

Nikon

rockynook

D300/D300s

尼康数码单反使用手册

[美] Darrell Young 著
王雷 译

• 轻松上手

详解D300/D300s基本拍摄设置
让D300/D300s轻松进入拍摄状态

• 实战拍摄技巧

掌握调整快门速度、光圈、对焦模
式、ISO感光度、曝光补偿等技巧

• 高阶技巧

使用内置闪光灯、色彩平衡、滤
镜效果等创意功能拍出无限精彩



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

目 录

第 1 章 基本设置	17	指定文件夹	68
D300 与 D300s 的参考资料	18	文件命名	70
新相机的必要设置	19	主插槽选择 (仅 D300s)	73
相机初始功能设置	21	第二插槽的功能 (仅 D300s)	74
作者个人建议的相机设置	23	影像品质	76
小结	23	影像尺寸	88
		JPEG 压缩	89
第 2 章 播放菜单	27	NEF (RAW) 记录	91
删除	30	白平衡	97
播放文件夹	33	设定优化校准	99
隐藏影像	35	色彩空间	119
显示模式	37	动态 D-Lighting	122
复制影像 (仅 D300s)	42	长时间曝光噪点消减	124
影像查看	48	高 ISO 噪点消减	127
删除之后	50	ISO 感光度设定	130
旋转画面至竖直方向	51	即时取景模式	138
幻灯播放	53	多重曝光	140
打印设定 (DPOF)	56	短片设定 (仅 D300s)	144
小结	57	间隔定时拍摄	146
		小结	150
第 3 章 拍摄菜单	59	第 4 章 个人设定菜单	153
拍摄菜单库	62	重命名个人设定库	154
重设拍摄菜单	67	重设个人设定	156

第一部分 —— (a) 自动	
对焦	157
个人设定 a1 ~ a10	157
AF-C 优先选择	158
AF-S 优先选择	160
动态 AF 区域	162
锁定跟踪对焦	165
触发自动对焦	169
AF 点照明	170
对焦点循环方式	172
AF 点选择	173
内置自动对焦辅助照明灯	175
MB-D10 的 AF-ON 按钮	177
第二部分 —— (b) 测光 /	
曝光	178
个人设定 b1 ~ b6	178
ISO 感光度步长值	179
曝光控制 EV 步长	181
曝光补偿 / 微调	183
简易曝光补偿	184
中央重点区域	186
微调优化曝光	188
第三部分 —— (c) 计时 /	
AE 锁定	190
个人设定 c1 ~ c4	190
快门释放按钮 AE-L	191
自动测光关闭延迟	192
自拍 (自拍延迟)	193
显示屏关闭延迟	195
第四部分 —— (d) 拍摄 /	
显示	198
个人设定 d1 ~ d12	198
蜂鸣音	198
取景器网格显示	200
取景器警告显示	201
屏幕提示	203
CL 模式拍摄速度	204
最多连拍张数	206
文件编号次序	207
信息显示	210
LCD 照明	212
曝光延迟模式	213
MB-D10 电池类型	215
电池顺序	216
第五部分 —— (e) 包围 /	
闪光	217
个人设定 e1 ~ e7	217
闪光灯同步速度	218
闪光快门速度	222
内置闪光灯闪光控制	223
模拟闪光	228
自动包围曝光设定	230

自动包围曝光（手动模式）	238	电池信息	300
包围曝光顺序	240	无线传输器	302
第六部分 —— (f) 控制	242	原始影像认证	303
个人设定 f1 ~ f11	242	版权信息（仅 D300s）	305
 LCD 背光开关	243	保存 / 载入设置	307
多重选择器中央按钮	244	GPS	310
多重选择器	250	虚拟水平（仅 D300s）	315
照片信息 / 播放	252	非 CPU 镜头数据	316
自定义指令拨盘	260	AF 微调	319
释放按钮以使用拨盘	264	Eye-Fi 上传（仅 D300s）	322
无存储卡时锁定快门	266	固件版本	323
反转指示器	267	小结	325
小结	269	第 6 章 润饰菜单	327
第 5 章 设定菜单	273	播放过程中的润饰操作	329
格式化存储卡	276	直接进入润饰菜单	330
LCD 显示屏亮度	279	D-Lighting	330
清洁影像感应器	280	红眼修正	331
向上锁定反光板以便清洁	282	裁切	333
视频模式	284	单色	334
HDMI	285	滤镜效果	335
时区和日期或世界时间	286	色彩平衡	336
语言（Language）	290	影像合成	337
影像注释	291	NEF（RAW）处理	
自动旋转影像	293	（仅 D300s）	339
USB（仅 D300）	294	重新调整尺寸（仅 D300s）	346
影像除尘参照图	297	编辑短片（仅 D300s）	348
		并排比较	350

小结	351	小结	414
第 7 章 我的菜单与最近的 设定	353	第 10 章 白平衡	417
我的菜单	355	白平衡 (WB) 的工作原理	418
添加项目	355	色温	419
删除项目	357	方法一: 用 WB 按钮手动设定 白平衡	420
为项目排序	358	在 2500K ~ 10000K 之间手动 设定色温值	421
选择标签	359	保存色温值供调用	422
最近的设定 (仅 D300s)	360	编辑注释	424
小结	360	存储并选择已拍摄照片的色温 数据	425
第 8 章 即时取景与 D-Movie 模式	363	对已保存的白平衡测温数值进 行调整	425
即时取景模式	364	方法二: 使用拍摄菜单手动设 定白平衡	426
即时取景的两种模式	365	白平衡包围	428
即时取景的 4 种显示界面	368	自动白平衡	430
D-Movie 模式	372	白平衡技巧与窍门	432
高清 (HD) 视频	372	小结	433
逐行 vs 隔行	373	第 11 章 Multi-CAM 3500DX 自动对焦系统	435
使用 D300s 录制短片	379	Multi-CAM 3500DX 自动对焦 模块	436
播放 D-Movie 短片	381	设定镜头为手动对焦模式	437
小结	389	了解自动对焦模式、区域对焦 模式以及快门释放模式	438
第 9 章 测光、曝光模式与 直方图	393		
测光系统	394		
曝光模式	400		
直方图	405		

单次伺服自动对焦模式 (S)···	439
连续伺服自动对焦模式 (C)···	440
即时取景模式下的自动 对焦	450
小结	454

第 12 章 Speedlight 闪光

摄影····· 457

什么是 GN 值?	458
闪光模式	461
尼康创意闪光系统 (CLS) ···	467
小结	474

Nikon



D300/D300s

尼康数码单反 使用手册

[美] Darrell Young 著
王雷 译



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

Nikon D300/D300s 尼康数码单反使用手册 / (美) 杨 (Young, D.) 著 ; 王雷译. — 北京 : 人民邮电出版社, 2012. 7

ISBN 978-7-115-28241-5

I. ①N… II. ①杨… ②王… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—摄影技术—手册 IV. ①TB86-62②J41-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第119654号

版权声明

Darrell Young: Mastering the Nikon D300/D300s (ISBN: 978-1933952642)

Copyright © 2011 Darrell Young

Authorized translation from the English language edition published by Rocky Nook.

All rights reserved.

本书中文简体字版由美国 **Rocky Nook** 授权人民邮电出版社出版。未经出版者书面许可, 对本书任何部分不得以任何方式复制或抄袭。版权所有, 侵权必究。

Nikon D300/ D300s 尼康数码单反使用手册

-
- ◆ 著 [美] Darrell Young
 - 译 王 雷
 - 责任编辑 李 际
 - 执行编辑 陈伟斯
 - ◆ 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>
北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 880×1230 1/24
印张: 19.83
字数: 498 千字 2012 年 7 月第 1 版
印数: 1-3 500 册 2012 年 7 月北京第 1 次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2009-6948 号

ISBN 978-7-115-28241-5

定价: 69.00 元

读者服务热线: (010) 67132786 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

内容提要

本书全面介绍了 Nikon 数码单反相机 D300/D300s 的性能特征，并对相应功能的设置与参数含义进行了细致说明，指导读者掌握如何充分利用该相机进行摄影创作。同时，针对初、中级摄影爱好者，用平实简练的语言讲述较为复杂的专业原理，对迅速提高摄影爱好者的摄影技能有很大帮助。本书为 Nikon D300/D300s 用户量身而作，对曝光、测光、构图等摄影原理，以及其他专业摄影技巧作了详尽的说明。

谨以此书献给：

与我共同生活 32 年的妻子——Brenda，
我一生的挚爱与挚友……

我的孩子们——Autumn, David, Emily, Hannah 和 Ethan
我的五件无价之宝，亦是我不懈进取的动力……

我的母亲——Barbara，赋予我生命……
我的父亲——Joe，我前半生的向导……

我在 Nikonians 的编辑——Tom Bone，
我的书籍作品离不开他的倾力协助……

我的挚友——J. Ramon Palacios 和 Bo Stahlbrandt，
创建了 Nikonians.org，
全世界最好的尼康影友论坛……

Rocky Nook 的精英团队，包括
Joan Dixon, Jocelyn Howell 和 Matthias Rossmanith……

最后，感谢尼康公司，制造出世界一流的相机与镜头产品。

序

来自 Nikonians 论坛的 Darrell Young，论坛 ID 名为 Digital Darrell，多年来以其广博的智慧与风趣友好的风格成为广大摄影爱好者的良师益友。他的个人文集含金量极高，成为知识文档库的重要资源……全部资料可登录 Nikonians 论坛查询。

本书的发表也从一个侧面体现出来自各行各业的国际摄影师会员数量的迅速增长，最近已经达到 25 万名会员，他们来自近 150 个不同的国家。提供教学书籍，例如《Mastering the Nikon D300/D300s》，这是确证我们 Nikonians 网站在教育领域专业性的一种方式。其他方式还包括：我们超过 80 个不同的论坛互动版块、Nikonians eZine、Nikonians 学院工作室、Nikonians 新闻博客、Nikonians 播客、我们的维基百科，以及电子书等。

Nikonians 在尼康影友之间业已建立起友好、可信、广博、热情的良好声誉，这要感谢所有像 Digital Darrell 这样的会员们，在承担着本职工作带来的巨大压力的同时，花费大量时间和精力与大家分享尼康影像器材的使用经验和心得。

Nikonians 论坛一贯热情欢迎全世界的尼康用户加入进来，而 Darrell 在本论坛中的特殊贡献在于他传授知识的方式，让你感觉像是在自家客厅与一位和蔼可亲的师长促膝交谈。他能够同时从专业摄影师、您家中亲人或挚友的角度，深刻理解尼康 D300/D300s 相机。

这样的方式在他传授知识的过程中起到了至关重要的作用，因为这有助于他详细描述各种拍摄情境，帮助各个不同层次的读者迅速理解。

我们要感谢 Darrell 在编写本书过程中付出的劳动，并不仅限于书中提供的各章节内容以及配图。本书作为 Nikonians 论坛与 Rocky Nook 合作出版的第七本图书，Darrell 在编写过程中更进一步参与到最终的版式设计工作。Darrell 以他一贯的精益求精的态度使本书的最终质量得到了极大的提高，以此回馈广大读者的厚爱。

本书作者 —— Darrell Young

Darrell Young (ID: Digital Darrell) 是一名商业信息技术工程师。他的母亲于 1968 年送给他一部 Brownie Hawkeye 照相机，从此他开始走上摄影之路，并对摄影倾注了巨大的热情。

Darrell 从 1980 年开始使用尼康相机和尼克尔镜头。作为 NAS (Nikon Acquisition Syndrome, 尼康收集综合症, 尼康影友创造的术语) 重症患者，他热衷于使用各种尼康最新款数字相机进行创作。

凭借居住在大雾山国家公园附近的天时地利，他热爱并投身于自然风光摄影领域。

他热爱写作，正如您在 Nikonians.org 论坛的资源区之所见。他于 2000 年加入该论坛，在文字方面的巨大贡献使他受邀成为 Nikonians Writers Guild (尼康爱好者作者协会) 的初创成员。

了解相机机身



图 1 相机顶部 (1 ~ 11)

图 1 (1 ~ 11)

1. 释放模式拨盘锁定释放按钮
2. QUAL (影像品质 / 尺寸) 按钮
3. WB (白平衡) 按钮
4. ISO (ISO 感光度) 按钮
5. 释放模式拨盘
6. 配件热靴 (闪光灯热靴)
7. 控制面板
8. MODE (曝光模式) 按钮
9. 曝光补偿按钮
10. 快门释放按钮
11. 电源开关



图 2 相机前部左侧 (12 ~ 18)

图 2 (12 ~ 18)

12. 闪光灯自动弹出按钮
13. 闪光模式按钮
14. 内置麦克风
15. 闪光同步终端 (盖)
16. 十针遥控终端 (盖)
17. 镜头释放按钮
18. 对焦模式选择器

图 3 (19 ~ 22)

- 19. 副指令拨盘
- 20. 自动对焦辅助照明器
- 21. 景深预览按钮
- 22. Fn 按钮



注意：关于 D300 的特别信息
参见 xvii 页

图 3 相机前部右侧 (19 ~ 22)

图 4 (23 ~ 32)

- 23. 接口盖
- 24. 播放按钮
- 25. 删除按钮
- 26. 取景器接目镜
- 27. MENU (菜单) 按钮
- 28. 保护 / 帮助按钮
(D300 为 info 按钮)
- 29. 缩略图 / 缩小播放按钮
- 30. 放大播放按钮
- 31. OK (确定) 按钮
- 32. 显示屏



图 4 相机后部左侧 (23 ~ 32)

图 5
相机后部右侧
(33 ~ 46)



图 5 (33 ~ 46)

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| 33. 屈光度调节控制器 | 40. 对焦选择器锁定开关 |
| 34. 测光选择器 | 41. 存储卡存取指示灯 |
| 35. AE/AF 锁定按钮 | 42. 存储卡插槽盖 (D300s) |
| 36. AF-ON 按钮 | 43. 扬声器 |
| 37. 主指令拨盘 | 44. 自动对焦区域模式选择器 |
| 38. 多重选择器 | 45. info (信息) 按钮 (D300s) |
| 39. 多重选择器中央按钮 (D300s) | 46. 即时取景按钮 (D300s) |

关于 D300 的特别信息

尼康 D300s 与 D300 在物理设计上存在一些不同之处。Info（信息）按钮、存储卡插槽盖与多重选择器中央按钮的操作方式或位置有所不同。图 6 所示为 D300 机背，不同之处用文字标出。D300 的多重选择器不具备新型的多重选择器中央按钮。然而其操作方式是相同的——用拇指按下多重选择器中央即可。图 6 所示为 info（信息）按钮，多重选择器中央按钮与存储卡槽盖锁门的位置。使用锁门可开启存储卡槽盖。

图 6

D300 控制方式
的不同之处



目 录

第 1 章 基本设置	17	指定文件夹	68
D300 与 D300s 的参考资料	18	文件命名	70
新相机的必要设置	19	主插槽选择 (仅 D300s)	73
相机初始功能设置	21	第二插槽的功能 (仅 D300s)	74
作者个人建议的相机设置	23	影像品质	76
小结	23	影像尺寸	88
		JPEG 压缩	89
第 2 章 播放菜单	27	NEF (RAW) 记录	91
删除	30	白平衡	97
播放文件夹	33	设定优化校准	99
隐藏影像	35	色彩空间	119
显示模式	37	动态 D-Lighting	122
复制影像 (仅 D300s)	42	长时间曝光噪点消减	124
影像查看	48	高 ISO 噪点消减	127
删除之后	50	ISO 感光度设定	130
旋转画面至垂直方向	51	即时取景模式	138
幻灯播放	53	多重曝光	140
打印设定 (DPOF)	56	短片设定 (仅 D300s)	144
小结	57	间隔定时拍摄	146
		小结	150
第 3 章 拍摄菜单	59	第 4 章 个人设定菜单	153
拍摄菜单库	62	重命名个人设定库	154
重设拍摄菜单	67	重设个人设定	156