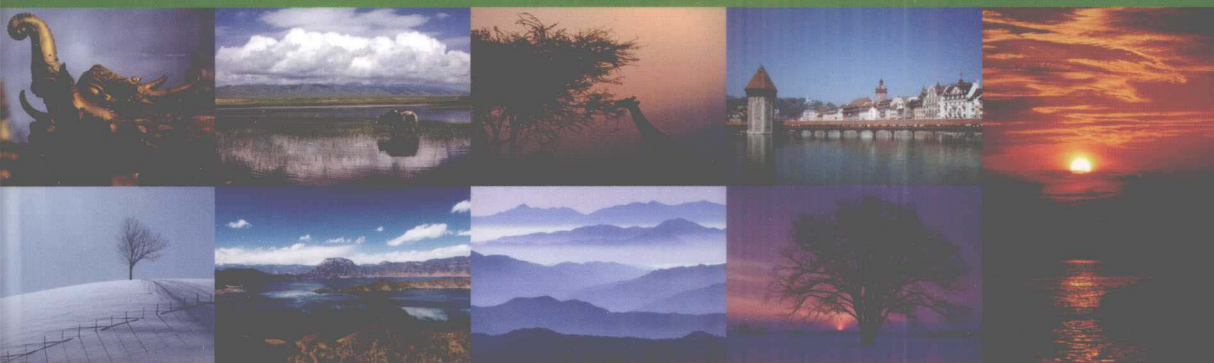


数码摄影 DIGITAL PHOTOGRAPHY  
我的第一部单反  
拍出风光佳作



定格精彩一刻，畅享数码生活

光合摄影网 编著

- 带你探索风光摄影的世界
- 教你简单实用的风光摄影技法
- 拍出独具魅力与个性的风光佳作



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

我的第一本单反摄影书 DIGITAL PHOTOGRAPHY

我的第一本单反

# 拍出风光佳作



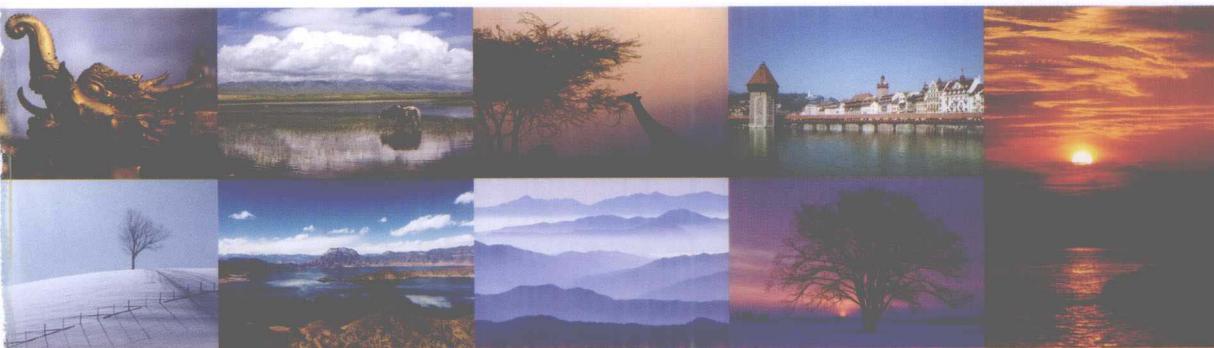
1. 单反相机 2. 镜头 3. 附件

4. 构图 5. 曝光 6. 后期处理



中国美术学院美术考级教材  
中国美术学院美术考级教材  
中国美术学院美术考级教材

数码摄影 DIGITAL PHOTOGRAPHY  
我的第一部单反  
拍出风光佳作



光合摄影网 编著

人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目 (C I P) 数据

我的第一部单反. 拍出风光佳作 / 光合摄影网编著  
— 北京 : 人民邮电出版社, 2010.8  
ISBN 978-7-115-23004-1

I. ①我… II. ①光… III. ①数字照相机: 单镜头反  
光照相机—风光摄影—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第096151号

## 内 容 提 要

本书详细介绍了风光摄影的知识和技巧。全书分为6章, 分别介绍拍摄前的准备、入门实践技法、充分利用自然光线、培养视觉美感、不同天气状况下的拍摄和各种拍摄题材。目标是让读者从选择相机开始, 一直到熟悉相机、掌握基本的光线知识, 再到实际的拍摄, 一步步提高摄影水平, 拍摄出令人满意的摄影作品。

本书内容丰富, 结构清晰, 通俗易懂, 适合风光摄影爱好者及专业摄影师选择阅读。

### 我的第一部单反——拍出风光佳作

- 
- ◆ 编 著 光合摄影网  
责任编辑 黄汉兵
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号  
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷
  - ◆ 开本: 700×1000 1/16  
印张: 9  
字数: 260千字 2010年8月第1版  
印数: 1—5000册 2010年8月北京第1次印刷

---

ISBN 978-7-115-23004-1

定价: 29.80元

读者服务热线: (010)67132692 印装质量热线: (010)67129223  
反盗版热线: (010)67171154

# 前 言



随着数码科技的进步，数码相机的普及，数码摄影已经逐渐被大众所接受和喜爱。很多人将其作为一种爱好，并乐此不疲。最普遍、最受人们欢迎的拍摄题材莫过于各种美丽的风景。无论是旅途中兴之所至、信手拍得的沿途风景，还是有感而发、精心构思的风光照片，都能表达摄影者的感情，引发人们的共鸣。

风光摄影是自然景与人造景的再现，是气象变化的瞬间记录，是摄影技巧和美妙景色结合的成果；同时也是形象思维和情感触发的艺术创作。要想拍摄出优秀的风光照片，摄影者不仅需要拥有一双善于发现美的慧眼；还应开阔视野，从更广的视角揭示大自然的美；同时要善于在自己周边平凡的景物中去挖掘题材，在表现手法上要勇于探索和尝试。当然，这一切都是要建立在了解数码相机的各种功能，并掌握构图及用光等拍摄技巧之上的，从而在不同的拍摄环境中，都能得心应手地借助周围环境和光线拍摄出满意的风光照片。风光照片的生命力在于画面中将季节、时辰和云雾、霞光、雨、雪、风等自然气象与景物的地理环境巧妙结合，烘托主体，深化主题。本书将帮助您了解风光摄影的各种拍摄技巧，带您进入风光摄影的新天地，利用手中的相机更好地表达心中的情感。

本书内容丰富，条理清晰，前四章内容依次从风光摄影必备的摄影器材讲起，到了解相机的各种拍摄模式；从风光摄影的光线运用、画面的取景构图，到画面色彩的把握，包含大量实拍技法，易于学习和掌握。后两章的内容更加详细地从不同气候条件和不同拍摄主题两个角度分类介绍，配有大量精美照片及相关的拍摄数据，从而方便您参考、学习。借助本书，相信您一定能够掌握更多的风光摄影知识与技巧，在实践创作中拍摄出更加优秀的作品。

如果您在学习本书的过程中遇到问题，请到这里寻求帮助：

巴巴变 “我的第一部单反” 小组

# 目录 Contents

## 01 拍摄前准备

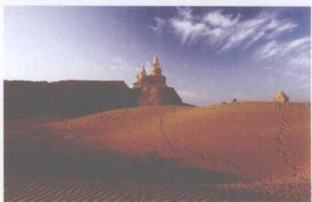
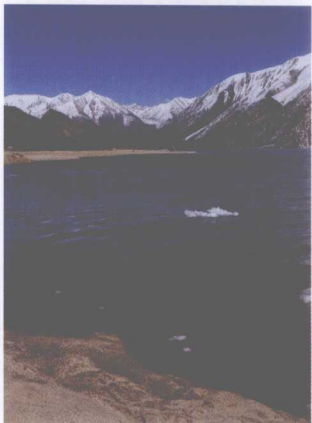
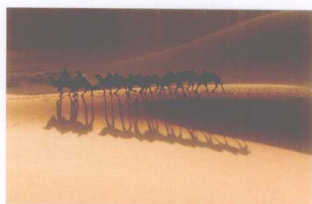
Chapter

确定拍摄目标 .....	10
相机的选择 .....	10
了解各种镜头 .....	11
准备耐用的摄影包 .....	16
必不可少的三脚架 .....	17
快门线和遥控器的使用 .....	18
存储卡 .....	18
文件的存储格式 .....	19
耐心等待合适的时机 .....	20

## 02 入门实践技法

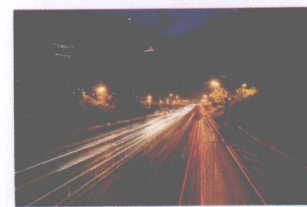
Chapter

使用相机的风景模式拍摄 .....	22
使用AF进行拍摄 .....	23
使用MF进行拍摄 .....	25
对焦位置与成像的差异 .....	27
调节屈光度使取景器更加清晰 .....	28
何时使用点测光方式 .....	29
何时使用中央重点测光方式 .....	30
何时使用矩阵测光方式 .....	31
快门优先曝光模式 .....	33
光圈优先曝光模式 .....	34
决定曝光补偿 .....	35
景深的差异 .....	36



## 03 充分利用自然光线

Chapter



了解一天之中光线的变化 .....	38
侧光表现景物的立体感 .....	39
顺光拍摄要注意什么 .....	40
区域光的魅力 .....	42
避免夏天阳光的直射 .....	43
遮光罩的妙用 .....	44
测光表的使用 .....	45
使用逆光拍摄剪影 .....	46
利用散射光表现寂静气氛 .....	47
不要忽略阴影的表现力 .....	48
如何处理高反差光线 .....	49
使用高ISO拍摄弱光环境 .....	51

## 04 培养视觉美感

Chapter

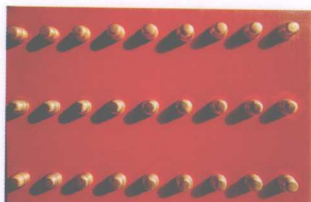
仰拍表现强韧的生命力 .....	54
通过空间表现开阔感 .....	55
不要让水平线位于画面中央 .....	56
汇聚线强化视觉效果 .....	57
S形曲线展现动感 .....	58
三角形构图增加画面力度 .....	59
创造线条 .....	61
创造框架 .....	62
倾斜相机 .....	64
对角线增强纵深效果 .....	65
垂直线增强延伸感 .....	66
清晰与模糊 .....	67
前景的运用 .....	68

简单三分法的应用 .....	69
各种构图方式相结合丰富画面形式 .....	70
呼应与均衡 .....	72
图案的运用 .....	73
寻找视觉中心 .....	74
不断变换角度营造新意 .....	76
富有魅力的黑白影像 .....	77
敢于寻找大胆、生动的颜色 .....	79
早春柔和浅淡的色彩 .....	81
利用秋季温暖的色调 .....	82
培养敏锐的色彩感受 .....	83
柔和的色彩使画面宁静 .....	84
寓意新生的绿色 .....	85
适当采用冷色调 .....	85
虚实对比 .....	86
影调对比 .....	87
色彩对比 .....	88

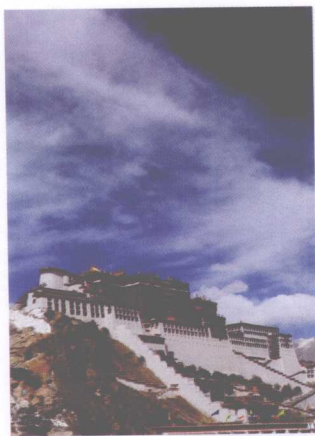
## 05 不同天气状况下的拍摄

Chapter

雨天拍摄注意场景的选择 .....	90
通过对细节的捕捉表现雨天的感觉 .....	90
如何表现烟雾迷蒙的意境 .....	91
利用雾气的好处 .....	92
利用前景增强雾的空间感 .....	93
拍摄雾景尽量选择逆光 .....	94
拍摄雾景如何控制曝光 .....	95
如何调整雾景中的白平衡 .....	96
拍摄色调丰富的雪景 .....	97
利用逆光和侧光表现雪的质感 .....	98
曝光正补偿使雪景更加洁白 .....	99







怎样拍摄多云的天气 .....	100
怎样拍摄阴天时的乌云 .....	101
如何控制阴天的影调 .....	102
使用多云白平衡模式 .....	103
如何拍摄雨后的彩虹 .....	104
怎样拍摄闪电 .....	105
怎样拍摄使天空更蓝 .....	106

## 06 不同的拍摄题材

Chapter



如何拍摄月亮 .....	108
利用白云装饰天空 .....	109
怎样拍摄星轨 .....	110
如何拍摄烟雾缭绕的村庄 .....	111
如何拍摄沙漠 .....	112
如何表现场面壮观的瀑布 .....	113
如何表现飞流直下的瀑布 .....	114
如何表现轻柔飘渺的瀑布 .....	115
怎样表现水流的动感 .....	116
如何表现弯弯的河流 .....	117
怎样拍摄湖泊 .....	118
如何拍摄露珠 .....	120
怎样拍摄风 .....	121
怎样拍摄蓝色的大海 .....	122
如何表现水天一色的意境 .....	124
怎样拍摄云海 .....	125
如何利用海上的船只 .....	126
充分利用水中的倒影 .....	127
如何表现高大的山脉 .....	128
拍摄具有浓墨效果的山景 .....	129
连绵起伏的山峦 .....	130



富有生机的春日山景 .....	131
活用山峰的轮廓 .....	132
利用广角镜头表现草原的广阔 .....	133
绵延不断的山路 .....	135
造型独特的山石 .....	136
如何拍摄瞬息万变的日出和日落 .....	137
展现多彩的城市风光 .....	139
拍摄城市特色建筑 .....	140
使用慢速快门表现城市夜景 .....	142
使用星光镜打造梦幻效果 .....	144





# 第 1 章

## 拍摄前准备

古语云：“工欲善其事，必先利其器”，摄影也是如此。很多初涉摄影的朋友都会跃跃欲试，但是在此之前，还是先来做些必要的准备工作吧。

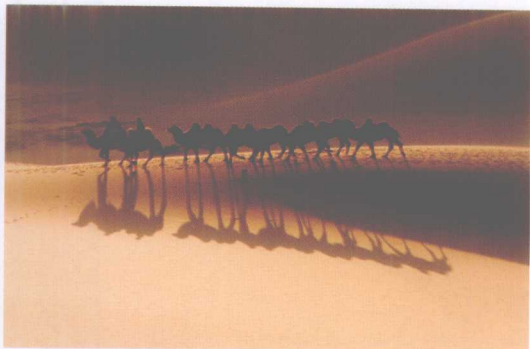
## 确定拍摄目标

自然界中的景色瞬息万变，前一秒看到的美景也许下一秒就会从眼前消失，所以才会有“人不能两次走进同一条河流”之说。还好现在有摄影技术，帮助我们美丽的景色记录下来。有人喜欢拍摄人迹罕至的自然风光，有人喜欢拍摄情意浓浓的人文风光。针对不同的拍摄对象，要做的前期准备也不同，选择的器材也不同。如果要拍摄场景宏伟的大范围景观，必须准备广角镜头；如果要在黄昏时分等光线不足的情况下拍摄，三脚架和快门线也必不可少。一切就绪，拍摄一幅风景照片，首先确定拍摄目标，让画面主题清晰起来。



我们首先把色彩鲜艳的荷花确定为拍摄目标，然后通过利用统一的绿色背景来形成鲜明对比，突出主体，同时使用大光圈虚化、统一背景，进一步地提升主体地位，使画面主题更加清晰

拍摄数据：光圈：F/2.8 快门速度：1/100s 感光度：ISO 100  
曝光模式：光圈优先 曝光补偿：-0.7EV



首先把在广阔的沙漠中一排列队行走的骆驼确定为拍摄目标，逆光的照射使骆驼的轮廓线条更明显，吸引观赏者的视线

拍摄数据：光圈：F/11 快门速度：1/80s 感光度：ISO 100  
曝光模式：光圈优先 曝光补偿：0

## 相机的选择

在科学技术日新月异的今天，数码相机已成为我们生活中不可或缺的一员，各种数码相机充斥数码市场，只有我们了解了相机的性能，才能选出最符合自己需求的相机。购买相机不在于相机是不是最贵、最专业，而在于相机是不是最适合自己，主要还是取决于摄影者对照片画质的要求。在拍摄风光时，大部分的摄影爱好者和摄影师都选择使用数码单反相机。如今数码单反相机的种类非常多，摄影者可以根据拍摄意图来选择相机。按照需求的不同，数码单反相机可以分为入门级、进阶级、中高级和高端级。入门级的单反相机价格比较低廉，操作比较简单，非常适合初学摄影的人使用。随着画质及操作系统的升级，相机的价格也越来越高。现在市面上有许多外形小巧的数码相机，虽然它们在画质、可手动操作性上不能满足广大摄影者的要求，但是携带方便、外形时尚靓丽，很受大家的喜爱，在拍摄简单的旅游风光纪念照时，可以选择使用。



佳能便携数码相机



佳能的入门级单反相机EOS 1000D



佳能的中高级单反相机EOS 5D mark II



佳能的高级单反相机EOS-1D mark III

数码单反相机比普通的数码相机有着得天独厚的优势，如成像质量、对焦速度、快门速度、景深控制和扩展性等。单反相机的选择有几个指标：第一，像素，这是数码相机重要的技术指标，但也不要盲目追求高像素，够用就好，还是那句话，适合的才是最好的；第二，相机的结构设计，找到一个适合自己的结构，会让你在以后的使用过程中更加顺手，使拍摄更加顺畅；第三，附加功能，比如视频输出、连拍、多重曝光等。毫无疑问，这些功能大大增加了相机的制造成本，同时也增加了出故障的概率。因此，对于相机的附加功能一定要合理选择，不一定是越多越好。

## 了解各种镜头

镜头对于相机来说就像人的眼睛，是相机最重要的组成部分之一。懂得如何使用镜头是创造性摄影师的基本条件。

镜头的基本功能是使被摄体在相机的感光元件上形成清晰的图像，可以通过对焦来实现。镜头还可以影响景物中清晰可见的范围和被摄体的相对大小。通过使用不同类型的镜头或是对镜头进行不同的控制，摄影师可以轻松地对画面进行适当的调整。



佳能镜头群

## 原厂镜头和副厂镜头

现在，尼康、佳能、索尼等相机生产商频频推出各种迎合消费者的镜头，适马、腾龙等副厂镜头生产商也紧随其后，生产出性价比极高的镜头来，并且针对不同相机的特色加以改进，使副厂镜头拥有了很强大的竞争力。拿适马24-70mm的镜头来说吧，其自动对焦速度和色彩都不在原厂镜头之下，是一款不错的镜头。在昂贵的原厂镜头面前，这些副厂镜头的性价比显得更高了。对于摄影爱好者来说，副厂镜头也是不错的选择。



佳能EF 70-200mm f/2.8L IS II USM (原厂镜头)



适马24-70mm f/2.8 EX DG Macro (副厂镜头)

## 按照需要选择不同焦段的镜头

相机镜头按焦段是否改变可以分为定焦镜头和变焦镜头两种。现在两种镜头都在被普遍使用。定焦镜头的优点是成像质量好，缺点是使用起来不够方便；变焦镜头的优点是使用非常方便，可以随意改变焦距，缺点是制作工艺复杂，成本高而且成像质量没有定焦镜头好。两者各有各的优缺点，可以结合实际情况按需选择。

按照焦段的不同，镜头可以分为鱼镜头、超广角镜头、广角镜头、标准镜头、中长焦镜头、超长焦镜头等。摄影师可以按照拍摄对象的不同来搭配使用不同的镜头。下面我们来看一下不同焦段镜头的不同成像效果。

### 1. 鱼镜头

鱼镜头是指视角在 $106^{\circ}$ ~ $180^{\circ}$ 之间，焦距在8mm~14mm之间的镜头。其卖点在于它产生的所有垂直线和平行线都是向外弯曲的变形影像。鱼镜头分为圆形和全画幅两种。其实所有的镜头都可以产生一种圆形的视场，但通常只捕捉到中间的矩形部分。鱼镜头却使影像本身变成了圆形，因为实际被使用的只有感光元件或者胶片的中间部分，所以四角都是黑的。圆形的鱼镜头通常是全画幅相机制作的，它的焦距为8mm，视角为 $180^{\circ}$ 。全画幅鱼镜头也能产生 $180^{\circ}$ 的视角，拍摄的画面充满整个影像区域。用于全画幅相机，通常焦距为15mm或16mm。鱼镜头的表面呈向外突出的状态，所以很难加滤镜，许多鱼镜头有自带的内置滤镜。拍摄风光时，可以使用鱼镜头来创造一些夸张的视觉效果，比如用来拍摄夜晚的星轨，一望无际的大草原等。



鱼镜头



用圆形鱼镜头拍摄的城市夜景

拍摄数据：

光圈：F/22

快门速度：10s

感光度：ISO 100

曝光模式：手动曝光

曝光补偿：0

## 2.超广角镜头

超广角镜头是指视角在 $92^{\circ}\sim 106^{\circ}$ 之间,焦距在14mm~21mm之间的镜头。对于全幅相机来说,典型的焦距大约在14mm~21mm之间,并且因为这种焦距与某种鱼镜头的相同,所以不要把这两种镜头混淆。超广角镜头在受局限的空间里面非常有用。从高楼大厦中间的狭小空间向上拍摄时,使用超广角镜头可以使楼与楼之间的空间积聚,大厦看起来更加高大,呈现一种夸张的透视效果。

与鱼镜头相比,超广角镜头虽然不会使线条过分的弯曲,但使用这种镜头仍然能够产生一种夸张的透视效果,为了让画面看起来不至于失实,在构图的时候要注意保持匀称。



超广角镜头



超广角镜头让空间感急剧增加

拍摄数据: 光圈: F/11 快门速度: 1/10s 感光度: ISO 100 曝光模式: 手动曝光 曝光补偿: 0

## 3.广角镜头

广角镜头是指视角在 $62^{\circ}\sim 84^{\circ}$ 之间,焦距在24mm~35mm之间的镜头。广角镜头运用得比较普遍,它能强化近大远小的透视关系,增强视觉透视感。28mm和35mm的广角镜头最受欢迎,许多带广角功能的简单数码相机的最短焦距也设定为28mm或35mm。在风光摄影中,广角镜头也是非常受欢迎的,它能给我们带来很多创造性的效果。在拍摄蓝天、大海、平原等大场景时,广角镜头能够加强画面的纵深感和空间感。



广角镜头

广角镜头是风光摄影的福音，让空间感急剧增加，为我们带来了许多更具感染力的作品

拍摄数据：

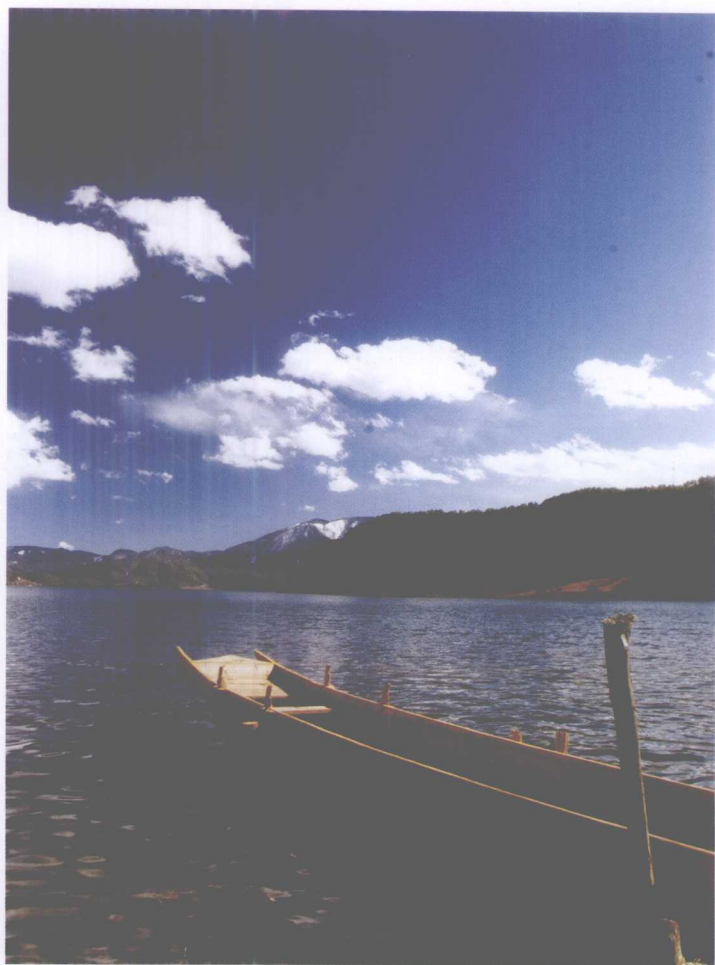
光圈：F/8

快门速度：1/250s

感光度：ISO 100

曝光模式：手动曝光

曝光补偿：0



#### 4. 标准镜头

对于35mm相机来说，视角为 $46^\circ$ ，焦距为50mm的镜头称为标准镜头。现在，标准镜头越来越少，正逐渐被各式各样的变焦镜头所取代。但是，不管怎么样，它还是具有特殊的地位，因为它与人眼的中央像场最接近。因此，标准镜头能拍摄出最自然的景物，当希望呈现风光的原貌时，使用它是再合适不过了。

#### 5. 中长焦镜头

中长焦镜头又称远望镜头，指的是视角在 $8^\circ \sim 28^\circ$ 之间，焦距在80mm~300mm之间的镜头。中长焦镜头能够让你看到远处，放大远处景物。它对透视产生影像，使得处在不同距离的物体看上去要比实际情况更加紧密一些。这种镜头在风光摄影中可以用来拍摄远处的一些风景，比如，我们要在一座山的山顶拍摄另外一座山的景色时，就需要使用长焦镜头。长焦镜头往往比广角镜头和标准镜头要长出许多，携带有些不便。



标准镜头





标准镜头拍摄的玛尼堆照片

拍摄数据：光圈：F/2.8 快门速度：1/1000s 感光度：ISO 100 曝光模式：手动曝光 曝光补偿：0

## 6. 超长焦镜头

超长焦镜头是指视角在 $2^{\circ}$ ~ $6^{\circ}$ ，焦距在400mm~1200mm之间的镜头，这种镜头在风光摄影中常用来拍摄夜晚的月亮和星星等一些离我们非常远甚至肉眼无法清晰看见的景色。

总之，各种镜头各有各的用处，可以根据拍摄情况的不同进行选择，来实现自己的拍摄目的。



中长焦镜头



超长焦镜头

中长焦镜头拍摄鸟类的照片

拍摄数据：光圈：F/2.8 快门速度：1/280s  
感光度：ISO 200 曝光模式：光圈优先 曝光补偿：0