

数码摄影手册



敖国兴著

上海人民美術出版社


DIGITAL CAMERA INSTRUCTION BOOK

SHANGHAI PEOPLE'S FINE ARTS PUBLISHING HOUSE

数码摄影手册

敖国兴 著

上海人民美术出版社



DIGITAL CAMERA INSTRUCTION BOOK

SHANGHAI PEOPLE'S FINE ARTS PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

数码摄影手册 / 敖国兴 著. —上海: 上海人民美术出版社, 2010.03

ISBN 978-7-5322-6592-3

I. ①数... II. ①敖... III. ①数字照相机—摄影技术—手册 IV. ①TB86-62②J41-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第231803号

数码摄影手册

著 者: 敖国兴

责任编辑: 姚宏翔

统 筹: 杜昀初

装帧设计: 李 丽

技术编辑: 陆尧春

出版发行: 上海人民美术出版社

(地址: 上海长乐路672弄33号 邮编: 200040)

印 刷: 上海丽佳制版印刷有限公司

开 本: 710×910 1/24 印张 10

版 次: 2010年03月第1版

印 次: 2010年03月第1次

书 号: ISBN 978-7-5322-6592-3

定 价: 38.00元

作者简介



敖国兴，文学硕士，2002年毕业于鲁迅美术学院摄影系。

2003年，担任上海大学美术学院摄影艺术工作室主任，中国摄影家协会高校摄影协会理事。

2005年，纪录片《二人转——东北吉普塞人》入选美国Discovery探索频道，并入选2005年中国新锐导演；作品《INTERWIND》系列获创意摄影大赛中国区青年艺术家学术奖。

前言

《数码摄影手册》是针对摄影初学者和广大摄影爱好者在实际拍摄中参阅使用的。从“如何像专业摄影师一样，娴熟地使用数码相机”这样的基础讲起，本书每一页介绍一种技法，通过图示和文字的清晰阐述，从数码摄影常遇到的一些拍摄技法和问题，由浅入深逐一解析，并结合图例，进行生动细致的讲解。本书起点相对较低、内容涉及较广，循序渐进地将数码相机的使用方法、拍摄的技巧通俗易懂地介绍给摄影爱好者。通过本手册，你可以在拍摄各种题材时，找到一些行之有效的拍摄方法。本《数码摄影手册》不仅是刚刚接触摄影的朋友们自学必备的手册，也是方便他们在外出拍摄时随身携带解决实际拍摄时遇到问题的实用指南。

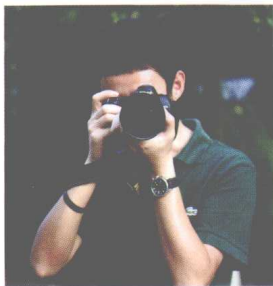
限于时间仓促，书中难免存在不妥之处，敬请广大读者谅解，批评指正。

在此，要特别感谢对本书有帮助的朋友：陈才、李丽、唐人、王世忠、郜卓、小简等（还有那些愿意出现在本书图片部分的所有朋友）。

目录

第一章 如何像专业摄影师一样，娴熟地使用数码相机

- 2 正确把握相机的姿势
- 3 让液晶显示屏发挥作用
- 4 拍摄时删1/4照片，有利于保存更多
- 5 利用闪烁
- 6 根据需要改变ISO值
- 7 无偿拍摄实验
- 8 不要在一张卡上存得太满
- 9 不再需要更换胶卷
- 10 曝光不足更好还是曝光过度更好
- 11 防止意外删除存储卡上的数据
- 12 备好电池



第二章 如何拍摄清晰、高品质的专业照片技巧

- 14 开始习惯使用三脚架
- 15 云台的稳定会使你的拍摄更安全
- 16 快门线的作用
- 17 忘带了快门线怎么办？使用自拍模式
- 18 照片超清晰的秘诀：反光镜预升
- 19 关掉防抖功能（或者图像稳定功能，即IS功能）
- 20 采用镜头的最佳光圈拍摄
- 21 优质的镜头，巨大的变化
- 22 放大图片，检查照片清晰度
- 23 在Photoshop里锐化
- 24 专业锐化效果
- 25 手持相机保持清晰的秘诀
- 26 对相机进行有效地稳定支撑
- 27 弱光下选择不增加ISO值
- 28 用RAW格式拍摄
- 29 用何种尺寸拍摄
- 30 WHIMS会让你摆脱困扰
- 31 如何锁定焦距
- 32 移动焦点拍摄
- 33 使用相机的连拍功能
- 34 使用高速度快门拍摄



第三章 如何像专业摄影师一样，拍摄人像

- 36 应该使用哪种光圈
- 37 人像摄影的最佳镜头
- 38 使用无缝背景纸
- 39 应该对焦人物在何处
- 40 把被摄物体置于取景框
- 41 紧凑的画面
- 42 找到好的户外光线
- 43 寻找更好的室内光线
- 44 如何拍好新生婴儿
- 45 日落人物拍摄
- 46 不要留太多头部空间
- 47 拍摄人物方向
- 48 拉近广角镜头
- 49 使用长焦获得更好的人物肖像
- 50 户外人物肖像需要柔光罩的原因
- 51 为人物肖像选择更好的背景
- 52 有新意的构图技巧
- 53 裁剪到他们的头部上方
- 54 户外拍摄集体照更简单
- 55 集体照摆姿势的技巧
- 56 生活集体照的技巧
- 57 千万不要均匀照亮整个被摄体
- 58 想要获得更好的人物肖像
- 59 窗户光：被摄体应该在哪里
- 60 窗户光：你应该从哪里拍摄
- 61 处理面部问题的5个方法
- 62 让被摄体看起来更苗条
- 63 使用姿势椅
- 64 人物避免光斑
- 65 窗户光：反光板的位置
- 66 户外人物拍摄，较浅景深
- 67 最小化眼睛下面的阴影
- 68 如何拍摄个性服饰人像
- 69 旅游景点拍摄人像写真
- 70 个性情侣、自由婚纱的拍摄方法



-
- 71 在公园拍摄人像如何选景
 - 72 如何拍摄校园情侣
 - 73 旷野中追寻自我
 - 74 如何拍摄国外模特
 - 75 如何拍摄时尚潮男
 - 76 怎样拍好老人
-

第四章 如何像专业摄影师一样，拍摄花卉和特写

- 78 用变焦镜头拍摄
- 79 如何拍摄花卉上的水珠
- 80 模拟雨天拍摄
- 81 黑色背景下拍摄浅色花卉
- 82 在白色背景下拍摄
- 83 室内花卉摄影的理想光线
- 84 在哪儿才能拍出绚丽的花
- 85 最大化景深
- 86 为何要关闭自动对焦
- 87 不要触摸快门键
- 88 哪个光圈值效果最好
- 89 傻瓜相机微距摄影
- 90 肉眼观察微距的技巧
- 91 为什么需要室内拍摄
- 92 购买微距镜头
- 93 微距拍摄中完美均匀的灯光
- 94 将镜头变成微距镜头
- 95 怎样拍摄水果



第五章 怎样像专业摄影师一样，解决拍摄难题

- 98 如果拍摄不确定，就使用自动包围曝光
- 99 专业技巧：如何避免白平衡问题
- 100 在寒冷天气下拍摄需要备用电池
- 101 在有灰的天气下不要更换镜头
- 102 在斜坡上拍摄的技巧



-
- 103 专业摄影师使用遮光罩的其他原因
 - 104 避免镜头麻烦
 - 105 及时为照片备份
 - 106 减少液晶显示屏的查看时间，延长电池寿命
 - 107 避免红眼
-

第六章 如何像专业摄影师一样，拍摄旅游风光

- 110 旅行拍摄请登录中国旅游网51yala.com
- 111 多云天气应该拍摄什么
- 112 都市风光的魔幻时刻
- 113 展示城市动感
- 114 如何拍摄著名景点
- 115 拍摄烟花
- 116 拍摄美食
- 117 在不允许使用闪光灯的地方拍摄
- 118 风光摄影的黄金规则
- 119 永远带上你的三角架
- 120 用光圈优先模式拍摄
- 121 风光摄影构图
- 122 瀑布的拍摄技巧
- 123 地平线应该放在哪里
- 124 拍摄情趣盎然的山峦
- 125 提示：如何拍出暖色调的日出，日落
- 126 打开Blinkies捕捉更多细节
- 127 如何拍出更丰富的色彩
- 128 雾气是你的朋友
- 129 用手动遮挡去除镜头耀斑
- 130 风光摄影师的秘密武器
- 131 如何拍摄全景
- 132 仿造全景
- 133 为什么你需要一个广角镜头
- 134 拍摄日落的秘诀
- 135 如何拍摄水中倒影
- 136 风光摄影，需要一个明晰的被摄体
- 137 快速拍摄风光全景照



- 138 使用鱼镜头的诀窍
- 139 日落时不要停止拍摄
- 140 拍摄闪电（手动）
- 141 拍摄理想彩虹的秘诀
- 142 首先找到理想光线
- 143 拍摄漂亮花朵的技巧
- 144 如何拍摄雪景
- 145 怎样拍摄建筑摄影
- 146 怎样拍摄雨景
- 147 如何在沙漠中拍摄
- 148 全画幅相机的优势

第七章 私房写真

- 150 私房写真照片的特点
- 151 如何体现私房写真的私密性
- 152 恋上你的床
- 153 如何拍好私人空间的自然状态
- 154 如何拍摄让她更性感
- 155 怎样拍摄沐浴照片
- 156 如何拍摄出她的身体曲线美
- 157 私房写真的布光



第八章 怎样像专业摄影师一样，打印优秀的摄影作品

- 160 液晶显示屏与电脑显示器的对比
- 161 用RAW格式拍摄的好处
- 162 如何在随机软件里处理RAW照片
- 163 需要多少万像素
- 164 选购理想打印机
- 165 显示器与打印机要匹配
- 166 打印照片如何选择相纸
- 167 怎样出售自己的照片
- 168 快速浏览器材



第九章 婚礼摄影

- 170 为一切备份
- 171 把闪光灯的光线变得柔和、分散
- 172 随身携带备份存储卡
- 173 合影：该对准谁拍摄
- 174 你的主要工作：紧跟新娘
- 175 充分利用现场光
- 176 构图不要在关节处截切
- 177 相机应放在多高的位置
- 178 拍摄婚礼时哪些细节该拍
- 179 为新娘选择理想光线
- 180 使用广角镜头时该拍些什么
- 181 保留新娘礼服细节
- 182 婚礼变焦效果非常简单



第十章 如何像专业摄影师一样，创建自己的工作室

- 184 室内拍摄背景
- 185 使用室内闪光灯
- 186 为何我更青睐柔光箱而不是反光伞
- 187 使用造型闪光
- 188 选择柔光箱的尺寸
- 189 为何需要测光表
- 190 选择何种模式拍摄
- 191 何处放置主灯
- 192 柔光箱中另一块面板的作用
- 193 最廉价的其它灯光
- 194 连接电脑拍摄的好处
- 195 照亮白色背景
- 196 获得超级饱和度的背景色
- 197 使用何种颜色的反光板
- 198 防止灯光投射到背景
- 199 启动室内（无线）闪光灯



- 200 让刺眼的室内闪光灯变柔和
- 201 使用风扇，产生风吹效果
- 202 增加一个头发照明灯

第十一章 如何像专业摄影师一样，拍摄体育摄影


- 204 以1/2500秒或者更快的快门速度拍摄
- 205 该使用哪些镜头
- 206 预先对焦来拍摄
- 207 提升ISO值，获得想要的速度
- 208 专业摄影师要了解所拍运动
- 209 采用连拍
- 210 镜头不要总是对准获胜者
- 211 竖拍效果更佳
- 212 摇拍显示动感
- 213 用最大光圈拍摄
- 214 用RAW格式还是用JPEG格式
- 215 拍摄脸部
- 216 运动构图



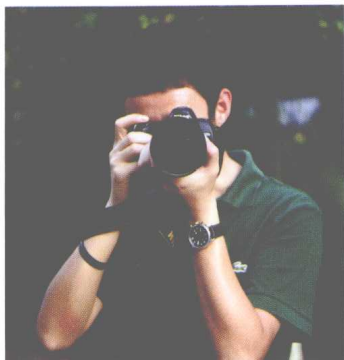
第十二章 图片管理

- 218 拍摄后及时存储图片
- 219 平时留存优秀作品
- 220 重要拍摄要备份
- 221 存储图片目标要清晰
- 222 使用相机前确认图片是否存储
- 223 刻DVD光盘保存
- 224 交流、展示和版权保护
- 225 技术术语
- 226 技术术语
- 227 技术术语





如何像专业摄影师一样，
娴熟地使用数码相机



站立拍摄时，要保持身体稳定，可靠在桌椅、树、墙壁等固定的依托物上，加强身体稳定性，防止手的抖动。下蹲拍摄时，最好单膝跪地，手撑腿上，来获得稳定的三角支撑。



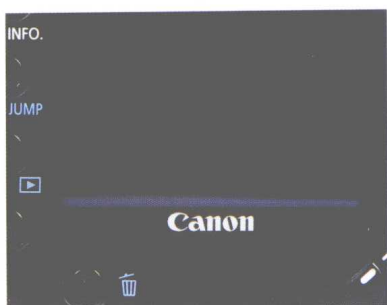
正确把握相机的姿势 ▶▶▶

在使用单反数码相机时，正确的把握相机姿势将会提升拍摄成功率，拍出“最佳影像”。一般把握单反相机的正确姿势是：右手的拇指放在机身后背，中指、无名指和小指依次放在相机机身前面偏下，食指则自然地放在快门按钮上，左手掌心稳稳地托住镜头，而使用左手拇指、食指和中指操作调整对焦及变焦环。这样，左右手共同组成一个防止相机抖动的稳定支架。正确的把握相机姿势不但是我们拍出优秀照片的基础，也是专业摄影道路上非常重要的一部分。



让液晶显示屏发挥作用 ▶▶▶

我们都知道数码摄影不同于传统胶片摄影的一个主要特征是相机机身后背的液晶显示屏，每次拍摄都可以立即观察到是否拍到“最佳照片”，同时还可以通过观察液晶显示屏知道颜色是否正确，拍照的人物是否眨眼，闪光灯是否正常工作等此类情况。极大的方便了摄影师拍摄出优秀的照片。但是有的数码相机液晶显示屏太小，景物在2英寸的液晶显示屏里看起来是对焦准确的，但导入电脑在Photoshop里打开时，可能会发生照片完全离焦的情况，为了避免此类失误发生，一定要放大来观察对焦是否清晰准确。



如果在拍摄时就删除掉拍得糟糕的照片，最后存入电脑查看时，做为一名摄影师的感觉就很好了，因为剩下的照片都是经过挑选的，你会有种成就感。



拍摄时删1/4照片，有利于保存更多 ▶▶▶

数码相机是通过电子存储卡存储图像的，专业摄影师为保持高效工作，避免无用的文件占用存储卡的空间，办法就是拍摄时及时删除拍坏的照片。同时，由于有些存储卡的质量不同，拍摄无论使用哪种格式的图片质量，建议最好不要拍满。在拍摄时发现曝光不足或过度等问题照片，应立即删除。这样，每张卡可以存储更多照片，以便给更多优秀的照片留下存储空间。



利用闪烁 ▶▶▶

专业摄影师在拍摄时很注意观察高光警告（所谓高光警告，是向我们提示照片没有细节，很模糊）。当发现那些闪烁的照片时，解决它的办法是，使用曝光补偿。将曝光降低1/3档或2/3档，重拍。直到拍出高光没有闪烁，照片的高光区细节都能够表现出来。但是有些情况特殊，比如太阳等。明确地说，我们关心的是“闪烁”这个问题。当观察显示屏时，要注意照片的整体曝光量，千万不要为阻止微小的闪烁，而曝光不足。使用尼康、佳能相机的朋友要熟练掌握相机的使用方法，学会用曝光补偿，这样才能拍出像专业摄影师一样高品质的照片。