

台湾地区超人气外拍版主倾囊相授
从构思、实拍到后期优化
普及人像摄影新思维

人像外拍 实战技巧大揭秘

薛名洲 (HERO) 著

最全的外拍场景

公园、教堂、车站、街道、海边、森林、农场 校园 泳池、工业区、渡口、湖边



制定缜密的外拍计划

计、拍摄场地选择、实拍情节安排、拍摄路线规划

拍照时 为作品倾注自己的情感

与模特沟通、善用道具、指导摆姿、合理搭配服装及场景、创意构图、灵活使用逆光、闪光灯补光、镜头运用

拍照后 后期处理锦上添花

学院气质风、鲜艳亮丽风、冷调个性风、抽色的艺术、打造粉嫩无瑕的肤色、添加暗角



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

人像外拍实战技巧大揭秘 / 薛名洲著. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2013. 1
ISBN 978-7-115-28147-0

I. ①人… II. ①薛… III. ①人像摄影—摄影艺术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第293981号

内 容 提 要

本书针对人像摄影讲解了丰富、实用的实拍技巧。书中将人像摄影划分为拍照前、拍照中和拍照后三个部分。拍摄的主题规划始于拍照前,从主题方向的构思到拍摄场地的选择,再到安排实拍情节并规划路线,本书将帮助你制定缜密的外拍计划。针对拍摄过程,书中通过讲解如何与模特沟通、善用道具、指导摆姿、合理搭配服装及场景来进一步完善和优化拍摄,解密人像摄影中的拍摄位置选择、创意构图、灵活使用逆光、闪光灯补光、镜头运用等技巧,在运用经典法则的基础上摆脱思维定势,为人像作品倾注自己的情感,进而提升作品水平。另外,针对拍照后的后期处理给出了多种风格化方案。

本书精选公园、教堂、车站、街道、海边、森林、农场、校园、泳池、工业区、渡口、湖边等外拍场景,分享作者的拍摄心得和技巧提示,适合数码摄影爱好者,尤其是喜爱人像摄影的摄影爱好者参考阅读。

人像外拍实战技巧大揭秘

-
- ◆ 著 薛名洲 (HERO)
责任编辑 翟 磊
 - ◆ 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 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京画中画印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 8
字数: 293千字 2013年1月第1版
印数: 1-3500册 2013年1月北京第1次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2011-6296号

ISBN 978-7-115-28147-0

定价: 45.00元

读者服务热线: (010) 67132786 印装质量热线: (010) 67129223
反盗版热线: (010) 67171154

人像外拍 实战技巧 大揭秘

薛名洲 (HERO) 著



人民邮电出版社
北京



前言

很荣幸能通过本书分享我的拍摄经验，在投身摄影的这几年里，我几乎不间断地学习各种技巧与拍摄手法，每天晚上研究修图手法、浏览摄影佳作。每周末出去到处跑，不论是在寒风中熬夜等待拍摄日出的曙光，还是规划一整天的外拍行程，我都乐此不疲。透过镜头，我发现世界原来这么美，手中握着相机就像拥有了另一个世界。

在拍摄的过程当中，我也经常遭遇到许多挫折。我将每一次拍摄当做最后一次机会，因此心中总是默念：“这是我最后一次拍摄，我一定要全力以赴”。让自己随时保持严谨的心态去完成每一幅作品。

本书主要讨论的是人像外拍技巧，首先介绍主题摄影中所需的相关流程与规划，以便为想从事主题人像摄影的朋友提供参考。再来便是分享我在拍摄现场所用的一些技巧和心得，希望对读者们能有所帮助。最后介绍修图软件的应用，并附上教程和范例，让读者更容易了解软件的操作与修饰照片时应思考的方向。

最后衷心地希望各位喜爱拍摄人像的摄影师更加了解自己、不断提升自我价值，让自己的作品受欢迎、更具深度。

感谢一起合作过的模特与摄影师，好的作品不是一个人就能完成的，因为有你们，本书才能更完整。







目录



PART 1 拍照前 先从规划主题开始!

主题人像摄影的规划技巧/12

- 确定主题方向 _____ 12
- 为主题命名 _____ 12
- 选角 _____ 13
- 挑选拍摄场地 _____ 14
- 设计故事情节 _____ 18
- 安排外拍行程 _____ 19
- 搭配适当的服装 _____ 20
- 准备道具 _____ 21
- 构思故事分镜 _____ 22
- 与模特沟通 _____ 22

让你的主题摄影更具吸引力! /23

- 掌握挑图技巧 _____ 23
- 培养挑剔的眼光 _____ 24
- 为照片题字 _____ 27
- 提升自己的美感 _____ 28
- 善用道具 _____ 29
- 服装、发型与场景的搭配 _____ 30



PART 2 拍照时 人像写真技巧大公开

静下心来认真摄影/38

- 积极参与外拍活动 _____ 38
- 训练自己的临场反应 _____ 38
- 多跑位寻找每个角度的可能性 _____ 39

应掌握的天文地理常识/40

善用镜头焦段/42

在室内使用长焦,营造集中感 _____ 42

在户外运用长焦,更具立体感 _____ 43

面对逆光的多种拍法/44

逆光 + 压光 _____ 44

逆光 + 低饱和度 _____ 46

逆光 + 剪影 _____ 47

逆光 + 特写 _____ 48

逆光 + 夕阳 _____ 49

逆光下剪影的取舍 _____ 51

闪光灯的应用/52

人造逆光 _____ 52

泳池摄影 _____ 54

夜间人像外拍/56

以车内灯为主光源 _____ 56

以路灯为主要光源 _____ 57

善用唯美的窗光/59

创造独特的人像构图/60

人像局部构图 _____ 60

营造特殊散景 _____ 62

人带景的构图 _____ 65

寻求画面平衡性 _____ 68

特写镜头的张力 _____ 70

摆脱思维定势/74

同中求异 _____ 74

倾注自我情感 _____ 76

让想象的画面成真 _____ 80

天使·心 _____ 80

忘忧精灵落凡尘 _____ 86



PART 3 拍照后用后期处理打造不一样的风格

先思考：你想做什么？ /90

美感的养成很重要/91

打造不一样的摄影风格，超简单！ /91

让天空更蓝 _____ 92

抽色的艺术 _____ 96

打造粉嫩无瑕的肤色 _____ 100

添加暗角 _____ 105

学院气质风 _____ 108

鲜艳亮丽风 _____ 110

冷调个性风 _____ 113

黄昏风格 _____ 115

底片风格 _____ 118

制作签名文件 _____ 122







PART 1

拍照前先从规划主题开始！

如果您已经了解了摄影的基本知识，并且想采用有别于一般人像外拍的拍照模式，希望自己的摄影作品更出色，那就来好好规划一次主题摄影吧！

主题人像摄影的规划技巧

主题人像摄影并非一件简单的事情，它需要很多步骤才能完成，拍摄前规划的重要性并不亚于拍摄本身。拍摄前规划越周密，拍摄时就会越顺利。

规划主题STEP BY STEP



从构思主题、寻找人物与场景，到一切准备就绪、最后完成拍摄，看起来好像是相当浩大的工程，但只要按照步骤逐项落实，你的人像摄影作品将会更臻完美。

确定主题方向

在出门拍摄前先问问自己，这次要拍摄什么样风格的照片？夏天海边的活泼风格，日落海边的忧郁风格，还是旅馆性感风格等。如果想拍的题材比较多，可以先将想法记下来，经过创意成形、具体化之后，再慢慢寻找适合的模特与场景。

为主题命名

一般外拍照片的标题只是拍摄日期、场地或模特名字的组合（如：2012.04.15 小安外拍），这样比较单调无趣。我们在选定拍摄的主要风格之后，可以再多设计一个能够贯穿此次拍摄的主题的，如电影或歌名般的标题。建议在拍摄之前就先确定主题的名称，拍摄时围绕主题进行。如果在拍完之后再想主题来迎合，整体效果会比较差。



还记得吗
你说你最喜欢我的蓝色眼睛
最喜欢和我一起手牵手
在沙滩中找寻甜蜜
你说要永远追逐着我们共同的梦想

白色的灯塔是爱情的信仰
浪花般吉他声是我们的默契
这个约定我们说好
永远都别忘记



选角

每位模特都有各自的特色，如何挑选最佳人选来配合主题拍摄，是决定照片成败的关键之一。试想，如果硬是要让一个年轻可爱型的模特去诠释性感风格的主题，那效果只能是适得其反。因此，要完成一个完整的主题摄影，首先应该确定拍摄的主题，然后再根据主题去寻找合适的模特。如果与模特是第一次合作，建议先请模特到户外试镜，时间控制在半小时到一小时为宜，这样可以进一步确认模特与主题的契合程度。

TIPS:

这张照片表现的是一位新娘逃离婚姻的束缚后，又不断回想过去美好时光的挣扎心情，我将此次拍摄的主题命名为《逃·婚》。如果要成功表现出这种意境，需要挑选一个具有忧郁气质的模特。



● Canon S9 Mark II / Canon EF 85mm f/1.2L USM / F2.4 1/1250 45° 680



● Canon 5D Mark II · Canon EF 85mm f/1.2L II USM f/1.6 1/640 ISO 160

挑选拍摄场地

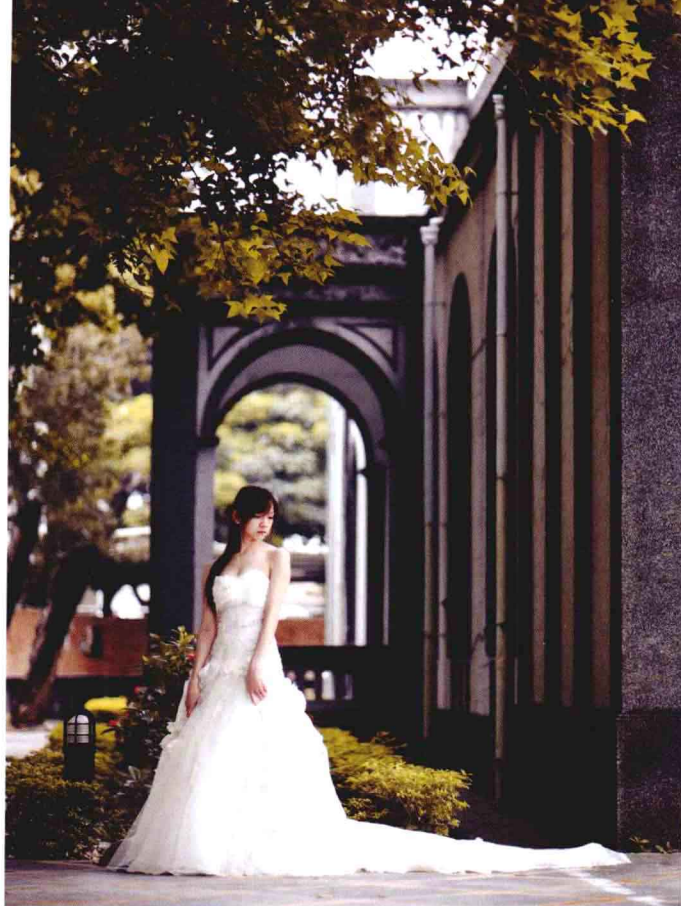
外拍场景主要分为室内场景与室外场景。如果选择餐厅这类的室内场景，请一定要先询问店家是否愿意借用场地、是否需要支付场地费用等。如果选择室外场景，则必须先了解现场的环境特色，这样有助于安排拍摄流程。此外，还要留意洗手间的位置，以便于模特换装。

以《逃·婚》为例来说，我选择先从教堂开始拍。以教堂门口为起点，拍摄模特的脚部特写，以表现夺门而出的效果，说明“逃”的意象，最后在后期处理中用软件加强照片的动态效果。



● Canon 5D Mark II · Canon EF 85mm f/1.2L II USM f/1.6 1/5000 ISO 160

接下来的情节，安排主角回到当初两人相遇、相识、相知的地点。如果一次需要用到多个场景，则应该妥善安排拍摄行程，这样才能大大节省时间。每个拍摄场景都需要提前踩点，尤其是老村、废墟等地点，更要在拍摄前几天到现场确认。我自己就曾经有过教训，当到达老村准备拍摄时，才发现现场已经被围起来等待拆除了，当时只好临时更换拍摄地点。



● 也可以将当地的特色带入景中，如教堂的墙壁、树木等都具有多姿多彩的线条，它们可以使拍摄出的照片看上去更加丰富。

Canon 5D Mark II / Canon EF 85mm 1:1.2L II USM 1/14 1/1250 156 160



● 拍照地点位于火车站旁的旧房子旁，拍摄时间在下午。

Canon 5D Mark II / Sigma 50mm 1:1.4 EX HSM 1/16 1/2000 102 110