

资深器材专家精彩巨献

拓客工作室 © 编著

Nikon

Nikon

D800 /
D800E

零起步无障碍学习

新手上路一点即通，彻底玩转相机设置

完全
摄影
手册

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

Nikon 完全
D800 / 摄影
D800E 手册

拓客工作室 © 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

Nikon D800/D800E完全摄影手册 / 拓客工作室编著

— 北京 : 人民邮电出版社, 2013.2

ISBN 978-7-115-30624-1

I. ①N… II. ①拓… 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312690号

内 容 提 要

Nikon D800是2012最为炙手可热的机型之一, 3630万的高像素以及其他功能与性能均得到极大地提升, 但是其操作较为复杂, 给用户发挥相机的最佳性能带来了不便。本书从相机的基础操作, 曝光、对焦和白平衡等基础摄影技术, 到常用的四种曝光模式及直方图、曝光补偿等技术技巧均做了全面的剖析。本书还根据读者最常拍摄的摄影题材如风光、人像、花卉、动物、建筑等进行详细地讲解。本书还为读者选购镜头及其他配件提供了详尽的介绍和选购建议。

本书适合Nikon D800/D800E用户进行学习参考之用。

Nikon D800/D800E 完全摄影手册

- ◆ 编 著 拓客工作室
责任编辑 胡 岩
- ◆ 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>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 17
字数: 528千字 2013年2月第1版
印数: 1-4000册 2013年2月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-30624-1

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

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

前言



尼康公司全新的FX格式（全画幅）数码单反相机Nikon D800/D800E自发布以来，不但引起了业内的高度关注，更在市场上热销至今，3600万像素的高画质表现在大多数方面已经可以匹敌昂贵的专业级中画幅数码后背，而灵活度、轻便性和丰富的镜头群则远胜之，不仅适合高级摄影发烧友业余创作之用，在商业摄影师手中也可以发挥出超越身价的作用。从这个角度来看，Nikon D800/D800E的诞生，堪称数码单反发展历程上的一个重要的里程碑。

如此利器在手，对用户也提出了更高的要求——摄影师对相机更深入的了解、更熟练的操作以及针对高像素机型特性进行扬长避短的功能设置，都有助于提高作品的拍摄成功率及最终的成像品质。

摄影既是一种艺术创作，同时也是一种技能。用户购买了相机只是第一步，还需要相应的拍摄技术与技巧才能如其所愿地娴熟运用，并尽可能地发挥其性能优势。一边看一边拍，从术语、定义的简明解释和注释出发，通过直观的实例图片认识相机、学习摄影，是最为方便快捷的途径，也是实践证明最有效的学习手段。

作者在使用Nikon D800/D800E的过程中，针对其各项特性进行了多样化的对比拍摄测试，并针对摄影爱好者最常接触的拍摄题材进行了分门别类的归纳与梳理。书中用大量的实拍图片结合D800/D800E的性能特点和功能设置进行解读，目的是希望通过这样的方式，让用户在使用和熟悉相机的过程中学习摄影技术，降低摄影的门槛，并帮助读者尽快提升自己的拍摄水平。

由于Nikon D800/D800E的像质卓越，功能强大，相应地需要搭配同样高素质镜头才能得到完全的发挥。尼康拥有庞大的镜头群，覆盖的焦距段广阔，如何从中选择既能发挥相机水准又能符合个人需要的镜头，需要丰富的实践经验指导。作者根据自己多年的摄影经验积累和在D800使用过程中的体会，专门撰写了相关的章节，为用户提供了多个实用可靠的搭配组合方案。

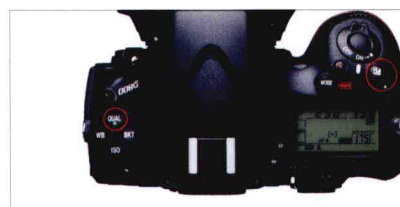
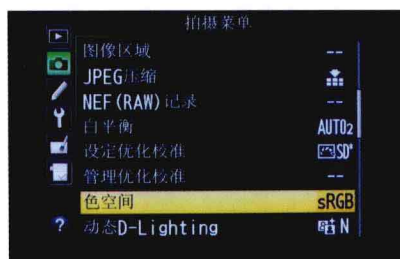
为便于读者在阅读过程中参考和实践，本书中的摄影作品均标注了器材参数和拍摄数据。用户结合这些资料对图片进行赏析，可以更好地掌握曝光控制并培养良好的镜头感，将学习的过程变得更轻松。

本书部分插图由BAC摄影论坛（www.bacphoto.cn）提供，特此鸣谢。

Nikon D800/800E 完全摄影手册》目录

C O N T E N T S 上部

功能篇



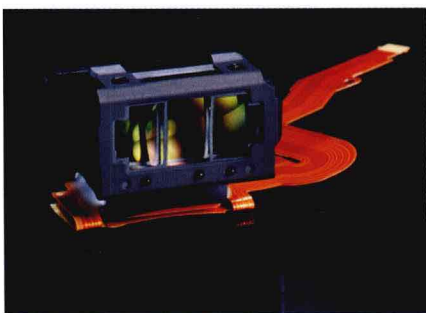
第1章 认识Nikon D800——机身各部位详解

- 16 Nikon D800相机正面
- 17 Nikon D800相机背面
- 18 Nikon D800相机液晶显示屏信息
- 18 Nikon D800相机即时取景模式液晶屏信息
- 19 Nikon D800相机顶部
- 20 Nikon D800相机侧面
- 20 Nikon D800相机底部
- 21 Nikon D800液晶控制面板
- 21 Nikon D800相机光学取景器

第2章 新手上路——拍摄前需要了解的相机设置

- 24 控制面板（机肩液晶屏）
 - 24 设置拍摄参数
 - 26 设置存储参数
 - 29 需要注意的重要信息
 - 29 通过机背液晶显示屏进行快速设置
 - 30 可以通过液晶显示屏设置的项目
 - 30 液晶显示屏亮度设置
 - 30 关闭液晶显示屏
 - 31 其他拍摄设置
 - 31 显示屏关闭延迟
 - 31 防止失误——拍摄后即时查看
 - 31 自动旋转图像
 - 32 回放照片
 - 32 放大查看与缩略图查看
 - 33 保护照片
 - 34 删除图像
 - 34 显示自动对焦点
 - 35 显示直方图
 - 36 加亮显示（高光警告）
 - 36 色彩空间
 - 37 自定义指令拨盘
 - 37 指定Fn按钮的功能
 - 38 未装存储卡释放快门
 - 38 恢复相机原始设置
 - 39 选择存储照片的不同文件夹
 - 39 格式化存储卡
 - 40 优化校准
 - 40 根据拍摄题材设置优化校准





- 40 修改预设的优化校准参数
- 41 自定义优化标准
- 41 共享自定义优化校准
- 41 润饰菜单：用相机进行后期处理
- 49 快速访问经常使用的选项设定

第3章 深入了解Nikon D800——曝光、对焦、白平衡

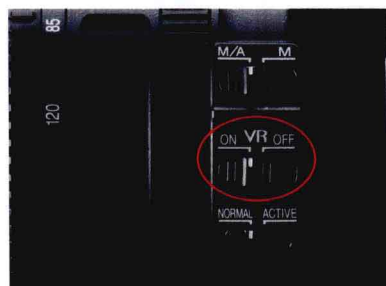
52 曝光三要素

52 光圈

- 52 光圈的结构
- 52 光圈值的表现形式
- 52 光圈对曝光的影响
- 53 设置光圈控制曝光与景深

54 快门

- 54 快门与快门速度的含义
- 54 快门速度的表示方法
- 54 快门速度对曝光的影响
- 54 与快门速度关联的曝光要素
- 54 依据对象的运动情况设置快门速度
- 55 拍摄运动目标的快门速度参考设定
- 56 慢速快门的应用
- 57 安全快门速度
- 57 尼康的镜头防抖技术（VR减震系统）对快门速度的影响
- 58 镜头防抖技术是否能够代替较高的快门速度



59 感光度

- 59 理解感光度
- 60 感光度对曝光的影响
- 60 感光度的设置原则
- 62 扩展感光度
- 63 自动ISO控制
- 64 设置自动ISO最大感光度
- 65 最小快门速度
- 66 感光度步长值
- 66 长时间曝光降噪
- 67 高ISO降噪

68 测光与曝光

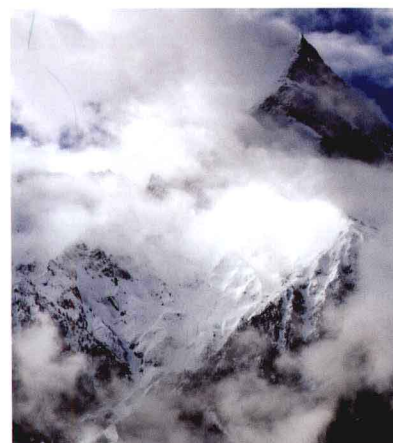
- 68 正确的曝光组合不是唯一的
- 69 选择恰当的测光模式
- 69 3D矩阵测光
- 70 中央重点测光
- 71 点测光



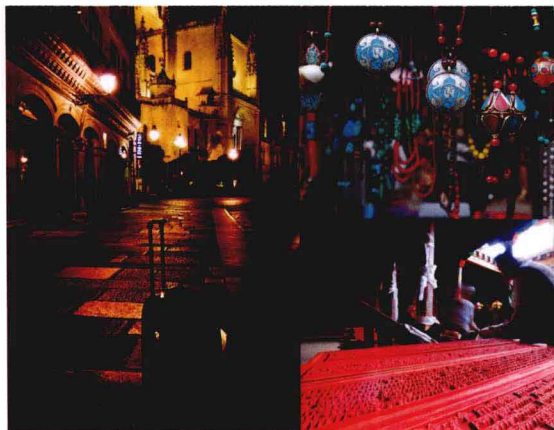
Nikon D800/800E 完全摄影手册》目录

C O N T E N T S 上部

功能篇



- 72 测光基准点的选择
- 73 自动对焦**
- 73 自动对焦功能
- 73 AF区域模式
- 75 自动对焦模式
- 75 单次伺服自动对焦 (AF-S)
- 76 连续伺服自动对焦 (AF-C)
- 77 预测对焦追踪
- 77 锁定跟踪对焦
- 78 对焦优先还是快门释放优先
- 79 自动对焦模式和自动区域模式的组合
- 79 自动对焦辅助照明
- 80 自动对焦提示音
- 80 手动选择对焦点
- 81 对焦点的设置原则
- 81 中心对焦点
- 82 自动选择对焦点
- 82 追随拍摄
- 83 AF点点亮
- 83 AF (自动对焦) 可能会无法正常工作的特殊场景
- 87 手动对焦
- 88 对焦指示
- 88 焦点与景深
- 89 理解景深
- 91 超焦距 (Hyperfocal distance) 的应用
- 92 获得高清晰照片的要点
- 93 选择释放模式**
- 93 单张
- 94 静音模式 (Q)
- 94 连拍模式
- 95 最大连续拍摄数量
- 95 内存缓冲区
- 95 缓冲区剩余可拍摄张数
- 95 自拍模式
- 96 反光镜预升
- 96 色温与白平衡**
- 96 色温
- 97 白平衡
- 98 白平衡选项
- 99 手动预设白平衡
- 99 手动选择色温
- 100 微调白平衡
- 101 通过白平衡设置来控制画面的色彩



第4章 玩转曝光模式——轻松掌控D800

104 P: 程序自动模式

- 104 P程序自动模式的特点
- 104 典型的拍摄题材
- 107 P模式进阶

108 S: 快门优先自动

- 108 S快门优先自动模式的特点
- 109 典型的拍摄题材

111 A: 光圈优先自动

- 111 A光圈优先自动模式的特点
- 112 典型的拍摄题材

114 M: 手动模式

- 114 M手动模式的特点
- 115 典型的拍摄题材
- 116 B门
- 116 使用B门的典型拍摄题材



第5章 优秀作品的技术支持——曝光技巧进阶

120 衡量曝光的标准——查看直方图

122 让曝光更精准——曝光补偿

- 123 为什么需要曝光补偿
- 124 曝光补偿的适用场合
- 125 设置曝光补偿
- 125 曝光补偿的使用技巧
- 126 曝光补偿步长值
- 126 曝光补偿的适用范围
- 126 什么是闪光补偿

127 自动包围曝光

- 127 包围曝光的适用场合
- 127 自动包围曝光的设定
- 127 包围曝光的张数
- 128 包围曝光时的曝光增量
- 128 挑选正确曝光的照片
- 129 为合成HDR照片提供素材
- 130 取消包围曝光
- 130 包围曝光顺序

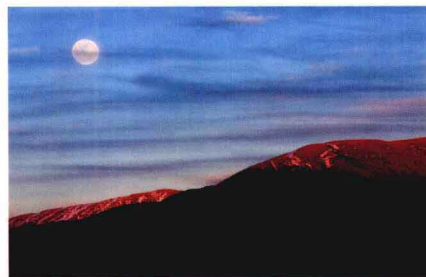
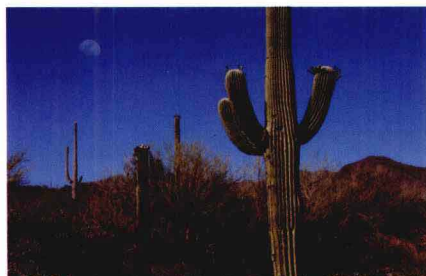
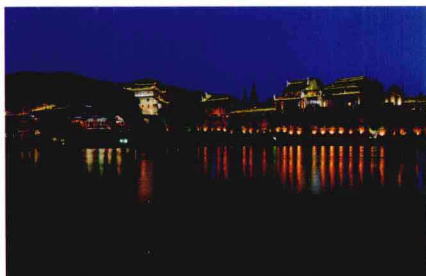
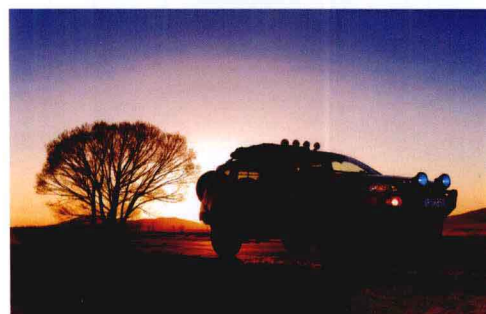
130 自动对焦/曝光锁定

- 130 自动对焦锁定
- 131 自动曝光锁定
- 132 自定义AE-L/AF-L按钮

132 多重曝光

133 光比与反差

- 134 动态D-Lighting
- 135 高动态范围 (HDR)



Nikon D800/800E 完全摄影手册》目录

C O N T E N T S 上部

功能篇



137 闪光灯基本知识

- 138 闪光指数与闪光距离
- 139 控制闪光开启
- 140 选择闪光模式
- 141 减轻红眼
- 141 检查曝光
- 142 慢速同步
- 142 闪光同步速度
- 143 高速闪光同步
- 144 闪光补偿

145 即时取景拍摄

- 145 对比侦测自动对焦
- 146 选择适合的自动对焦区域模式
- 148 显示/隐藏网格线
- 148 模拟水平仪
- 149 短片拍摄



第6章 Nikon D800常用附件与辅助器材

152 Nikon D800的常用附件

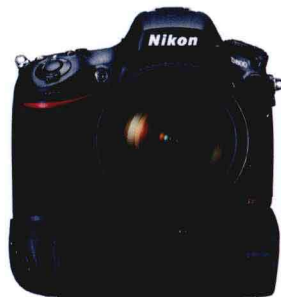
- 152 电池匣/竖拍手柄
- 153 存储卡
- 153 快门线/遥控器
- 154 遥控拍摄
- 154 无线传送器WT-4A/B/C/D/E
- 154 定时拍摄

154 辅助器材——滤镜、三脚架与摄影包

- 154 UV镜与天光镜
- 155 偏振镜的作用
- 157 利用中灰镜降低光线强度
- 158 中灰渐变镜应对高反差场景
- 159 三脚架与云台
- 160 摄影包的类型及选择

162 外置闪光灯使用技巧

- 163 什么是TTL闪光
- 163 多种TTL闪光模式
- 164 创新闪光系统 (CLS)
- 165 无线闪光控制
- 166 闪光灯拍摄实例



第7章 Nikon D800风光摄影技巧

171 山岳摄影

- 172 结合位置与光线，选取最佳拍摄角度
- 173 巧妙运用不同镜头的特点
- 174 巧妙安排辅助元素
- 175 利用前景陪衬强化空间感

176 动静相宜的水景

- 176 不同快门速度记录水的不同形态
- 177 岩石与流水的强烈对比
- 178 全视角的瀑布景观
- 178 水面倒影让画面避免单调
- 179 选择合适的前景与背景

180 朦胧的雾境

- 180 云雾映衬的山峰
- 181 薄雾营造的层次

182 日出日落

- 183 最佳拍摄时机

184 冰雪摄影

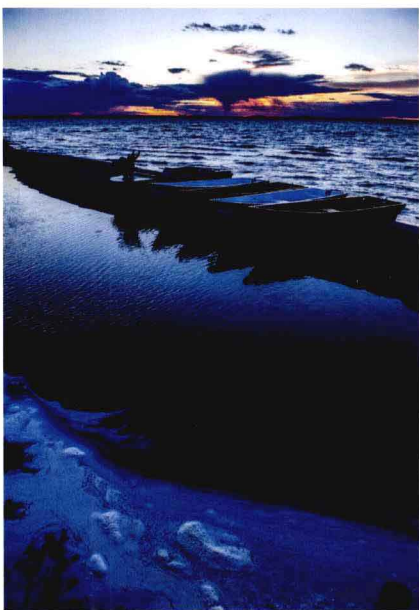
- 185 适度加曝光补偿兼顾亮部与层次
- 185 飞舞雪花的动感线条
- 186 利用带雪或挂满冰凌的树枝为前景，增加画面的空间深度
- 187 利用侧光描绘美妙的明暗过渡

第8章 Nikon D800人像摄影技巧

- 189 大光圈虚化背景突出人物

- 191 准确测光还原真实的皮肤质感
- 192 控制光线方向和强度，消除面部高光点
- 192 使用不同反光板调和光线
- 193 户外拍摄使用闪光灯补光
- 193 凝固人物精彩瞬间
- 194 对焦模式的选择

- 195 广角镜头与非寻常角度
- 195 黄金比例与三分法构图
- 196 唯美的人体曲线
- 196 适度留白的环境人像
- 197 充满张力的面部特写
- 198 真实自然的写实人像
- 198 亮洁纯净的高调人像
- 199 风格化的低调人像



Nikon D800/800E 完全摄影手册》目录

C O N T E N T S 下部 实践篇



- 199 色彩与色调倾向
- 200 暖色调热情温馨
- 200 冷色调清新爽朗
- 201 黑白及怀旧人像效果
- 201 仰角拍摄突出挺拔和延展
- 202 俯视拍摄强调空间压缩感
- 202 人造光源营造特殊氛围
- 203 闪光灯的广泛用途
- 203 真实率性的儿童摄影



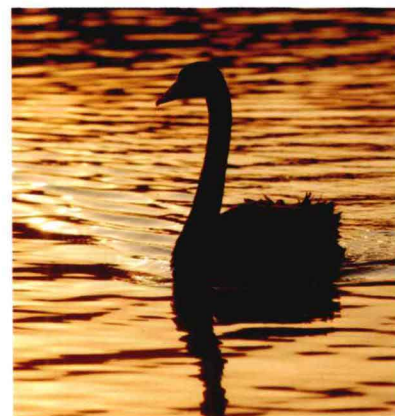
第9章 花之魅——Nikon D800花卉摄影技巧

- 205 尽览绚烂的花海——视野宽广的广角镜头
- 205 美妙的背景虚化——用中长焦镜头进行特写
- 208 捕捉肉眼难以看清的细节——微距花卉摄影
- 209 确立视觉中心：手动选择自动对焦点
- 210 精心选取拍摄角度，展现最佳形态
- 211 突破常规的视觉体验——低角度仰拍与远距离俯拍
- 212 巧妙利用逆光表现花瓣和叶片的质感
- 212 用背景衬托突出花卉主体
- 213 利用色彩的对比和呼应提升视觉效果
- 214 昆虫的出现让花卉摄影更显自然生动



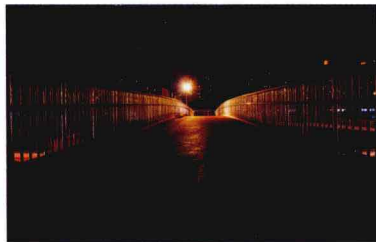
第10章 自然之灵——Nikon D800动物摄影技巧

- 218 多样化的拍摄对象
- 220 长焦加微距拍摄昆虫
- 221 拍摄前仔细观察尝试多个角度
- 222 把握曝光的基调
- 222 虚化背景突出主体
- 223 根据表现意图选择光线
- 224 超长焦镜头——鸟类摄影必备
- 225 飞鸟拍摄技巧——连续伺服自动对焦加高速连拍
- 226 等待合适的光线
- 227 背景的选择——天空、水面与大片的植株
- 228 适度记录环境衬托
- 228 大光圈虚化消除网栏对画面的破坏
- 229 请助手引导动物



第11章 影像中的韵律——Nikon D800建筑摄影技巧

- 231 建筑是凝固的音乐
- 232 对称与平衡
- 234 线条与构成



- 235 以拍摄角度传达表现意图
- 238 画幅与构图
- 240 镜头营造的夸张透视
- 241 逆光和剪影——利用轮廓做造型
- 242 侧光营造的光影和质感
- 243 灯光夜景，保留低色温的温暖氛围
- 244 高ISO与三脚架结合，拍摄建筑内部
- 245 利用多样化的对比手法间接刻画主体建筑

第12章

Nikon D800的镜头选择

250 关于镜头的基本概念

252 NIKKOR镜头型号的解读

252 尼康镜头上的其他标识

253 镜头焦距与视角传达的信息

253 视角平和的标准镜头

253 视野广阔的广角镜头

254 浓缩精华的长焦镜头

254 超长焦远摄镜头

255 了解镜头类型

256 定焦与变焦镜头

256 微距镜头

256 鱼镜头

256 移轴镜头



257 Nikon D800镜头推荐

258 AF-S NIKKOR 16-35mm f/4G ED VR——集合最新科技的超广角变焦镜头

258 AF-S NIKKOR 17-35mm f/2.8D——高性能大光圈广角变焦镜头

259 AF-S NIKKOR 14-24mm f/2.8G ED——素质极佳的超广角变焦镜头

259 SIGMA 20mm f/1.8 EX DG ASPERICAL RF——适马高素质广角定焦镜头

260 AF-S NIKKOR 50mm f/1.4G——高性价比的大光圈标准镜头

260 AF-S NIKKOR 24-70mm f/2.8G ED——多用途的恒定大光圈标准变焦镜头

261 AF NIKKOR 85mm f/1.8D轻便的大光圈人像定焦镜头

261 AF-S NIKKOR 85mm f/1.4G 画质超卓的人像镜头之王

262 AF-S NIKKOR 70-200mm f/2.8G ED VR II——大光圈中长焦镜头首选

263 AF-S NIKKOR 70-300mm f/4.5-5.6G IF-ED VR远摄变焦镜头

264 AF-S NIKKOR Micro 105mm f/2.8G IF-ED VR——最佳生态摄影镜头

265 腾龙 SP AF 90mm F2.8 Di Macro——性价比极高的副厂微距镜头

265 AF-S NIKKOR 28-300mm f/3.5-5.6G ED VR——旅行摄影师的最佳拍档

266 根据拍摄题材选择镜头

267 镜头的合理搭配

268 与镜头相关的附件与辅助器材

268 遮光罩

268 增距镜

268 近摄接圈与近摄镜片

269 附录1 Nikon D800/D800E 技术规格

272 附录2 镜头兼容表

Nikon

D800

功能篇

第1章 认识 Nikon D800 ——机身各部位详解



第2章 新手上路 ——拍摄前需要了 解的相机设置



第3章 深入了解 Nikon D800 ——曝光、对焦、白平衡

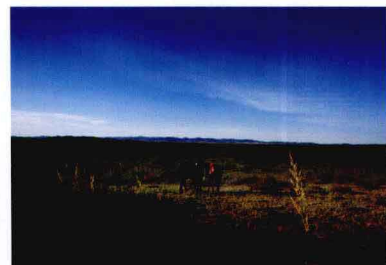
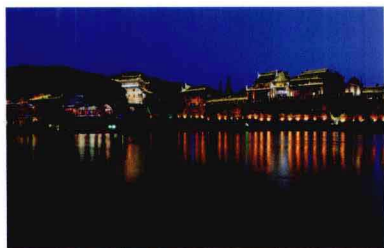




第4章 玩转曝光模式
——轻松掌控D800

第5章 优秀作品的技术支持
——曝光技巧进阶

第6章 **Nikon D800**
常用附件与辅助
器材



第1章

认识 Nikon D800

——机身各部位详解

尼康公司全新的FX格式（全画幅）数码单反相机Nikon D800/D800E拥有同等画幅机型中最高的像素指标、卓越的图像品质以及轻巧的机身，可以录制全高清动画，能够满足专业摄影师以及高端业余用户的需求，适用于自然摄影和工作室摄影领域。

Nikon D800/D800E采用有效像素为3630万的尼康FX格式CMOS传感器（35.9mm×24 mm），并搭载新型EXPEED 3数码图像处理器和约91 000像素的RGB感应器，具有突破性的高清晰度和高画质，图像分辨率甚至堪与中画幅数码相机匹敌。

除了光学低通滤镜部分*，Nikon D800E其他所有功能和特性与D800完全相同。为叙述方便，本书将以D800作为范例进行讲解。

*D800E采用的光学低通滤镜移除了抗锯齿和摩尔纹操作，通过镜头的光线直接照射到光电二极管以达到更高的分辨率，适合于对分辨率和清晰度有较高要求的风光摄影或者艺术摄影。



Nikon

D800



Nikon D800 相机正面

快门按钮

执行拍摄操作。快门按钮有2段行程，半按（第一行程）将相机从待机状态唤醒，启动测光和自动对焦，锁定测光值和/或对焦点（可根据摄影者的习惯进行设置）；完全按下（第二行程）释放快门，拍摄照片完成。

副指令拨盘

默认设置下，旋转副指令拨盘改变光圈设置（P/A/M模式）。配合其他按钮旋转副指令拨盘可以更改多项功能设定。

Tip: 通过菜单可以改变主/副拨盘功能及反转指令旋转方向

触点

负责镜头与机身之间的信号传递，使用中须保持清洁，并避免刮擦。

测光耦合杆

使用无CPU的镜头时传递光圈信息。

手柄（电池仓）

手柄辅助摄影师更稳固地握持相机，其内部容纳一只可充电锂电池。

Tip: 正确握持手柄有助于保持正确的拍摄姿势，提高照片的清晰度。

减轻红眼/自拍指示/自动对焦辅助灯

功能一：可以发出强光刺激被摄者的瞳孔收缩，以减少红眼现象；

功能二：当相机设定为自拍时，按下快门按钮后，该灯通过闪烁提示被摄者快门释放的时机；

功能三：在较暗的环境，发出辅助光帮助自动对焦系统工作。

景深预览按钮

按下该按钮，镜头光圈会自动缩小至当前设定，可以在拍摄前观察实际的景深情况。

Fn按钮

可根据用户习惯通过自定义设定指定功能，让操作更便捷。

电源开关

Nikon D800的总电源开关延续了尼康数码单反相机一贯的设计，从OFF位置顺时针方向旋转即开启相机电源，继续顺时针旋转，激活测光并点亮控制面板背光，便于黑暗环境下了解各项参数设置。

闪光灯弹出按钮

按下该按钮，内置闪光灯弹出并开始充电，为闪光拍摄做好准备。

内置闪光灯

Nikon D800的内置闪光灯，可以在光线暗弱的环境下为被摄体提供照明，也可以在逆光时对阴影中的被摄体进行补光。当安装了外置闪光灯时，内置闪光灯不会闪光。

由于内置闪光灯指数较小（GN 12），当被摄体距离镜头较远时，请使用外接闪光灯或提高ISO感光度的设置，才能获得足够的曝光。

Tip: 内置闪光灯的闪光覆盖范围大约涵盖24mm镜头的视角。使用焦距小于24mm的镜头时，边角可能会出现遮挡现象。此时应当使用外置闪光灯，或者选择使用大于24mm的焦距。

闪光模式/闪光补偿按钮

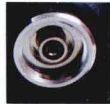
Nikon D800的闪光补偿功能可以通过改变闪光量来调整被摄体相对于背景的亮度，调节方法是按下该按钮同时旋转副指令拨盘，可调节范围是-3EV~+1EV，每级增量为1/3EV。

内置话筒

在拍摄视频时同步录音，灵敏度可以调节。

闪光同步端子（盖）

使用PC同步连线连接外接闪光灯组件，传递闪光信号。



10针遥控端子（盖）

可以连接GPS单元GP-1记录方位和时间信息；连接遥控线MC22/30/36用于遥控和自动拍摄；连接连接线MC-23进行两台相机的同步操作；使用适配线可以连接两针端子的控制设备。



镜头释放按钮

按住镜头释放按钮才能取下、更换镜头。

对焦模式选择器

选择AF（自动对焦）或M（手动对焦）。



AF对焦模式选择

按住该按钮旋转主指令拨盘，可选择自动对焦模式：AF-S（单次伺服自动对焦）、AF-C（连续伺服自动对焦）；按住该按钮旋转副指令拨盘，可选择AF区域模式：单点AF、动态区域AF（9点/21点/51点）、3D跟踪、自动区域AF即时取景模式下，按住该按钮旋转主指令拨盘，可选AF-S（单次伺服自动对焦）、AF-F（全时伺服自动对焦）。即时取景模式下，按住该按钮旋转副指令拨盘，可选脸部优先AF、宽区域AF、标准区域AF和自动跟踪AF。

Tip: 操作时AF模式设定将在取景器和控制面板中显示。

镜头卡口

不锈钢材质的镜头卡口，连接镜头与机身。

反光镜

单反相机的光学结构核心部件之一。

Tip: 使用中应避免反光镜沾染灰尘与油污，勿随意触碰。

镜头安装标记

安装镜头时将该标志与镜头上的记号对齐。

机身自动对焦马达传动轴

使用无内置电机镜头时，机身通过该传动轴带动镜头对焦环旋转进行自动对焦操作。

镜头固定销

镜头安装到位后锁住镜头卡口的对应孔位，保证安装牢靠、定位准确。

