



# 180

## 个关键词

精通

### 户外及棚内 人像摄影

7个白平衡设置关键词

6个常用构图方法关键词

7个光线方向关键词

户外人像摄影 18个关键词

人像摆姿基础 12个关键词

儿童摄影 15个关键词



黑冰摄影

飞思数字创意出版中心 监制

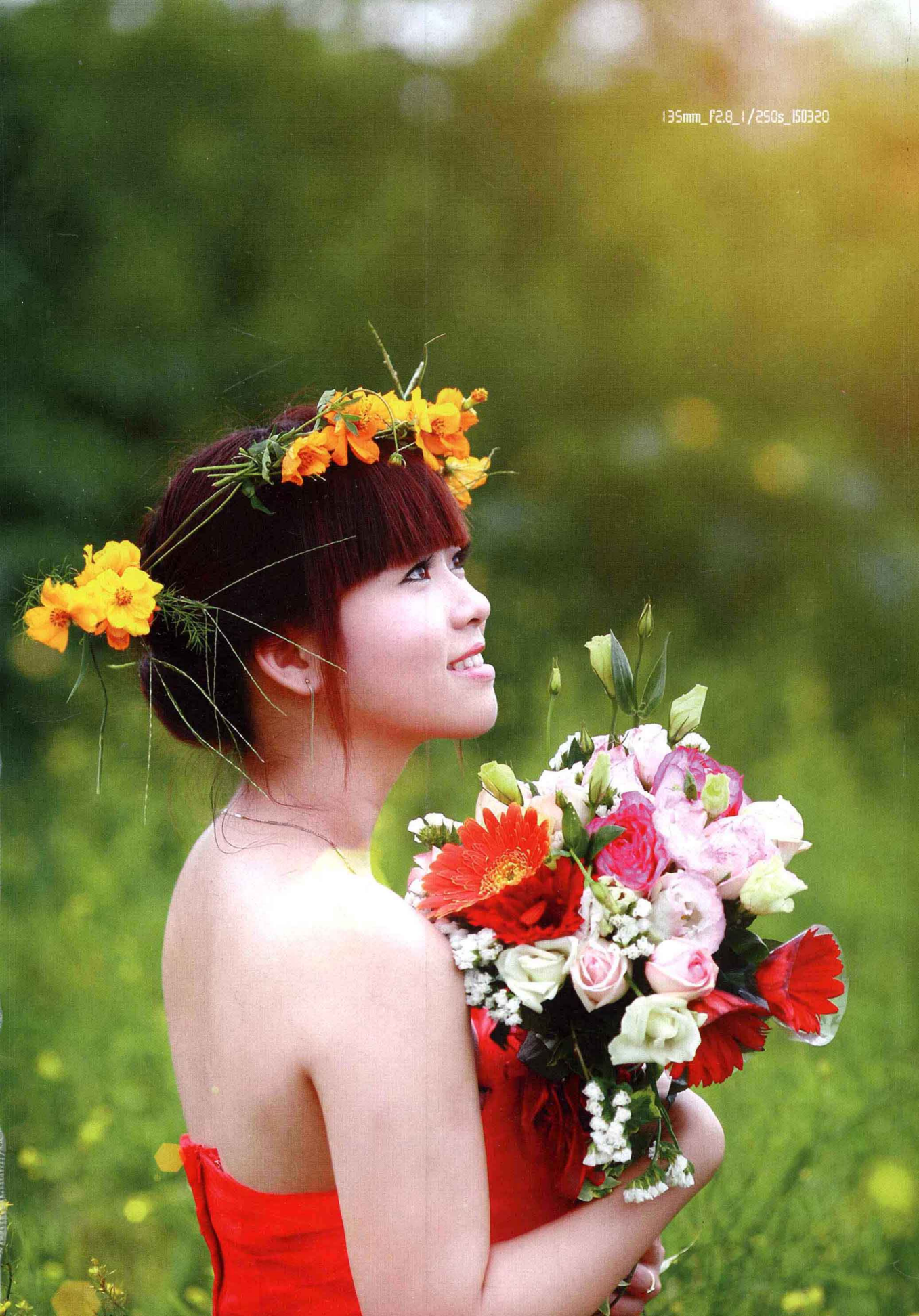
编著



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>



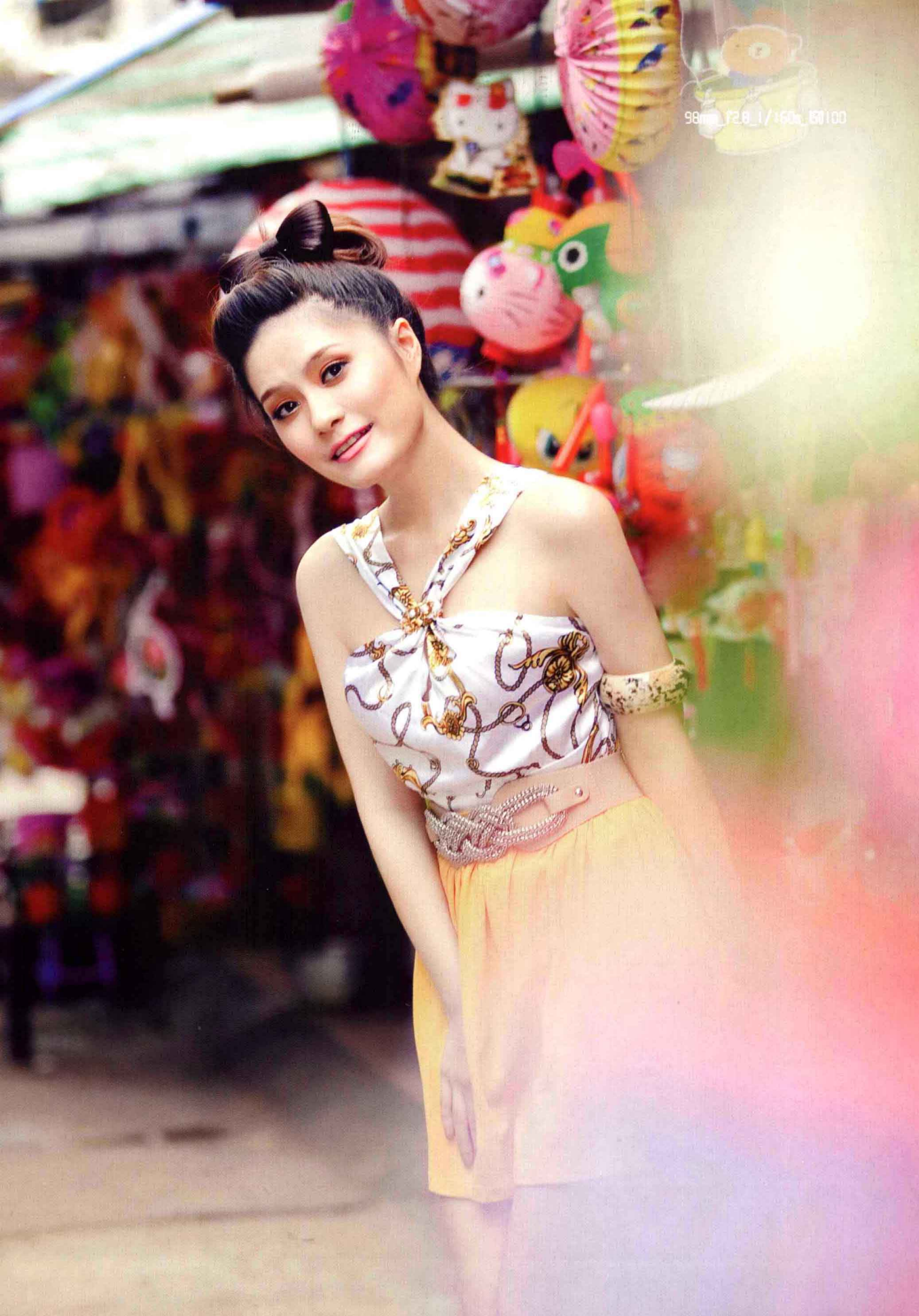


85mm\_f2.2\_1/80s\_150640



135mm\_f2\_1/400s\_150400

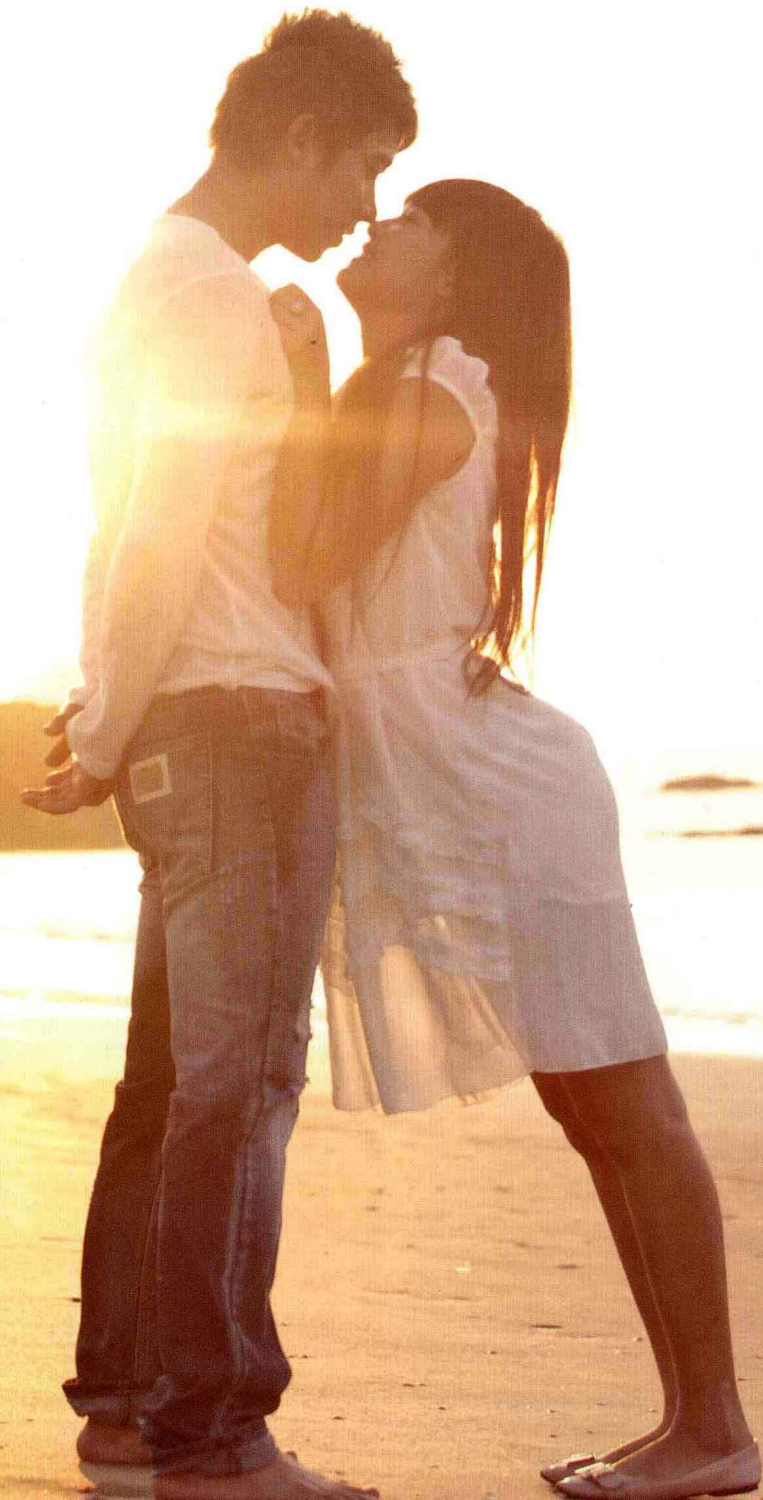




200mm\_F3.2\_1/640s\_ISO100

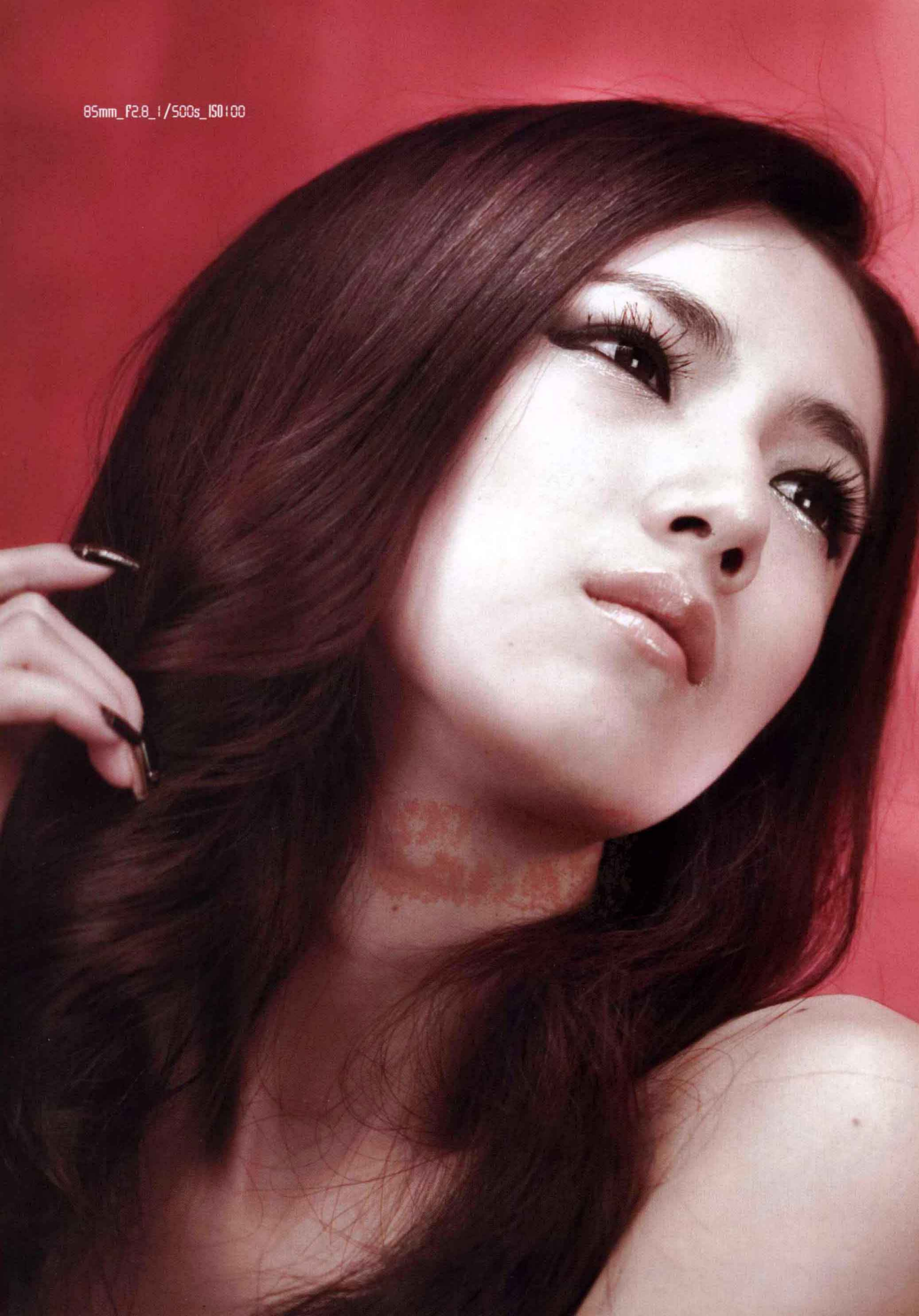


70mm\_f3.5\_1/200s\_150100





85mm\_f2.8\_1/500s\_ISO100



# 180个关键词精通户外及棚内人像摄影

黑冰摄影  
飞思数字创意出版中心

编著  
监制

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

# 内容简介

本书采取提取关键词的编撰方法，从纷繁复杂、数量庞大的数码单反摄影相关知识点中提取了180个关键词，这些关键词分布在硬件，相机使用知识，摄影基础理论知识，各摄影题材实操拍摄等各个方面。

在讲解时笔者不仅详细解释了关键词本身的含义，而且还以图文对照的形式分析了与关键词相关的知识与摄影技能，力图使读者在学习这些关键词之后，掌握与人像摄影相关的重要知识点、技能点、实拍技法，拍出令人赏心悦目的佳片！

本书适合准备通过阅读自学数码单反摄影的理论与技法的摄影爱好者学习使用。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的部分或全部内容。  
版权所有，侵权必究。

## 图书在版编目(CIP)数据

180个关键词精通户外及棚内人像摄影 / 黑冰摄影编著. -- 北京: 电子工业出版社, 2012.4  
ISBN 978-7-121-16119-3

I. ①1… II. ①黑… 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034854号

责任编辑: 姜伟

特约编辑: 李新承

印刷: 中国电影出版社印刷厂

装订:

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

开本: 787×1092 1/16 印张: 15 字数: 384千字

印次: 2012年4月第1次印刷

定价: 59.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

# 前言

## 掌握人像摄影要学习什么

实际上，人像摄影要学习的只有三部分，第一部分是学习硬件使用，即人像摄影中相关器材的使用，要拍摄好人像，有许多必须掌握的器材及相机设置；第二部分是摄影基础理论，包括构图、用光及色彩等专业理论；第三部分是具体摄影题材的实拍技法，这些技法针对不同的题材各不相同，例如拍摄户外人像时，改变画面的色调有控制白平衡方面的技法，在不同时间拍摄人像时有光线控制技法，要拍好一个题材，必须尽可能多地掌握这些比较基础的拍摄技法。

## 学习人像摄影的方法是什么

每一种技法与艺术都有不同的学习方法，但其学习指导思想却基本相同，即抓住重点也就是关键知识点，从而用以点代面的方式，先掌握核心关键知识点，再从这些关键知识点扩展开来，掌握要学习的全部技法。

要学习第一部分摄影基础知识，就应该先掌握快门、感光度、曝光补偿等关键词的意义及其相关知识；要学习第二部分的构图知识，就应该掌握视角、景别、画幅等关键词的意义及其相关知识。因此，初学人像摄影不必贪多、求全，只要掌握每一部分的若干重点关键词就可以。

## 要掌握多少个关键词

既然是以关键知识点为切入点来学习人像摄影，那么究竟要掌握多少关键词，才算是入门呢？

这个问题恐怕没有一个确定的答案，因为每个人学习的目的不同，有的可能只是玩玩而已，那么需要掌握的关键词肯定不用太多，100来个就可以了；而有些爱好者达到了入迷的程度，而且具有深钻的学习精神，那么要掌握的关键词就不会太少，有可能需要达到200~300个。大多数摄影爱好者还是希望能够拍摄出漂亮的人像照片，同时陶冶情操，培养艺术爱好，因此要掌握的关键词数量可以折中一些，200个左右的关键词即可。

## 本书概况

本书采取提取关键词的编撰方法，从纷繁复杂、数量庞大的与人像摄影相关的知识点提取了近180个关键词，这些关键词分布在硬件、相机使用知识、摄影基础理论，各摄影题材实操拍摄等各个方面。

例如，3种测光模式设置关键词、5种人像摄影的景别关键词、6种人像摄影常用构图关键词，又如，拍摄户外人像的18个关键词、人像摆姿的12个关键词、婚纱摄影的11个关键词。

在讲解时笔者不仅详细解释了关键词本身的含义，而且还以图文对照的形式分析了与关键词相关的知识与摄影技能，力图使读者在学习这些关键词之后，掌握与人像摄影相关的重要知识点、技能点、实拍技法，拍出令人赏心悦目的佳片！

# CONTENTS

180个关键词精通户外及棚内  
人像摄影

## 第1章 准备工作

### 20 4个前期策划关键词

20 拟定主题

21 制订计划

22 交流

23 检查装备

### 24 9个器材关键词

24 不同焦距的镜头

27 定焦镜头与变焦镜头

29 反光板

29 反光板支架

30 闪光灯

32 柔光罩

32 遮光罩

32 UV镜

33 快门线和遥控器

### 34 3个常用辅助道具关键词

34 主题性道具

35 掩饰性道具

36 辅助性道具



## 第2章 曝光设置

### 40 4个影响曝光的因素关键词

40 光圈

41 快门速度

43 感光度

44 曝光补偿

### 45 3个测光模式关键词

45 点测光

46 中央重点测光

46 矩阵测光

### 47 4个对焦设置关键词

47 单次对焦

48 连续对焦

50 手动对焦

50 对焦点的选择

### 51 3种快门释放模式

51 单拍

51 连拍

52 自拍



## 53 5个常用拍摄模式关键词

- 53 A挡——光圈优先模式
- 54 S挡——快门优先模式
- 55 M挡——手动模式
- 56 人像模式
- 57 夜景人像模式

## 58 7个白平衡设置关键词

- 58 自动白平衡
- 58 荧光灯白平衡
- 58 白炽灯白平衡
- 58 直射阳光白平衡
- 59 阴天白平衡
- 59 手动选择色温
- 59 阴影白平衡



## 第3章 构图

### 62 3种影响画面景深的因素

- 62 用大光圈镜头获得浅景深
- 63 使用长焦镜头获得浅景深
- 64 通过调整距离获得浅景深

### 66 5个景别关键词

- 66 远景
- 66 全景
- 67 中景
- 67 近景
- 68 特写

### 69 2个画幅关键词

- 69 横画幅
- 69 竖画幅

### 70 3个机位关键词

- 70 俯拍
- 70 仰拍
- 71 平拍

### 72 4个角度关键词

- 72 正面
- 73 侧面
- 74 3/4侧
- 75 背面

### 76 6个画面构成关键词

- 76 主体
- 77 陪体
- 78 前景
- 79 背景
- 80 空白
- 81 画外空间

### 82 6个构图方法关键词

- 82 黄金分割构图法
- 82 三分法构图
- 83 曲线构图
- 84 斜线构图
- 84 L型构图
- 85 满画面构图

# CONTENTS

180个关键词精通户外及棚内  
人像摄影

## 第4章 光影运用

### 88 2个光线关键词

88 直射光

89 散射光

### 90 7个光线方向关键词

90 顺光

91 前侧光

91 侧光

92 逆光

93 侧逆光

96 顶光

96 底光

### 97 3个光线运用关键词

97 高调

98 低调

99 中间调



## 第5章 色彩

### 102 3个色彩属性关键词

102 色相

103 明度

104 饱和度

### 106 10个色彩性格关键词

106 红

106 橙

107 黄

107 绿

108 青

108 蓝

109 紫

109 黑

110 白

110 灰

### 111 3个色彩运用准则关键词

111 单色

112 邻近色

113 互补色

### 114 3个色彩搭配关键词

114 基调明确

115 对比鲜明

116 色不过三

### 118 2个色调运用关键词

118 暖色调

119 冷色调



## 第6章 棚内人像摄影

- 122 影室灯及相关器材
- 122 影室灯
- 123 标准反光罩
- 123 挡光板
- 123 蜂巢
- 123 柔光箱
- 123 滤色片
- 123 测光表
- 126 白炽灯及相关器材
- 127 外置闪光灯及相关器材
- 128 棚内摄影常见的光线类型
- 128 主光
- 129 辅光
- 129 发光
- 130 背景光
- 130 轮廓光
- 131 5种常用棚拍布光方法
- 131 单灯——简单、明了的硬光
- 132 平光——细腻、柔和的光影
- 133 立体光——顶光+反光板
- 134 立体光——主光+轮廓光
- 135 立体光——主光+辅光+背景光
- 136 鳄鱼光——顶光+底光
- 137 包围光——主光+辅光+辅光



## 第7章 18个户外人像摄影关键词

- 140 上午——光线清爽、怡人
- 141 午后——光线充足
- 142 夜晚——利用背景形成漂亮的光斑
- 143 晴天——阳光明媚
- 144 阴天——柔美、忧伤
- 145 雨天——凄美、浪漫
- 146 外部附件——利用彩色滤镜改变照片色调
- 147 相机设置——利用白平衡改变照片色调
- 148 意境——不要看镜头
- 150 环境——场景反射光对皮肤的影响
- 151 背景——选择亮度低一些的场景
- 152 背景——回避地面的杂物
- 153 背景——裁切多余的元素
- 154 背景——避免“头上长树”
- 155 构图——用前景烘托气氛
- 156 构图——不要留太多的头部空间
- 157 构图——让模特融入场景中
- 157 构图——别让陪体抢了风头





## 第8章 12个人像

### 摆姿关键词

- 160 女士摆姿——头部摆姿
- 161 女士摆姿——肩与手臂摆姿
- 162 女士摆姿——腰部摆姿
- 163 女士摆姿——手部摆姿
- 164 女士摆姿——双腿摆姿
- 165 女士摆姿——双脚摆姿
- 166 女士摆姿——站姿
- 168 女士摆姿——坐姿
- 170 女士摆姿——蹲姿与跪姿
- 172 女士摆姿——躺姿与倚姿
- 174 女士摆姿——手姿
- 176 男士摆姿——潇洒、倜傥



## 第9章 15个儿童摄影

### 关键词

- 180 连拍——更好地抓拍精彩瞬间
- 181 曝光补偿——表现娇嫩肌肤
- 181 对焦——保证画面清晰
- 182 婴儿阶段——出生到1周岁
- 184 幼儿阶段——1周岁到18个月
- 184 学前阶段——18个月到4岁
- 185 儿童阶段——4岁到10岁
- 186 儿童摄影拍摄技巧——如何与小宝贝打交道
- 188 儿童摄影拍摄技巧——场景拍摄与道具的使用
- 189 儿童摄影拍摄技巧——自然
- 190 儿童摄影拍摄技巧——多样的拍摄角度
- 190 儿童摄影拍摄技巧——简洁的取景构图
- 191 儿童摄影拍摄技巧——简单的光线
- 192 儿童摄影拍摄技巧——饱满的色彩和明快的影调
- 193 儿童摄影拍摄技巧——温馨亲子照