

---

# toiee Labの写真講座

写真を上達させていく方法を学んで、伝わる写真を撮ろう

バージョン 1.0 - 2016年8月4日

---



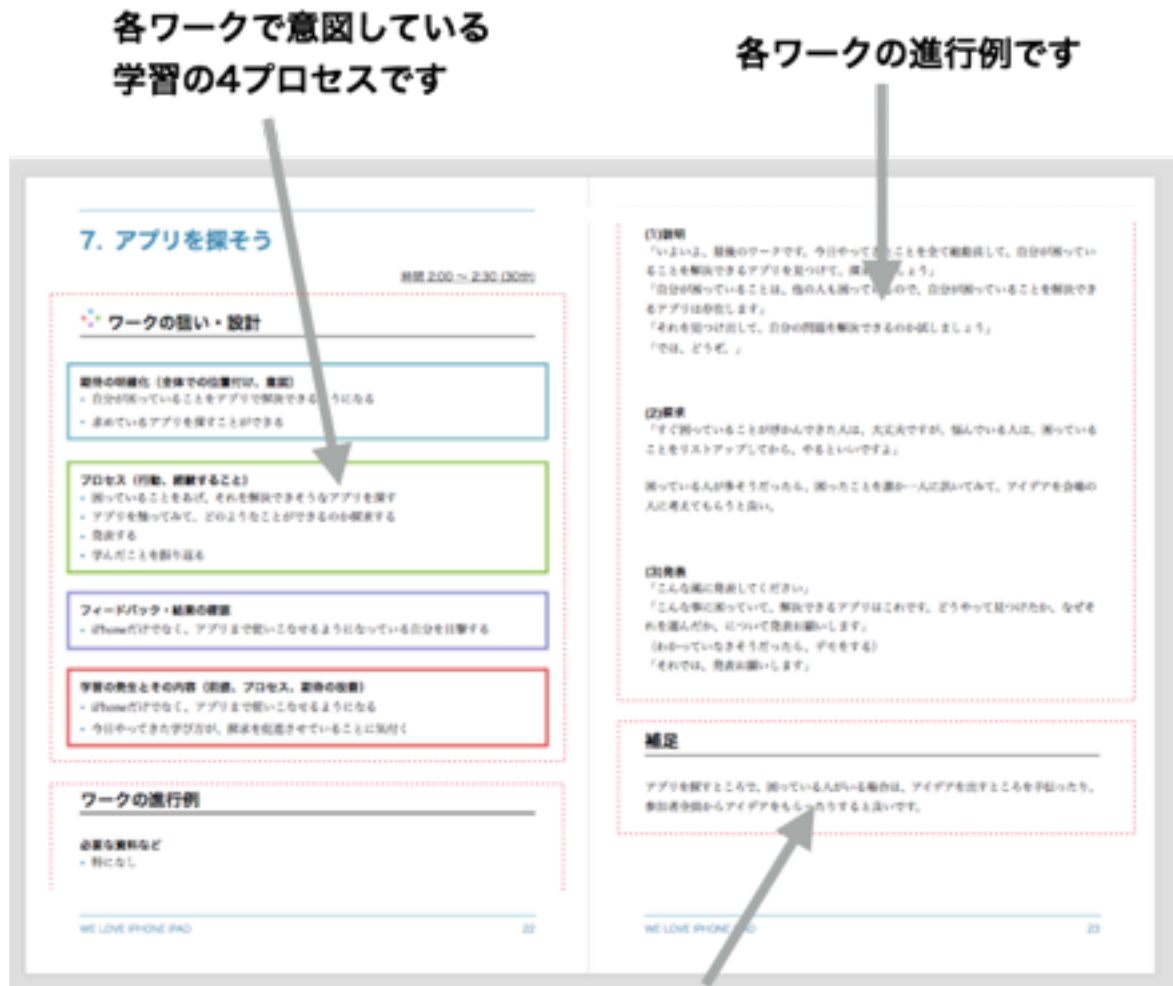
---

# 目次

レジュメの使い方	3
教材研究のコツ	4
ワークショップ概要	5
準備するもの	5
1. イントロ	8
2. Good & New	10
3. フレーム	12
4. テーマを持って撮影・編集	16
5. 奥行き、光、色	20
6. 写真を見る	24
7. 伝えたいことから撮影・編集する	26
8. まとめ	28

# レジュメの使い方

各ワークには「ワークの狙い・設計」「ワークの進行例」「補足」の3つの項目が書かれています。



## ファシリテーションのヒントなどの補足情報です

- 【ワークの狙い・設計】各ワークで発生させる学習の4プロセスがまとめられています
- 【ワークの進行例】ワーク進行の一例です。そのまま読むのではなく、自分なりにアレンジして進行をしましょう。
- 【補足】ファシリテーションや進行に関するヒントなどの補足情報です。

---

# 教材研究のコツ

教材を研究する際、人それぞれ研究しやすい方法があります。自分に合った方法を見つけるには、ある方法を試して、研究しやすかったかどうかを確かめて、改善していく必要があります。

以下はオススの探求方法3ステップです。

## 1. レジユメを使って講座の流れを知る

レジユメを使って講座を分析します。レジユメの各ワークは、FILM学習サイクルに沿って書かれている部分、進行、補足で構成されています。全体の流れを把握しましょう。

## 2. 分析する

「期待の明確化」「行動するプロセス」「フィードバック・結果の確認」「期待、プロセス、仮説の修正」のFILM学習サイクルで書かれた部分を読み、講座の分析しましょう。

自分で、4つのプロセスを書いてみたり、マインドマップを描いたりして、どんな風に4つのプロセスが進むか、どんな言葉をかけるか、考えてみましょう。

## 3. 動画を見て、予想との違いを確認

実際の講座の様子をビデオで見てください。自分が考えた進行のイメージとの違いを感じて、良いと思ったところはレジユメに書き込むなどしましょう。さらに、学習を創造するために、どのようにファシリテーションすれば良いかを考えましょう。

上記のあくまで、探求の方法のひとつです。

試してみて、改善しましょう。

---

# ワークショップ概要

写真を上達させていく方法を学んで、伝わる写真を撮るには、以下のようなスキル、知識、姿勢が必要です。

## スキル：

構図を使って、撮影で工夫したり、写真の編集アプリを使いこなして写真を自在に編集する必要があります。

## 姿勢：

何度も撮影にチャレンジする姿勢が必要です。撮影・編集する中で、違いを見つける力が必要です。また、写真を分析して、自分の写真表現に取り入れしていくことが必要です。

## 知識：

構図の知識を駆使したり、編集アプリでどのような変化が可能かを把握することが必要です。

このワークショップでは、上記のようなスキルを「一気に、同時に」学ぶように設計されています。

## 準備するもの

### 「講座資料」

ワークの時々を使う講座資料を必要な数だけ印刷しましょう。

### 「機器について」

各人にスマートフォン(iPhone,Android)が必要です。また、OSは最新にバージョンアップをお願いしておきましょう。

大型画面、プロジェクタ、それらとつなぐ方法（Apple TVなど）も用意しましょう。

---

またインターネット環境は安定していることが望ましいです。WiFiと安定した接続を用意するようにしましょう。

### **「環境づくり」**

良いと思う写真を印刷して壁などに貼ったり、写真集を置いておくと良いでしょう。他にも、レフ板や照明機材を置いておいたり、脚立やグッズを用意しておくと、学習者が撮影に使うので良いでしょう。

### **「講座の直前に確認しましょう」**

各人が、WiFiやインターネットに接続できていることや、利用するアプリ、Webサービスの登録ができていることを確認しましょう。機器トラブルがこらないようにしておくと、スムーズに進行できます。



---

# 1. イントロ

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

## ワークの狙い・設計

---

### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- ワークショップ終了後の「結果」をイメージさせ、ワクワクしてもらう。学習意欲を高める。
- 具体的に「こんな写真」が作れるようになるという目標を示すことで、「期待する結果」を引き上げ、学習の余地を広げる

### プロセス（行動、経験すること）

- 当日の学び方のイメージを伝えることで、受講者の頭の中で、シュミレーションを引き起こす
- ワークショップの進行をイメージして、安心してもらう

### フィードバック・結果の確認

- （特になし）

### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- （特になし）

## ワークの進行例

---

必要な資料など



- 
- BGMなど
  - iPhone Photography Awards ( <http://www.ippawards.com/> ) を見せても良い

### (1) ウェルカム感をしっかり出す

良い学習の場のために、参加者をしっかりと出迎える。待ってました！という感覚、受け入れられている感覚を作ることが大切。

### (2) 講座の開始を宣言する

「今から、写真のワークショップを開催します」

iPhone Photography AwardsなどでiPhoneで撮影されたすごい写真を見せて、

「今見てもらった写真は、実はiPhoneで撮影されたものです」

「皆さんも、講座が終わる頃には自分の表現をして、こんな写真が撮れるようになっていきます」

「このワークショップでは、2つのことを学びます。(1)構図や、3つの要素(奥行き、光、色) (2) アプリの操作方法です」

「今日は、とにかくワクワク楽しんで貰えば、大丈夫です。どんどん、チャレンジしましょう」

## 補足

---

短く、シンプルに期待を高めるように開始を宣言しましょう。ワークショップはスタートが肝心です。長々とファシリテーターが挨拶をしてしまうと参加者が「教えてもらうモード」になってしまい、自分で探求して答えを作り出すのではなく、あなたから答えを教えてもらおうと考えてしまいます。期待を高め、ちょっとワクワクするような講座の全体像を伝える程度にして、すぐに次のワークへ進みましょう。

---

## 2. Good & New

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

### ワークの狙い・設計

---

#### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- リラックスすること、参加者の協力的な雰囲気を作る
- ゲーム感覚で、機能や仕組みを予想するモードになる
- 予想するモード、疑問を持つ状態になってくおことで、この後、実験的に探求する準備をする

#### プロセス（行動、経験すること）

- 全体、もしくはチームに分かれてGood&Newをする

#### フィードバック・結果の確認

- 特になし（）

#### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- （特になし）

## ワークの進行例

---

### (1)説明

「Good&New とは、新しく良かったこと、両方を含むものを発表して、拍手をもらうゲームです」

---

「例えば、こんな感じです（言葉で説明するより、実際にやってみせる）」

「チームに分かれて、1周しましょう」

「それでは、スタートします！どうぞ」

## (2)Good & New

もし詰まっている人がいたら、「ちょっとしたことでいいですよ」などと声をかける。

## 補足

---

Good&Newは、説明を何度も繰り返すより、「実例を見る」ほうがわかりやすいです。実例を見せましょう。もちろん、事前に考えておいたほうがスムーズですが、その場でひねり出す様子のほうが、参加者には良い見本になります。

3人-4人テーブルにしている、3分間Good&Newをすると、かなりの回数回って、どんどん発言が促されて、アイデアを出していくことにためらいがなくなります。ぐるぐる回す、Good&Newは、テーブルに分けたときでも、時間のコントロールがしやすいので、このワークがオススメです。

「緊張はほぐれましたか？」と聞く必要はありません。ワイワイとした雰囲気を持して、そのまま次のワークにスムーズに入りましょう。

---

## 3. フレーム

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

### ワークの狙い・設計

---

#### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- プロも使っているテクニックを使って、一気に写真の見栄えが良くなる
- 写真の基本である構図を学んで、撮影する時に構図に意識的になる

#### プロセス（行動、経験すること）

- 3チームに分ける
- フレームの資料を各チームに一枚ずつ配る
- 探求する
- 発表する
- 学び方を振り返る

#### フィードバック・結果の確認

- 写真の撮影して、確認することが結果の確認にもなる
- よかった点を、聴いていたチームから言ってもらおう

#### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- 写真を上達する為に、「何回も撮影にチャレンジすること」や、「違いを作って学ぶ」など、どうチャレンジすれば良いかを学ぶ

## ワークの進行例

---

## 必要な資料など


**構図のテクニック：三分割法**

画面をタテヨコにそれぞれ3つに分割して、構図を決める方法です。

4つの交点（●）あたりに、強調したいものや注目して欲しいものを置きましょう。

写真(右)のように実行できたり、まよまよのある写真になります。


4つの●それぞれ順番に置いてみたり、どんどん試してみましょう！



写真ワークショップ toise Lab for 全体 3

**構図のテクニック：「より」と「ひき」**


「より」は近い距離で撮ること 「ひき」は遠い距離で撮ること



&

距離感を覚えるだけで、写るモノや、写り方が変わり、印象が変わります。説明する内容に応じて、「より」と「ひき」を使い分けてみましょう。


あと一歩踏み込んだり、後ろに下がったり... いろんな距離感を試してみましょう！



写真ワークショップ toise Lab for 全体 4

**フレーム要素：「高さ」と「角度」**

「高さ」と「角度」を変えるだけで印象は大きく変わります。  
(例)動物の目線と、人間の目線



まだ詳しくなく、まよまよどんどん動かしましょう！

いろんな角度と高さを試してみましょう！

写真ワークショップ toise Lab for 全体 5

## (1)説明

### 進行例

プロも使っている撮影に欠かせないテクニックであることを、最初に伝えると良い。

- 「今から、構図のテクニックを探求して、その写真を撮ってもらいます」
- 「チームで1枚、担当して探求しましょう」
- 「Before & Afterで2枚、写真を用意してもらいます。1枚は構図のテクニックを全く使っていないもの。もう1枚は、構図のテクニックを使ったものです」
- 「他のチームは、あなたのチームが持っているテクニックを知らないので、相手に伝えるような写真を撮りましょう」

## (2)ワークをする

必要があれば、撮影中に声かけをしましょう。

- 
- 「もっと大袈裟にやってみるのはどうですか？」
  - 「何枚も撮りましょう」

### (3) 振り返り

1チーム発表が終わるごとに、良かったところだけ、発表を聴いていたチームからフィードバックをもらう。

- 「何か他に訊きたいことはないですか？」

### (4) 学び方を振り返る

- 「写真を撮る時、どんな風に探求しましたか？」
- 「どんな風に探求に取り組むと、さらに上達しそうですか？」

## 補足

---

撮影では、Before & Afterを撮影してもらうようにしましょう。探求している時、後で発表する時に違いから多くを学ぶことができます。

発表では、良かったところだけを聞くようにしましょう。また、質問を受け付けて、さらに構図について探求するようにしましょう。



## 4. テーマを持って撮影・編集

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)



### ワークの狙い・設計

#### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- テーマを実現する過程で、様々なアプリの編集機能を使いこなせるようになる
- テーマを持って撮影することで、より伝わる写真が撮れる
- 表現することの第一歩になる

#### プロセス（行動、経験すること）

- チーム分け
- テーマを決める
- 撮影 & 編集
- 発表

#### フィードバック・結果の確認

- 写真の撮影して、確認することが結果の確認にもなる
- よかった点を、聴いていたチームから言ってもらおう

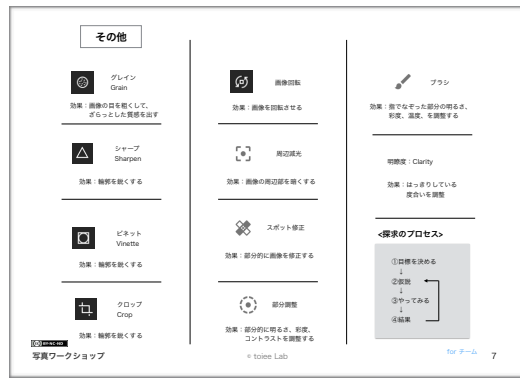
#### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- テーマを持って撮影すると、写真が変わる
- 編集アプリを使いこなすには、予想して触ってみる

## ワークの進行例

必要な資料など





## (1)チーム替え

チームを替える。

## (2)説明

- 「今から、テーマを持って撮影・編集というワークをしていきます」
- 「このワークをすると、編集アプリを使えるようになるだけでなく、伝わる写真を撮る、表現の領域に踏み入ることが出来ます」

---

### (3)テーマを決める

何かテーマを決める。決められなそうであれば、何かこちらから提案する、決めるなどして良い。テーマは、例えば「あたたかい」「さわやか」「寂しい」など、何かを形容する言葉を選ぶと良い。

- 「それでは、テーマを決めましょう」
- 「好きなテーマを選んで、そのテーマを実現するような撮影と編集にチャレンジしてみてください」

### (3)撮影 & 編集

撮影よりも編集に時間をかけること。

編集で困っていそうだったら、横について、一緒に探求しましょう。

ITツールを使いこなす5つのステップ意識して探求させると良いです。

- 「どのボタンが気になりますか？」
- 「この編集効果をかけると、写真はどうなると思いますか？」
- 「どうなりましたか？」

### (4)発表

最初にテーマを言ってもらってから、編集前と編集後の写真を見せてもらうようにしましょう。

次に、どんな風にしたくてどの編集機能を使ったのかを教えてください。

発表後、聴衆に「感想」「良かった点」を聞いて、発表者にはどうやって編集を実現したのかをシェアしてもらいましょう。

これをすべてのチームが終わるまで繰り返します。

## 補足

---

---

編集アプリに初めて触れる人の中には、混乱する人もいるかもしれません。そういう時にはすぐに答えを教えるのではなく、ITツール探求の5つのステップを意識して、質問して、自分で機能の効果を理解できるようにしましょう。

編集前の写真を残しておいてもらうようにすると、発表する時に驚きがあり、どのように編集したのかを考えることで学習が促進されます。

**休憩 (10分)**

---

# 5.奥行き、光、色

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

## ワークの狙い・設計

---

### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- 「奥行き、光、色」について探求することで、もう一段階、写真のレベルが上がる
- さらに写真を細かく見るようになる

### プロセス（行動、経験すること）

- チーム分け
- 奥行き、光、色の担当を決める
- 撮影 & 編集
- 発表

### フィードバック・結果の確認

- 撮った写真を見せて、それぞれ担当した要素の観点から解説してもらうことで、振り返る
- 聴いていたチームから、「感想」「よかった点」「質問」をもらう
- 質疑応答の中で、フィードバックが起こる

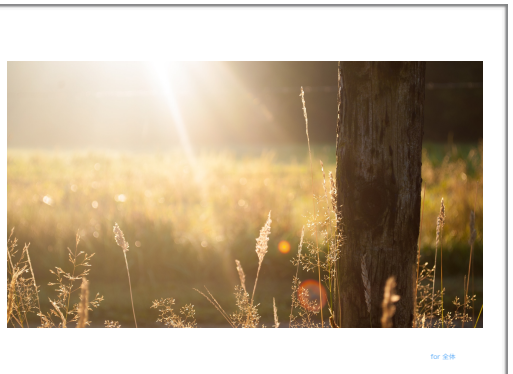
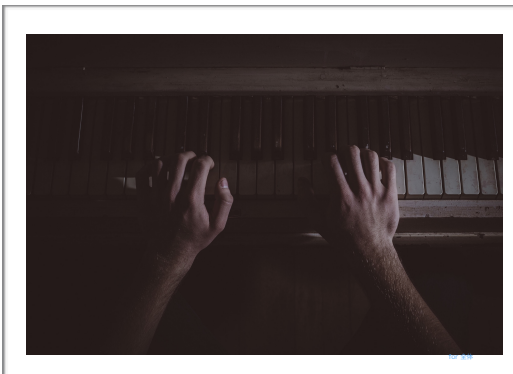
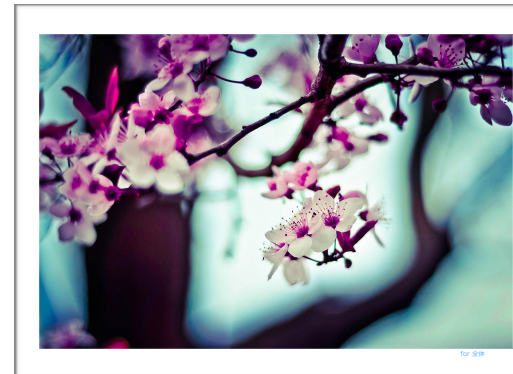
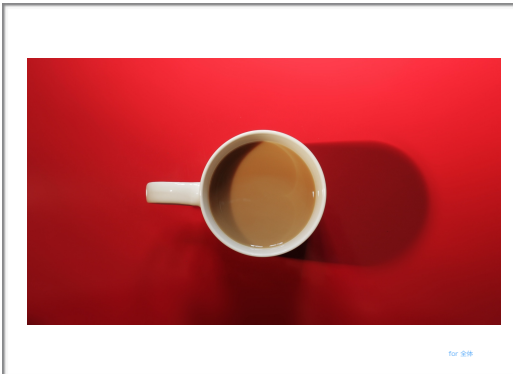
### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- 奥行き、光、色という要素を意識することで、写真のクオリティが上がる
- さらに写真を細かく分析する

## ワークの進行例

---

## 必要な資料など



**探求テーマ：奥行き**

奥行きがどんな風に奥行きが深まるか、試行錯誤してみよう。

- ・手前に興味深いものを置く  
前景を物や人を配置すると、奥行きをつくるのに良い。前景にあるものと遠くにあるものの距離が強調される。
- ・低いアングルから撮影  
低いアングルで撮影すると、前景にあるものが強調される。
- ・注意を向けさせる線を活用  
前景から遠くに視線を誘導する線を活用する。川、道、橋などは活用しやすい。
- ・前景の物と一緒にシーンを構成  
主題の周りを枠や線を使って囲って、前景から奥を見る視線を誘導する。例：窓枠、木の枝
- ・別々の要素を重ねる  
景色の中の別々の物を重ねる。風景写真の場合特に簡単しやすい。

写真ワークショップ for 全体 22

**探求テーマ：光にこだわる**

**イメージをつくる**  
露出を変えてみることで、柔らかく見えたり重厚感がたりする。

**周りの光も合わせて考える**  
周りの光を見ながら、移動する、カメラの露出を変える。

どんなふうに光が当たっているかよく見てシャッターを押してみよう

写真ワークショップ for 全体 23

**探求テーマ：色にこだわる**

色調によって色の組み合わせや構図も考えてみよう。

**イメージをつくる**  
色調を変えることで、雰囲気が変わり、与える印象も変わる。色の持つイメージを考える。編集で色を調整してみよう。自分の好きなイメージを探してみよう。

**色合いを見る**  
周りの色との関係を見る。背景色に気を配る。強調したい色を考えたりして写真を撮ってみよう。

たとえば…  
似た色を組み合わせると落ち着いた色合いをつくることできる。  
反対色を組み合わせると、活発な(場合によっては不安定な)色合いになる。

写真ワークショップ for 全体 24

**iPhoneカメラの露出変更**

- ・1回軽く触るとフォーカスと露出が現れる
- ・黄色いマークが出たら、押したまま上下に動かす

**VSCOcam**

- ・2本指で触ると、フォーカスと露出が現れる
- ・1本指で2回連続で押すと、やり直し

写真は、世界中の1億4千万人のカメラが撮っています。同じように撮る人もたくさんいます。撮りたいものを撮ってみよう。

写真ワークショップ for チーム 11

## (1)説明

### 進行例

- ・「写真のクオリティをぐっと上げる、3つの要素を探求していきます」
- ・「奥行き、光、色です」
- ・「この3つを探求することで、さらに表現のレベルが上がり、写真をより細かく分析できるようになります」

## (2)チーム替え

チームを替える。

## (3)撮影 & 編集

必要があれば、声をかけましょう。

- ・「資料の写真では、どんな風に奥行きが使われてそうですか？」
- ・「いろいろ実験してみましょう」

---

## (4)発表

- 撮った写真を見せて、それぞれ担当した要素の観点から解説してもらうことで、振り返る
- 聴いていたチームから、「感想」「よかった点」「質問」をもらう
- 質疑応答をする

## (5)学び方を振り返る

「撮影する時、どんな風にここまで探求してきましたか？」

「編集はする時には、どんな風に探求しましたか？」

## 補足

---

奥行き、光、色のそれぞれの探求で、手が止まっている人がいたら、いろいろ実験するよう促しましょう。

学び方を振り返るのところでは、「撮影でどんな風にチャレンジしているか」「どんな風にアプリを使いこなしているか」などを聴いて、探求の仕方を振り返りましょう。

---

## 6. 写真を見る

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

### ワークの狙い・設計

---

#### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- 写真を見て分析できる
- 写真を見て、アイデアをもらって自分の写真に活かすことができる
- 表現の引き出しが増える

#### プロセス（行動、経験すること）

- VSCOcamの探索から、好きな写真を3枚選んでもらって、好きな理由を考えてもらう
- さらに、その中から最も好きな1枚を選んでもらって、「選んだ理由」「選んだ写真のテーマ」「3つの写真に共通していること」を発表してもらう

#### フィードバック・結果の確認

- 選んだ写真の、「選んだ理由」「選んだ写真のテーマ」「3つの写真に共通していること」を発表してもらう

#### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- 他の人の写真を見て、学ぶことができる

## ワークの進行例

---



---

## (1)説明

### (進行例)

- 「今から写真を見て学ぶワークをします」
- 「もう皆さんは、写真を見て、多くを学ぶ力が身についています」
- 「VSCOcamを開いて、探索という機能をご覧ください」
- 「そこに世界中の人が公開している写真があります」
- 「その中から3枚の写真を選んでください」
- 「そして好きな写真を見つけたら、スクリーンショットをしましょう」(スクリーンショットのやり方は説明しましょう)
- 「その中から、1枚を選んで、選んだ理由、選んだ写真のテーマを考えてもらいます」
- 「さらに、3つの写真に共通していることも考えてみましょう」

## (2)写真を選ぶ

写真を選びましょう。

## (3)発表

「選んだ理由、選んだ写真のテーマ、3つの写真に共通していること」を発表しましょう。

## 補足

---

VSCOcamの「探索」の場所は、講座をする前に確認しておいて、案内できるようにしておきましょう。スクリーンショットのやり方も知らない人がいたら説明しましょう。

---

# 7.伝えたいことから撮影・編集する

時間 0:00 ~ 0:03 (03分)

## ワークの狙い・設計

---

### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- 伝えたいことを持って写真を撮ることで、伝わる写真が撮れる
- ここまでで得た知識、技術を全て発揮する

### プロセス（行動、経験すること）

- 撮影 & 編集する
- 発表する

### フィードバック・結果の確認

- 写真を発表することで、振り返る

### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- 伝えたいことを持って撮ると、人に伝わる写真が撮れる

## ワークの進行例

---

### 必要な資料など

- 特になし

### (1)説明

---

## 進行例

- 「いよいよ最後のワークになります」
- 「伝えたいことを考えて、写真を撮りましょう」
- 「伝えたいことを持って撮ることで、写真は断然変わります」
- 「ここまで学んだことを総動員して取り組みましょう」

## (2)撮影 & 編集

必要があれば、声をかけましょう。

## (3)発表

一人ひとり、発表してもらいましょう。

## 補足

---

伝えたいことがなかなか決まらない人がいるかもしれません。そんな時には、「写真を見る」ワークで、感じたことはなかったか、そこからアイデアは得られないか？普段大切にしていることは何か？など、質問をしてあげましょう。

## 8. まとめ

時間 2:45 ~ 3:00 (15分)

### ワークの狙い

#### 期待の明確化（全体での位置付け、意図）

- 写真を学ぶプロセスを学んだことを意識に上げて、意識的にできるようにさせる
- これからどのように取り組んでいけば、学べるか？発展させられるか？を振り返ることで、フォローアップ、継続的な学習へと仕向ける

#### プロセス（行動、経験すること）

- 参加者に、質問をして、学びを引き出す
- 参加者に、今後、どうしていったら良いかのアイデアを出してもらう

#### フィードバック・結果の確認

- 発表することで、言語化して、意識にあげる

#### 学習の発生とその内容（前提、プロセス、期待の改善）

- 学び方を学んでいる、高次学習をしていることを知る（気づく、うっすらと）

## ワークの進行

### (1)説明

「お疲れ様でした。そろそろ時間なので、まとめをしたいと思います。家に帰ったら、思う存分触れますので、今後、もっと使い方を増やして、応用できるように、まとめをしましょう」

### (2) 学びを引き出す

「今日学んだことは何ですか？どなたかお願いします」

---

「いつもの学び方と、今日の学び方は、どう違いましたか？」

「事前に試してみたけど、うまくいかなかったのに、今はできるのは、なぜでしょうか？」

### **(3) フォロアップを作る**

「今後、どのようにしていけば、もっと応用や、今日触れていない機能を使えるようになりますか？何せ、気づけば新しい機能が増えているのが、Webアプリですから」「何かありますか？」

### **(4) こちらのアイデアを提案する**

必要に応じて、アイデアを提供する。

「私たちは、小さくてシンプルなことで、どんどん使うことをお勧めしています」「何かこの一週間で、できそうなアイデアはありますか？」

## **補足**

---

時間が足りなければ、ファシリテーターがかなり主導しても構わないので、学びを振り返ることをしましょう。振り返りがないと、高次の学習が意識に上らず、いつもの学び方に戻りやすくなります。

できるだけ、参加者から学びを引き出すようにしましょう。