Kooste:
Luova valokuvaus ja kuvaamisen hyödyntäminen digiopastuksessa

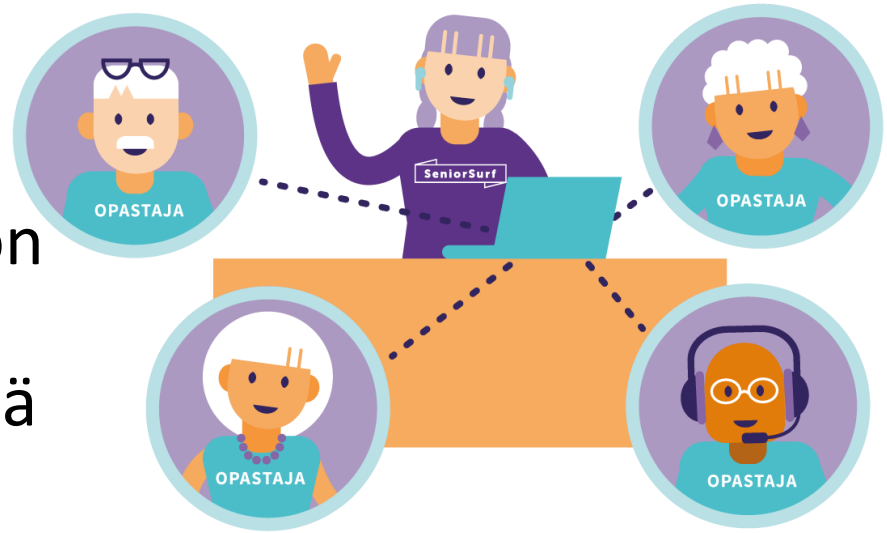


Opintopiiri digiopastajille
Syksy 2026

SeniorSurf

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Materiaalin tausta



- Materiaali on syntynyt Vanhustyön keskusliiton SeniorSurf-toiminnan järjestämässä Digiopastajien valtakunnallisessa opintopiirissä syksyllä 2026.
- Dioja saa hyödyntää, jakaa ja muokata omassa toiminnassa, opastuksissa ja esityksissä, lähde mainiten (Creative commons CC BY 4.0).
- Huomaathan, että dioilla esitetyt sisällöt voivat vanhentua, joten tarkista tietojen ajantasaisuus.
- Kuvat: Osallistujien teoksia eri harjoituksista (kuvaaja nimetty erikseen) & SeniorSurf.

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

UUSIA TAITOJA OPINTOPIIRISTÄ

Mikä opintopiiri?

- Vertaisoppimisen muoto
- Osallistujat tasavertaisia keskustelijoita ja tiedon jakajia
- Lyhyt kestoinen
- Noin 6-12 osallistujaa

Aihe ja tiedon lähteet

- Selkeä aihe ja säännölliset tapaamiset sitouttavat osallistujia
- Taustamateriaalit tukevat työskentelyä
- Osallistujat jakavat vastuun tiedonhausta ja esittelyvuoroista

Mediataidot

Älypuhelimen käyttö

Valokuvaaminen



Kirjastossa, kahvilassa, verkossa...

Ohjaajan tärkeimpiä tehtäviä

- Yhteyshenkilö, joka huolehtii käytännön asioista: muistio, tilavaraukset ym.
- Aktivoi keskustelua kysymyksillä
- Kannustaa kaikkia osallistumaan
- Luo innostavaa ja luottamuksellista ilmapiiriä

Yhdessä sovittavia

- Tarkemmat sisällöt ja tavoitteet
- Ryhmän säännöt ja toimintatavat

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

SeniorSurf

Sisältö

1. Luova valokuvaus älykännykällä
2. Videokuvaus älykännykällä
3. Editointi
4. Inspiraatiota kuvaamisen tueksi ja ideoita digiopastukseen



1. Luova valokuvaus älykännykällä



Kuva: Markku

- *Sisältö:* Katsotaan tuttua ympäristöä uusin silmin ja otetaan kameran perusasetukset sekä valo ja sommittelu haltuun.
- *Idea digiopastukseen:* Kameran käyttö laitepelon murtajana.

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Luova kuvaaminen voi olla tätä:

Kuvaaminen on tapa nähdä ympäristöä, mutta myös oman itsensä näkemistä!

Valon suunta: Etsi valoa! Kuvaa niin, että valo tulee sivulta tai takaa.

Uudet kuvakulmat: Kuvaa ylhäältä päin, mene matalalle maanrajaan tai kuvaa läheltä yksityiskohtia.

Tarina kuvassa: Kysy itseltäsi ennen laukaisimen painamista: *Mitä haluan tällä kuvalla kertoa?*

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Luova kuvaaminen

- Miten luodaan mielenkiintoinen kuva?
- Mikä on kaunis kuva?
- Voiko ruma olla kaunista ja kiinnostavaa?
- Lupa kokeilla ja leikkiä!
- Ei sääntöjä!



Kuva: Minna

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Miten luova valokuvaus eroaa perinteisestä kuvauksesta? (yksi tulkinta)



Kuvat: Eira



- **Dokumentaarinen / Perinteinen kuvaus:** Tallentaa tilanteen sellaisenaan, esim. lehtikuvaus, passikuva.
- **Luova valokuvaus:** Tulkitsee kohdetta. Kuvaaja saattaa muokata valoa, sommittelua, värejä tai liikettä luodakseen tietyn tunnelman tai tarinan.
  - Miltä tämä kohde näyttää minun silmin nähtynä? Mitä haluan tällä kuvalla kertoa?

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Kameran perusasetukset



Kuva: Martti

Tarkennus ja valotus (Exposure):

- Näytön napauttaminen tarkennuspisteen valitsemiseksi.
- Valotuksen säätäminen lennosta (auringon kuvake / liukukytkin napautuskohdan vieressä).
- Tarkennuksen ja valotuksen lukitus (AF/AE Lock) pohjassa pitämällä.

Kameran perusasetukset



Sommitelun perustyökalu: Ruudukko (Grid)

Auttaa pitämään horisontin suorassa (esim. maisemakuvat, rakennukset).

Asetus:

- *iPhone:* Asetukset > Kamera > Ruudukko (Grid) -> Päälle.
- *Android:* Kamera-sovellus > Hammasratas (Asetukset) > Ruudukko / Apuviivat -> Päälle.

Kuva: Eija-Riitta

Kameran perusasetukset

Kuvasuhteiden käyttötarkoitukset:

4:3 (yleinen valokuvauksen kuvasuhde): Perusvalokuvaus, muotokuvat, maisemat ja mobiilikuvat.

1:1 (neliö): Instagram-julkaisut, profiilikuvat.

9:16 (pystykuva): Instagram Stories ja Reels, TikTok, YouTube Shorts & mobiilinäytön täyttävät sisällöt.

16:9 (laajakuva): YouTube-videot, esitykset, televisio- ja näyttösisällöt sekä laajat maisemakuvat.

4:5 (pystyjulkaisu): Instagramin syötejulkaisut.



Kuva: Martti

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Kameran asetukset – aukko, suljinaika, ISO

- Aukko = taustan pehmeys
- Suljinaika = liike kuvassa
- ISO = kuvan laatu



Kuva: Jaana

Kuvausvinkkejä

- Kun langalliset kuulokkeet ovat kiinni puhelimessa, kuulokkeiden äänenvoimakkuusnappi toimii kameran laukaisimena.
- Linssin puhdistus! Yksinkertainen mutta tärkein tapa parantaa kuvanlaatua.
- Muotokuvatila (Portrait Mode) => taustan sumennus.
- Ajastimen käyttö. Näin puhelin ei tärähdä, kun sormi koskettaa näyttöä.
- Käännä puhelin ylösalaisin niin, että linssi jää alas lähelle maata. Tekee kohteista vaikuttavan näköisiä ja heijastuksista (esim. vesilätäköt) upeita.



Kuva: Markku

Valo määrittää kuvan tunnelman ja laadun.

Valon suunta ja laatu:

- **Myötävalo:** Tasainen.
- **Sivuvalo:** Tuo esiin muodot ja syvyyden.
- **Vastavalo:** Luo siluetteja ja tunnelmaa.
- **Kova vs. pehmeä valo:** Suora auringonpaiste (jyrkät varjot) vs. pilvinen sää / ikkunan läpi tuleva hajavalo (pehmeät varjot).

Valotuksen hallinta hämärässä:

- Yötilan (Night Mode) käyttö.
- Keinotekoisen valon hyödyntäminen sisätiloissa (esim. pöytälampun suuntaaminen).



Kuva: Minna

Sommittelu tekee kuvasta kiinnostavan ja ohjaa katsetta.

Kolmanneksen sääntö (Rule of Thirds):

- Pääaiheen sijoittaminen apuviivojen leikkauspisteisiin keskiön sijaan.

Johtavat linjat (Leading lines):

- Teiden, aitojen, siltojen tai varjojen käyttö katseen ohjaamiseksi kohti kohdetta.

Kehystäminen (Framing):

- Kohteen kehystäminen ikkunan, puiden oksien tai ovenkarmien avulla.

Kuvakulmat ja perspektiivi:

- Kuvaaminen silmänkorkeuden ulkopuolelta: matala sammakkoperspektiivi, lintuperspektiivi ylhäältä päin.

Negatiivinen tila:

- Ison tyhjän tilan (esim. taivas tai yksivärinen seinä) jättäminen kuvaan kohteen korostamiseksi.



Kuva: Jaana

Luova kuvaaminen



Pysähtymisen taito

- Kuvaaminen antaa ”luvan” pysähtyä ja se tekee hyvää mielelle.
- Pysähtyä voi luonnossa tai kaupungissa, paikka voi olla mikä vain.
- Pysähtyminen antaa tilaa ajatuksille ja ideoille.

Kuva: Minna

Luova kuvaaminen



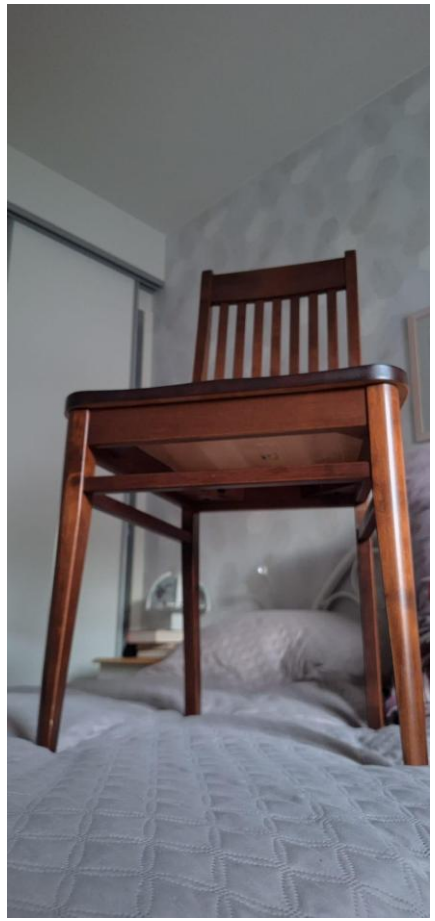
Kuva: Eija-Riitta

Arjen romantisointi

- Yksityiskohtien huomaaminen (sadepisarat ikkunassa, varjo seinässä, tuoreen leivän pinta).
- Kuvat arjesta (tavallinen aamupala, lukuhetki, sukan neulominen).
- Sävyjen huomaaminen (löydä tietty väri, käytä tiettyä filtteriä).

Luova kuvaaminen - kuvausideoita

- Yksi kuva päivässä aiheesta, joka toi hyvän mielen.
- Katso omaa kotia tai tuttuja kotikulmia aivan kuin olisit turisti.
- Estetiikan rakentaminen kuvaa varten; kata iltapala kauniisti, sytytä kynttilä ja nappaa kuva.



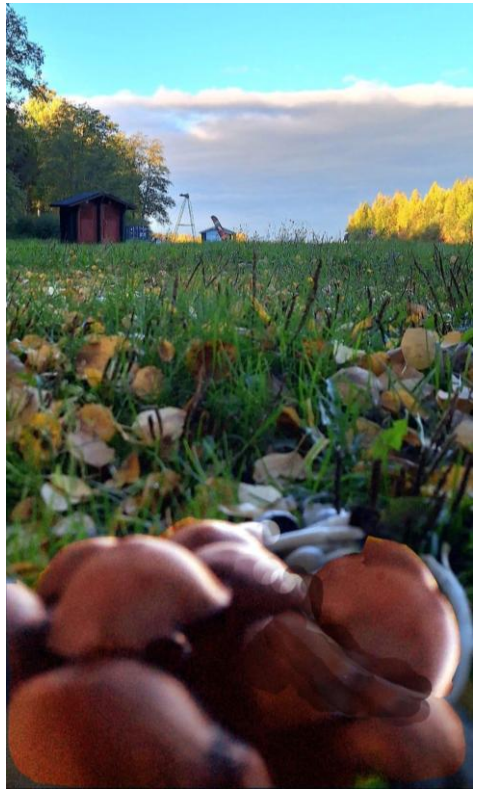


Kuvat: Martti

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Luova kuvaaminen – kuvausideoita

- Kuvaa pitsiverhon läpi tai suihkuta vettä lasille ja kuvaa sen läpi.
- Omakuva/henkilökuva: kuvaa käsiä tai jalkoja, kuvaa selkäpuolta. Rajaa kuvaa rohkeasti, kaiken ei tarvitse näkyä lopullisessa kuvassa.
- Kuvan sumeus: tarkenna väärään kohtaan, liikuta kännykkää kuvaa ottaessa.



Kuva: Martti

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen:



Kuva: Minna

Helppo askel uudelle

- Kameran saa auki yhdellä pyyhkäisyllä ilman salasanoja tai sovellusviidakkoa.

Iloa laitteesta

- Huomio siirtyy tekniikan ajattelusta kuvaamiseen ja omiin mielenkiinnon kohteisiin.

Silta muuhun digiin

- Kun kuva on otettu, voidaan opetella sen lähettämistä läheiselle.

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Minihaasteet

- **Mini-haaste 1:** Ota kuva samasta kohteesta (esim. tuoli tai kasvi) kolmesta eri korkeudesta: lattianrajasta, silmänkorkeudelta ja suoraan ylhäältä päin.
- **Mini-haaste 2:** Etsi tilasta heijastus (ikkuna, peili, kiiltävä pöytä) ja ota kuva heijastuksen kautta.



Kuva: Jaana

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

2. Videokuvaus älykännykällä

Sisältö: Siirrytään liikkuvaan kuvaan. Opetellaan videon vakaus, rauhalliset liikkeet ja lyhyen tarinan (alku, keskikohta, loppu) hahmottaminen.

Idea digiopastukseen: "Mikro-ohjeen" suunnittelu muistin tueksi ja monimutkaisen digiasian pilkkominen osiin.



Videokuvaus - vakaus

Miksi vakaus on tärkeää?

- Tärisevä kuva väsyttää katsojan silmiä ja heikentää videon laatua.

Kehonhallinta ja ote:

- Pidä puhelimesta kiinni molemmin käsin.
- Tuo kyynärpäät kiinni kehoon ja joustaa polvista liikkuessa ("ninja-kävely").

Tekniset apuvälineet ja asetukset:

- Puhelimen oma kuvanvakain (OIS / Action mode).
- Gimbaali tai edullinen pöytäjalusta.
- Puhelimen nojaaminen seinään, pöytään tai muuhun tukeen.



Kuva: Markku

Videokuvaus - liike

Panorointi: Kameran kääntäminen vaakatasossa paikallaan ollessa. Esim. laajan maiseman esittelemiseen (merimaisema tai iso juhlasali).

Tilttaaminen: Kameran kallistaminen pystysuunnassa (ylös/alas). Esim. korkeiden kohteiden kuvaaminen.

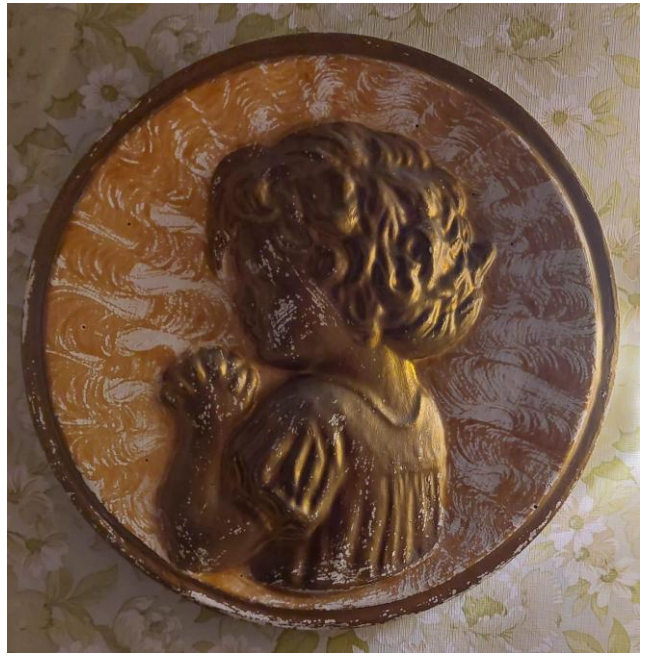
Seuraava liike: Liikkuminen kohteen mukana tai sitä kohti.



Kuva: Mårten

Videokuvaus - liike

- **Rauhallisuus:** Hidas ja tasainen liike toimii usein paremmin kuin nopea.
- **Tarkoitus:** Jokaisella liikkeellä pitää olla syy (esim. paljastaa jotain uutta tai seurata kohdetta).
- **Aloitus ja lopetus:** Pidä kamera paikallaan 2–3 sekuntia ennen liikkeen aloittamista ja sen jälkeen.



Kuva: Jaana

Videokuvausvinkkejä

- Linssin puhdistus! (Yksinkertainen mutta tärkein tapa parantaa kuvanlaatua).
- Kun langalliset kuulokkeet ovat kiinni puhelimessa, kuulokkeiden äänenvoimakkuusnappi toimii videon aloittajana.
- Elokuvallinen-tila
- Videon hidastaminen tai nopeuttaminen
- Vältä zoomaamista näyttöä ”nipistämällä”, käytä kameran omia linssejä (esim. 0.5x, 1x, 3x) tai liiku lähemmäs kohdetta.



Kuva: Eira

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen:



Kuva: Sissi

Henkilökohtaiset kertausvideot opastettavalle

- **Miten:** Kuvaa opastettavan omalla puhelimella lyhyt video siitä, miten jokin tietty toiminto tehdään (esim. *"Miten siirrän valokuvan sähköpostiin"* tai *"Miten varaan ajan sote-palveluun"*).
- **Hyöty:** Opastettava voi katsoa videota kotona omassa tahdissaan uudelleen.

Ruudunkaappausvideot

- **Miten:** Opastaja tai opastettava nauhoittaa puhelimen tai tietokoneen ruutua samalla, kun toiminto tehdään.
- **Hyöty:** Näytöllä näkyvät täsmälliset painikkeet ja vaiheet.

Epävarmuuden ja jännityksen vähentäminen

- **Miten:** Opastettava voi kuvata videolle tilanteen, jossa laite antaa virheilmoituksen tai ei toimi toivotulla tavalla.
- **Hyöty:** Ongelmaa ei tarvitse muistaa ulkoa tai selittää sanallisesti, vaan opastaja näkee suoraan, mitä ruudulla tapahtui.

Monelle jaettavat opetusvideot

- **Miten:** Digiopastaja voi kuvata valmiita, parin minuutin mittaisia opetusvideoita yleisimmistä aiheista (esim. sovelluksen lataaminen).
- **Hyöty:** Mahdollistaa materiaalin jakamisen useammalle oppijalle kerralla.

Lyhyen videon suunnittelu



Koukku (Ensimmäiset 2–3 sekuntia):

- Tarvitset heti visuaalisen tai kielellisen syyn, miksi katsoja pysähtyy videon kohdalle.

Tarinarakenne (Aloitus – Keskikohta – Lopetus):

- **Aloitus:** Esittele aihe tai ongelma.
- **Keskikohta:** Näytä prosessi, toiminta tai ratkaisu.
- **Lopetus:** Tulos, tiivistelmä tai toimintakehote (Call to Action).

Kuvakulmien vaihtelu:

- Kuvaa videota useammasta kulmasta.
- Yhdistele laaja-alaista yleiskuvaa, puolikuvaa ja tarkkaa lähikuvaa.

Kuva: Eija-Riitta

Minihaasteet

- **Harjoitus 1:** Kuvaa sama 10 sekunnin kävely reippaasti kävellen vs. "ninja-kävelyllä". Vertaile tuloksia.
- **Harjoitus 2:** Kuvaa tuote tai henkilö käyttäen kolmea eri kameraliikettä (lähestyminen, sivuttaisliike, tilttaus).
- **Harjoitus 3:** Suunnittele ja kuvaa 15 sekunnin mini-video aiheesta "Miten keitetään kahvi / Miten saavutaan teille” käyttäen vähintään kolmea eri kuvakulmaa.



Kuva: Minna

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

3. Editointi

Sisältö: Videon leikkaaminen, tekstitys ja tallennus-harjoitus.

Saavutettavuus ja visuaaliset merkit (mm. nuolet) opastuksen tukena.



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Kuvan ja videon editointisovellukset

- Puhelimen omat sovellukset (iOS Kuvat, Android Valokuvat)
- Google Kuvat (filtterit, rajaus)
- Canva (tietokone&kännykkä)
- Clipchamp (Windows, tekstitys)
- InShot, Snapseed (kännykkä)
- CapCut (kännykkä, tekstitys)
- Gimp, PhotoShop (tietokone)
- iMovie (iOS)



Kuva: Eira

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen?



Kuva: Martti

- Asiakirjaskannauksen opettaminen
- Saavutettavuuden vuoksi (mm. kuulo) videoiden tekstitys on tärkeää!
- Muita ajatuksia?

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Minihaasteet

- **Harjoitus 1:** Kuvan muokkaus, käytä esim. filtteriä tai lisää kuvaan tekstiä.

- **Harjoitus 2:** Tee video, jossa alkuteksti ja lopputeksti. Esim. näin kastelet kukkaset tai miten rakentuu herkullinen voileipä.



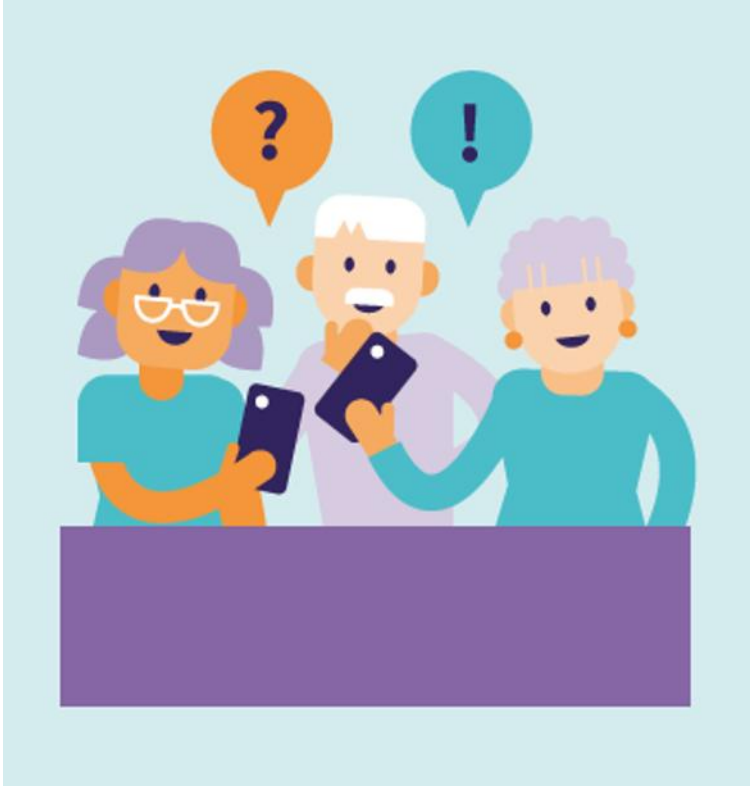
Kuva: Minna

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

4. Inspiraatiota ja ideoita digiopastukseen

- Sisältö: Käydään läpi inspiroivia taiteilijoita, linkkejä, ideoidaan miten hyödyntää kuvaamista digiopastuksessa.

- Tutkitaan kurssin aikana osallistujien ottamia kuvia ja videoita.



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Inspiroivia taiteilijoita ja valokuvaajia

Vivian Maier (katukuvaus)
Elina Brotherus (omakuva, kehotaide)
Henri Cartier-Bresson (katukuvaus)
Maija Bondar
Hannu Hautala (luontokuvaus)
Caj Bremer (dokumentti- ja lehtikuvaus)
Arno Rafael Minkkinen (omakuva)

Taidenäyttelyt

Kirjasto (valokuvauskirjat, valokuvakirjat)



Kuva: Markku

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Inspiraatiota

Magnum Photos, kuvatoimiston arkiston täynnä huipputason dokumentti- ja katukuvaa.
www.magnumphotos.com/

Suomen valokuvataiteen museon kokoelma **Finnassa**:
https://valokuvataiteenmuseo.finna.fi/

Valokuvaus-podcast, Suoraa puhetta kuvaajille, kuvattaville ja kameroista kiinnostuneille!:
https://open.spotify.com/show/7KqTUG4GYzxA3kI5qU8xC8



Kuva: Mårten

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Inspiraatiota

- **Tee jotakin, mitä et vielä osaa**: www.valokuvataiteenmuseo.fi/fi/nayttelyt/nakokulmia-nayttelyihin/tee-jotakin-mita-et-viela-osaa
- **Tee valokuvakirja** jostain tietystä aiheesta, tunteista, luonnosta, kaupungista, perheestä, juhlasta, arjesta!
- **Elämänmeno ja havainnointi ilman kameraa:** Kävele kaupungilla tai luonnossa ja "rajaa" näkymiä mielessäsi. Katso, mihin valo lankeaa ja missä varjot kohtaavat.



Kuva: Minna

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen

1. Kuvalla selkeyttä ja matalaa kynnystä digiohjaukseen

- **Kuvalliset ohjeet ja kuvakaappaukset:** Käyttöohjeita siten, että otetaan kuvakaappauksia (ruudunkaappauksia) puhelimesta ja merkitään niistä tärkeät painikkeet. Kuvallinen ohje muistetaan paremmin kuin pelkkä teksti.
- **Kokeilunhalun lisääminen:** Kuvaus- ja editointiharjoitukset lisäävät digitaalista kokeilunhalua. Kynnys kokeilla muidenkin laitteiden toimintoja madaltuu.



Kuva: Eija-Riitta

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen



Kuva: Jaana

2. Digitaalinen tarinankerronta ja muistojen jakaminen

- **Valokuvat ja kuvakansiot:** Kuvat ovat loistava syy opetella pilvipalveluiden käyttöä (Google Kuvat, iCloud, OneDrive). Tämä tekee abstraktista "pilvipalvelusta" konkreettista.
- **Kuvaviestintä ja turvallisuus:** Kuvien lähettäminen ja jakaminen (viestit, sähköposti) sopii digiopastuksen aiheeksi. Samalla käydään läpi **digiturvallisuutta**: *Mitkä kuvat ovat turvallisia jakaa verkossa? Saako muita ihmisiä kuvata? Lupa julkaisuun?*

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Ideoita ja ajatuksia digiopastukseen

3. Luova kuvaus ja editointi digiopastuksen teemoina

Voit järjestää digityöpajoja, joissa harjoitellaan laitteen käyttöä kuvaamisen kautta:
Valokuvakävelyt: Järjestetään teemakävely (esim. "Syksyn värit”). Opettaa kameran perustoiminnot (tarkennus, valotus, zoomi) luonnollisessa ympäristössä.

Peruseditointi tutuksi:
Rajaus: Ylimääräisten asioiden poistaminen kuvasta.
Valo ja kontrastit: Kuvan kirkastaminen auttaa näkemään paremmin, mikä vahvistaa myös laitteen näytön asetusten (kirkkaus, tekstikoko) ymmärtämistä.
Suodattimet ja tehosteet: Digitaalista luovuutta ilman pelkoa laitteen rikkomisesta.



Kuvat: Sissi

Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Kiitos!



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY