

超值
赠送

★ 赠送价值23.8元的电子图书

- 提升摄影技术水准必会100技
- 数码单反相机镜头使用速查手册
- 提升人像与风光摄影水准经典实战50例

★ 赠送价值38元的多媒体视频教学文件

- 常见佳能相机与尼康相机的设置与操作视频教学文件
- 相机的保养与清洁方法视频教学文件
- 中文版Photoshop CS5从入门到精通视频教学文件
- 人像与风光照片后期处理视频教学文件



新手学 人像与风光摄影 一点通

前沿摄影 / 编著



一看就懂，一学就会 完全从“新手”角度出发，力求内容实用、浅显易懂，真正让您“学得会”，也“用得上”。

新手上路，一本就够 科学合理的知识安排，让您快速掌握人像与风光摄影的方法与诀窍，从“外行用户”晋升为“内行专家”，提升照片的艺术质感与表现力！

★ 附赠资源，超值实用 额外赠送价值38元的多媒体视频教学文件以及价值23.8元的电子图书，一本书的价格，几本书的内容，真正超值实用。

著名摄影家于云天、徐波联合推荐！

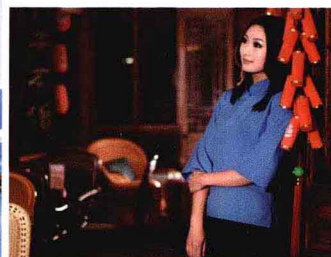
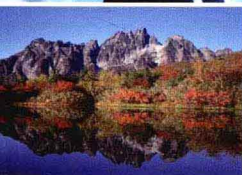
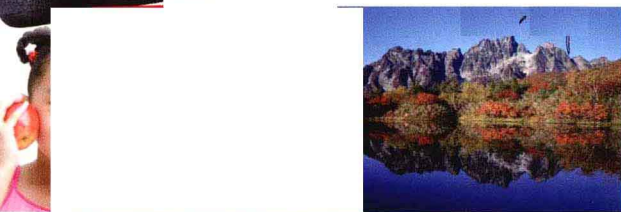


科学出版社

新手学

人像与风光摄影 一点通

前沿摄影 / 编著



 科学出版社

内 容 简 介

本书是《新手学摄影》系列丛书中的一种，完全从“读者自学”角度出发，结合课堂教学实录，力求解决“学”和“用”两个关键问题。本书专门为想在短时间内掌握人像与风光摄影、提升摄影水准的读者编写，是为初学数码摄影的新手量身打造的最实用、最有效的自学教程。

书中全面、系统地介绍了人像与风光摄影的准备工作 and 必会基础技能、人像和风光摄影构图与用光技法，以及色彩的运用技巧等相关知识。

全书注重实用性、易学性、可操作性。只要读者按照书中内容进行学习，就可以快速掌握人像与风光摄影的方法与诀窍，晋升为熟悉甚至精通摄影的内行专家，让您的照片快速提升艺术质感与表现力！

这是一本一看就懂、一学就会的人像与风光摄影技法教程，非常适合广大初学者学习使用，对有一定基础而又想提高摄影技术水准的读者来说，具有很好的指导意义。

图书在版编目（CIP）数据

新手学人像与风光摄影一点通/前沿摄影编著. —北京：
科学出版社，2012.4

（新手学摄影）

ISBN 978-7-03-033919-5

I. ①新… II. ①前… III. ①人像摄影—摄影技术
②风光摄影—摄影技术 IV. ①J41

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第053084号

责任编辑：徐晓娟 胡子平 / 责任校对：杨慧芳
责任印刷：新世纪书局 / 封面设计：彭 彭

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

中国科技出版传媒集团新世纪书局策划

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科技出版传媒集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2012年5月第一版 开本：32开

2012年5月第一次印刷 印张：6

字数：262 000

定价：35.00元（含1DVD价格）

（如有印装质量问题，我社负责调换）

Preface | 前言

III▶关于本书，读者须知

人像与风光摄影是最常见的拍摄题材，也是广大摄影爱好者最喜欢的摄影题材。如何拍出生动传神的人像照片、磅礴大气的风光照片，是很多摄影新手入门时必然面临的一项课题。

很多摄影新手拍摄的照片效果不好，并不是人物或风景存在问题，而是没有掌握好拍摄的要领与方法，导致照片的整体艺术效果下降。因此，针对广大数码摄影新手和想学习人像与风光摄影的读者，编者精心策划并科学编写了这本图书。

如果您不是以下类型的读者，请勿翻阅或购买此书。

- 如果您是摄影新手，希望学习并掌握人像与风光摄影的专业技法，建议您购买本书。
- 如果您对人像与风光摄影略懂一些，但缺乏相关经验与技巧，建议您购买本书。
- 如果您非常喜欢人像与风光摄影，但总是感觉拍不出好的照片效果，缺少人像与风光摄影构图、用光、色彩等方面的经验，建议您购买本书。

III▶内容安排，科学合理

本书内容从零开始，按照“快速掌握、易学易用”的原则，充分考虑初学者的自学实际情况与需求，对内容进行精心的归纳总结和科学的结构安排，真正让读者“学得会”，也“用得上”。

只要按照书中的讲解进行认真学习，相信您能在短时间内掌握人像与风光摄影的拍摄方法与技巧，让您拍出更漂亮、更具有艺术感染力的人像和风光影像作品！

本书内容安排如下：

- 第1课 拍摄好人像与风光照片的准备工作；
- 第2课 拍摄好人像与风光照片的必会技能；
- 第3课 人像摄影中的画面布局要素；
- 第4课 人像摄影中的常见构图技法；

第5课 人像摄影中的光影艺术；

第6课 风光摄影的构图艺术；

第7课 风光摄影中的光线运用；

第8课 风光摄影中的色彩运用。

附赠资源，实用超值

为了让初学者能快速掌握人像与风光摄影的拍摄方法与技巧，从而提高摄影水准，本书还给读者提供了丰富实用、专业超值的教学资源 and 自学电子书，具体内容分别如下。

● 提供价值38元的多媒体视频教学文件

- ① 常见佳能相机与尼康相机的设置与操作；
- ② 相机的保养与清洁方法；
- ③ 中文版Photoshop CS5从入门到精通；
- ④ 人像与风光照片后期处理。

● 额外赠送价值23.8元的自学电子书

- ① 提升人像与风光摄影水准经典实战50例；
- ② 提升摄影技术水准必会100技；
- ③ 数码单反相机镜头使用速查手册。

后记

本书由前沿摄影与中国科技出版传媒集团新世纪书局联合策划。参与本书编创的人员都是从事数码照片拍摄的实战专家、教学导师，他们具有丰富的实战经验和操作技巧。在此，向各位老师与专家日夜辛苦的付出和劳动表示感谢！

最后，真诚感谢读者购买本书，您的支持是我们最大的动力，我们将不断努力，为您奉献更多、更优秀的图书！

由于编者水平有限，疏漏之处在所难免，敬请广大读者和同行批评指正。

编者

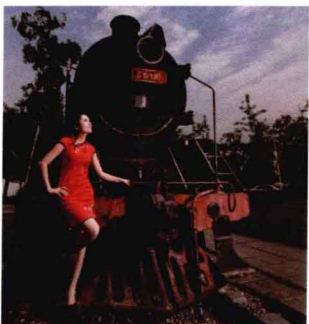
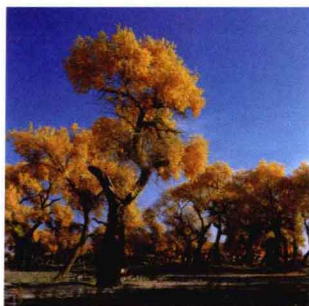
2012年3月

Contents | 目录

第 1 课

拍摄好人像与风光照片的准备工作

- 1.1 选择适合自己的数码相机……………2
 - 1.1.1 价格低廉、携带方便的
卡片机……………2
 - 1.1.2 画质清晰、色彩丰富的
数码单反相机……………3
- 1.2 为数码单反相机配备合适的镜头…5
 - 1.2.1 人像摄影中常用镜头介绍…5
 - 1.2.2 风光摄影中常用镜头介绍…11
- 1.3 为数码单反相机配备合适的
辅助设备……………15
 - 1.3.1 随时可用的人造光——
闪光灯……………15
 - 1.3.2 随时补光的简易装备——
反光板……………16
 - 1.3.3 防抖的必备装备——
三脚架……………17
 - 1.3.4 增强画面质量的常用装备
——滤镜……………18

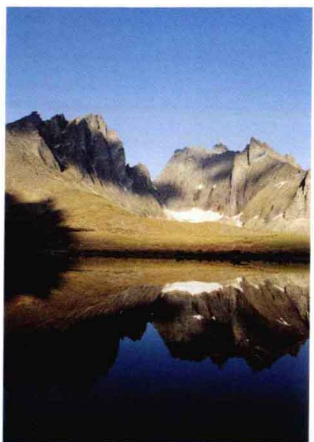


第2课

拍摄好人像与风光照片的 必会技能

2.1 掌握相机的拍摄模式 24

- 2.1.1 轻松、自动地拍摄——
全自动模式 24
- 2.1.2 拍摄唯美人像照片——
人像模式 27
- 2.1.3 捕捉动态影像——运动
模式 28
- 2.1.4 拍摄祖国大好河山——
风光模式 29
- 2.1.5 发现微小世界——微距
模式 30
- 2.1.6 发现夜的美——夜景人像
模式 31
- 2.1.7 快速拍摄模式——程序自动
曝光模式 (P) 32
- 2.1.8 光圈设置模式——光圈优先
模式 (Av/A) 33
- 2.1.9 快门设置模式——快门优先
模式 (Tv/S) 35





2.1.10	自我控制模式——手动模式 (M)	37
2.2	掌握测光要素拍摄曝光准确的照片	38
2.2.1	影响照片曝光的因素	38
2.2.2	合理使用相机的测光模式	40
2.2.3	利用直方图分析曝光	42
2.2.4	利用曝光补偿准确曝光	45
2.3	通过设置对焦模式拍摄清晰的照片	47
2.3.1	机械、方便的自动对焦	47
2.3.2	最可靠的手动对焦	49
2.4	使用白平衡正确还原照片色彩	50
2.4.1	白平衡的概念	50
2.4.2	白平衡与色温	50
2.4.3	白平衡模式的设置及效果	51
2.5	拍摄人像与风光照片必知技巧	52
2.5.1	人像摄影中的技能技巧	52
2.5.2	风光摄影中的技能技巧	55





第3课

人像摄影中的画面布局要素



3.1 构图的基本要点 42

- 3.1.1 主题鲜明 62
- 3.1.2 画面简洁 62
- 3.1.3 表达情感 63

3.2 画面的空间安排 64

- 3.2.1 如何处理人物在画面中的位置 64
- 3.2.2 如何在画面中突出人物 65
- 3.2.3 让画面更有意境的留白 68
- 3.2.4 让视觉具有延伸感 69
- 3.2.5 巧妙利用画面的对比 71

3.3 在人像摄影中如何掌握画面平衡 72

- 3.3.1 人物头脸方面 72
- 3.3.2 主体方面 73
- 3.3.3 主体与陪体方面 74
- 3.3.4 明暗深淡方面 75
- 3.3.5 色彩方面 76



人像摄影中的常见构图技法

- 4.1 人像摄影的取景方式和拍摄方式 78
 - 4.1.1 取景方式 78
 - 4.1.2 拍摄方式 79
- 4.2 人像摄影的拍摄角度 82
 - 4.2.1 平拍 82
 - 4.2.2 俯拍 82
 - 4.2.3 仰拍 83
 - 4.2.4 正面人像 84
 - 4.2.5 侧面人像 85
 - 4.2.6 三分侧面人像 85
 - 4.2.7 七分侧面人像 86
- 4.3 人像摄影最实用的构图大法 86
 - 4.3.1 简单、明亮的三分法和九宫格构图 86
 - 4.3.2 增强画面内容的对称构图 88
 - 4.3.3 保持画面平衡感的均衡构图 89





第4课



- 4.3.4 突出主次的对比构图 …… 89
- 4.3.5 突出动感的对角线构图 …… 90
- 4.3.6 展示挺拔身姿的垂直线构图 …… 91
- 4.3.7 展示优美曲线的S形构图 …… 91
- 4.3.8 展示优美坐姿的L形构图 …… 92
- 4.3.9 展示优雅蹲姿的三角形构图 …… 93
- 4.3.10 表现人物整体的封闭式构图 …… 93
- 4.3.11 表现人物局部的开放性构图 …… 94
- 4.3.12 表现人物修长双腿的透视性构图 …… 95
- 4.3.13 表现神秘感的遮挡构图 …… 96



第5课

人像摄影中的光影艺术

- 5.1 室外拍摄特别注意 98
 - 5.1.1 选择合适的时间 98
 - 5.1.2 选择合适的衣着 99
 - 5.1.3 选择合适的背景 99
- 5.2 室外自然光的运用 100
 - 5.2.1 室外拍摄的最佳时间 100
 - 5.2.2 晴天的顺光 101
 - 5.2.3 晴天的逆光 102
 - 5.2.4 晴天的侧光 103
 - 5.2.5 阴天的散射光 103
- 5.3 室内拍摄技巧 104
 - 5.3.1 让人物尽量远离墙壁或物体 104
 - 5.3.2 适当遮挡闪光灯 105





第5课



5.4 巧用室内光线 106

5.4.1 巧用室内自然光 106

5.4.2 巧用室内人造光 107

5.5 简单、实用的影棚摄影布光 107

5.5.1 认识影棚内的灯及其配件 108

5.5.2 表现柔美的正面——单灯加柔光箱布光法 110

5.5.3 强调立体感的侧面——单灯硬光布光法 111

5.5.4 强调层次感——软硬光结合布光法 112

5.5.5 表现平面人像——双柔光灯布光法 112

5.5.6 制造轮廓光——单灯反光板结合布光法 113

5.6 创意光的运用 114

5.6.1 高调人像 114

5.6.2 低调人像 115

5.6.3 时尚大片的大光比用光 115

5.6.4 时尚大片的平衡用光 116

第6课

风光摄影的构图艺术

6.1 风光摄影中的构图要素 ····· 118

6.1.1 用构图突出主体 ····· 118

6.1.2 运用构图达到视觉平衡··· 122

6.1.3 运用构图增加画面空间··· 126

6.1.4 恰当留出风景空白····· 128

6.2 风光摄影中最实用的构图方法··· 129

6.2.1 表现广阔场景的横画幅
构图 ····· 129

6.2.2 表现景物高大的竖画幅
构图 ····· 130

6.2.3 表现线条感的垂直线
构图 ····· 131

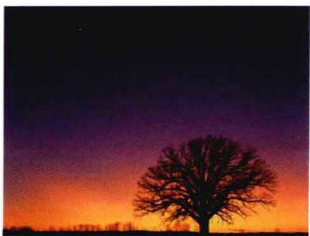
6.2.4 表现节奏感的斜线构图··· 131

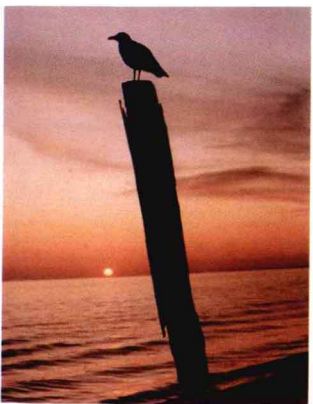
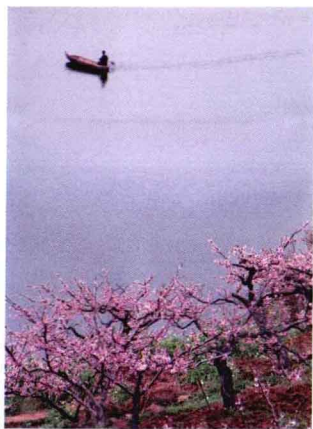
6.2.5 表现动感的对角线构图··· 132

6.2.6 表现稳定感的三角形
构图 ····· 133

6.2.7 表现流畅线条的曲线
构图 ····· 133

6.2.8 表现扩张性的放射线
构图 ····· 134





- 6.2.9 集中视线的中心式构图… 135
- 6.2.10 相互呼应的对称构图… 136
- 6.3 风光摄影中独特的构图形式…137
 - 6.3.1 营造景物韵律感的棋盘式构图 …………… 137
 - 6.3.2 具备视觉引导功能的A字形构图…………… 138
 - 6.3.3 简洁、明了的C字形构图 …………… 139
 - 6.3.4 突出景物宏伟、壮观的V字形构图…………… 139
 - 6.3.5 加强画面透视感的框架式构图 …………… 141
 - 6.3.6 具有冲击力的开放式构图 …………… 142





风光摄影中的光线运用

7.1 风光摄影中光线的类型 ····· 144

7.1.1 直射光 ····· 144

7.1.2 散射光 ····· 145

7.2 光线的方位与运用 ····· 145

7.2.1 真实记录风光的顺光 ····· 146

7.2.2 使画面过渡自然的前侧光 ····· 147

7.2.3 立体感强烈的侧光 ····· 148

7.2.4 完美光影效果的侧逆光 ····· 149

7.2.5 突出轮廓线条的逆光 ····· 150

7.2.6 形成垂直阴影的顶光 ····· 151

7.2.7 打造特殊气氛的脚光 ····· 152

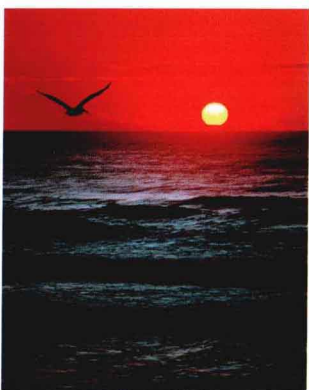
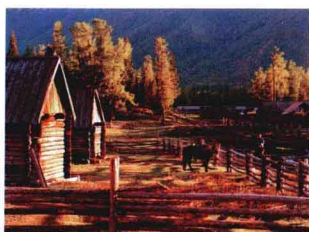
7.3 不同时间段的光线拍摄 ····· 153

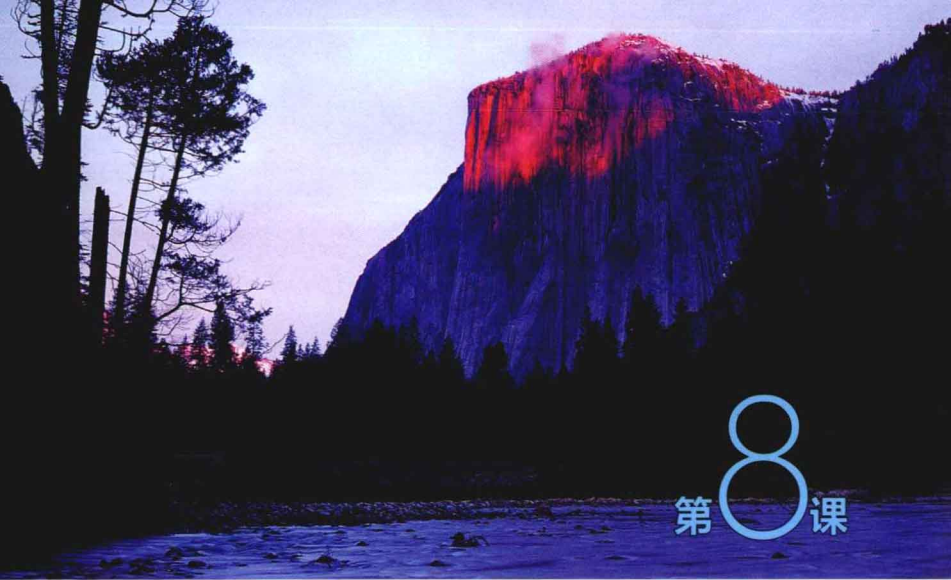
7.3.1 黎明与黄昏的光线 ····· 153

7.3.2 上午与下午的光线 ····· 155

7.3.3 正午的光线 ····· 156

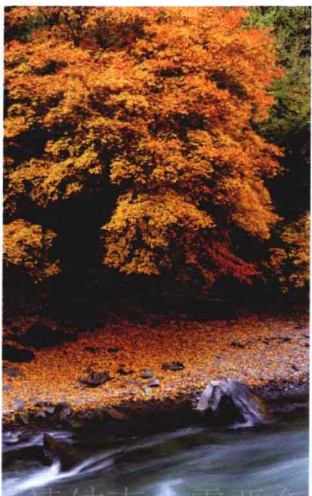
7.3.4 夜间的光线 ····· 157





第 8 课

风光摄影中的色彩运用



8.1 风光中的色调与影调 162

- 8.1.1 热情的暖色调 162
- 8.1.2 惆怅的冷色调 163
- 8.1.3 以画面的明度确定画面影调 163
- 8.1.4 高雅的高调 165
- 8.1.5 深沉的低调 166
- 8.1.6 平凡的中间调 166

8.2 风光摄影中的色彩 167

- 8.2.1 春天里的绿色系 167
- 8.2.2 夏天里的红配绿 168
- 8.2.3 秋天里的黄色系 169
- 8.2.4 冬天里的白色系 171
- 8.2.5 深邃的蓝色系 172
- 8.2.6 运用相邻色增加画面美感 173
- 8.2.7 运用对比色增强视觉冲击力 174