



# Canon FUN视觉 编著

# EOS 5D Mark III

# 数码单反摄影技巧大全

- + 高手点拨：阅尽Canon EOS 5D Mark III高手使用经验
- + 问题解答：从此远离Canon EOS 5D Mark III用机困惑
- + 轻松上手：轻松搞定Canon EOS 5D Mark III实拍参数设置
- + 不可缺少：镜头、闪光灯、偏振镜、中灰镜等附件选用秘笈
- + 实战指南：人像、风光、动物、花卉、建筑等题材实拍技法

一本让您的拍摄技巧匹配  
Canon EOS 5D Mark III 的好书!



化学工业出版社

# Chapter 01

## 掌握 Canon EOS 5D Mark III 从机身开始

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Canon EOS 5D Mark III 相机正面结构 .....  | 22 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机背面结构 .....  | 23 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机侧面结构 .....  | 25 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机底部结构 .....  | 25 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机顶部结构 .....  | 26 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机液晶显示屏 ..... | 27 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机光学取景器 ..... | 27 |
| Canon EOS 5D Mark III 相机液晶监视器 ..... | 28 |

# Chapter 02

## 初上手一定要学会的菜单设置

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 掌握液晶监视器的使用方法 .....         | 30 |
| 掌握液晶显示屏的使用方法 .....         | 30 |
| 设置相机显示参数 .....             | 31 |
| 设置液晶屏的亮度级别 .....           | 31 |
| 自动关闭电源节省电量 .....           | 31 |
| 图像确认 .....                 | 32 |
| 自动旋转省去后期操作 .....           | 32 |
| 显示取景器网格线 .....             | 32 |
| 取景器内(!)警告 .....            | 34 |
| 实时显示拍摄区域显示 .....           | 34 |
| 设置相机控制参数 .....             | 35 |
| 清除全部相机设置 .....             | 35 |
| 未装存储卡释放快门 .....            | 35 |
| Tv/Av 设置时的转盘转向 .....       | 35 |
| 使用 INFO 按钮显示的内容 .....      | 36 |
| RATE 按钮功能 .....            | 36 |
| 多功能锁 .....                 | 36 |
| 自定义控制按钮 .....              | 38 |
| 清除全部自定义功能 (C.Fn) .....     | 38 |
| 设置影像存储参数 .....             | 39 |
| 根据照片的用途设置画质 .....          | 39 |
| Q 什么是 RAW 格式文件? .....      | 39 |
| Q 使用 RAW 格式拍摄的优点有哪些? ..... | 39 |
| 记录功能+存储卡/文件夹选择 .....       | 41 |
| 格式化存储卡 .....               | 42 |
| 文件名 .....                  | 42 |
| 设置照片拍摄风格 .....             | 43 |
| 使用预设照片风格 .....             | 43 |

|                                                                                                  |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Q 为什么要使用照片风格功能? .....                                                                            | 44 |
| 注册照片风格 .....                                                                                     | 49 |
| 随拍随赏——拍摄后查看照片 .....                                                                              | 50 |
| 回放照片基本操作 .....                                                                                   | 50 |
| Q 出现“无法回放图像”消息怎么办? .....                                                                         | 50 |
| 保护图像 .....                                                                                       | 51 |
| 旋转图像 .....                                                                                       | 52 |
| 高光警告 .....                                                                                       | 52 |
| 显示自动对焦点 .....                                                                                    | 54 |
| 回放网格线 .....                                                                                      | 55 |
| 用  进行图像跳转 ..... | 55 |
| 短片播放计时 .....                                                                                     | 56 |
| 放大倍率(约) .....                                                                                    | 56 |
| 经由 HDMI 控制 .....                                                                                 | 56 |
| 幻灯片播放 .....                                                                                      | 57 |
| 调整尺寸 .....                                                                                       | 58 |
| 评分 .....                                                                                         | 58 |
| 删除图像 .....                                                                                       | 58 |
| 打印指令 .....                                                                                       | 60 |
| RAW 图像处理 .....                                                                                   | 60 |
| 我的菜单设置 .....                                                                                     | 61 |
| 注册 .....                                                                                         | 61 |
| 排序 .....                                                                                         | 61 |
| 删除项目 .....                                                                                       | 62 |
| 删除全部项目 .....                                                                                     | 62 |
| 从我的菜单显示 .....                                                                                    | 62 |

# Chapter 03

## 必须掌握的基本曝光设置

|                        |    |
|------------------------|----|
| 设置光圈控制曝光与景深 .....      | 64 |
| 光圈的结构 .....            | 64 |
| 光圈值的表现形式 .....         | 64 |
| 光圈对成像质量的影响 .....       | 64 |
| 光圈对曝光的影响 .....         | 65 |
| 理解景深 .....             | 65 |
| Q 景深与对焦有什么关系? .....    | 65 |
| 光圈对景深的影响 .....         | 65 |
| 焦距对景深的影响 .....         | 67 |
| 背景与拍摄对象的距离对景深的影响 ..... | 67 |
| 设置快门速度控制曝光时间 .....     | 68 |
| 快门与快门速度的含义 .....       | 68 |
| 快门速度的表示方法 .....        | 68 |
| 快门速度对曝光的影响 .....       | 68 |
| 影响快门速度的3大要素 .....      | 68 |
| 依据对象的运动情况设置快门速度 .....  | 68 |
| 常见拍摄对象的快门速度参考值 .....   | 71 |

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 安全快门速度 .....                      | 73  |
| 防抖技术对快门速度的影响 .....                | 73  |
| <b>Q</b> IS功能是否能够代替较高的快门速度 .....  | 73  |
| 设置白平衡控制画面色彩 .....                 | 73  |
| 理解白平衡存在的重要性 .....                 | 73  |
| 预设白平衡 .....                       | 74  |
| 自定义白平衡 .....                      | 76  |
| 手调色温 .....                        | 78  |
| 白平衡偏移/包围 .....                    | 79  |
| 设置ISO控制照片品质 .....                 | 80  |
| 理解感光度 .....                       | 80  |
| 感光度对曝光的影响 .....                   | 80  |
| 感光度的设置原则 .....                    | 80  |
| ISO感光度设置 .....                    | 82  |
| ISO感光度设置增量 .....                  | 83  |
| 长时间曝光降噪功能 .....                   | 84  |
| 高ISO感光度降噪功能 .....                 | 85  |
| 设置自动对焦模式以获得清晰锐利的画面 ...            | 86  |
| 单次自动对焦（ONE SHOT） .....            | 86  |
| <b>Q</b> AF（自动对焦）不工作怎么办？ .....    | 86  |
| 人工智能伺服自动对焦（AI SERVO） .....        | 87  |
| 人工智能自动对焦（AI FOCUS） .....          | 88  |
| 自动对焦控制工具 .....                    | 88  |
| <b>Q</b> 如何拍摄自动对焦困难的主体？ .....     | 88  |
| 人工智能伺服第一张图像优先 .....               | 92  |
| 人工智能伺服第二张图像优先 .....               | 93  |
| 超声波马达镜头电子手动对焦 .....               | 93  |
| 自动对焦辅助光闪光 .....                   | 94  |
| 单次自动对焦释放优先 .....                  | 94  |
| 无法进行自动对焦时的镜头驱动 .....              | 95  |
| 提示音 .....                         | 95  |
| 手动对焦实现自主对焦控制 .....                | 96  |
| <b>Q</b> 图像模糊不聚焦或锐度较低应如何处理？ ..... | 96  |
| 设置对焦点以满足不同拍摄需求 .....              | 97  |
| 自动对焦区域选择模式 .....                  | 97  |
| 手选对焦点/对焦区域的方法 .....               | 98  |
| 镜头与可用的自动对焦点数量 .....               | 99  |
| 无法进行自动对焦时的镜头驱动 .....              | 100 |
| 设置自动对焦点数量 .....                   | 100 |
| 选择自动对焦区域选择模式 .....                | 102 |
| 自动对焦区域选择方法 .....                  | 102 |
| 与方向链接的自动对焦点 .....                 | 102 |
| 手动选择自动对焦点的方式 .....                | 103 |
| 对焦时自动对焦点显示 .....                  | 103 |
| 取景器显示亮起 .....                     | 103 |
| 自动对焦微调 .....                      | 104 |
| 设置驱动模式以拍摄运动或静止的对象 .....           | 105 |
| 单拍模式 .....                        | 105 |

|                                                                                                  |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 连拍模式 .....                                                                                       | 106 |
| <b>Q</b> 为什么相机能够连续拍摄？ .....                                                                      | 106 |
| <b>Q</b> 弱光环境下，连拍速度是否会变慢？ .....                                                                  | 106 |
| <b>Q</b> 连拍时快门为什么会停止释放？ .....                                                                    | 106 |
| 自拍模式 .....                                                                                       | 107 |
| 反光镜预升 .....                                                                                      | 108 |
| 设置测光模式以获得准确的曝光结果 .....                                                                           | 108 |
| 评价测光  .....     | 109 |
| 中央重点平均测光  ..... | 109 |
| 局部测光  .....     | 110 |
| 点测光  .....      | 110 |

## Chapter 04

### 拍出佳片必须掌握的高级曝光技巧

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 利用直方图准确查看曝光 .....               | 112 |
| 直方图释义 .....                     | 112 |
| 显示柱状图 .....                     | 112 |
| 设置曝光补偿 .....                    | 115 |
| 曝光补偿的含义 .....                   | 115 |
| 曝光补偿对曝光的影响 .....                | 116 |
| 曝光补偿的调整原则 .....                 | 116 |
| 曝光等级增量 .....                    | 117 |
| 使用包围曝光拍摄光线复杂的场景 .....           | 117 |
| 什么情况下应该使用包围曝光 .....             | 117 |
| 设置包围曝光功能 .....                  | 117 |
| 获得正确的曝光结果 .....                 | 118 |
| 为合成HDR照片拍摄素材 .....              | 118 |
| 使用Photoshop合成HDR照片 .....        | 119 |
| 包围曝光自动取消 .....                  | 120 |
| 包围曝光顺序 .....                    | 120 |
| 包围曝光拍摄数量 .....                  | 121 |
| HDR模式 .....                     | 122 |
| 调整动态范围 .....                    | 122 |
| 效果 .....                        | 122 |
| 连续HDR .....                     | 124 |
| 自动图像对齐 .....                    | 124 |
| 保存源图像 .....                     | 125 |
| 设置自动曝光锁 .....                   | 125 |
| 锁定曝光 .....                      | 125 |
| 设置自动亮度优化 .....                  | 126 |
| <b>Q</b> 为什么有时无法设置自动亮度优化？ ..... | 126 |
| 镜头像差校正 .....                    | 127 |
| 高光色调优先 .....                    | 128 |
| 设置多重曝光 .....                    | 129 |
| 多重曝光 .....                      | 129 |
| 多重曝光控制 .....                    | 129 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 曝光次数 .....                    | 130 |
| 保存源图像 .....                   | 131 |
| 连续多重曝光 .....                  | 131 |
| 用存储卡中的照片多重曝光 .....            | 131 |
| 使用多重曝光拍摄明月 .....              | 132 |
| 安全偏移 .....                    | 133 |
| 了解闪光灯及其基本设置 .....             | 134 |
| 连续照明与电子闪光 .....               | 134 |
| 控制闪光灯是否闪光 .....               | 135 |
| E-TTL II测光模式 .....            | 135 |
| <b>Q</b> 什么是E-TTL II测光? ..... | 135 |
| 光圈优先模式下的闪光同步速度 .....          | 136 |

## Chapter 05

### 灵活运用曝光模式拍出好照片

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 场景智能自动曝光模式 .....       | 138 |
| 高级曝光模式 .....           | 139 |
| 程序自动模式 <b>P</b> .....  | 139 |
| 快门优先模式 <b>Tv</b> ..... | 140 |
| 光圈优先模式 <b>Av</b> ..... | 141 |
| 全手动模式 <b>M</b> .....   | 142 |
| B门模式 .....             | 143 |
| C模式 .....              | 144 |

## Chapter 06

### Canon EOS 5D Mark III 实时显示与 高清视频拍摄技巧

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 短片拍摄 .....                            | 148 |
| Canon EOS 5D Mark III 全高清视频功能简评 ..... | 148 |
| 拍摄短片的基本设备 .....                       | 149 |
| 拍摄短片的基本流程 .....                       | 150 |
| 手动变焦 .....                            | 151 |
| 手动对焦 .....                            | 151 |
| 设置实时显示拍摄参数 .....                      | 152 |
| 开启实时显示拍摄功能 .....                      | 152 |
| 实时显示拍摄状态下的信息设置 .....                  | 152 |
| 通过菜单启用实时显示拍摄功能 .....                  | 153 |
| 选择适合的自动对焦模式 .....                     | 153 |
| 显示网格线 .....                           | 153 |
| 曝光模拟 .....                            | 154 |
| 静音实时显示拍摄 .....                        | 154 |
| 测光定时器 .....                           | 154 |
| 设置视频短片相关参数 .....                      | 155 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 短片记录尺寸 .....    | 155 |
| 录音 .....        | 155 |
| 时间码 .....       | 156 |
| 静音控制 .....      | 156 |
| 短片拍摄按钮 .....    | 157 |
| 拍摄短片的注意事项 ..... | 157 |

## Chapter 07

### Canon EOS 5D Mark III 的镜头选择

|                                                            |     |
|------------------------------------------------------------|-----|
| EF镜头名称的解读方法 .....                                          | 160 |
| 镜头焦距与视角的关系 .....                                           | 161 |
| 镜头选购相对论 .....                                              | 162 |
| 选购原厂还是副厂镜头 .....                                           | 162 |
| 选购定焦还是变焦镜头 .....                                           | 162 |
| 13款佳能高素质镜头点评 .....                                         | 164 |
| EF 14mm F2.8 L II USM   超广角镜头带来独<br>特的画面表现力 .....          | 164 |
| EF 24mm F1.4 L II USM   F1.4超大光圈的广<br>角“毒王” .....          | 165 |
| EF 35mm F1.4 L USM   无畸变广角拍摄的<br>首选 .....                  | 166 |
| EF 50mm F1.2 L USM   超大光圈带来独具魅<br>力的浅景深虚化 .....            | 167 |
| EF 85mm F1.2 L II USM   “大眼睛”无愧于<br>人像镜王之称 .....           | 168 |
| EF 135mm F2 L USM   大光圈长焦镜头带来<br>不可思议的唯美虚化 .....           | 169 |
| EF 300mm F4 L IS USM   集性能与轻便为一<br>体的高性价比防抖镜头 .....        | 170 |
| EF 16-35mm F2.8 L II USM   覆盖常用广角焦<br>段的高性能大光圈镜头 .....     | 171 |
| EF 24-70mm F2.8 L USM   全画幅相机绝佳的<br>标准变焦镜头 .....           | 172 |
| EF 24-105mm F4 L IS USM   高性价比的全画<br>幅相机标准变焦镜头 .....       | 173 |
| EF 70-200mm F2.8 L II IS USM   顶级技术造<br>就出的顶级镜头 .....      | 174 |
| EF 70-200mm F4 L IS USM   光圈全开也能获<br>得高画质的轻量级中长焦变焦镜头 ..... | 175 |
| EF 100mm F2.8 L IS USM   带有防抖功能的<br>专业级微距镜头 .....          | 176 |
| 选购镜头时的合理搭配 .....                                           | 177 |
| 镜头常见问题与解答 .....                                            | 178 |
| <b>Q</b> 什么是标准镜头? .....                                    | 178 |
| <b>Q</b> 如何理解“最近对焦距离”和“最大放<br>大倍率”两个概念? .....              | 178 |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| Q 镜头光圈的大小与取景器有什么关系？             | 178 |
| Q 使用脚架进行拍摄时是否需要关闭IS？            | 178 |
| Q 什么是“全时手动对焦”？                  | 178 |
| Q 变焦镜头的最大光圈（最小光圈）不变的镜头是否性能更加优异？ | 178 |
| Q 什么情况下应使用广角镜头拍摄？               | 179 |
| Q 使用广角镜头的缺点是什么？                 | 179 |
| Q 为什么85mm焦距段的镜头更适合拍摄人像？         | 179 |

Chapter 08

用附件为照片增色的技巧

|                  |     |
|------------------|-----|
| 遮光罩              | 182 |
| 手柄及电池            | 182 |
| 认识手柄及电池          | 182 |
| 存储卡              | 183 |
| 认识存储卡            | 183 |
| 使用存储卡的注意事项       | 183 |
| UV镜              | 184 |
| 偏振镜              | 185 |
| 什么是偏振镜           | 185 |
| 用偏振镜压暗蓝天         | 185 |
| 用偏振镜抑制非金属表面的反光   | 185 |
| 用偏振镜提高色彩饱和度      | 185 |
| 中灰镜              | 186 |
| 什么是中灰镜           | 186 |
| 中灰镜的规格           | 186 |
| 中灰渐变镜            | 187 |
| 什么是中灰渐变镜         | 187 |
| 不同形状渐变镜的优缺点      | 187 |
| 在阴天使用中灰渐变镜改善天空影调 | 187 |
| 使用中灰渐变镜降低明暗反差    | 187 |
| 快门线              | 188 |
| 快门线的作用           | 188 |
| 快门线的使用方法         | 188 |
| 连接快门线            | 188 |
| 遥控器              | 189 |
| 遥控器的作用           | 189 |
| 如何进行遥控拍摄         | 189 |
| 脚架               | 190 |
| 脚架的分类            | 190 |
| 云台的分类            | 190 |
| 闪光灯              | 191 |
| 从基本结构开始认识闪光灯     | 191 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 佳能外置及微距闪光灯的性能对比    | 192 |
| 衡量闪光灯性能的关键参数——闪光指数 | 192 |
| 用跳闪方式进行补光拍摄        | 193 |
| 为人物补充眼神光           | 194 |
| 消除广角拍摄时产生的阴影       | 194 |
| 柔光罩                | 195 |
| 摄影包                | 195 |

Chapter 09

Canon EOS 5D Mark III人像摄影技巧

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 正确测光拍出皮肤细腻的人像      | 198 |
| 用大光圈拍出背景有漂亮虚化效果的人像 | 199 |
| 使用高速快门凝固精彩瞬间       | 200 |
| 使用广角镜头拍摄视觉效果强烈的人像  | 201 |
| 选择合适的对焦方式拍摄不同状态的人物 | 202 |
| 三分法构图拍摄完美人像        | 203 |
| 使用S形构图表现女性柔美的身体曲线  | 204 |
| 使用中间调记录真实自然的人像     | 205 |
| 高调风格适合表现艺术化人像      | 206 |
| 采用低调拍摄个性化人像        | 207 |
| 采用冷色调拍摄清爽人像        | 208 |
| 暖色调适合表现温暖、热情、喜庆的情感 | 209 |
| 采用对比色增强画面的色彩效果     | 210 |
| 仰视拍出高大的人像          | 211 |
| 常用人像摆姿图解           | 212 |

Chapter 10

Canon EOS 5D Mark III 风光摄影技巧

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 拍摄山峦的技巧             | 218 |
| 不同角度表现山峦的壮阔         | 218 |
| 用云雾体现山峦的灵秀飘逸        | 220 |
| 用前景衬托山峦的季节之美        | 222 |
| 用光线塑造山峦的雄奇伟峻        | 222 |
| 拍摄树木的技巧             | 224 |
| 以逆光表现枝干的线条          | 224 |
| 仰视拍摄表现树木的挺拔与树叶的通透美感 | 225 |

拍摄树叶展现季节之美 ..... 226

捕捉林间光线使画面更具神圣感 ..... 227

拍摄溪流与瀑布的技巧..... 228

    用不同快门速度表现不同感觉的溪流与瀑布 ..... 228

    通过对比突出瀑布的气势 ..... 229

拍摄湖泊的技巧..... 230

    拍摄倒影使湖泊更显静谧 ..... 230

    选择合适的陪体使湖泊更有活力 ..... 231

拍摄雾霭景象的技巧..... 232

    调整曝光补偿使雾气更洁净 ..... 232

    善用景别与光线使画面更有层次 ..... 233

拍摄日出、日落的技巧..... 234

    选择正确的曝光参数是成功的开始 ..... 234

    用长焦镜头拍摄出大太阳的技巧 ..... 235

    用合适的陪体为照片添姿增色 ..... 236

    善用RAW格式为后期处理留有余地 ..... 236

    用云彩衬托太阳使画面更具艺术感染力 ..... 237

拍摄冰雪的技巧..... 238

    运用曝光补偿准确还原白雪 ..... 238

    尝试用不同的白平衡塑造个性色调 ..... 238

    选择合适的拍摄对象 ..... 239

    选择恰当的光线让冰雪晶莹剔透 ..... 240

**Chapter 11**

**Canon EOS 5D Mark III 动物摄影技巧**

选择合适的镜头拍摄昆虫..... 242

选择合适的角度和方向拍摄昆虫..... 243

使用点测光对昆虫的眼睛进行测光..... 244

利用小景深突出昆虫..... 245

选择合适的光线拍摄昆虫..... 246

使用长焦镜头“打鸟” ..... 247

捕捉鸟儿最动人的瞬间..... 247

选择最合适的光线拍摄鸟儿和游禽..... 248

选择合适的背景拍摄鸟儿和游禽..... 250

选择合适的景别拍摄鸟儿..... 251

捕捉宠物嬉戏的瞬间..... 252

用道具吸引宠物的瞬间注意力..... 252

**Chapter 12**

**Canon EOS 5D Mark III 花卉摄影技巧**

用广角镜头拍摄如海的花丛..... 254

用长焦镜头拍出梦幻般背景..... 254

用微距镜头拍摄花卉最美的细节..... 255

突出表现最美的花卉主体造型..... 256

仰拍获得高大形象的花卉..... 257

俯拍展现星罗棋布的花卉..... 257

逆光拍出透明的花瓣..... 258

选择最能衬托花卉的背景颜色..... 259

利用补色获得视觉对比强烈的效果..... 261

加入昆虫让花朵更富有生机..... 262



# Chapter 13

## Canon EOS 5D Mark III 建筑摄影技巧

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 依据意图选择拍摄建筑的角度.....     | 264 |
| 依据建筑物的特征及表现意图选择画幅..... | 266 |
| 合理安排线条使画面有强烈的透视感.....  | 267 |
| 利用逆光勾勒建筑优美的轮廓.....     | 268 |
| 利用侧光增强建筑的立体感.....      | 270 |
| 用高ISO拍摄建筑精致内景.....     | 271 |
| 通过对比突出建筑的体量.....       | 272 |
| 长时间曝光拍摄城市动感车流.....     | 273 |

# Chapter 14

## Canon EOS 5D Mark III 儿童摄影技巧

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 拍摄儿童的注意事项.....    | 276 |
| 顺其自然就好.....       | 276 |
| 和他/她一样高.....      | 276 |
| 别用闪光灯伤害儿童的眼睛..... | 277 |
| 抓拍精彩瞬间.....       | 277 |
| 儿童面部特写.....       | 278 |
| 珍藏儿时的情感世界.....    | 278 |



「焦 距：135mm

光 圈：F2.8

快门速度：1/40s

感 光 度：ISO400」



「焦 距：24mm  
光 圈：F11  
快门速度：1/45s  
感 光 度：ISO200」







「 焦 距：24mm  
光 圈：F9.5  
快门速度：1/8s  
感 光 度：ISO100 」



「焦 距：19mm  
光 圈：F22  
快门速度：13s  
感 光 度：ISO100」





焦距：105mm  
光圈：F5.6  
快门速度：1/80s  
感光度：ISO250







焦 距: 24mm

光 圈: F16

快门速度: 1/180s

感 光 度: ISO80