

摄影专题技法

人像写真

光合网 编著

视觉丰富
极具感染力的人像画面
人像写真中的创意构图
富有意味的剪影
多元化的拍摄素材
完美捕捉
最美瞬间



浙江摄影出版社

责任编辑 郑幼幼
文字编辑 张 作
装帧设计 新知互动
美术统筹 任惠安
责任校对 程翠华

图书在版编目(CIP)数据

人像写真 / 光合网编著. -- 杭州: 浙江摄影出版
社, 2012. 1
ISBN 978-7-5514-0010-7

I. ①人… II. ①光… III. ①人像摄影-摄影技术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第190446号

摄影专题技法

人像写真

光合网 编著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

(杭州市体育场路347号 邮编: 310006)

电 话 0571-85159646 85159574 85170614

网 址 <http://www.photo.zjcb.com>

经 销 全国新华书店

制 版 杭州美虹电脑设计有限公司

印 刷 浙江海虹彩色印务有限公司

开 本 710×1000 1/16

印 张 11

2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0010-7

定 价 38.00元



北航

C1631357

013022/41

摄影专题技法

人像写真

光合网 编著

J413
47

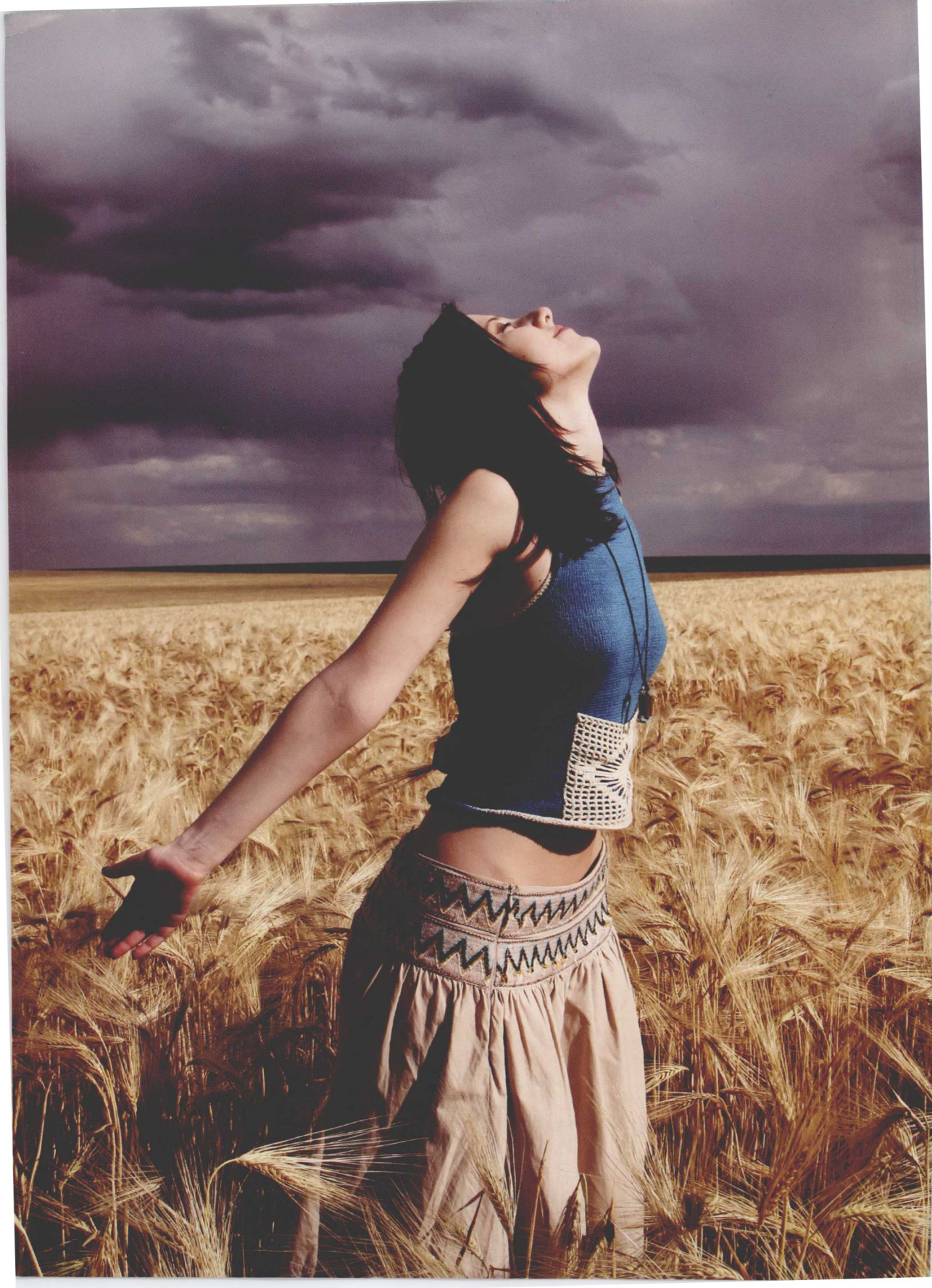


北航

C1631357

J413/47

浙江摄影出版社





前言

Preface

现代社会，随着生活水平不断提高，人们的价值观也有了一定的改变，越来越多的人开始喜欢人像摄影。人像摄影近些年来非常流行，拍摄人像写真成了人们工作之余的一项休闲消费选择。人像写真摄影正以其时尚、新鲜的特点不断进入和改变着人们的生活。

人像摄影的意义并不只局限于记录和传达，人们对人像的理解常常局限于简单的人物拍照，这是错误的。人像写真摄影的技术含量远远高于风光摄影和其他的拍摄类型，需要更多的创新、实践，它需要摄影师具有很强的审美能力，与被拍摄者的沟通能力，需要摄影师具备丰富的用光、构图等技术能力。

如何拍摄不同类型的人物，如何表现人物生动的表情，如何让人像个性十足？本书运用轻松、直观的方法对人像写真摄影进行了讲解和例证，主要是通过作者的亲身体验，对多种拍摄情况下应该运用的技巧和注意事项进行详实且生动的说明。如果您想要学习和掌握人像写真摄影并且进入到这样一个领域，那么这本书将帮助您提高拍摄水平，让您了解人像摄影拍摄的过程以及需掌握的要点，也让您看到各种情况下所拍摄的人像效果。

本书从人像写真摄影的多个方面切入，对基础知识、拍摄技术以及人像摄影的创意理念，都清晰准确地进行了讲解和分析。

目录

Contents

PART 1

人像写真的独特魅力

人像摄影概述.....012

人像写真的独特魅力.....013

记录幸福时刻.....013

休闲娱乐的方式之一.....013

兴趣爱好.....015

不一样的自己.....015

PART 2

器材——摄影师的武器

选择适合拍摄人像写真的相机.....018

数码单反相机的优缺点.....018

数码卡片相机的优缺点.....019

120相机.....020

选择适合拍摄人像写真的镜头.....021

广角镜头.....021

标准镜头.....023

中焦人像镜头.....024

长焦镜头.....026

PART 3

操作基本概念——人像写真的起点

人像写真的曝光要素.....030

认识光圈的功能.....030

认识快门的功能.....032

认识感光度.....033

相机的曝光补偿功能.....034

不同测光模式决定着照片的曝光效果.....036

中央重点测光.....036

点测光模式.....037

平均测光模式.....037

白平衡影响着照片的色彩.....038

白平衡种类.....038

不同白平衡的颜色倾向.....039

景深的概念及决定因素.....040

什么是景深.....040

决定景深的三个因素.....041





PART 4

光——人像写真的画笔

什么是光.....058

什么是人造光.....058

什么是自然光源.....059

光线的基本性质.....059

强度.....059

质量.....060

色彩.....060

光源和光的种类.....060

室内人像摄影用光技巧.....060

室外人像自然光的运用.....061

人造光的种类.....062

摄影灯的种类.....064

光的方向.....065

顺光及其光照效果.....065

侧光及其光照效果.....066

逆光及其光照效果.....067

顶光及其光照效果.....068

色温和照片色调的关系.....069

黄色调人像.....071

红色调人像.....071

绿色调人像.....072

蓝色调人像.....073

白色系与高调影调.....074

黑色系与低调影调.....075

拍摄案例：柔和的散射光效果.....076

使用不同拍摄模式.....043

程序自动曝光模式.....043

人像模式.....045

光圈优先模式.....046

快门优先模式.....047

适用于不同拍摄情况的对焦模式.....048

单次对焦.....048

跟踪对焦.....049

对焦点的选择.....050

好用的RAW格式.....051

什么是RAW格式文件.....051

RAW格式文件的优势所在.....052

RAW格式文件的缺点.....053

拍摄案例：人像写真中的道具运用.....054



PART 5

构图——让人像写真更加完美

理解构图的概念.....080

人像写真的基本构图方式.....081

横幅构图 081

竖幅构图 082

中央构图 083

斜构图 084

L 形构图 085

三角形构图 085

透视点构图 086

S 曲线构图 087

黄金分割与三分法.....088

黄金分割 088

三分法 089

人像写真的创意构图.....090

框式构图 090

镜像构图 091

前景的运用 091

背景要简洁 092

利用景深虚化背景 093

利用广角镜头使人物和背景完美结合 095

利用长焦镜头压缩背景 096



拍摄角度.....097

水平视角拍摄 098

高角度俯拍 099

低角度仰拍 100

拍摄案例：局部特写人像的构图拍摄.....101



PART 6

熟练运用光线拍摄影棚人像写真

建立自己的摄影棚.....106

摄影棚的位置 106

摄影棚的硬件条件 107

摄影棚拍摄的注意事项 109

影棚灯具介绍.....110

影棚闪光灯类型 110

灯架	111
各种类型的灯罩	112
柔光箱	112
反光伞	113
反光板	114
背景板	115



光线的软硬控制.....115

软光	115
硬光	117

人像写真基本布光方式.....118

主光的布设	120
辅助光的布设	120
背景光的布设	120
轮廓光的布设	122
头发光的布设	123

光比的控制.....123

拍摄案例.....124



PART 7

情境——环境人像写真的拍摄及修饰

拍摄地点的选择和前期准备.....128

拟定拍摄计划	128
选择适合的拍摄地点	129
前期布置户外场景	130
拍摄场景要符合照片主题	131

常见场景人像写真的拍摄.....132

公园人像写真的拍摄	132
利用模板调整人物亮度并美白牙齿	133
海边人像写真的拍摄	136
调整照片色调	138
废墟人像写真的拍摄	141
小城人像写真的拍摄	144
制作怀旧风格的人像照片	145
铁轨人像写真的拍摄	148
室内人像写真的拍摄	151
校正偏色的人像照片	152
夜晚人像写真的拍摄	154
酒吧人像写真的拍摄	156

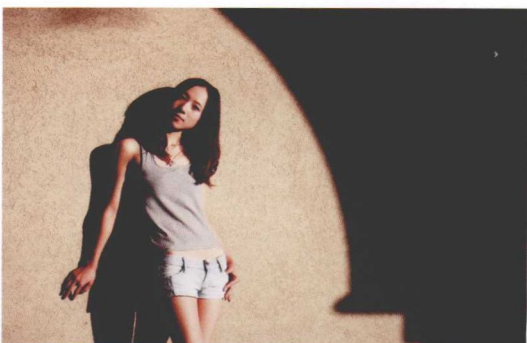
拍摄案例.....157

PART 8

将人像拍出创意

光线与画面主题要吻合.....162

模特服饰和形象与画面主题的关系.....163



道具的运用	164
模特的表演	165
组照的拍摄	166
高级后期修饰	167
修复画笔工具的使用	167
改变脸型	169
修出完美的身材	170
美化皮肤	172









人像写真

PART 1 人像写真的独特 魅力

人像写真越来越热门，专业的摄影师和摄影爱好者也都对这一拍摄题材倍感兴趣，这正是因为人像摄影有着它独特的魅力。

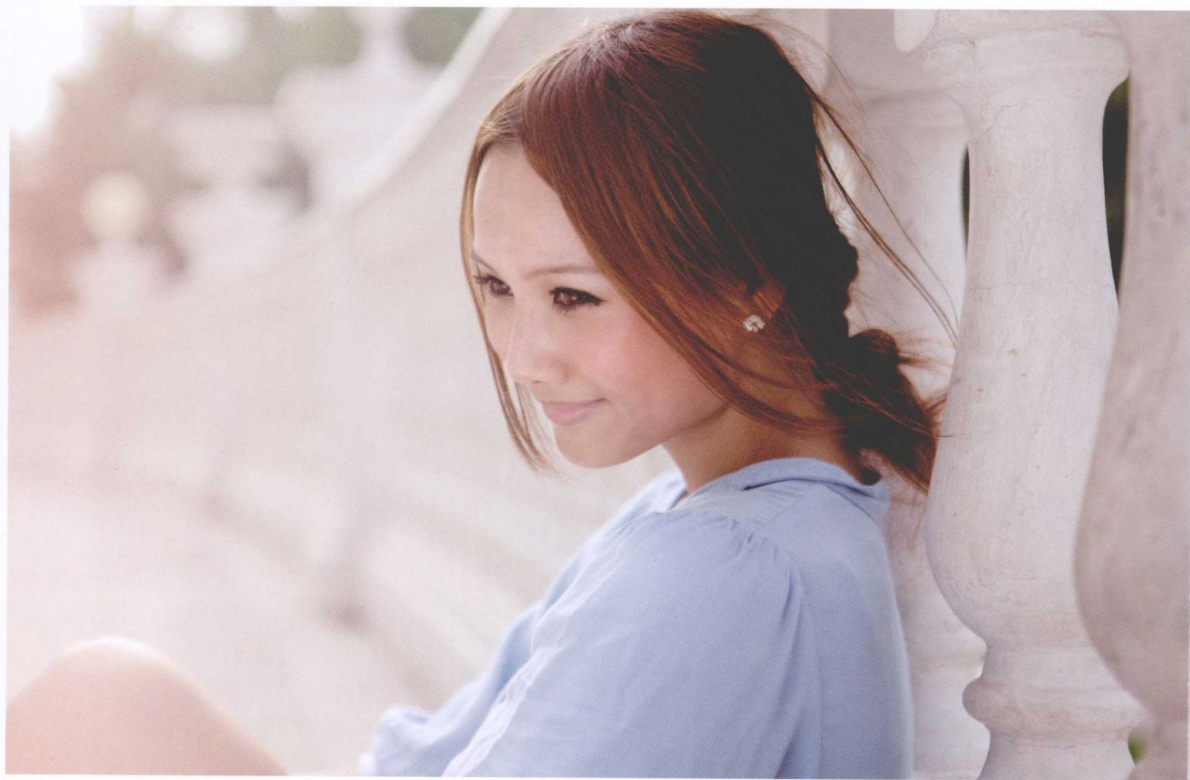
人像摄影概述

这几年，人像摄影在大众生活中不断流行开来，当人们说到人像摄影，多数人首先会想到的是一个人在镜头前或站或坐被拍摄下来的照片。当然也会有很多人想要在人的美姿和灯光造型等方面做出一定的突破，但这个前提是要在对技术和摄影器材以及被摄者等一些客观条件充分掌握的情况下，才会使拍摄顺利。

那么具体要怎么样才能拍出人们满意的照片呢？这个过程中我们真正要做什么呢？

要想拍出理想的好照片，就要全身心地投入，这包括时间和精力的投入以及与被摄对象的沟通，还有娴熟的技术等。如果不用心是很难拍出有创意有个性的照片的。拍摄的时候使背景和人物完美结合，再配以相应的美姿，图片就会灵动起来。

人像摄影的内容和用途非常广泛，内容可以是男人、女人、老人、小孩等地球上的所有人，它可以出于自己的个人喜好，也可以用作广告、影视、时尚杂志等。



拍摄人像写真可以让人感受美感与舒适

光圈：f/1.2 快门速度：1/2000秒 感光度：ISO100 焦距：50mm

人像写真的独特魅力

现如今，多数人都知道人像写真这个名词，人像写真首先是在年轻人中普及开来，渐渐的这一题材越来越普及，无论是被拍摄的人还是拍摄的人。无疑，人像写真为他们带去了更多的欢乐和幸福。

记录幸福时刻

幸福是感觉到的，但是通过什么方式可以用视觉的形式让人看到这种幸福呢？当然是摄影。有很多人说，想在她（他）们年轻的时候多留下一些美好的记忆，于是就选择了人像写真，因为青春可以通过这样的方式长存；还有人希望用艺术的方式再现和爱人在一起的点点滴滴，也选择了人像写真。



最美的是你那蓦然回首的妩媚，深深拨动着我的心弦。当容颜老去，青春不再，你依然留在我的心中，那些关于青春的印记

光圈：f/2.8 快门速度：1/200秒
感光度：ISO100 焦距：110mm



即使是外出游玩，也不要错过那些值得留念的时刻哦

光圈：f/8 快门速度：1/150秒
感光度：ISO100 焦距：50mm



室内人像写真更具有艺术性，是美的升华

光圈：f/4 快门速度：1/160秒
感光度：ISO200 焦距：29mm

休闲娱乐的方式之一

很多年轻人都在期盼着假期，但假期真的来临之际却又不知道干什么了。选择旅行？也许有人会觉得很累；选择美食，年轻人又怕胖，那假期干什么呢？去拍一套人像写真，纪念青春，纪念大好时光，未尝不是一种很好的选择！



清新、亮丽、唯美的人像写真是当下的流行题材

光圈: f/9

快门速度: 1/125秒

感光度: ISO100

焦距: 60mm

拍摄人像写真如今已成为年轻一族休闲娱乐的首选项目，在拍摄同时，通过化妆、造型、穿着时尚的衣服，可以发现不同的自己，让情绪放松、心情愉快，这都是人们选择人像写真的重要原因。



室外人像写真以青春、活力、自然为主要趋势

光圈：f/2.8 快门速度：1/1000秒 感光度：ISO100 焦距：62mm

兴趣爱好

摄影器材种类繁多，功能丰富多样，是很多人对摄影投入兴趣的原因之一。对人像摄影而言，它可以充分展现摄影师的才能和技术，可以使摄影师的能力得到最全面的发挥，兴趣得到展现。

不一样的自己

无论是摄影师还是被拍摄者都能在人像写真中得到发挥，整个过程，摄影师的技术得到了不断的提高，被拍摄者也得到了快乐和满意的照片。

人像写真的魅力是无限的，这种专门的人像摄影形式给人们的生活带来了更多的新鲜和乐趣，人像写真摄影也具有了十分重要的作用，社会生活已无法离开这种人像摄影形式。