

佳能

CAPA 摄影教室

(日) 株式会社学研控股 编著

EOS 7D

特别附赠

EOS Moive
光盘+手册

完全实用手册 实践篇

用19点自动对焦、8张/秒连拍速度
抓取美妙瞬间

约1800万像素、ISO6400的
高画质拍摄精彩照片

视野率高达100%的取景器
实现更精准的构图

防尘防滴的高品位机身
随时随地安心拍摄



风景、人像、运动、抓拍等等

无论面对何种拍摄场景，
均能运用EOS 7D的最高性能，创作崭新摄影作品！

超级实用的技巧指南！

中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

中青学研

佳能

EOS 70

完全实用手册

佳能公司 佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司



佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

佳能（中国）有限公司

Canon EOS7D Super Book jissenkatuyouhen

© Gakken Publishing 2009

First published in Japan 2009 by Gakken Publishing Co., LTD., Tokyo

Chinese simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co., Ltd.

律师声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由日本株式会社学研控股授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

侵权举报电话：

全国“扫黄打非”工作小组办公室

010-65233456 65212870

<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社

010-59521255

E-mail: law@cypmedia.com

MSN: chen_wenshi@hotmail.com

短信防伪说明

本图书采用出版物短信防伪系统，读者购书后将封底标签上的涂层刮开，把密码（16位数字）发送短信至 106695881280，即刻就能辨别所购图书真伪。移动、联通、小灵通发送短信以当地资费为准，接收短信免费。

短信反盗版举报：编辑短信“JB，图书名称，出版社，购买地点”发送至 10669588128。客服电话：010-58582300

版权登记号：01-2010-4389

图书在版编目(CIP)数据

佳能 EOS 7D 完全实用手册. 实践篇 / 日本株式会社学研控股编著；陈涵石译. —北京：中国青年出版社，2010.6

(CAPA 摄影教室)

ISBN 978-7-5006-9342-0

I. ①佳... II. ①日... ②陈... III. ①数字照相机：单镜头反光照相机—摄影技术—技术手册 IV.

① TB86-62 ② J41-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 092749 号

佳能EOS 7D完全实用手册 实践篇

出版发行： 中国青年出版社

地 址：北京市东四十二条21号

邮政编码：100708

电 话：(010) 59521152 / 59521269

传 真：(010) 59521133

企 划：北京中青学研教育科技有限公司

责任编辑：肖 辉 蔺 扬

美术编辑：梁代英 马 爽

印 刷：北京日邦印刷有限公司

开 本：889×1194 1/16

印 张：7

版 次：2010年07月北京第1版

印 次：2010年07月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5006-9342-0

定 价：45.00元

本书如有印装质量问题，请与本社联系

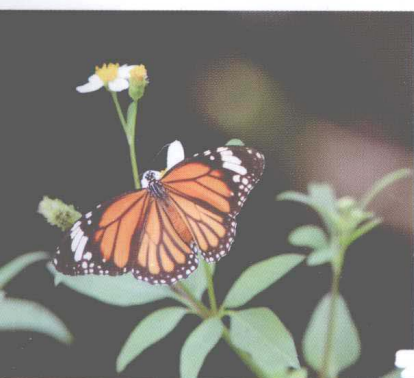
电话：(010) 59521152 / 59521269

读者来信：capa@capacamera.com

如有其他问题请访问我们的网站：www.capacamera.com

“北京北大方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面用字包括：方正兰亭系列字体



佳能

EOS 7D

完全实用手册 实践篇

风景篇·人像篇·体育篇·抓拍篇
超级实用的技巧指南

佳能

EOS 7D

完全实用手册

实践篇

CONTENTS



6 Introduction

Part 1

7D活用之重要功能篇

摄影·文字：伊达淳一

10 【Gallery】红叶×EOS 7D

12 EOS 7D功能一览

整理一下EOS 7D极其繁多的功能吧

14 伊达淳一之EOS 7D自定义功能

个性化定制EOS 7D，使其在拍摄中操作更加便利

16 伊达淳一的控制按钮自定义设定

从快门按钮到多功能控制钮，构筑完全属于自己的EOS 7D

18 精通色调与曝光控制

灵活运用ALO与高光色调优先功能

20 白平衡校正+照片风格

在白平衡与照片风格间纵横驰骋，中意色彩信手拈来

22 需要技巧才能掌握的iFCL测光

与自动对焦点保持联动，将主要被摄体亮度反映到曝光中

23 林林总总，用来校正镜头性能的各项功能

机身支持周边光量校正，倍率色差则需要通过DPP完成

24 进化后的19点自动对焦与对焦区域选择模式

灵活运用威力增强后的7D的自动对焦功能

26 检验EOS 7D的高感光度降噪功能

“标准”设定下，在降噪与分辨率间拥有最佳平衡

28 检验EOS 7D的图像传送速度！

在三款最新Sandisk CF卡上表现如何？

Part 2

人像篇

摄影·文字：增田贤一

30 【Gallery】人像×EOS 7D 增田贤一

32 EOS 7D（人像）摄影中的活用要点

34 19点自动对焦与iFCL测光

将曝光与对焦对焦点的选择交给相机完成

36 自动对焦点的手动选择

可在任意需要合焦的位置进行精确对焦

38 灵活运用高速连拍性能

在精彩瞬间大量拍摄，并从中寻找最佳的一张

40 使用实时取景功能进行拍摄

为了实现更细致精准的对焦

42 进一步使用高画质/高感光度

常用感光度达到ISO100~6400，可拍摄场景大幅度拓展

44 ALO及白平衡、照片风格

积极使用各种机内校正功能

46 超高感光度在夜间的实践运用

在夜景人像拍摄中积极使用高感光度

- 48 **利用内置闪光灯实现无线引闪**
EOS数码相机首次搭载外接闪光灯控制功能
- 50 **千变万化的多灯无线引闪拍摄**
调整内闪与外闪的光比，改变画面效果

Part 3 风光篇

- 52 **【Gallery】风光×EOS 7D 工藤智道**
- 54 **EOS 7D（风光）摄影中的活用要点**
- 56 **人工智能伺服AF&高速连拍**
改变风光摄影传统理念，用体育摄影的方式进行拍摄
- 58 **良好的握持感与AF的机动性**
有意识地使用手持拍摄，创作崭新风光作品
- 60 **高感光度画质**
灵活运用高感光度低噪点画质，拓宽风光摄影领域
- 62 **点测光**
使用点测光，追求“最适当的曝光”
- 64 **±5档的曝光补偿**
大胆控制风光摄影中的明暗补偿，拓展自由影像世界
- 66 **实时显示功能**
在使用三脚架精心拍摄时，可运用实时显示功能
- 68 **RAW与照片风格**
获得随心所欲的色调与层次效果
- 70 **EF可交换镜头的灵活运用**
活用高性能镜头，拍摄美丽风光
- 71 **带着“行动派”单反7D，去拍摄崭新的风光吧**

Part 4 体育·运动物体篇

- 摄影·文字：获原利一、山崎友也、加贺和哉
- 74 **【Gallery】体育×EOS 7D 获原利一**
- 76 **【Gallery】铁道×EOS 7D 山崎友也**
- 78 **EOS 7D（体育·运动物体）摄影中的活用要点**
- 80 **AF·连拍功能 ①高速连拍**
最适合拍摄体育比赛及铁道等运动物体的8张/秒连拍
- 82 **AF·连拍功能 ②单点自动对焦·自动对焦点扩展**
任意选择自动对焦点进行精确合焦
- 84 **AF·连拍功能 ③区域自动对焦**
利用区域内的多个自动对焦点追踪被摄体
- 86 **AF·连拍功能 ④自动对焦注册功能**
只要事先进行注册，即可在瞬间切换到指定自动对焦点的秘技大公开！
- 88 **AF·连拍功能 ⑤被摄体追踪灵敏度·对焦点注册**
用于迅速追踪被摄体的自定义技巧

- 90 **自动ISO感光度**
确定光圈与快门速度后，由相机自动选择ISO感光度
- 92 **网格线·电子水准仪的灵活运用**
使实时智能取景成为构图的必备工具
- 94 **APS-C感光元件**
使用同一镜头时，APS-C的7D可以拍得更近

Part 5 庆典·抓拍篇

- 摄影·文字：西村春彦
- 96 **【Gallery】庆典·祭祀×EOS 7D 西村春彦**
- 97 **EOS 7D（庆典·抓拍）摄影中的活用要点**
- 98 **选择使用“19点自动对焦”或“区域自动对焦”**
利用“以平面进行对焦”的自动对焦功能，应对突发场景
- 100 **自动对焦点选择模式“单点自动对焦”**
灵活运用19个对焦点，用最佳构图进行拍摄
- 102 **高感光度画质①**
运用高感光度下的高画质优势，
拍摄清晰的室内庆典场景
- 104 **高感光度画质②**
夜间庆典中，充分运用高感光度进行拍摄
- 106 **高速连拍·曝光补偿提高场景应对能力**
夜晚场景中，连拍与曝光补偿功能带来良好的应对能力
- 108 **抓拍摄影中效果明显的功能**
利用防止高光溢出的高光色调优先功能与“定点自动对焦”进行精确拍摄



Gakken Camera Mook

佳能

EOS 7D

完全实用手册

实践篇

风光、人像、体育、抓拍 etc

无论何种场景，
皆可运用7D的最高端性能，
创作出崭新的摄影作品！



CANON
EOS 7D

完全实用手册

实践篇

[Introduction]

面对拥有“世界最高水平”拍摄能力的7D，如何才能充分发挥其强大威力，在各种拍摄场景中获得属于自己的“最完美照片”呢？

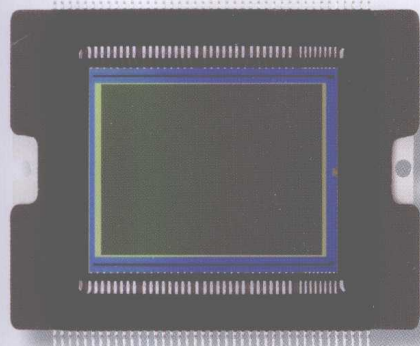


约1800万像素CMOS感光元件带来的高精细影像

常用感光度达到ISO6400的高感光度画质表现

8张/秒的高速连拍能力

崭新的高性能·高精度19点AF系统



只要掌握“熟练运用的关键点”，超高性能的相机完全可以在我们手中运用自如

充分发挥EOS 7D的高性能优势，拍摄“我们心中的完美照片”

“在体育比赛或庆典活动中，希望抓住转瞬即逝的精彩瞬间。”

“希望能拍摄到更为清晰、更为细腻的照片。”

“希望在黄昏或夜晚这样的昏暗环境中进行拍摄。”

当我们沉醉于摄影所带来的各种乐趣时，就会越来越多地遇到“要是能这样拍就好了”的情况。这并不是什么奢望，而是真正热爱摄影的人们心中纯粹而真诚的渴望。

给予摄影爱好者们答案的，正是佳能引以为傲的新款中端数码单反相机“EOS 7D”。

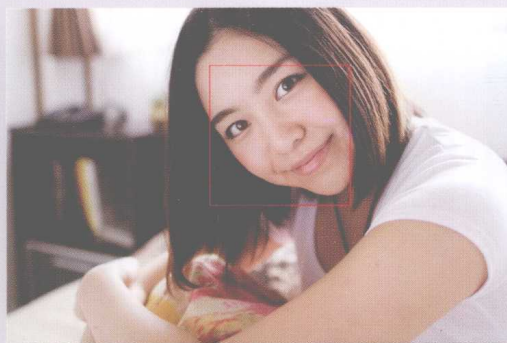
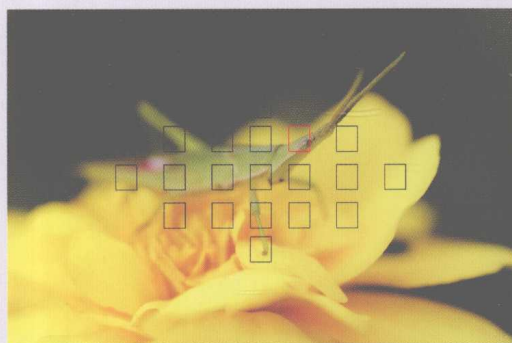
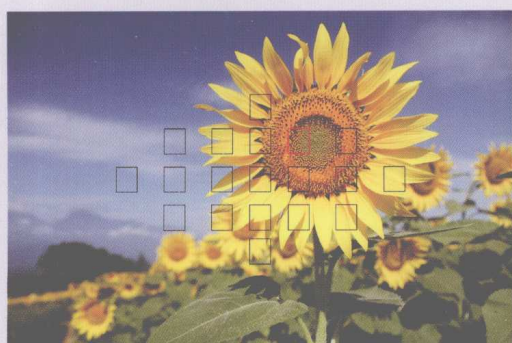
约1800万有效像素的CMOS感光元件与DIGIC4图像处理引擎，带来了细腻而丰富的画质。而且，即使在ISO3200、ISO6400这样的“超高感光度”下，7D仍然具备低噪点且层次良好的高感光度性能。

无需使用手柄电池，仅机身即可达到8张/秒这一令人惊异的高速连拍。再加上全部对焦点均为十字对焦的崭新19点AF系统，在捕捉快速运动物体方面的能力已经达到了专业机型的水平。

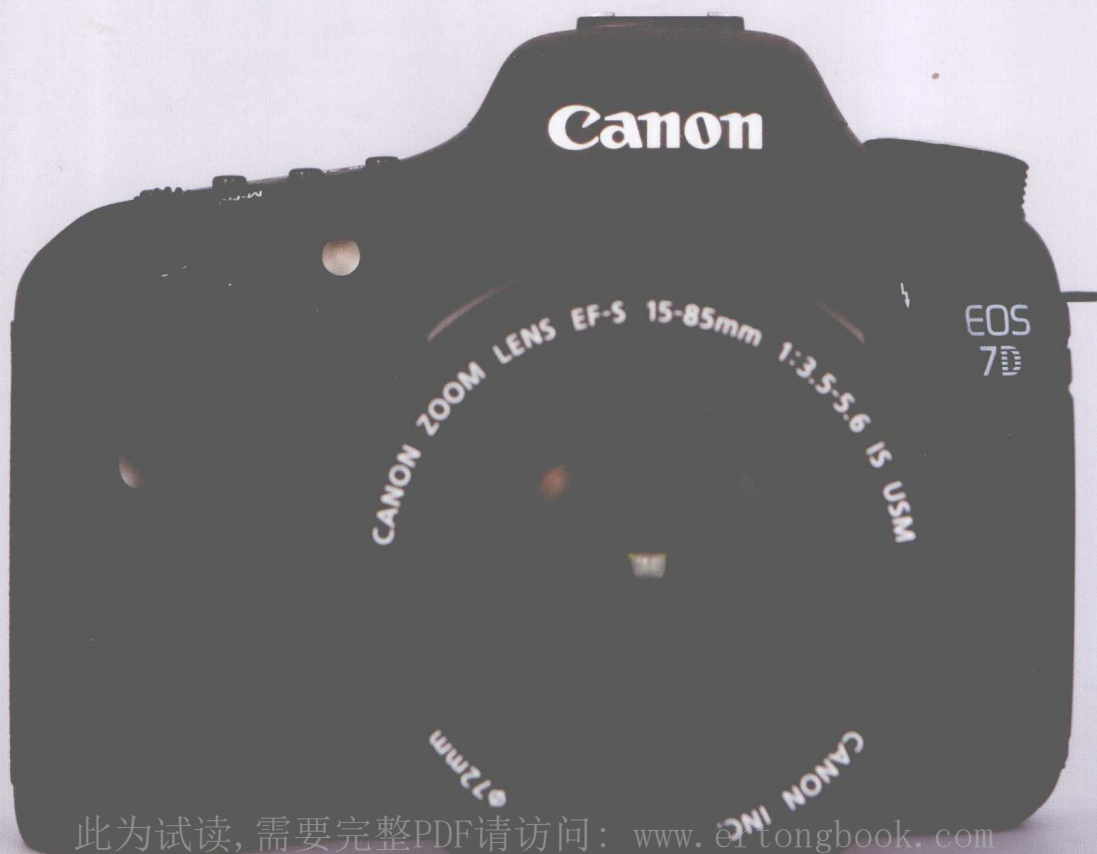
EOS 7D的特长，正在于提供了足够强大的功能，令机身所具备的极高性能可以得到充分的发挥。换言之，根据不同的拍摄题材与场景，只要我們了解“如何使用某一功能来发挥机身的某项高性能优势”，就可以借助7D的强大威力，去实现那原本无法完成的“要是能这样拍就好了”的愿望。

在这本“实践篇”中，我们将详细解说“发挥相机高性能优势”的实际用法。希望读者们能与EOS 7D一起，朝着崭新的拍摄领域迈出坚实的一步。





掌握不同拍摄领域中EOS 7D的“有效运用方法”



Part 1 7D活用之重要功能篇

仿佛要与EOS 系统的两位数机型划清界限一般，EOS 7D搭载着大量崭新功能闪亮登场。这里，我们将从EOS 7D的丰富功能中选择最为重要的部分，详细说明其具有实践意义的运用方法。各种功能及操作部件的可定制性也是EOS 7D的重要特征，我们将一起介绍伊达淳一所推荐的自定义设定。

摄影·文字：伊达淳一

模特：服部Reona (Union Entertainment)

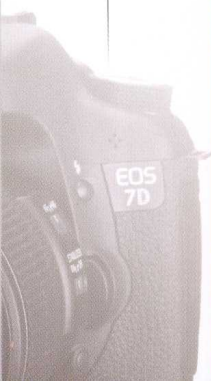
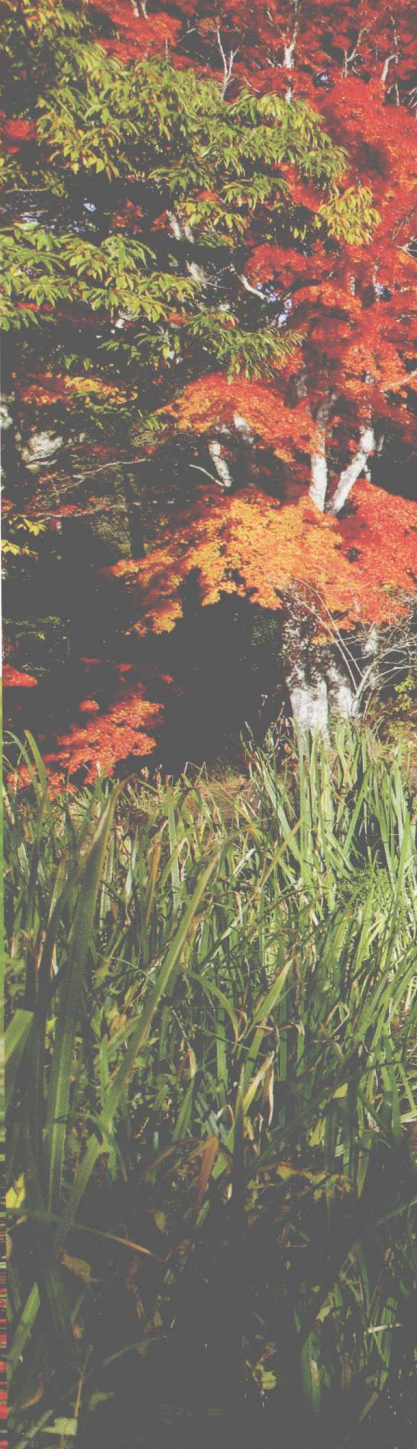
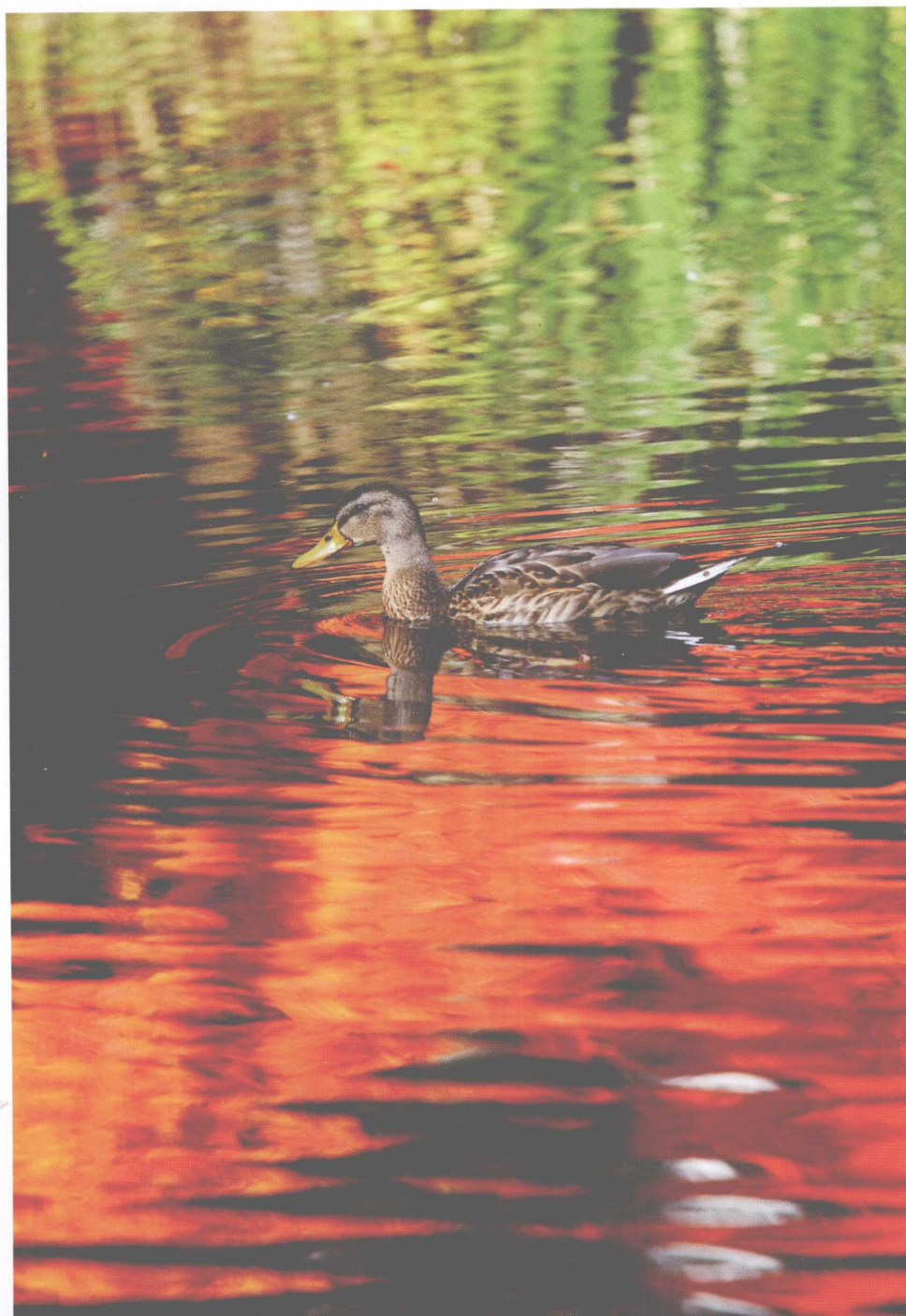


红叶 × EOS 7D

这是轻井泽云场池的红叶。因为拍摄时间临近清晨，所以在设定白平衡时，直接将色温指定为4800K，令蓝天更蓝，来衬托红叶的红色。由于红叶部分仅占画面的1/4左右，在以往机型上使用广角镜头拍摄鲜艳的红叶时，往往会令画面分辨率降低。但借助于EOS 7D高达1800万的像素数，使用大光圈标准变焦EF-S 17-55mm F2.8 IS USM镜头收缩2档光圈进行拍摄时，得到了极其锐利的画面表现。

Canon EOS 7D / EF-S 17-55mm F2.8L IS USM / 光圈优先
F5.6 1/80秒 EV-1.0 ISO100 白平衡: 4800K

倒映在池水中的红叶非常漂亮。在这张照片中，我以鸭子为主体进行构图拍摄。正好照片风格中新增了一个“红叶”设定选项，为了强化红色的表现力，这里选用“红叶”风格进行拍摄。
Canon EOS 7D / EF 70-200mm F4L IS USM+增距镜
EF 1.4×II / 光圈优先 F5.6 1/500秒 EV-0.3 ISO320 白平衡: 日光





除红叶之外，金黄色的树叶也非常漂亮。相机通常对黄色非常敏感，只要稍微出现过曝倾向，就会导致非常强烈的高光溢出。因此，这里通过降低曝光补偿来进行拍摄。在白天阳光下拍摄，将白平衡设定为“日光”模式是最基本的操作方法。

Canon EOS 7D / EF 70-200mm F4 IS USM / 光圈优先 F6.3 1/200秒 EV-0.3 ISO100 白平衡：日光

整理一下 EOS 7D 极其繁多的功能吧

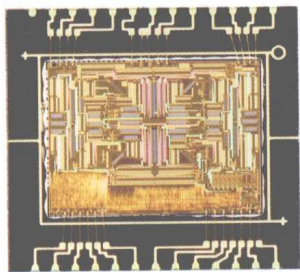
EOS 7D装载有大量崭新功能。

这里，我们将对EOS 7D极为丰富的功能进行整理。请注意，关于基本功能的介绍，请参考本书的姐妹篇——《佳能EOS 7D完全实用手册 功能篇》



AF·驱动模式

- 19点全十字AF感应器
- 对焦区域选择模式
- 人工智能伺服自动对焦 II
- 8张/秒高速连拍
- 横向/纵向自动对焦点设定
- 自动对焦点注册功能

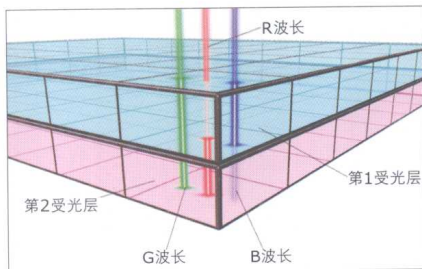


EOS 7D在所有19个对焦点上均配置了可同时检测纵横双向线条的十字感应器。而且，所有对焦点均支持F5.6光圈，不仅在使用大光圈镜头时可享受十字对焦带来的畅快体验，即使在使用普及型变焦镜头时也同样可以实现高速对焦。

EOS 7D以EOS 系统中APS-C画幅最强大的19点十字AF与8张/秒高速连拍而著称于世。同时，EOS 7D还搭载有定点AF及区域AF等以往EOS系统上从未出现过的对焦区域选择模式，在任何拍摄领域中均能轻松实现高精度AF拍摄。另外，迄今为止仅在旗舰机型上才会提供的人工智能伺服自动对焦时的AF特性及对焦/连拍速度的优先关系等设定项目也已在EOS 7D上搭载。人工智能伺服自动对焦也已进化到II代，除前后方向外，在横向位置上也可以精确捕捉被摄体。

测光·曝光·感光度

- 63分区双层测光感应器
- iFCL测光系统
- 与AF信息联动的测光算法
- 4种测光方式
- 曝光补偿范围高达 ± 5 档
- 常用ISO感光度达到100~6400



新开发的63分区双层测光感应器可分别对红色及蓝色光线进行测定。与以往的测光方式相比，对红色被摄体的曝光精度得到了提升。

即使在像素数提升到1800万之后，EOS 7D仍然实现了ISO 100~6400的常用感光度范围，甚至在扩展设定下还可以达到ISO 12800。同时，完美支持ISO 100这样的低感光度也是EOS 7D的重要特征。曝光补偿的设定范围大幅度扩展到 $\text{EV} \pm 5$ ，拍摄者无需切换到手动曝光模式即可获得随心所欲的过曝或欠曝效果。AEB的设定范围也同时扩展到 $\text{EV} \pm 3$ 。在可识别色彩的新型测光感应器与AF信息基础上实现的新的评价测光（iFCL测光）系统，令曝光精度得到进一步提升。



操作性·机身各部件

- 速控屏幕
- 自定义控制按钮
- 可覆盖15mm广角的内置闪光灯
- 外置闪光灯控制功能
- 大容量锂离子电池
- 3.0英寸92万点“Clear View液晶Ⅱ”
- 支持UDMA6的CF卡插槽
- 静音·低振动拍摄
- 镁合金外壳
- 防尘防滴结构

取景器

- 智能信息显示光学取景器
- 约100%视野率的取景器
- 取景器放大倍率约1.0倍



EOS 7D采用轻巧坚固的镁合金外壳。表面涂层及手柄覆皮均具有高端机型所特有的高级感。

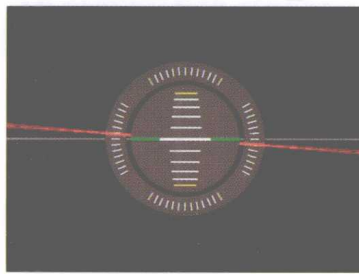
视野率约100%的取景器、仅在必要的时候显示必要信息、由背透式液晶面板实现的智能信息显示光学取景器、3.0英寸92万点高精度液晶显示屏、比50D更强大的防尘防滴结构的机身等等，这些均使EOS 7D成为一台基础结构十分强悍的旗舰单反机型。而且，利用EOS 7D操作按钮的自定义功能，还可以根据拍摄者的操作习惯或拍摄场景，为相机的主要操作按钮及电子拨盘分配不同的功能，非常便于使用。

影像·层次

- 1800万像素CMOS感光元件
- 共计27种记录画质
- 高精度白平衡
- 照片风格
- 自动亮度优化
- 高光色调优先
- 镜头周边光量校正

实时显示·短片拍摄

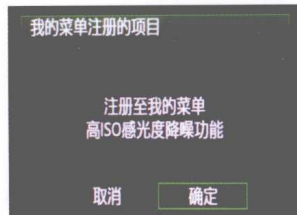
- 实时显示拍摄/短片拍摄切换按钮
- 实时显示AF
- 双方向电子水准仪
- 全高清短片拍摄
- 曝光模拟



实际用过7D的双方向电子水准仪后，即可深切感受到其便利性。用过EOS 7D再使用其他EOS系列数码相机时，甚至会因为其不具备电子水准仪功能而感到不满。

自动亮度优化功能在手动曝光时效果明显，将其与略欠的曝光组合使用时，可令照片出现高光溢出或暗部死黑的几率降低。另外，EOS 7D还新增设了实时显示/短片拍摄用的专用按钮。无论处在何种拍摄模式下，均可通过一键操作迅速切换到实时显示或短片拍摄模式。视频拍摄当然也已支持全高清。同时，EOS 7D还装备了双方向电子水准仪，不仅支持左右方向，同时还支持前后方向上的倾斜检测。可同时在液晶显示屏与取景器中显示的电子水准仪无疑是拍摄时的便利工具。

将常用功能注册到“我的菜单”中



伊达淳一的“我的菜单”中的注册项目

- 高ISO感光度降噪功能
- 高光色调优先
- 自动亮度优化
- 人工智能伺服追踪灵敏度
- 人工智能伺服自动对焦追踪方式
- 自动对焦微调

将需要频繁调用的菜单项目注册到“我的菜单”中，可以省去在多层菜单中来回寻找的麻烦，迅速进入所需的功能设定界面。

左边列表中的内容就是我在EOS 7D上注册的“我的菜单”内容。事先将需要频繁改变设定值的项目注册到“我的菜单”中，即可根据拍摄场景与不同被摄体，迅速改变设定值并进行拍摄。

通过“速控屏幕”调整拍摄功能及参数，使设定更为方便

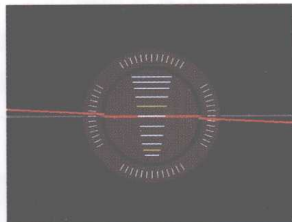
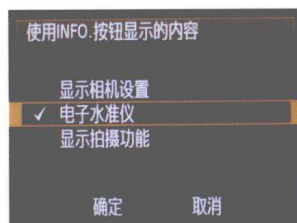


若希望通过SET按钮打开“速控屏幕”，必须在控制按钮自定义功能中，将SET按钮的作用设定为打开速控屏幕。



机身背面的左肩部位虽然提供了用来打开速控屏幕的专用按钮，但淳一还是推荐大家通过控制按钮自定义功能，将SET按钮设定为打开“速控屏幕”之用。这样可以直接用右手拇指的单键操作进入速控屏幕，不会影响到左手对镜头的支撑，在保持相机稳定的同时又可快速进入速控屏幕并进行操作。

“INFO按钮所显示的内容”同样可以定制



仅将INFO按钮显示内容设定为电子水准仪，即可令INFO按钮成为电子水准仪专用的ON/OFF显示按钮。拍摄信息显示功能完全可以交给速控屏幕去完成。

仅保留电子水准仪选项，去除“显示相机设置”和“显示拍摄功能”的选项，即可在按下INFO按钮时立即显示双方向电子水准仪。需要确认与拍摄功能相关的设定状况时，可以将SET按钮设定为速控屏幕功能，利用SET按钮迅速进行各项设定的确认与变更。如果希望总是在液晶显示屏上显示拍摄信息，则可选中“显示拍摄功能”这一选项。

根据自己的拍摄习惯及不同被摄体的情况，彻底改变初始设定值

EOS 7D搭载有各种不同用途的功能，而拍摄者则可以根据自己的拍摄习惯及不同被摄体的情况，自由改变相机的设定值。

比如，在7D的初始设定中，高ISO感光度降噪功能及自动亮度优化（ALO）的设定值均为“标准”，而我一般喜欢将两者设定为“关闭”。不过，在某些既需要降噪又需要获得足够分辨率的场景中，我可能会将降噪功能

设定为“标准”。在某些高光比场景中，当单纯的曝光调整显得捉襟见肘时，也可能会需要将ALO设定为“强”。对于这些经常需要改变设定值的功能，可以将它们事先注册到“我的菜单”中，以省去在多层菜单中来回翻找的麻烦。

另外，7D虽然提供了速控屏幕专用按钮，但我还是习惯通过SET按钮来打开速控屏幕，因为5D Mark II及50D上也是通过SET按钮来打开速控屏幕的。这样的设定可以保证不同机型间操作习惯的统一，而且我也很喜欢右手拇指单键操作即可直接打开速控屏幕的感觉。