



人像摄影进行时
Portrait Photography Now

完美构图

PERFECT COMPOSITION

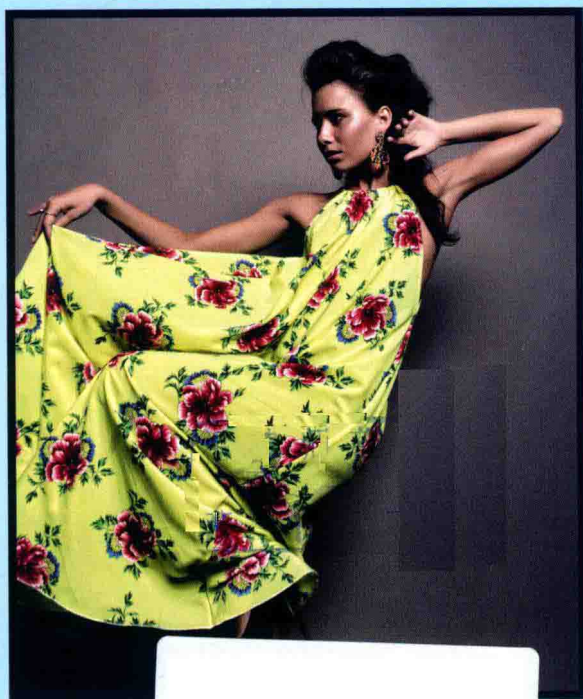
刘冰 著 浙江摄影出版社

人像摄影进行时
PORTRAIT PHOTOGRAPHY NOW

完美构图

PERFECT COMPOSITION

刘冰 著



浙江摄影出版社

责任编辑 林青松 林味熹
装帧设计 尚影文创
责任校对 朱晓波
责任印制 朱圣学

图书在版编目 (CIP) 数据

完美构图 / 刘冰著. — 杭州 : 浙江摄影出版社,
2016. 1
 (人像摄影进行时)
 ISBN 978-7-5514-1153-0

I. ①完… II. ①刘… III. ①人像摄影—摄影构图
IV. ①J413

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 260587 号

完美构图

刘冰 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址: 杭州市体育场路 347 号

邮编: 310006

电话: 0571-85159646 85159574 85170614

网址: www.photo.zjcb.com

经销: 全国新华书店

制版: 山东海诺图文制作有限公司

印刷: 浙江影天印业有限公司

开本: 787×1092 1/12

印张: 12

2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5514-1153-0

定价: 58.00 元

CONTENTS

目 录

前言	6
人像与透视	8
简约原则	30
画幅之内	44
裁切的奥妙	54
神奇的角度	60
控制景深	74
营造空间	82
影调	94
活用色彩	106
魅力特写	120
半身人像	130
鸣谢	143



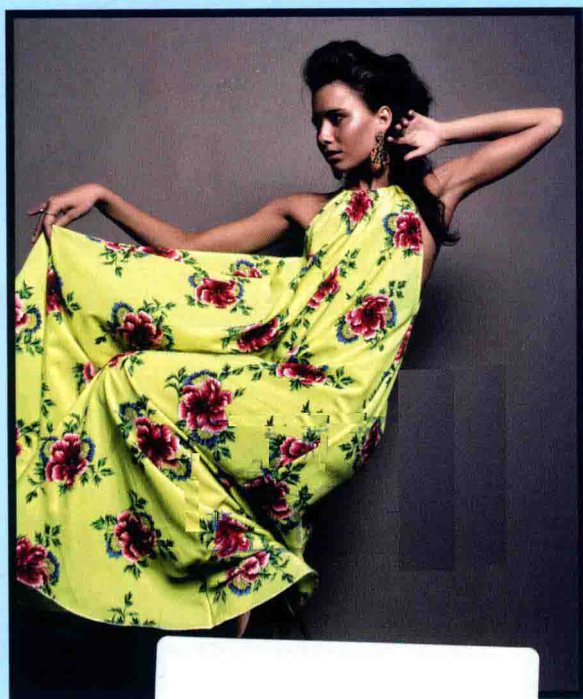
PORTRAIT
PHOTOGRAPHY NOW
人像摄影进行时
PERFECT
COMPOSITION
完美构图

人像摄影进行时
PORTRAIT PHOTOGRAPHY NOW

完美构图

PERFECT COMPOSITION

刘冰 著



浙江摄影出版社

CONTENTS

目 录

前言	6
人像与透视	8
简约原则	30
画幅之内	44
裁切的奥妙	54
神奇的角度	60
控制景深	74
营造空间	82
影调	94
活用色彩	106
魅力特写	120
半身人像	130
鸣谢	143





PREFACE

前言

欢迎阅读本套丛书

我们一直认为，我们拍摄自己，是因为出于爱和对美的颂扬。所以，当我们拿起照相机面对眼前的人物时，要时常怀着一颗真诚而充满敬意的心去拍摄。我们相信，这也是一个摄影师本真的拍摄姿态。所以，我们愿意告诫步入或即将步入人像摄影领域的摄影师们，技术和技法固然重要，但选择一种什么样的心态与你的拍摄对象相处，才是更重要的事。你最终会发现，你的真诚和敬意会为你带来丰厚的回报。当然，技术和技法仍然是我们实现表现目的的必要手段。所以这一套“人像摄影进行时”，在更大层面上依然是为了解决入门级人像摄影师如何更成熟、成功地表现人像主题而打造的。它从人像摄影最本质的技法和理论入手，将人像摄影技术和技法归纳总结在四个单元中，分别为构图、用光、主体和摄影师的内在修养等，并通过精彩的案例深入细致地进行讲解，简洁而易读，并在字里行间和图例说明中引发读者作更深层次的思考和拓展，达到举一反三的学习效果。



内容简介

人像摄影师要想拍好人像，必须学习和谙熟构图知识。《完美构图》从人像拍摄的若干构图要领和知识理论入手，细致讲解了包括空间透视、简约、画幅、裁切、角度、景深、影调、色彩等精要知识，每一个知识点都可以在细化的案例讲解和图片分析中得到直观和富有成效的理解。这对于具有一定人像拍摄经验的摄影师而言，十分具有借鉴性和启发意义。并且为了帮助较初级的入门读者能够更轻松和深入地理解相关的知识点，特意添加了“延伸阅读”和“技法提高”两个板块的内容，以达到更丰满和系统的讲解效果。尽管作者力图将构图的知识 and 经验精彩地展示出来，但难免有百密一疏和不当之处，还望读者朋友们给予斧正。

人像与透视

我们所拍摄的人物都真实地存在于一种空间中，不管他（她）所在的空间环境是复杂还是简单，他（她）都是具有空间性的。而在摄影中，要想表达空间，真实地还原人物，就一定会涉及透视知识。透视是一种广泛性的存在。正因为它在视觉上具有客观性而无法让人忽视。可以说，每拍摄一幅画面，都无可避免地要对画面的透视关系进行效果上的处理，以使得照片这种二维平面性的视效产生尽可能迷人的空间立体效果。这是照片以二维向三维幻化的必要途径。这几乎适用于各种摄影门类，当然，也包括人像摄影。事实上，当照片产生一种更加接近现实世界的空间存在性时，也往往是其产生最能打动观者的一种魅力的开始。所以，在构置画面时，尽可能地让画面产生透视视效，是构图中一项积极而有效的必要工作。我们可以将其定义为拍摄中的一种基本思维，而它也同样在人像摄影中发挥着显著作用。那么接下来，我们将尝试对透视的相关内容就人像拍摄范畴内进行归纳和分析，以帮助读者找到透视在人像摄影运用上的相关法门，展现人像摄影在画面中的空间魅力。

拍摄器材：尼康 135 照相机，尼克尔 70-200mm 镜头

拍摄数据：快门速度 1/250 秒，光圈 f/4.0，感光度 ISO





透视之于镜头

延伸阅读

透视

透视作为平面艺术的造型手段，其理论是建立在人眼观察空间物体时所产生的透视感觉的基础之上的。从生理结构和视觉功能来看，人的眼睛在观察远近不同距离的物体时，视觉上会产生反应，表现出近大远小、近深远浅、近处清晰远处模糊等视觉规律，而且由于空气和光线的作用，远近物体在立体感、色相、饱和度和反差方面也会产生差异性的变化。

标准镜头

标准镜头的镜头光学结构属于标准型结构，其焦点距离大体与胶片（感光元件）画幅对角线相近。若按视角来区分，大致在 40° ~ 55° 左右的镜头。代表性镜头为 50mm 标准镜头。



50mm 标准镜头

当我们用眼睛观察这个世界的时候，我们的体验是：近处的景物清晰，远处的景物模糊，同大小的景物排列呈近大远小的态势，而铁轨线则是向远处汇聚于一点。这都是透视在空间中的变

近乎平视的角度更加强化了画面的平实感和亲密性。



化形态。但是，用照相机拍摄，是需要依靠镜头来实现的，镜头成为我们取景和观察时的眼睛。那么，镜头对于透视在人像拍摄中会产生什么影响呢？这要从镜头的不同焦距说起。

人物日常和放松的装束以及拥抱小狗的姿态，与标准镜头所具有的朴素视角相得益彰，使画面充满生活的真实情趣和生动魅力。

近乎人眼的视角让我们感受到一种生活的真实感，为这一日常的生活的一景平添了几分亲切和熟悉的味道。

标准镜头

标准镜头的视野与我们人眼最为接近。所以看上去是对于透视最自然真实的一种呈现。许多摄影师选择使用标准镜头拍摄人像，也是看中了标准镜头的这一朴素风格。但是，正因如此，也往往需要摄影师依靠独特和强大的拍摄技巧来弥

补这一镜头所带来的“平凡”效果，使画面在“平凡”的视野下产生不平凡的影像魅力。也就是说，标准镜头是非常考验摄影师观察力的一款镜头。在面对所拍人物时，需要通过独特的观察和构思，巧妙地用光和构图来将人物精彩呈现。



拍摄器材: 尼康 135 照相机,
尼克尔 50mm 镜头
拍摄数据: 快门速度 1/60 秒,
光圈 f/11, 感光度 ISO 200

广角镜头

延伸阅读

广角镜头

广角镜头是指比标准镜头视角更大的镜头。通常，视角大于 60° 时可认为属于广角镜头的范围。根据视场角大小，广角镜头又可分为普通广角镜头、超广角镜头和鱼镜头三种。就35毫米照相机来说，视场角在 $60^\circ\sim 70^\circ$ 范围的镜头为普通广角镜头，多指20mm~45mm焦段的镜头；视角大于 70° 的镜头称超广角镜头，多指15mm~20mm焦段的镜头；视角接近 180° 的镜头称鱼镜头，多指6mm~15mm焦段的镜头。在人像摄影中，最为常用的是普通广角镜头。



24mm 普通广角镜头



8-15mm 超广角镜头



14mm 鱼镜头

广角镜头具有制造大景深、夸张透视效果、变形、扩大视野等能力，焦距越小，这些能力就表现得越强。其中，透视夸张能够显著增强画面的空间感，但对于拍摄对象，也有着改变其形态的内在影响。通常，我们并不希望画面中的人物形态因为广角的变形能力而产生畸变，那么，有什么办法可以尽可能地保持人物正常形态，又能够发挥广角镜头的空间营造能力呢？答案是位置（人物在画面中位置）。广角镜头的透视为球面透视，所以，如果将人物构置于画面的两侧，就

极容易产生拉伸和变形，可以尝试将其尽量安排于画面的中间位置。此外，近距离拍摄的影响也很显著。与人物距离过近也会在人物身上强化镜头的这种透视变形能力，所以与人物保持适当的拍摄距离，可以改善变形效果，这在实际拍摄中可做对应的调整。当然，摄影是一种具有众多表现可能性的艺术，避免变形只是拍摄需要的一种。当我们需富有戏剧性的人物形象和画面效果时，就可以充分发挥广角镜头的这一透视变形能力，达到夸张和冲击的视觉效果。

广角镜头使画面的空间透视效果得到强化——路面的线性透视与树木、楼房的渐减透视带来了鲜明的空间营造效果。

仰视的拍摄角度在强化地面透视的同时，也使人物的身材变得更加修长。



处于画面中间的人物并没有因为广角镜头的夸张效果而发生畸变，相反，她因为被巧妙地安排在了透视的灭点位置上使其在视觉效果上被更加突出了。

站立的人物具有竖线的分割作用，所以在画面的结构上，她还起到了中轴线的作用——画面以其为中心呈左右对称的态势。



拍摄器材：尼康 135 照相机，尼克尔 24-70mm 镜头

拍摄数据：快门速度 1/150 秒，光圈 f/8，感光度 ISO 200