

数码单反摄影 全攻略

最值得珍藏的数码单反摄影技巧

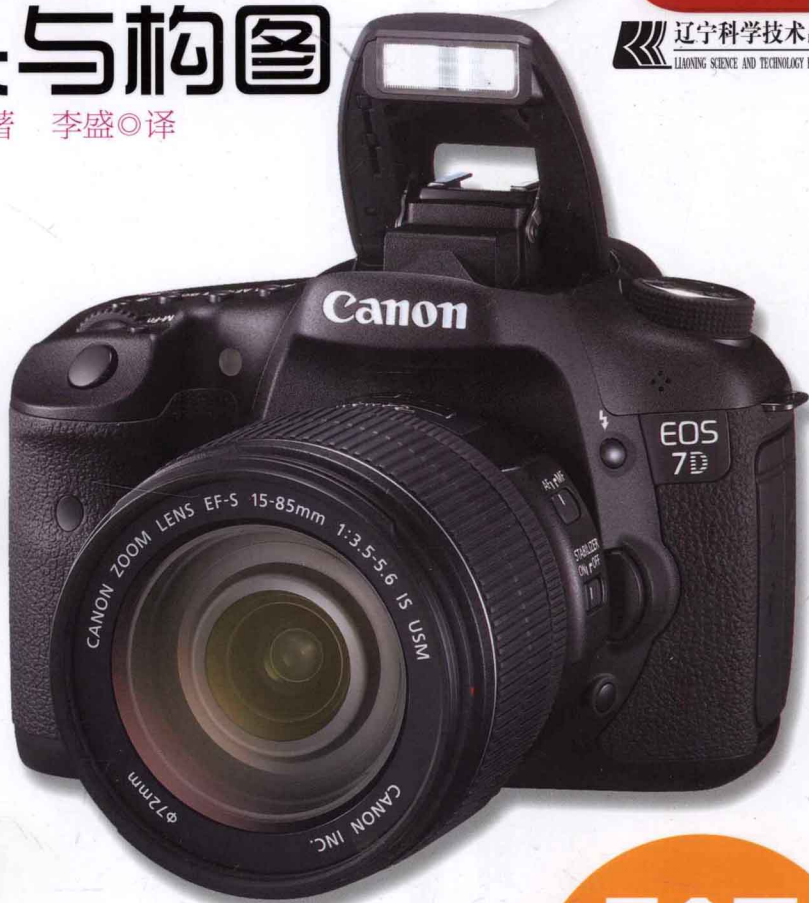
终极版



辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

镜头与构图

日本温迪◎编著 李盛◎译



片是否表达出了
们时的心情和感动

要拍摄的不同场景活用不同的镜头与构图

摄影爱好者准备的不可外传的秘密讲座

亲临现场般的实战演习模式

手把手教授摄影手册之外的知识

最全面
最详尽
单反教程

TITLE: [写真上手になるための構図とレンズのきほんBOOK]

BY: [WINDY Co.]

Copyright © 2010 WINDY Co.

Original Japanese language edition published by Mynavi Corporation.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Mynavi Corporation.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

©2012, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本株式会社迈纳比授权辽宁科学技术出版社在中国范围独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2011第225号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

数码单反摄影全攻略.镜头与构图/日本温迪编著;李盛译.一沈阳:辽宁科学技术出版社,2012.6

ISBN 978-7-5381-7414-4

I. ①数… II. ①日… ②李… III. ①数字照相机:单镜头反光照相机—摄影镜头 ②数字照相机:单镜头反光照相机—摄影构图 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第067775号



策划制作:北京书锦缘咨询有限公司(www.booklink.com.cn)

总策划:陈庆

策划:李伟

设计制作:季传亮

出版发行:辽宁科学技术出版社

(地址:沈阳市和平区十一纬路29号 邮编:110003)

印刷者:北京瑞禾彩色印刷有限公司

经销者:各地新华书店

幅面尺寸:160mm×230mm

印张:10

字数:51千字

出版时间:2012年6月第1版

印刷时间:2012年6月第1次印刷

责任编辑:朱悦玮 谨 严

责任校对:合力

书号:ISBN 978-7-5381-7414-4

定价:38.00元

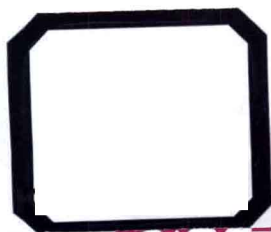
联系电话:024-23284376

邮购热线:024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

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

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/7414

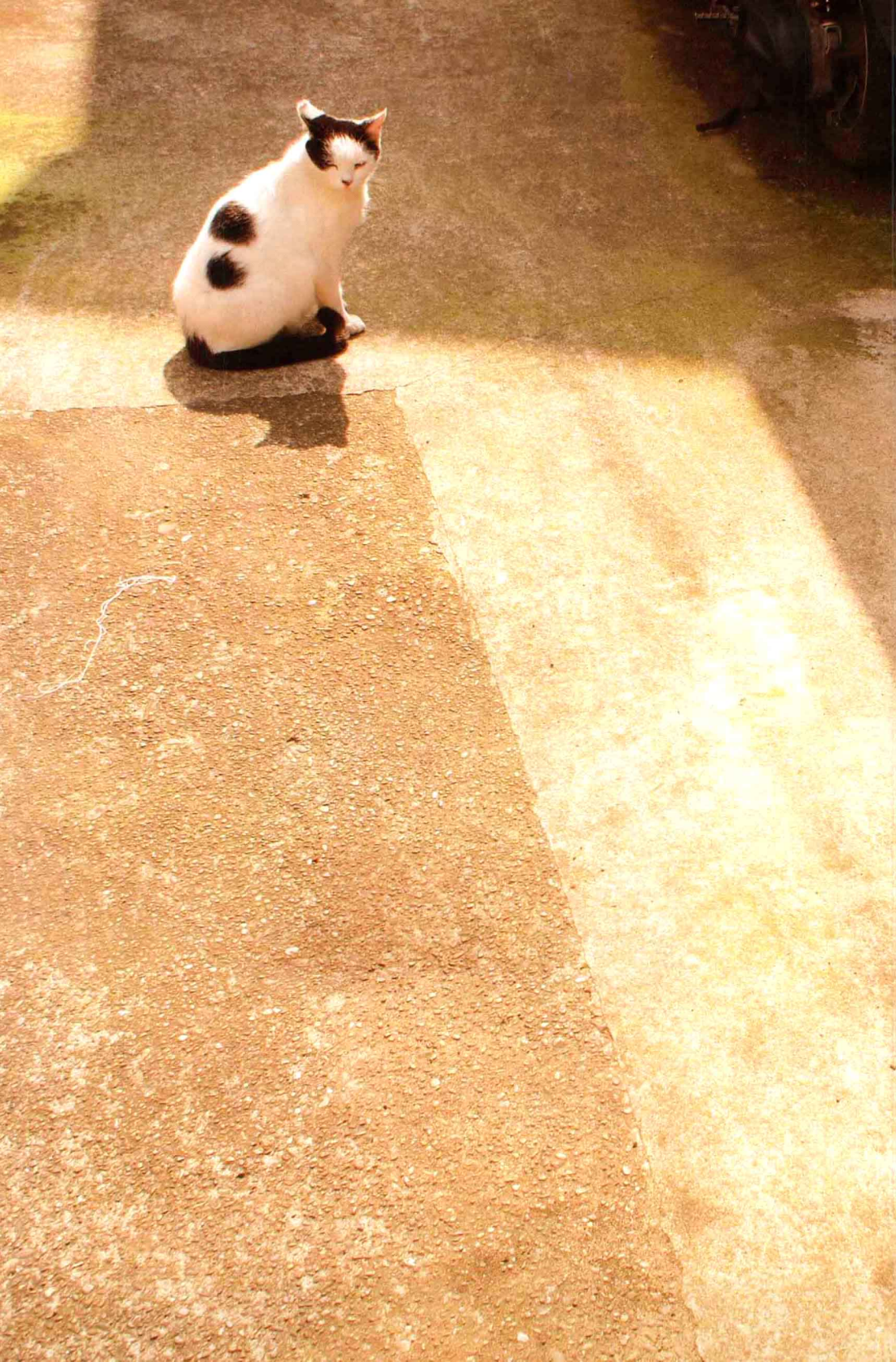


单反摄影 全攻略

镜头与构图

日本温迪◎编著 李盛◎译







序言

在你拍摄的照片中能否看到按下快门时自己想要捕捉的感动？

拍摄时夕阳美不胜收，

但是拍摄出的照片却没有那么美丽；

拍摄的料理本身极其美味，但是照片上却体现不出来。

为了解决这些烦恼，

本书对照片构图以及与相机镜头相关的一些窍门进行了总结。

了解了构图方面的知识，

再想通过照片来传达自己的感受以及想要表达的意图就会变得轻而易举。

了解了与镜头相关的知识，

便可以明白照片拍摄的原理，

进而可以自在地控制画面的感觉。

最开始有些不理解的地方也没有关系，

但首先要将这些窍门装进自己的脑海。

知识与实践相结合，

大家一定可以拍摄出完美的照片。

目录

第1章 活用构图的摄影基础

- 10 了解单反相机
- 14 活用构图之画面对焦
- 18 改变构图之后要对曝光进行确认
- 24 活用构图之虚化
- 30 手抖与拍摄物体抖动
- 32 专栏1 如何防止相机倾斜



第2章 好的构图是拍出好照片的第一步

- 34 构图的构思方式
- 36 尝试纵向拍摄
- 38 尝试改变照片的纵横比
- 40 主要物体可以放在画面中央
- 42 考虑主角和配角
- 44 留白体现照片的品味
- 48 留意画面中的“线”
- 50 考虑目标物体之间的联系
- 52 通过颜色的使用改变画面的氛围
- 54 改变拍摄角度雕琢画面
- 56 专栏2 如何拿捏遵守构图规则的尺度



第3章 熟练使用相机镜头

- 58 活用不同镜头的特点进行摄影
- 62 焦距与视角之间的关系
- 64 套装镜头与大光圈镜头
- 66 最短拍摄距离与工作距离
- 68 原装镜头与副厂镜头
- 70 旅行摄影应使用“高倍变焦镜头”
- 72 大光圈、轻便、价廉的“定焦镜头”
- 76 可以近摄并且背景虚化的“微距镜头”
- 80 强调透视和画面广度的“广角镜头”
- 84 从远处进行拍摄的“长焦镜头”
- 88 使用不同的滤镜增强表现力
- 92 专栏3 什么是35mm换算



第4章 拍摄人物和宠物时使用的构图与镜头

- 94 拍摄人物及动物时应该注意的要点
- 96 肖像摄影的准则
- 98 使用留白提升画面的艺术感
- 100 实例1 拍摄孩子可爱的表情
- 102 实例2 将旅行中的照片拍得更具艺术性
- 104 实例3 拍摄正在运动的孩子
- 106 实例4 拍摄暑假中的回忆
- 108 实例5 拍摄自己幸福的一家
- 110 实例6 拍摄出宠物的动感
- 112 专栏4 拍摄宠物时要拿出玩具让其玩耍



第5章 抓拍以及旅行摄影的构图与镜头

- 114 寻找拍摄目标的方法
- 116 不要错过按下快门的瞬间
- 118 将自己旅行时的心情拍到照片之中
- 120 实例1 散步途中的抓拍
- 122 实例2 怀旧风格的风光照
- 124 实例3 拍摄出花朵柔美的感觉
- 126 实例4 旅行地的标志性风景
- 128 实例5 排列于道路上的路障
- 130 实例6 微距模式下拍摄美丽的花朵
- 132 专栏5 肖像权与摄影礼仪



第6章 拍摄料理杂物时的构图与镜头

- 134 控制光照的方法
- 136 造型决定画面的艺术感
- 138 拍摄料理杂物时的构图
- 140 实例1让甜甜圈看起来更甜
- 142 实例2料理的造型要讲究
- 144 实例3拍摄店面时不要拍摄多余的物品
- 146 实例4将回忆留在照片上
- 148 实例5用圆形虚化效果表现饰物
- 150 实例6使用逆光效果让花瓣更加柔美
- 152 清理相机和镜头的基础知识
- 156 关于构图与镜头的问与答



· 关于本书的一些说明

- 单反相机指的是具有反光结构的照相机，而本书指的是可以更换镜头的高性能的数码相机。因此，奥林巴斯公司和松下公司出品的单电相机也应归于此类。
- 焦距中如果出现“35mm换算”或者“相当于○mm”这样的说法，意思指的是要进行35mm尺寸的换算。如果没有做出特别说明，则书中出现的数字就是实际焦距。详细内容请参考P92的内容。
- 由于镜头的名称往往都比较长，所以在书中做出了适当的省略。尼康的“NIKKOR” “Zoom-Nikkor” 奥林巴斯的“ZUIKO DIGITAL” “M.ZUIKO DIGITAL” 腾龙的“LD Aspherical” 全品牌的“(IF)”。

第 1 章

活用构图的摄影基础

首先，让我们来重新梳理一下相机以及与拍摄照片相关的基础知识。因为现在市面上的相机性能都非常出色，单纯依靠相机本身也可以拍摄出漂亮的照片。但是，想要拍出有艺术感并能够感动别人的照片，还是有很多地方是必须要注意的。



了解单反相机

首先我们对相机的使用方法进行简单的学习。单反相机中包含了很多功能，为了拍出好照片，正确地使用这些功能是拍出好照片的第一步。

首先从套装镜头开始

单反相机最大的特点就是可以更换镜头。通过更换广角、长焦等不同的镜头，拍摄出的照片是截然不同的。

在购买单反相机时随机附带的“套装镜头”也是可以用于专业摄影的。并且，随机附带的镜头往往是与相机之间相互的平衡性好、焦距范围中等、性价比高的镜头。推荐大家在刚刚开始接触单反相机时先使用套装镜头进行摄影，找到自己的喜好之后再购买一些高级镜头。



单纯依靠单反相机的机身是无法进行摄影的，只有配上镜头之后才能开始拍摄。有时候镜头比机身更重要。

● PEN Lite E-PL1与套装镜头



套装镜头选用的是“ED 14-42mm F3.5-5.6 L”，也有附带长焦镜头的双镜头套装。

● 佳能EOS 550D与套装镜头



套装镜头选用的是“EF-S 18-55mm F3.5-5.6 IS”，也有附带长焦镜头的双镜头套装。

※PEN系列的相机本身不包含反射结构，严格意义上并不应该算是单反相机。但是在本书中关于单反相机的定义强调的是可以更换镜头的高性能相机，因此，我们将单电相机也归于此类。

通过更换镜头扩展自己的摄影世界

有些照片是使用套装镜头无法拍摄出来的。比如本页下方拍摄意大利通心粉的照片，使用套装镜头时，是无法进行如此近距离的摄影的。拍摄这样的照片需要使用的是专门用于近距离摄影的“微距镜头”。不同镜头所擅长的领域不同，详细内容请见第3章。

更换镜头时有一些需要注意的事项。相机内部是反光镜以及成像元件等比较脆弱的结构，在更换镜头时千万要注意防止杂质和灰尘进入到相机内部。



● 取下镜头

按住取镜按钮，旋转镜头即可将镜头取下。安装时要严格按照镜头上的标示进行安装。

● 镜头底座

相机正面的圆形口就是镜头底座。不同品牌的相机镜头底座也会存在差异，可以装载的镜头也是有所区别。由于PEN系列的单电相机本身没有反光镜，可以直接看到相机内部的成像元件，所以绝对不能用手去触摸。



使用微距镜头进行拍摄。小象形状的通心粉本身只有2cm左右，使用微距镜头就可以放大至此效果。



转动参数拨轮进行摄影

与卡片机相比，单反相机体积更大，更加偏向于男性使用。之所以设计成这样，很重要的一个原因在于要防止拍照时相机抖动。大号的握柄，一方面是为了让大家能够牢牢地握住相机，一方面可以容纳更多的按键，在各种设置之间进行切换。

摄影时的要点在于反复旋转参数拨

轮，找到与自己构思相吻合的模式进行拍摄。在光圈优先AE模式下，旋转参数拨轮可以改变照片的虚化程度，在快门优先AE模式下，可以改变拍摄目标抖动的程度。按住曝光补偿按钮的同时旋转参数拨轮可以改变画面的明暗。通过这种调整，使照片越来越接近自己原来的构想，这也是使用单反相机的最大乐趣所在。

- 快门按键
进行拍摄。
- 参数拨轮（电子拨轮）
改变光圈以及快门速度。
按住曝光补偿按钮进行旋
转，可以改变画面的明暗。
- 光圈优先AE
旋转拨轮，光圈大小发生改
变。调整画面的虚化程度。
- 快门优先AE
旋转拨轮，快门速度发生改
变。调整拍摄目标抖动的程
度。
- 程序AE
相机会自动进行曝光设置。
旋转拨轮，光圈大小与快门
速度在平衡曝光的前提下
发生改变。



照片中所示的是佳能EOS 550D。拨轮位于快门键附近，但是大多数单反相机的拨轮一般位于相机背面右上角的位置。并且，本页提到的操作只是一般情况，与一部分的单反相机有差异。

在取景器中建立构图

只有显示屏而没有取景器的单电相机虽然已经面世（如奥林巴斯PEN系列），但是主流的单反相机依然保留着单眼接触的取景器。使用单反相机摄影的一大乐趣也正在于可以在取景器中进行构图。并不是单纯地将自己所见到的事物拍摄下来，

而是要自己主动地进行取舍，考虑画面中各种事物的位置安排。并且，将对焦位置放在画面的什么位置也是十分重要的。这也使我们从原来完全依靠相机进行拍摄向前跨出新的一步。



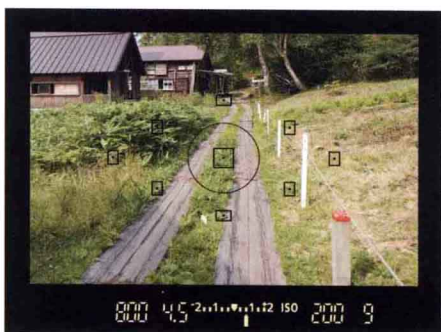
●框住画面整体

木板小路旁边的小木屋感觉非常复古，所以没有进行任何调整直接进行拍摄。但是画面中小木屋、木板小路、蓝天各自所占比例几乎相同，感觉画面中的要素有些过多。



●将注意力放到小木屋上

对小木屋进行特写。将蓝天作为背景，突出小木屋的存在。虽然木板小路也出现在画面之中，但是这次已经完全将其作为配角来处理。



●将木板小路作为主体

将注意力放到眼前的木板小路上。突出了小路延伸至远方的感觉，和之前的效果完全不同。在这幅照片中，小木屋就成为了配角。

活用构图之画面对焦

刚买来的相机，一般都被设置为自动对焦模式，对焦是决定照片质量的一个重要因素。要学会自己控制对焦位置。

通过对焦位置改变画面中的主要物体

在一幅照片中，最先映入人们眼帘的必然是对焦准确的那部分，这一部分就是照片中的主角，而虚化的部分则相当于起衬托作用的配角。在拍摄风景照或者集体照（纪念照）时一般采用全景对焦，但是对于一般的照片而言，分出主次的效

果往往更好一些。

在下面的两幅照片中，左边是以咖啡为主，右边则是以马德拉蛋糕为主。两幅照片采用了相同的构图、相同的拍摄角度，但是单单改变一下对焦位置，画面表现的物体就发生了改变。

● 对焦位置在眼前



● 对焦位置在画面深处



将美味的马德拉蛋糕与咖啡摆放在一起拍摄的一幅照片。将对焦位置放在咖啡上，则蛋糕就成为了画面中的配角。而将对焦位置放在画面深处，蛋糕就成为了画面中的主角。

对焦位置的安排要契合自己的拍摄意图

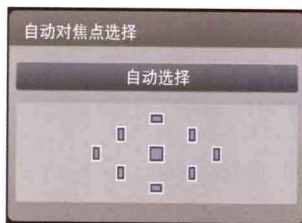
关于对焦位置（AF对焦点）的选择，不同的相机之间存在着些许的差异。使用佳能入门级相机进行摄影时，先要按下相机背面右上角的“AF框选择”按钮，然后使用十字键进行选择。而尼康则是要半按

下快门键的同时使用十字键进行选择。但是如果相机的“AF域模式”被设置为“自动域模式”时，就无法进行选择了。



● AF框选择按钮

佳能EOS 550D的AF框选择按钮。按下这个按钮，就可以对对焦位置进行选择了。



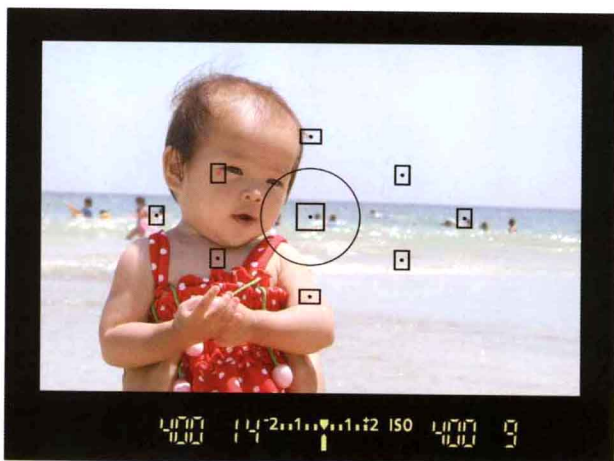
● 自动选择

使用液晶显示屏也可以对对焦位置进行确认。图中显示的是自动选择模式。



● 自动选择

本图也是液晶显示屏的画面。自己对对焦位置进行选择，显示的对焦位置会发生相应的改变。



将对焦位置移动到左上角，对焦点放在了孩子眼睛的位置。孩子视线方向的右侧被空了出来。