ФИЛЬТР** → **РАЗМЫТИЕ** → **РАЗМЫТИЕ ПО ГАУССУ**, ставим радиус **40** (во 2-м проходе **25**, в 3-м — **12**).
- 5 Включаем слой с текстурой и нажимаем на этот слой.
- 6 Идём в **ФИЛЬТР** → **ДРУГОЕ** → **КРАЕВОЙ КОНТРАСТ**. Ставим тот же радиус, что и выше (в нашем случае 40). Меняем режим наложения на **«Линейный свет»**. Идём в **ИЗОБРАЖЕНИЕ** → **КОРРЕКЦИИ** → **ЯРКОСТЬ/КОНТРАСТНОСТЬ**: ставим галочку и контрастность на **-50**.
- 7 Выделяем оба слоя и создаём папку **Command** (**Ctrl**) + **G**.
- 8 Выключаем слой ТЕКСТУРА. Выбираем слой ЦВЕТ и добавляем новый, пустой слой. Нажимаем на пустой слой.
- 9 Берём микс-кисть (**влажность 80%**, **заполн. 75%**, **смеш. 90%**, **нажим 10%**) и на пустом слое выравниваем **БОЛЬШИЕ** пятна и переход между отдельными зонами. Во 2-м проходе — **СРЕДНИЕ** пятна, в 3-м — **МАЛЕНЬКОЙ КИСТОЧКОЙ МАЛЕНЬКИЕ** пятна и более большой кисточкой переход между отдельными зонами.
- 10 (3-й проход) Берём точечную восстанавливающую кисть и ей чистим волоски и пятна на слое с текстурой.



Так выглядит палитра слоёв после прохода: папка «частотка радиус 40», внутри — ТЕКСТУРА и ЦВЕТ, между ними пустой слой для микс-кисти.



Режим наложения →
Линейный свет



Точечная восстанавливающая кисть (настройки из урока)

ДЗ НОМЕР 2

Для нашего фото делаем слайд до ретуши кожи (фото 2 урока) и результат сегодняшнего урока, чтобы лучше видеть результат. Желательно продолжить презентацию с первого урока, чтобы Вы видели Ваш прогресс в обучении :)



ДО РЕТУШИ КОЖИ



ПОСЛЕ УРОКА 3

Заметки к уроку 3

Ретушь бровей, теней, губ, стрелок и ногтей

4.1 Брови и тени

4.2 Губы

4.3 Стрелки

4.4 Ногти

ДЗЗ

4.1

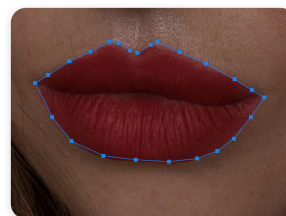
Коррекция бровей и теней

- ☐ На последнем частотном разложении, на новом пустом слое выравниваем **МИКС-КИСТЬЮ** брови и тени.
- ☐ На слое с текстурой чистим брови и тени.
- ☐ Можно на пустом слое нарисовать новый цвет теней инструментом **Кисть**.

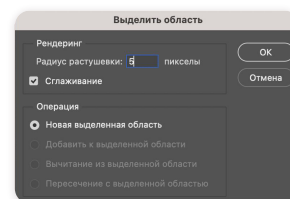
4.2

Коррекция губ

- ☐ Губы нюд можно выравнивать микс-кистью на последнем частотном разложении.
- ☐ Для красных губ:
 - 1 создаём желаемый контур губ с помощью инструмента **Перо**,
 - 2 нажимаем на «выделение» и ставим радиус **5**,
 - 3 микс-кистью выравниваем контур и сами губы,
 - 4 нажимаем **Cmd + Shift + I** / **Ctrl + Shift + I** и прорабатываем контур губ с внешней стороны губ, где кожа, и
 - 5 **Cmd + D** / **Ctrl + D**, чтобы убрать контур.
- ☐ Дорабатываем губы на слое с текстурой.



Контур губ Пером



Выделить область · радиус растушки 5

4.3

Коррекция стрелок

- ☐ Стрелки:
 - 1 создаём желаемый контур стрелок с помощью инструмента **Перо**,
 - 2 нажимаем на «выделение» и ставим радиус **5**,
 - 3 микс-кистью выравниваем стрелку или рисуем кисточкой, выбрав цвет,
 - 4 нажимаем **Cmd + Shift + I** / **Ctrl + Shift + I** и прорабатываем стрелку с внешней стороны и
 - 5 **Cmd + D** / **Ctrl + D**, чтобы убрать контур.
- ☐ Дорабатываем стрелки на слое с текстурой инструментом «**Штамп**», особенно если нужно заполнить пустые участки.

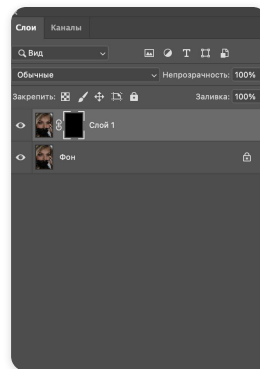


Контур стрелки Пером

4.4

Коррекция ногтей

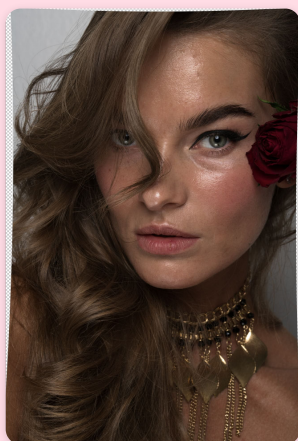
- ☐ В **пластике** вытягиваем ногти на те участки, которые хотим заполнить.
- ☐ Ставим на слой с пластикой маску. Инвертируем маску в чёрный цвет **Cmd + I** / **Ctrl + I**.
- ☐ Белой кистью (**непрозр. 100%**, **нажим 40%**) прорисовываем те участки, которые хотим заполнить.



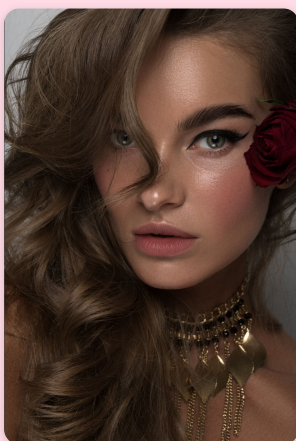
Слой с пластикой и чёрная маска Ногти после коррекции

ДЗ НОМЕР 3

Для нашего фото делаем слайд до ретуши кожи (фото 2 урока) и результат сегодняшнего урока, чтобы лучше видеть результат. Желательно продолжить презентацию с первого урока, чтобы Вы видели Ваш прогресс в обучении :)



ДО



ПОСЛЕ



ДО



ПОСЛЕ



ДО



ПОСЛЕ

ГУБЫ И СТРЕЛКИ ·
ИТОГ

Объёмы и контрасты

5.1 Коррекции в Camera Raw

5.2 Контраст через корректирующие слои

5.3 Глаза и блики

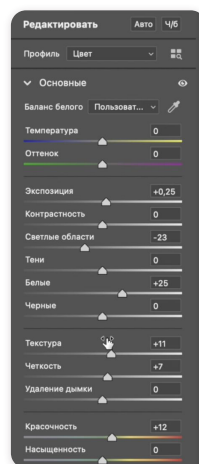
5.4 Пятна на руках и шее

ДЗ 4

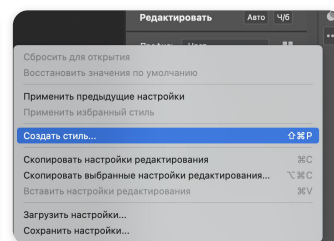
5.1

Коррекции в Camera Raw

- ☐ Сводим все слои на новый
Cmd + Opt + Shift + E / Ctrl + Alt + Shift + E.
- ☐ Идём в **Фильтр** → **Фильтр Camera Raw**.
- ☐ Крутим настройки как в самом начале при проявке исходника (**КРОМЕ пипетки**, баланс белого сейчас больше как тонировка).
- ☐ Сохраняем настройки как **пресет** в отдельный стиль, чтобы использовать в следующий раз.



Фильтр Camera Raw

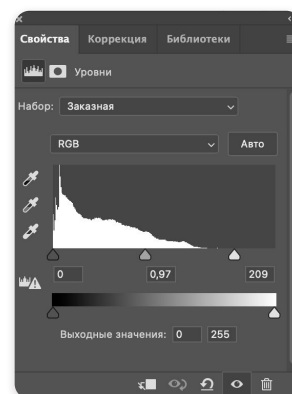


Создать стиль...

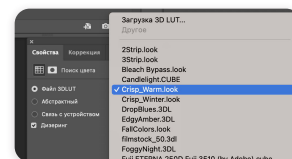
5.2

Контраст через корректирующие слои

- ☐ Новый слой **Уровни** (тянем правый ползунок влево для выравнивания экспозиции, а средний ползунок немного вправо).
- ☐ Используем **Поиск цвета** как пресет (выбираем пресет и снижаем непрозрачность слоя на **10–30%**).
- ☐ Второй слой **Уровни** используем для поднятия экспозиции: правый ползунок ведём влево.
- ☐ Чистим кожу на последней частотке (если после контрастов появились пятна).
- ☐ Сводим слои на новый и в Camera Raw поднимаем **структуру** и **текстуру** для проявления кожи.



Уровни

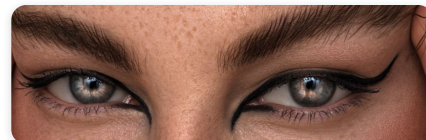


Поиск цвета · пресеты

5.3

Глаза и блики

- ☐ Новый пустой слой в режим наложения **Перекрытие**.
- ☐ Белой кистью (**непр. 100%**, **нажим 5%**) рисуем по радужке, бликам в волосах и другим бликам.
- ☐ Чтобы усилить эффект, делаем копию слоя с бликами.
- ☐ Чтобы снизить эффект, стираем ластиком или снижаем непрозрачность слоя.



Радужка и блики после
прорисовки

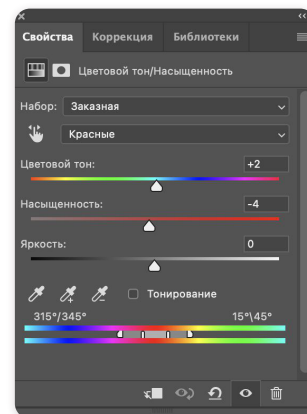


Слой «глаза» над папками частотки

5.4

Коррекция пятен на руках и шее

- ☐ Новый слой **Цветовой тон/Насыщенность**. Инвертируем маску в чёрный **Cmd + I** / **Ctrl + I**.
- ☐ Белой кистью (**нажим 50%**) прорисовываем те места, где нужна коррекция.
- ☐ Если красные пятна нужно сделать более жёлтыми: в канале **Красные** уводим Цветовой тон немного вправо (**+1, +2 или макс +3**).
- ☐ Если жёлтые пятна нужно сделать более красными: в канале **Красные** уводим Цветовой тон немного влево (**-1, -2 или макс -3**).
- ☐ Посмотрите ползунок **Насыщенность**, при надобности уведите немного в плюс или минус.



Цветовой тон/Насыщенность · канал Красные

Заметки к уроку 5

ДЗ НОМЕР 4

Для нашего фото делаем слайд до ретуши и результат сегодняшнего урока и добавляем его в презентацию, чтобы Вы видели Ваш прогресс в обучении :)



ДО



ПОСЛЕ



ДО



ПОСЛЕ

Чек-лист перед отправкой клиенту

Пройдитесь по списку при масштабе 100% (**Ctrl** / **Cmd** + **Alt** + **0**) и отметьте каждый пункт.

- | | | |
|----|--|--------------------------|
| 1 | Цвет кожи натуральный. Профиль Adobe Портрет, баланс белого по пипетке — без лишней желтизны и розовости. | ☐ |
| 2 | Объём сохранён. Светлые в минус, Белые в плюс — блики и тени на месте, ничего не выбито и не залито. | ☐ |
| 3 | Текстура кожи на месте. Поры видны, нет «пластика» и замыленных участков; Текстура в Camera Raw не больше +10. | ☐ |
| 4 | Все три частотки (40 / 25 / 12) проверены. Нет пятен и резких переходов между зонами лица. | ☐ |
| 5 | Волоски и мелкие пятна вычищены точечной восстанавливающей кистью на слое ТЕКСТУРА. | ☐ |
| 6 | Брови и тени выровнены микс-кистью и вычищены на слое с текстурой; цвет теней ровный. | ☐ |
| 7 | Губы: контур ровный, цвет однородный, доработаны на слое с текстурой. | ☐ |
| 8 | Стрелки ровные, пустые участки заполнены штампом. | ☐ |
| 9 | Ногти и пластика: маска прорисована только там, где нужно, форма без искажений. | ☐ |
| 10 | Глаза: радужка и блики подчёркнуты, но без пересвета — при надобности снижена непрозрачность слоя. | ☐ |
| 11 | Руки и шея по тону не отличаются от лица (Цветовой тон $\pm 1...3$, насыщенность проверена). | ☐ |
| 12 | Контрасты: Уровни и Поиск цвета на непрозрачности 10–30%, экспозиция ровная, после контрастов кожа проверена ещё раз. | ☐ |
| 13 | Финальный Camera Raw сделан без пипетки, настройки сохранены как стиль. | ☐ |
| 14 | Кадр и размер. Кадрирование проверено; рабочий файл сохранён в PSB/PSD, клиенту экспортирован файл нужного размера и формата. | ☐ |
| 15 | Слайд «до / после» добавлен в презентацию — это и есть Ваш прогресс :) | ☐ |

Место для заметок

Место для заметок