

新手购机，快速上手全攻略！

Canon EOS (5D Mark II / 7D)

数码单反摄影从新手到高手

新手购机，使用全详解！

从零掌握摄影基础知识！

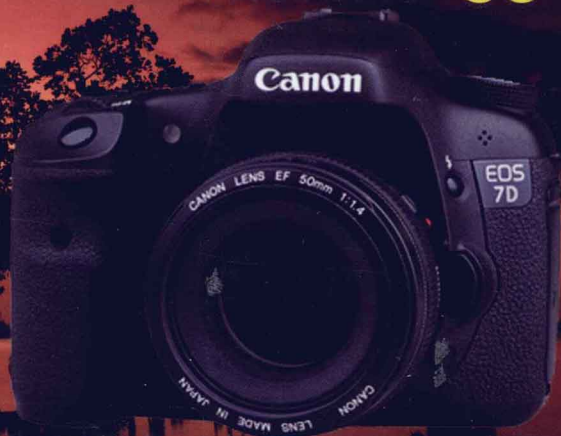
构图、用光绝招大公开！

不可不懂的五大摄影题材！

最完美的视频拍摄诀窍！

新手不用怕，适配镜头、滤镜全解析！

PHOTOGRAPHY 编著



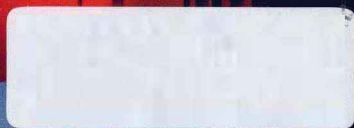
中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



Canon EOS (5D Mark II / 7D)

数码单反摄影从新手到高手

PHOTO
编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

这是一本特别为佳能中端数码单反相机，包括佳能EOS（5D Mark II/7D）用户量身打造的摄影工具书。本书全面系统地介绍了佳能EOS 5D Mark II、EOS 7D两款相机的强大功能、操作设置、构图用光、视频拍摄、镜头配件及各类摄影题材的实战技法，将说明书中抽象、不易阅读的部分，通过具体的示意图、对比图等形象地展现出来。

本书技术分析深入详尽，拍摄实例操作性强，讲解全面细致，是正在使用或者即将购买EOS（5D Mark II/7D）的摄影爱好者的必备参考书。

图书在版编目（CIP）数据

Canon EOS（5D Mark II/7D）数码单反摄影从新手到高手 / PHOTO365

编著. —北京：中国铁道出版社，2013.1

ISBN 978-7-113-15344-1

I. ① C… II. ① P… III. ①数字照相机—单镜头反光
照相机—摄影技术 IV. ① TB86 ② J41

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第215377号

书 名：Canon EOS（5D Mark II/7D）数码单反摄影从新手到高手
作 者：PHOTO365 编著

责任编辑：王 宏

读者热线电话：010-63560056

特邀编辑：赵树刚

封面设计：张 丽

责任印制：赵星辰

出版发行：中国铁道出版社（北京市西城区右安门西街8号 邮政编码：100054）

印 刷：中国铁道出版社印刷厂

版 次：2013年1月第1版

2013年1月第1次印刷

开 本：880mm×1230mm 1/16 印张：14 字数：323千

书 号：ISBN 978-7-113-15344-1

定 价：59.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社发行部联系调换。

前言



随着数码产品技术的大幅提升和数码单反相机价格的日渐平民化，“摄影”这个曾经高不可攀、距离普通老百姓很远的职业，瞬间变得亲切起来。虽然不一定到了人人都是摄影师的地步，但至少，只要我们愿意，都可以有机会体验数码单反相机为我们生活所带来的乐趣。

作为数码单反相机知名品牌厂家之一的佳能公司，其所生产的产品，以方便快捷的操作性能、可靠的成像品质、庞大的可选镜头群而受到众多佳能“粉丝”的青睐。而本书所精选的两款准专业级机型——佳能EOS 7D、EOS 5D Mark II以其优异的成像品质、卓越的性能和非专业玩家也能接受的产品价格成为佳能产品系列中的宠儿，拥有庞大的用户群。

本书依托佳能EOS 7D、EOS 5D Mark II两款产品为摄影工具，为读者解决拍摄路途中所遇到的各种问题，比如：

1. 我拥有了佳能EOS 7D、EOS 5D Mark II 数码单反相机，不过除了相机的自动拍摄模式，其他按钮我很少用到，它们对拍摄结果有什么作用？该如何设置？
2. 购买佳能EOS 7D、EOS 5D Mark II 数码单反相机的机身时，要如何选择一些适合自己的镜头和附件？
3. 常听别人提到光圈、快门、白平衡、安全快门速度等专业术语，这都是什么意思？
4. 虽然相机操作我很熟悉了，但同去一个地方，为什么我就不能拍摄出别人那样专业的摄影作品？
5. 数码相机的视频功能是否是鸡肋？如何使用这个功能？

……

针对以上类似的种种问题，本书做出了最实用、最细致、最通俗易懂的解答，希望购买本书的每一位读者，都能从中获益。

这里我们还要强调的一点是，本书既不是一本佳能相机的说明书，也不是简单的器材评测，而是结合编者多年的摄影经历以及器材使用经验，完全从一个佳能相机用户的角度出发，在相机性能、镜头选购、相机设置、不同实拍技法等方面对佳能相机进行全面系统而又针对性的介绍。我们本着通俗性与实用性的编写原则，也希望本书能够给那些已经购买佳能相机的用户提供更多有用的信息和帮助，而这也正是我们编写本书的初衷。

本书能在既定时间顺利完稿，首先感谢白頔、王逸飞、黎金岳、张志超对本书文字的编写，感谢董帅对所有图片的整理。另外，感谢摄影师（排名不分先后）董帅、王逸飞、张韬、张志超、白頔、王军、陈磊、黎金岳、周盼盼为本书提供精美的摄影作品。

目录 Contents

Chapter 1

了解EOS (5D Mark II/7D) 相机

1.1 佳能EOS 5D Mark II机身

- 机身正面
- 机身背面
- 机身侧面
- 机身顶部
- 机身底部
- 肩屏
- 取景器内部



- 3
- 3
- 4
- 5
- 6
- 6
- 7
- 8

1.2 佳能EOS 7D 机身

- 机身正面
- 机身背面
- 机身侧面
- 机身顶部
- 机身底部
- 肩屏
- 取景器内部



- 9
- 9
- 10
- 11
- 12
- 12
- 13
- 14

Chapter 2

认识EOS (5D Mark II/7D) 的魅力

- 2.1 EOS 5D Mark II全画幅带来更加清晰的画质
- 2.2 EOS 5D Mark II全画幅获得更加宽广的拍摄视野
- 2.3 EOS 5D Mark II全画幅更加细腻的弱光环境表现力
- 2.4 EOS 7D高速连拍捕捉转瞬即逝的瞬间
- 2.5 EOS 7D强大的19点自动对焦系统



- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

Chapter 3

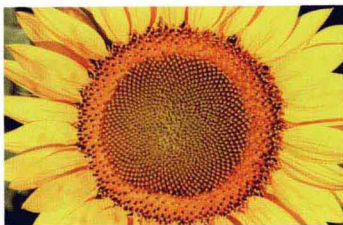
拍好照片你不得不知道的摄影知识

- 3.1 像素与分辨率
- 3.2 全画幅和APS-C画幅
 - 全画幅
 - APS-C画幅
- 3.3 照片格式: JPEG、RAW
 - JPEG格式
 - RAW格式



- 22
- 24
- 24
- 25
- 26
- 26
- 26

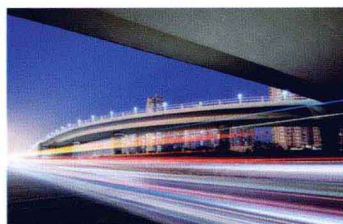
3.4	光圈	28
3.5	快门	30
3.6	安全快门	32
3.7	感光度:ISO	33
3.8	对焦	35
3.9	景深	37
3.10	主体与陪体	38
3.11	色温与白平衡	39
3.12	曝光补偿与包围曝光	41
3.13	用光	43
	自然光与人造光	43
	光线的方向	44
	光线的性质	45
3.14	构图	46
	利用不同拍摄视角构图	46
	利用不同景别构图	47
	常用的构图方式	48



Chapter 4

拿起相机就开拍

4.1	使用取景器或液晶显示屏取景	52
	调节取景器屈光度	52
	取景器视野率	52
	开启实时取景的方法	53
4.2	变焦和半按快门对焦	54
	变焦	54
	半按快门对焦	54
4.3	根据拍摄题材选择合适的场景模式	55
	适合大多数场景的全自动模式	55
	更多灵活掌控的程序自动P模式	56
	发挥创意的创意自动模式	57
	光圈优先模式	58
	快门优先模式	60
	全手动模式	62
	任意控制曝光时间的B门模式	64
4.4	回放照片	65
	回放照片	65
	切换照片回放显示格式	65
	放大、缩小回放照片	66
4.5	保护照片	67
4.6	删除照片及格式化照片	67



Chapter 5

EOS (5D Mark II/7D) 菜单功能介绍及设置

5.1 设置照片画质	70
5.2 设置感光度	71
5.3 设置曝光补偿	72
5.4 设置自动包围曝光	73
5.5 选择预设白平衡	74
5.6 自定义白平衡	76
5.7 选择驱动模式	79
5.8 调节光圈和快门	80
5.9 选择对焦模式	82
5.10 使用曝光锁定	83
5.11 设置照片风格	84
5.12 选择测光模式	86
5.13 选择对焦点	87
5.14 使用实时取景拍摄	88
5.15 开启反光镜预升功能	89



Chapter 6

为EOS (5D Mark II/7D) 升级镜头和配件

6.1 原厂镜头推荐	92
原厂镜头命名规则解析	92
套机镜头推荐	93
EOS 5D Mark II套头：佳能EF 24-105mm f/4L IS USM	93
EOS 7D套头一：佳能EF-S 15-85mm f/3.5-5.6 IS USM	94
EOS 7D套头二：佳能EF-S 18-135mm f/3.5-5.6 IS	95
升级搭配	96
红圈性价比之首：佳能EF 17-40mm f/4L USM	96
防抖微距镜头：佳能EF 100mm f/2.8L IS USM	97
平民化大光圈定焦人像镜头：佳能EF 85mm f/1.8 USM	98
顶级发烧级镜头推荐	99
大三元之一：佳能EF 16-35mm f/2.8L II USM	99
大三元之二：佳能EF 24-70mm f/2.8L USM	100
大三元之三：佳能EF 70-200mm f/2.8L IS II USM	101
巅峰画质大光圈定焦人像镜头：佳能EF 85mm f/1.2L II USM	102
专业L级长焦微距镜头：佳能EF 180mm f/3.5L USM	103
6.2 副厂镜头推荐	104
超广角镜头：图丽 AF AT-X DX 12-24mm f/4 PRO II	104
远摄镜头：适马APO 70-200mm f/2.8 EX DG OS HSM	105
微距镜头：腾龙SP AF 90mm f/2.8 Di MACRO	106
6.3 稳定画面的保证——三脚架、快门线	107
三脚架	107
快门线	107



6.4 让作品锦上添花的滤镜		108
偏振镜		108
中灰密度镜		108
UV镜		108
6.5 补光利器——外接闪光灯		110
6.6 为相机和附件选择一个合适的摄影包		110

Chapter 7

EOS (5D Mark II/7D) 人像实拍技巧

7.1 人像摄影需要的设备		112
适合拍摄人像的镜头		112
大光圈长焦镜头拍摄人像的优势		112
大光圈定焦镜头的优势		113
人像拍摄最重要的附件——反光板		114
补光利器——闪光灯		115
适当的道具		115
7.2 服装造型与拍摄中的沟通		116
服装和造型		116
拍摄中的沟通		116
7.3 人像摄影的用光		117
阴天散射光拍摄糖水人像		117
晴天直射光拍摄个性人像		118
侧光突出人物五官的立体感		118
逆光突出人物发丝		119
逆光拍摄剪影		119
为人物主体补光		121
7.4 光圈优先模式下使用曝光锁定		122
为什么要使用曝光锁定		122
7.5 人像摄影的景别		123
特写人像		123
近景人像		123
半身人像		123
七分人像		124
全身人像		124
7.6 户外拍摄人像时使用什么测光拍摄模式		125
点测光		125
中央重点平均测光		125
评价测光		125
局部测光		125
7.7 不同影调拍摄人像		127
7.8 这样拍让人像作品更专业		129
使用大光圈虚化背景		129
保证人物面部曝光准确		130
使用单点对焦对人物眼睛对焦		131
过曝一点会使皮肤更白皙		131
使用人像照片风格拍摄		133
使用连拍模式抓拍动态瞬间		134
为人物视线方向留下空间		134

Chapter 8

EOS (5D Mark II/7D) 花卉实拍技巧

8.1 拍摄花卉需要的器材

微距镜头
长焦镜头
近摄滤镜
近摄接环

8.2 花卉摄影的用光技巧

利用阴天散射光拍摄唯美花卉
利用逆光拍摄表现花朵的透明质感
选择明暗交替的地方拍摄

8.3 花卉摄影的构图技巧

以天空为背景仰拍
适时倾斜画面制造动感
开放式构图拍花卉
井字形构图拍花卉

8.4 使用大光圈将背景虚化

8.5 发现形态优美的花朵

8.6 拍摄花卉时色彩的运用

8.7 微距花卉展现微观世界的魅力



138

138

138

138

138

139

139

140

141

142

142

143

144

145

146

147

148

149

Chapter 9

EOS (5D Mark II/7D) 静物实拍技巧

9.1 静物摄影需要的器材

高像素数码单反相机
三脚架
静物台
静物箱
自制静物箱及布光

9.2 利用家中小物件拍摄静物

背景打造
布光方式
白平衡设置

9.3 静物摄影的背景选择

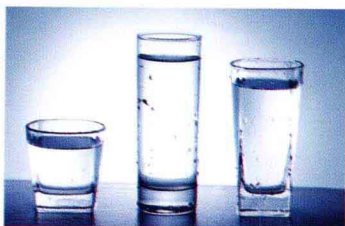
黑背景
白背景
彩色背景
自然背景

9.4 玻璃器皿的拍摄方法

亮背景暗轮廓
制造规则高光带
暗背景亮轮廓

9.5 金属制品的拍摄方法

表现质感
控制曝光
避免杂乱反光



152

152

152

152

152

152

153

153

153

153

154

154

154

155

155

156

156

156

156

158

158

158

159

9.6 美食甜点的拍摄方法

西餐

中餐

冰激凌

糕点

9.7 水果蔬菜的拍摄方法



160

160

161

161

162

162

Chapter 10

EOS (5D Mark II/7D) 风光实拍技巧

10.1 风光摄影需要的器材

广角镜头和长焦镜头

偏振镜、渐变镜和中灰滤镜

三脚架与快门线

166

166

167

167

10.2 拍摄风光作品的最佳时机

168

10.3 利用风光照片风格拍摄

169

10.4 大景深拍摄大场景风光

170

10.5 小景深拍摄特写风光

172

10.6 冷色调和暖色调营造不同意境

173

10.7 如何拍摄山脉

选择一个制高点

拍摄黎明前山间的明暗影调

175

175

176

10.8 如何拍摄溪流瀑布

高速快门凝固水花四溅的画面

低速快门营造如丝如雾的效果

177

177

178

10.9 如何拍摄湖泊

三分法构图合理安排水平面

拍摄倒影达到虚实结合的效果

179

179

180

10.10 如何拍摄日出日落

利用水景表现光影

使用M挡灵活控制曝光

181

181

182

10.11 如何拍摄草原

以牛羊或帐篷作为视觉中心

突出表现起伏的明暗变化

184

184

185

10.12 如何拍摄沙漠

利用驼队表现画面

低角度光线突出明暗变化

186

186

187



Chapter 11

EOS (5D Mark II/7D) 动物实拍技巧

11.1 选择长焦镜头拍摄动物

适当开大光圈

选择超声波马达镜头

搭配三脚架拍摄

190

191

191

191

11.2 如何抓拍运动中的动物		192
使用高速连拍功能抓拍		192
使用Tv快门优先模式拍摄		193
使用人工智能伺服自动对焦		194
11.3 如何拍摄宠物		195
选择合适的拍摄场所		195
温馨的室内家居环境		195
外拍令宠物兴奋活泼		195
这样拍让宠物照片更清晰		196
拍摄宠物与人的互动		197
变换不同的拍摄角度		198
利用食物引逗宠物		199
11.4 如何拍摄动物园中的动物		200
笼养动物拍摄技巧		200
玻璃墙内动物拍摄技巧		201
散养动物拍摄技巧		202
11.5 如何拍摄水族动物		203
充足的曝光		203
提高感光度		203
使用闪光灯补光		203
避免玻璃反光		204
偏振镜结合三脚架		204
拉黑幕		204
11.6 如何拍摄昆虫		205
长焦微距镜头是最好的选择		205
耐心等待时机拍摄		206

Chapter 12

使用EOS (5D Mark II/7D) 拍摄视频

12.1 拍摄短片前的准备		208
拍摄短片的屏幕信息		208
适合拍摄高清短片的存储卡		208
12.2 设置短片尺寸和曝光模式		209
短片尺寸		209
曝光模式		209
12.3 开始拍摄短片		210
拍摄短片的一般步骤		210
短片拍摄时如何对焦		211
12.4 更换镜头拍摄出不同效果的视频		212
12.5 回放短片		213
12.6 如何压缩视频		213

Chapter 1

了解EOS (5D Mark II/7D) 相机





佳能EOS 5D Mark II机身



佳能EOS 7D 机身

1.1 佳能EOS 5D Mark II机身

机身正面



机身背面

实时显示拍摄/打印/共享按钮

按下此按钮，相机将开启实时取景功能；当把拍摄模式设为视频拍摄时，按下此按钮将开始录制视频；当需要打印所拍摄的照片时，如果该按钮的中央区域显示为亮蓝色，说明打印机连接成功，如果亮蓝色指示开始闪烁时，说明打印正在进行中；当要把存储卡上的照片传输到计算机上时，按下此按钮将开始传输，同时该按钮的中央区域亮蓝色指示会开始闪烁

屈光度调节旋钮

调整目镜屈光度，使视觉效果更清晰

自动曝光锁/索引/缩小按钮

在拍摄模式下，按住此按钮可以锁定相机当前的曝光值拍摄多张照片；在照片回放模式下，按下此按钮可以开启索引浏览功能；在放大回放照片时，按下此按钮可以将照片缩小

取景器目镜

拍摄时可以通过它观察拍摄对象和构图

自动对焦点选择/放大按钮

在拍摄模式下，按住此按钮不放，可以通过转动主拨盘来选择自动对焦点；在照片回放模式下，按下此按钮可以放大照片

扬声器

用于在回放短片时播放声音

自动对焦启动按钮

在P/TV/AV/M/B模式下，相机会以当前的自动对焦模式进行自动对焦操作

菜单按钮

显示和退出菜单，配合速控拨盘可以进行各项菜单设置

照片风格选择按钮

按下此按钮可以选择相应的照片风格，以获得所需的图像效果

机背液晶显示屏

删除按钮

按下此按钮可以逐个或者批量删除所拍摄的照片文件

电源/速控转盘开关

将此开关拨到OFF即关闭相机，拨到ON即开启相机，拨到标有折线的一端则可以开启速控转盘的调节功能

数据处理提示灯

速控转盘

多功能控制按钮

由8个方向的按键感应器和一个中央按键感应器组成。通过此按钮可以执行选择自动对焦点等相关操作

信息/剪裁方向按钮

在回放状态下，按下该按钮可以切换图像的显示方式；在拍摄状态下，按下该按钮将会出现相机设置和拍摄功能界面；在剪裁状态下，按下该按钮，剪裁框将会在水平和垂直方向切换

回放按钮

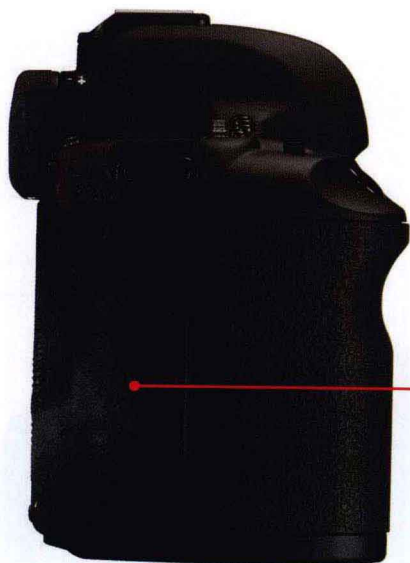
按下按钮进入回放模式，再次按下退出回放模式

设置/短片拍摄按钮

按下此按钮，可以最终确认所设定的菜单选项；还可以通过按下此按钮来开启和关闭短片拍摄



机身侧面



存储卡插槽

EOS 5D Mark II使用的是容量较大、存储速度较快的CF存储卡。当需要插入存储卡时，首先沿箭头方向推开存储卡仓门，然后将存储卡有标识的一面朝向自己即可将其插入。而当要取出存储卡时，则可通过拨动存储卡仓内的存储卡弹出按钮，从而弹出存储卡

机身顶部



机身底部

