

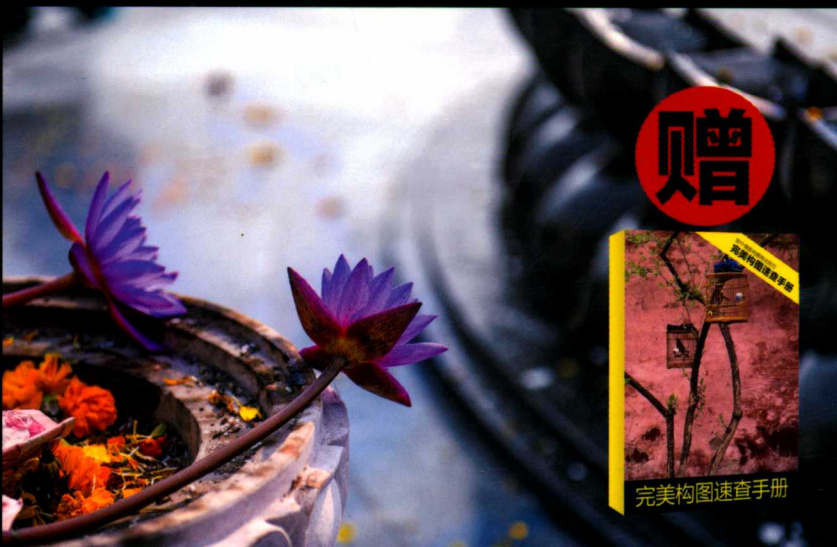
蜂鸟摄影学院 SONY α7/α7R

蜂鸟网 编著



大型DVD
教学光盘

- ◎ 著名影像专家**王林**
独家相机操作教学视频
索尼α7/α7R相机关键设置
- ◎ 著名影像后期专家**李涛**
独家教学视频
数码照片后期处理专业技法
- ◎ 完美摄影构图法则电子书
黄金光线创意选择电子书
经典色彩运用解密电子书



赠





SONY α7/α7 II



蜂鸟网
fengniao.com



蜂鸟摄影学院 SONY α7/α7R 微单摄影宝典

蜂鸟网 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目（CIP）数据

蜂鸟摄影学院SONY α7/α7II微单摄影宝典 / 蜂鸟网编著. — 北京：人民邮电出版社，2015.6
ISBN 978-7-115-38916-9

I. ①蜂… II. ①蜂… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第072070号

内 容 提 要

蜂鸟网是全球最大的中文影像生活门户网站，拥有485万注册网友。蜂鸟网的器材频道以专业严谨而著称，其中蜂鸟数码影像评测室是国内最为专业的评测室。本次蜂鸟网集中了器材频道的优势技术力量，并集合了众多版主和网友的优秀作品形成本书。本书从使用者的角度由浅入深，循序渐进地讲解了SONY α7/α7II的使用和拍摄。

本书共分为19章，细致讲解了SONY α7/α7II的最新技术特点和基础设置，深入解读了SONY α7/α7II相机曝光模式设定的特点及使用方法，对拍摄至关重要的对焦、测光、曝光、感光度、白平衡、图像风格等逐一进行专业剖析，针对微单相机的即时取景和高清短片摄像功能的设置和拍摄技巧也做了详细的介绍。另外，本书还对相机的图片管理和处理技术、闪光灯拍摄技术以及镜头、附件的选择和使用进行了细致入微的讲解。

根据摄影爱好者的需求，本书不仅以大量的篇幅系统讲解了摄影的用光、构图和色彩三大黄金法则，还对常见的风光、人像、花卉小品、夜景、建筑、旅行、动物、创意八大拍摄题材进行逐一阐述。

本书内容丰富，讲解扎实，相信会对广大摄影爱好者和该机型的使用者有极大的帮助。

-
- ◆ 编 著 蜂鸟网
责任编辑 张 贞
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：787×1092 1/16
印张：22.5 2015年6月第1版
字数：648千字 2015年6月北京第1次印刷
-

定价：99.00元（附光盘）

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

目录

SONY α7/α7 II



第1章 认识SONY α7/α7 R /α7S/α7 II 014

- | | |
|--------------------------|-----|
| 1.1 SONY α7数码微单相机正面 | 017 |
| 1.2 SONY α7数码微单相机背面 | 018 |
| 1.3 SONY α7数码微单相机液晶显示屏信息 | 019 |
| 1.4 SONY α7数码微单相机顶部 | 020 |
| 1.5 SONY α7数码微单相机底部 | 020 |
| 1.6 SONY α7数码微单相机侧面 | 021 |



第2章 新机上手第一步

2.1 基础设定

- 2.1.1 设定语言——方便理解相机各项功能
- 2.1.2 设定时区/日期/时间——保留照片的最重要信息

2.2 拍摄设定

- 2.2.1 设置拍摄参数
- 2.2.2 蜂鸣音——对焦完成或自拍时发出提示声
- 2.2.3 无镜头时释放快门
- 2.2.4 自动关机

2.3 通过液晶显示屏掌控拍摄设定

- 2.3.1 液晶显示屏
- 2.3.2 切换液晶显示屏显示的内容

2.4 拍摄前必须检查的设置

- 2.4.1 检查电池电力状态，保证全程拍摄无忧
- 2.4.2 检查存储卡的可用空间，为大量拍摄做准备
- 2.4.3 设置图像存储格式，保证照片质量优良
- 2.4.4 设定白平衡模式，保证色彩的完美体现
- 2.4.5 自动对焦功能设置
- 2.4.6 开启防抖功能
- 2.4.7 保持正确拍摄姿势，保证稳定拍摄

2.5 设定后应及时还原的项目

- 2.5.1 自动对焦
- 2.5.2 拍摄模式
- 2.5.3 曝光补偿
- 2.5.4 白平衡调整

2.6 拍摄中需要随时留意的重要信息

022

024

024

024

025

025

027

027

027

028

028

028

028

028

029

029

029

030

030

030

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031

031



第3章 开始创作——各种照相模式的特点与适用场景 032

3.1 全自动化——AUTO自动模式

- 3.1.1 AUTO自动模式特点
- 3.1.2 AUTO自动模式适用的拍摄场合
- 3.1.3 AUTO自动模式使用技巧

3.2 对号入座——SCN场景选择

- 3.2.1 肖像
- 3.2.2 运动
- 3.2.3 微距
- 3.2.4 风景
- 3.2.5 黄昏
- 3.2.6 夜景
- 3.2.7 手持夜景
- 3.2.8 夜景肖像
- 3.2.9 动作防抖

034

034

034

035

036

036

037

037

038

038

039

039

040

040



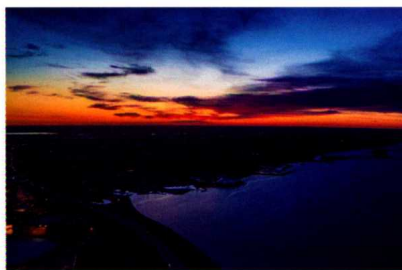


3.3 轻松进入创作状态——P程序自动曝光	041
3.3.1 P程序自动曝光模式特点	041
3.3.2 P程序自动曝光模式适用的拍摄场合： 无需进行特殊设置的题材	041
3.3.3 深入理解P程序自动曝光模式：自动曝光曲线	044
3.3.4 P程序自动曝光模式进阶： 程序转换——利用不同的光圈与速度组合提高作品的表现力	044
3.4 控制画面景深范围——A光圈优先自动曝光	046
3.4.1 A光圈优先自动曝光模式特点	046
3.4.2 理解光圈	046
3.4.3 A光圈优先自动曝光模式适用的拍摄场合：需要控制画面景深	048
3.5 凝固高速瞬间或表现动感——S快门优先自动曝光	050
3.5.1 S快门优先自动曝光模式特点	050
3.5.2 快门与快门速度的含义	050
3.5.3 S快门优先自动曝光模式适用的拍摄场合： 根据主体运动速度可以呈现不同效果	057
3.6 特殊题材的创意效果——M手动曝光模式	059
3.6.1 M模式的特点	059
3.6.2 M模式适用的拍摄场合：摄影师需要完全自主控制曝光	059
3.6.3 B门拍摄	061
3.7 超广阔的视野——扫描全景模式	063

第4章 技术进阶——深度解析SONY α7的功能特色 064

4.1 细致入微——玩转自动对焦	066
4.1.1 自动对焦的基本原理	066
4.1.2 自动对焦的启动与焦点锁定	066
4.1.3 自动对焦的不同模式：根据主体的运动状态合理选择	069
4.1.4 对焦区域设置与自动对焦点选择	073
4.1.5 自动对焦容易失败的几种情况及对策	080
4.1.6 手动对焦（MF）	083
4.1.7 焦点与景深	084

4.2 精准掌控光线——测光与曝光	089
4.2.1 测光：准确曝光的基础	089
4.2.2 SONY α7的测光模式及其适用场合	091
4.2.3 自动曝光与曝光控制	099
4.2.4 DRO动态范围优化：增加细节表现和层次	115
4.2.5 进一步拓展动态范围——HDR	118
4.3 拓展视界——ISO感光度	121
4.3.1 ISO感光度——感光元件对光线的敏感程度	121
4.3.2 预知高感光度带来的噪点现象	127
4.3.3 影响曝光量的第三变量——ISO AUTO（自动感光度控制）	129
4.3.4 合理启用高ISO降噪功能	135
4.3.5 启用长时间曝光降噪功能抑制噪点	139
4.4 色彩由心——白平衡与色温	141
4.4.1 白平衡	141
4.4.2 白平衡的设置	144
4.4.3 灵活使用白平衡设置表现摄影师创意	151
4.4.4 白平衡调整：进一步细微调整照片偏色	153
4.5 数字化胶卷——创意风格	155
4.5.1 创意风格的特点和适用对象	155
4.5.2 修改预设的创意风格参数：对比度、亮度、锐度	161
4.6 直接拍摄后期特效——照片效果	163
4.6.1 玩具相机	163
4.6.2 流行色彩	164
4.6.3 色调分离	164
4.6.4 复古照片	164
4.6.5 柔光亮调	165
4.6.6 局部彩色	165
4.6.7 强反差单色	166
4.6.8 柔焦	166
4.6.9 HDR绘画	167
4.6.10 丰富色调黑白	167
4.6.11 微缩景观	168
4.6.12 水彩画	168
4.6.13 插图	169





第5章 画质的关键——照片存储的相关设定 170

5.1 了解与照片品质相关的术语和概念	172
5.1.1 数字影像最基本的单位——像素	172
5.1.2 感光元件的有效像素与最高像素	172
5.1.3 像素与分辨率	172
5.2 设定照片画质：决定照片后期放大尺寸和品质的关键	173
5.2.1 照片画质的设定项目	173
5.2.2 根据照片的用途设定图像画质	174
5.3 深入解析JPEG格式	175
5.3.1 最常用的有损压缩格式——JPEG格式	175
5.3.2 JPEG格式图像的适用题材	175
5.3.3 使用JPEG格式存储：可以成倍增加可拍摄的照片数量	176
5.3.4 使用JPEG格式高速连拍：可以获得最大连拍数量的照片	176
5.3.5 设置JPEG格式拍摄：优先考虑照片压缩比为优等级	176
5.3.6 以JPEG格式拍摄需要注意的关键设置	177
5.4 进入RAW的广阔空间	178
5.4.1 RAW格式能最大限度地发挥相机的拍摄性能	178
5.4.2 RAW格式的适用题材	178
5.4.3 RAW后期处理的功能简介	179
5.4.4 RAW无法在后期处理的拍摄设置	183
5.4.5 RAW格式照片无法直接展示或输出， 需要转成JPEG或TIFF等通用格式	184
5.4.6 RAW格式照片文件所占存储空间大小适中	185
5.4.7 优先选择最大尺寸图像存储RAW格式	185
5.4.8 使用RAW+JPEG双格式存储： 既有底片又有精彩作品呈现的进阶选择	185
5.5 色彩空间——Adobe RGB与sRGB	186
5.5.1 图像的色彩空间	186
5.5.2 sRGB色彩空间适用于网络展示和扩印照片	186
5.5.3 Adobe RGB色彩空间适合专业摄影领域	187

第6章 所见即所得

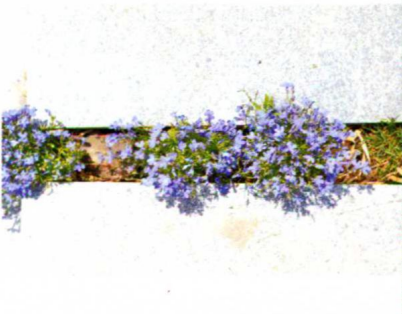
6.1 拓展拍摄领域——充分利用机背液晶屏	190
6.1.1 机背液晶屏与电子取景器	190
6.1.2 机背液晶屏即时取景的优势：让对焦和构图更直观便利	191
6.1.3 液晶屏的信息显示	191
6.1.4 根据需要选择显示内容	192
6.2 机背液晶屏的功能应用	192
6.2.1 网格线辅助精确构图	192
6.2.2 开启数字水平量规，保证建筑摄影的横平竖直	194
6.2.3 开启实时取景显示，通过实时显示观察影像的最终效果	195

第7章 拍摄自己的电影——动态影像

7.1 动态影像设置	198
7.1.1 帧频与视频制式	198
7.1.2 动态影像的分辨率	198
7.1.3 连续拍摄时间	199
7.2 动态影像拍摄	199
7.2.1 简便的动画拍摄——使用自动曝光拍摄短片	199
7.2.2 摄影师参与曝光控制	199
7.2.3 录制动画的快门速度设定原则：防止“卡”片现象	199
7.2.4 利用光圈控制短片的景深	200
7.3 拍摄动态影像的实用技巧	200
7.3.1 对焦方法	200
7.3.2 手动对焦追焦拍摄运动主体	200
7.3.3 一般用途的短片拍摄，使用相机内置麦克风录制声音	200
7.3.4 拍摄风光、花卉等素材，可以关闭录音	201
7.3.5 另配3.5mm接口的外接麦克风可以录制高品质音效	201

第8章 制造光线——闪光灯

8.1 闪光灯的基本功能原理	204
8.1.1 闪光指数（GN）与闪光距离	204
8.1.2 TTL闪光	204
8.2 闪光灯的使用	205
8.2.1 闪光灯的应用范围	205
8.2.2 选择闪光模式	206
8.2.3 减轻红眼	207
8.2.4 低速同步	207
8.3 明暗由心的进阶闪光摄影	208
8.3.1 闪光灯的配备原则	208
8.3.2 设置闪光同步速度	208
8.3.3 闪光补偿设置	209
8.3.4 无线闪光	209



第9章 第三只眼——镜头的选择与使用技巧 210

9.1 关于镜头的基本知识	212
9.2 镜头焦距与视角	213
9.3 镜头的类型	217
9.4 SONY镜头技术特点	217
9.4.1 镜头卡口	217
9.4.2 传感器规格	218
9.4.3 高品质光学镜片	218
9.4.4 其他特色	219
9.5 SONY α系列镜头简介	220
9.6 根据拍摄题材选择镜头	226
9.7 镜头的合理搭配	226
9.8 相关的附件与辅助器材	227



第10章 摄影好帮手 228

10.1 三脚架与独脚架	230
10.1.1 三脚架的结构	230
10.1.2 三脚架的选择要点	231
10.1.3 推荐配置	231
10.2 摄影包	233
10.3 滤镜之选	235
10.3.1 保护镜	235
10.3.2 偏振镜	236
10.3.3 渐变镜	237
10.3.4 中灰镜	238
10.4 常用附件	239
10.5 使用保养常识	241
10.5.1 使用与保管	241
10.5.2 维护与清洁	242



第11章 摄影技术基础——用光、构图与色彩244

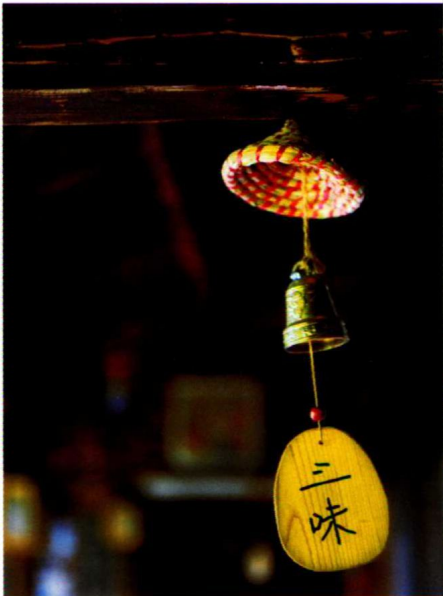
11.1 光线——摄影师的画笔	246
11.1.1 光线的类型	246
11.1.2 光线的方向	249
11.1.3 光线的角度	252
11.1.4 光线的强度	252
11.1.5 光线的色调	254
11.2 构图——画面的结构	256
11.2.1 构图的基本法则	256
11.2.2 构图的要素	259
11.2.3 常用的构图形式	262
11.2.4 构图中的对比关系	264
11.3 色彩——视觉的语言	266
11.3.1 色彩概论	266
11.3.2 色彩来自光线	266
11.3.3 色彩的基本倾向	267
11.3.4 色彩三要素：色相、明度、饱和度	269

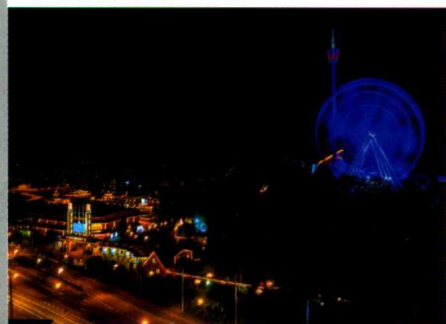
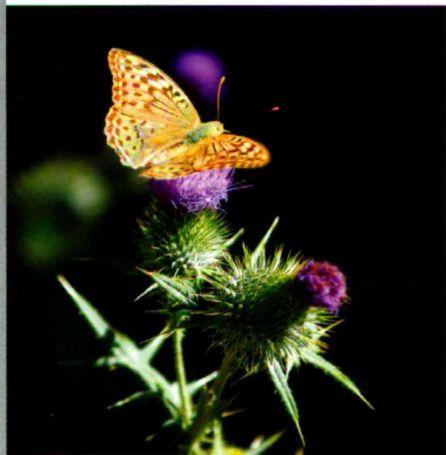
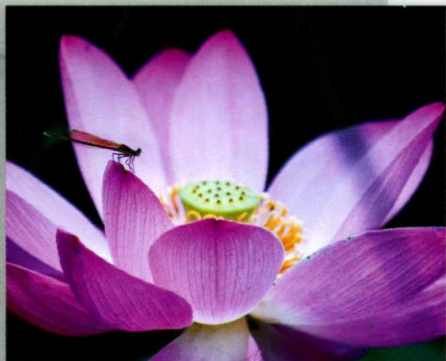
第12章 风光摄影272

12.1 广袤辽阔的风景	
——曝光补偿（增加曝光量）·手动选择对焦点·虚拟水平仪	274
12.2 气势恢宏的西部风光	
——小光圈大景深·DRO动态范围优化·创意风格：风景	277
12.3 日落的辉煌	
——多重测光·曝光补偿（减少曝光量）·阶段曝光	280
12.4 捕捉天际的余晖	
——点测光·曝光补偿·核准曝光数据	282

第13章 人像摄影286

13.1 唯美风格女性人像	
——大光圈虚化背景·手动选择自动对焦点·闪光灯补光	288
13.2 时尚另类风格	
——广角透视·转换拍摄视角	291
13.3 抓拍儿童的活泼瞬间	
——中长焦镜头特写·连拍功能·创意风格：肖像	293
13.4 街头抓拍	
——自动选择对焦点·高速连拍	295
13.5 随心所欲的光线	
——使用闪光灯补光·强制闪光·人造光源	296
13.6 色彩与色调倾向	
——自定义白平衡·创意风格：黑白/棕褐色	298
13.7 造型与构图	
——AF-C连续伺服对焦·对焦区域·网格线辅助构图	300



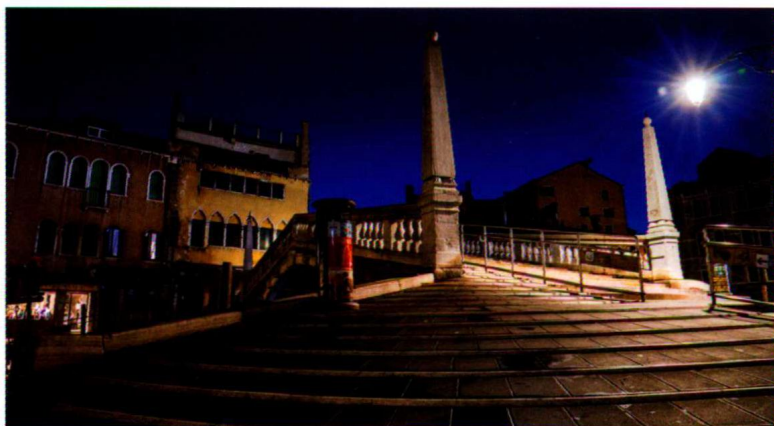


第14章 花卉小品摄影 302

- 14.1 花朵上的昆虫
——长焦镜头·广域对焦区域·连拍 304
- 14.2 拍摄户外花卉作品
——先构图后对焦·DRO动态范围优化 306
- 14.3 镜头焦距的选择
——广角镜头·中长焦镜头·微距镜头近摄 308
- 14.4 精确把握画面的视觉中心
——手动选择对焦点·开启即时取景 311
- 14.5 精心选取拍摄角度展现最佳形态
——仰角拍摄·俯视拍摄·选择背景 312
- 14.6 常用的辅助手段
——逆光突出质感·色彩的运用 315

第15章 夜景摄影 316

- 15.1 斗转星移
——B门·长时间曝光降噪·闪光灯补光 318
- 15.2 拍摄建筑夜景
——启用即时取景·开启取景器网格显示 320
- 15.3 弱光拍摄
——手动对焦·高ISO降噪·长时间曝光降噪 322



第16章 建筑摄影 324

- 16.1 对称与平衡——取景器网格线显示·虚拟水平仪 327
- 16.2 判断构图的好方法——可旋转液晶屏 328
- 16.3 利用镜头透视感营造画面
——超广角镜头·特殊视角·利用透视变形 330
- 16.4 利用不同光线的特点——点测光·手动设定色温 332
- 16.5 充分利用工具
——三脚架·高ISO感光度·防抖镜头 334



第17章 旅行纪实

336

17.1 轻松随意的拍摄形式

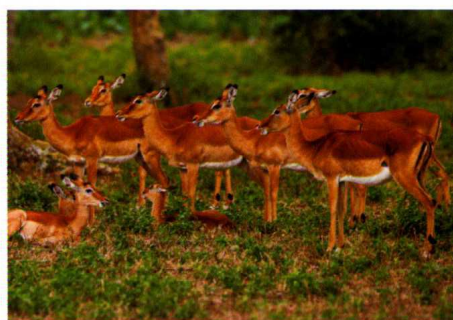
——P程序自动曝光模式·自动感光度控制·防抖镜头

338

17.2 充分发挥相机的高性能

——连续伺服自动对焦 (AF-C) ·高速连拍

340



第18章 动物摄影

342

18.1 拍摄野生动物

——长焦远摄镜头·连拍·广域对焦区域·DRO动态范围优化

345

18.2 鸟类摄影

——远摄镜头+增距镜·连续伺服自动对焦·高速快门·连拍

348

18.3 动物拍摄的常用技巧

——中长焦特写·大光圈虚化·角度与光线·记录环境

350

18.4 野外昆虫摄影

——长焦+微距·小光圈·点测光·景深控制·背景的选择

353



第19章 创意摄影

356

19.1 静谧的山谷——精准控制曝光·创意风格：黑白

358

19.2 强烈明暗对比——散点式构图·剪影造型·强化镜头暗角

359



J41/537

蜂鸟网
fengniao.com



蜂鸟摄影学院 SONY α7/α7R 微单摄影宝典

蜂鸟网 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

蜂鸟摄影学院SONY α7/α7II微单摄影宝典 / 蜂鸟网编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2015.6
ISBN 978-7-115-38916-9

I. ①蜂… II. ①蜂… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第072070号

内 容 提 要

蜂鸟网是全球最大的中文影像生活门户网站,拥有485万注册网友。蜂鸟网的器材频道以专业严谨而著称,其中蜂鸟数码影像评测室是国内最为专业的评测室。本次蜂鸟网集中了器材频道的优势技术力量,并集合了众多版主和网友的优秀作品形成本书。本书从使用者的角度由浅入深,循序渐进地讲解了SONY α7/α7II的使用和拍摄。

本书共分为19章,细致讲解了SONY α7/α7II的最新技术特点和基础设置,深入解读了SONY α7/α7II相机曝光模式设定的特点及使用方法,对拍摄至关重要的对焦、测光、曝光、感光度、白平衡、图像风格等逐一进行专业剖析,针对微单相机的即时取景和高清短片摄像功能的设置和拍摄技巧也做了详细的介绍。另外,本书还对相机的图片管理和处理技术、闪光灯拍摄技术以及镜头、附件的选择和使用进行了细致入微的讲解。

根据摄影爱好者的需求,本书不仅以大量的篇幅系统讲解了摄影的用光、构图和色彩三大黄金法则,还对常见的风光、人像、花卉小品、夜景、建筑、旅行、动物、创意八大拍摄题材进行逐一阐述。

本书内容丰富,讲解扎实,相信会对广大摄影爱好者和该机型的使用者有极大的帮助。

-
- ◆ 编 著 蜂鸟网
责任编辑 张 贞
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 22.5 2015年6月第1版
字数: 648千字 2015年6月北京第1次印刷
-

定价: 99.00元(附光盘)

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

前言

近5年是数码影像器材空前发展的5年，很多家庭、摄影爱好者、影像从业人员都在这段时间初次购买或多次升级了手中的影像器材。很多国内购买者都有这样的一个习惯，希望在自己可以承受的价格范围内购买最贵的器材，实际花费超出之前预算的情况也是屡见不鲜。而国外的摄影爱好者和摄影师要理智很多，常见到国外的职业摄影师拿着中低端摄影器材进行拍摄。

究其原因，我想与老百姓生活水平的提高和对兴趣爱好的追求有很大关系。如果经济能力可以承受，选择更高级别的摄影器材当然更好。

不过，升级一款更高级别的器材，却不如将手中的器材使用好来得实在。多数使用者仅仅使用了相机1/10的功能，如何将相机已有功能发挥好？如何通过拓宽思路和提升手法来提高作品的价值和拍摄成功率？这是比升级一款新器材更值得思考的事情。

从2012年开始，蜂鸟网开始涉及摄影类图书的出版，《蜂鸟摄影学院微单摄影宝典》经过一年多的热卖取得了不错的成绩。在2014年年初，我们又从摄影器材的角度出发，以服务网友为己任，出版了这系列以摄影器材介绍为主的图书。2015年，我们再次丰富本系列书的产品，务求使更多的摄影爱好者能从中受益。我们希望大家在关注摄影器材选择的同时，将更多的精力放在对摄影本身的追求上。

最后，值此器材书上市之际，我们要感谢广大网友、读者关注蜂鸟网，信任蜂鸟网在器材类图书上能为大家提供帮助，另外还要感谢人民邮电出版社对摄影类图书的大力支持。

——蜂鸟网总编 窦瑞冬