

杨精坤
编著

怎样拍出好照片？

那些你不知道的手机摄影技巧全在这里

手机轻松拍大片

手机摄影必修的 **9** 堂课



化学工业出版社

杨精坤
编著

手机轻松拍大片

手机摄影必修的 **9** 堂课



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

手机轻松拍大片 手机摄影必修的9堂课 / 杨精坤编
著. — 北京 : 化学工业出版社, 2017. 5
ISBN 978-7-122-29393-0

I. ①手… II. ①杨… III. ①移动电话机-摄影
技术 IV. ①J41②TN929. 53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第065404号

责任编辑: 卢小林
责任校对: 边涛

装帧设计:  溢思视觉设计 / 宋绘昱
E-mail: isstudio@126.com

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装: 北京东方宝隆印刷有限公司
710mm×1000mm 1/16 印张10¹/₄ 字数187千字 2017年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 49.80元

版权所有 违者必究

前言

手机的摄影功能越来越强大，越来越多的人喜欢用手机拍摄照片，记录生活。手机在拍摄与后期修图分享方面的便携性非常好，手机摄影的学习难度较之相机大大降低，哪怕是对摄影完全不懂的新手，也能轻松玩转手机摄影。为了满足广大手机摄影爱好者快速掌握手机摄影技巧的要求，笔者编写了本书。

本书重点讲解了手机摄影基础知识及拍摄操作要领、实用构图方法、摄影色彩搭配、人像、旅行照、创意拍摄以及后期修图等内容，讲解通俗易懂，新手也能看懂学会，操作性极强。

如果你是摄影初学者，想用手机拍摄出精美的生活照片，本书讲解的手机摄影方法将会非常实用。摄影的核心本质在于发现美与记录美，摄影就是在表达一切与美相关的事物，不必想得太复杂，只要照片拍得好，一切都是合理的。本书即是通过最简单的语言来解析晦涩的摄影知识，读完本书，你会发现，手机摄影竟然这么简单！

当你打开这本书时，你的摄影之路实际上已经开始了。可能之前你已经用手机拍过许多照片，或许好照片并不多，废片却一大堆，这没什么大不了的，我们需要做的，就是通过不断的摄影学习积累，让自己对摄影的热忱通过手机转化为一张张精美的照片。

而本书，即将会为你开启摄影的大门。

编著者

目录

第1课 新手必知的手机拍摄基础知识 001

- 1.1 认识手机摄影 001
 - 1.1.1 手机摄影的优势 002
 - 1.1.2 手机摄影的劣势 003
 - 1.1.3 如何选择拍照的手机 005
 - 1.1.4 手机拍摄配件选择 005
- 1.2 手机摄影快速入门 006
 - 1.2.1 好照片的四要素 006
 - 1.2.2 手机拍摄用自带相机还是软件 009
 - 1.2.3 如何拍出清晰照片 010
- 1.3 HDR功能 012
 - 1.3.1 什么是HDR 012
 - 1.3.2 HDR在拍摄中的妙用 014
- 1.4 全景拍摄 015
 - 1.4.1 全景拍摄两大要领 015
 - 1.4.2 全景如何自由控制画面宽度 016
- 1.5 手机也能调专业拍摄参数 017
 - 1.5.1 手机能调哪些参数 017
 - 1.5.2 什么情况下调节参数 022
- 1.6 手机如何正确测光 023
- 1.7 准确对焦 024
 - 1.7.1 手机对焦操作 024
 - 1.7.2 不同主体对焦 025

第2课 拍摄前必知的摄影构图方法 026

- 2.1 摄影构图基础 027
 - 2.1.1 选择拍摄主题 028
 - 2.1.2 确定取景范围 029
 - 2.1.3 选择拍摄视角 031
 - 2.1.4 横幅还是竖幅构图 032
 - 2.1.5 选择景深 034
- 2.2 打造平衡感的构图法 036
 - 2.2.1 黄金分割法构图 036

- 2.2.2 九宫格构图 037
- 2.2.3 三分法构图 039
- 2.2.4 对称构图 041
- 2.2.5 三角形构图 042
- 2.3 让画面具有动感的线条构图 043
 - 2.3.1 斜线构图 043
 - 2.3.2 曲线构图 044
- 2.4 让画面体现纵深感的构图法 045
 - 2.4.1 汇聚线构图 045
 - 2.4.2 放射线构图 046
- 2.5 让画面更有立体感的构图法 046
 - 2.5.1 对比构图 047
 - 2.5.2 留白构图 047
- 2.6 别具一格的框架式构图法 048

第3课 巧妙运用光影拍出好照片 050

- 3.1 认识拍摄中的光线 050
 - 3.1.1 光的种类 050
 - 3.1.2 光线的强弱 051
 - 3.1.3 光线的方向 054
- 3.2 选择合适的光线拍摄 056
 - 3.2.1 把握住黄金拍摄时间 057
 - 3.2.2 选择柔和光线下拍摄 058
 - 3.2.3 补光技巧 058
- 3.3 捕捉光影瞬间的表现 061
 - 3.3.1 氛围表现 061
 - 3.3.2 巧用逆光拍剪影 061
 - 3.3.3 质感表现 062
- 3.4 手机怎么拍好夜景 063
 - 3.4.1 夜景的最佳拍摄时机 063
 - 3.4.2 使用专业模式拍摄夜景 064

第4课 色彩搭配运用提升照片魅力 064

- 4.1 色彩在画面中的作用 066

4.1.1 增强视觉效果	066	6.1.1 手机微距拍摄的条件	100
4.1.2 烘托氛围	067	6.1.2 手机微距常拍题材	102
4.2 认识色彩冷暖	068	6.2 手机慢门摄影的诀窍	104
4.2.1 冷色与冷色调氛围	068	6.2.1 选择慢门拍摄模式	104
4.2.2 暖色与暖色调氛围	069	6.2.2 慢门摄影的技巧	105
4.2.3 中性色调氛围	070	6.3 手机追焦拍摄	109
4.3 色彩与光线的关系	070	6.3.1 运动物体适合追焦拍摄	109
4.3.1 光线的强弱与色彩变化	071	6.3.2 手机追焦拍摄的要领	110
4.3.2 光线的方向与色彩变化	072	6.4 悬浮照片的拍摄技巧	111
4.4 通过白平衡控制色彩	073	6.5 变幻莫测的延时摄影	113
4.4.1 手机怎样设置白平衡	073	6.5.1 手机如何拍摄延时摄影	113
4.4.2 利用白平衡调整色彩冷暖	075	6.5.2 延时拍摄的后期合成	115
4.5 摄影中的色彩运用	076	6.6 颠覆视觉的双重曝光效果	116
4.5.1 对比色彩搭配运用	076	6.6.1 前期直接拍摄双重曝光效果	117
4.5.2 冷暖色彩搭配运用	077	6.6.2 双重曝光的后期合成	118
4.5.3 高色调	078	6.7 手机也能拍出酷炫的星轨	119
4.5.4 低色调	079	6.8 全景创意分身照片的拍摄	121

第5课 用手机拍出惊艳生活照

5.1 手机轻松拍出人像好照片	080
5.1.1 如何拍出背景虚化的人像照片	080
5.1.2 常用人像摆姿	082
5.1.3 手机拍人像的场景选择	085
5.2 手机拍出高格调旅行照	087
5.2.1 旅行能出片的几个场景	087
5.2.2 旅行摄影的注意事项	090
5.3 手机怎么拍美食	093
5.4 手机也是街拍利器	096
5.4.1 街拍的题材	096
5.4.2 街拍注意事项	098

第6课 创意拍摄丰富你的摄影玩法

6.1 微距的奇妙世界	100
-------------	-----

第7课 手机摄影后期处理的神奇魅力

7.1 手机摄影常备后期软件	123
7.1.1 专业手机摄影师用什么后期软件	123
7.1.2 功能各异的各类后期软件	124
7.2 后期处理的思路形成	128
7.2.1 主体不突出	128
7.2.2 曝光不足	129
7.2.3 色彩平淡	130
7.3 正确的后期处理步骤 (Snapseed实例讲解)	131
7.3.1 根据思路处理照片	131
7.3.2 恰到好处的后期处理	134
7.4 照片局部的后期处理	135
7.4.1 运用局部工具	136
7.4.2 运用画笔工具	136
7.5 后期增添韵味十足的滤镜	138
7.5.1 胶片的味道	138

7.5.2 日系清新风	140
7.5.3 复古色调	141
7.6 Mix唯美人像后期技巧	141
7.6.1 人像肤色处理	141
7.6.2 整体色调处理	142
7.7 星球旋转的创意后期效果	143

第8课 快速提升拍摄水平 日常摄影训练方法 145

8.1 日常多看好照片	145
8.2 生活中的摄影习惯培养	146
8.3 分享你的摄影作品	149
8.4 手机摄影作品赏析	150

第9课 手机摄影常见问题汇总 156

9.1 手机拍照功能到底哪家强?	156
9.2 手机能否代替相机?	156
9.3 手机用了外接镜头是不是成像、效果更好?	156
9.4 看到网络上手机拍的很多好照片, 是不是用了什么拍摄软件?	157
9.5 常用的拍摄以及后期软件有哪些?	157
9.6 为什么我的照片拍出来没有美感?	157
9.7 照片太多,如何更好整理、存储照片?	158
9.8 旅行拍摄时,时机和光线都不是最佳, 该如何拍摄?	158
9.9 手机摄影高手究竟是怎样炼成的?	158

第 1 课

新手必知的 手机拍摄基础知识

■ 努比亚手机星轨模式拍摄
摄影：杨精坤

001

1.1

认识手机摄影

手机摄影越来越受人欢迎,只要掌握一定的摄影用光、构图技巧,大部分人都能够用手机拍出媲美单反摄影的照片。手机的成像质量越来越高,在未来,手机必定会成为人们日常生活、旅行中一个非常重要的拍摄工具。

1.1.1 手机摄影的优势

手机摄影很方便，随手可拍，从拍摄想法出现到拍出照片，这个过程可能仅仅需要几秒钟。随着手机拍摄功能的提升，手机的成像质量越来越好，对焦速度越来越快，在光线充分的情况下，手机的成像质量甚至可以媲美一些入门级相机。因此，我们能够用手机拍摄的题材也越来越多，比如慢门、光轨、星轨等等，这些技术难度较高的、在过去只能用相机拍出来的摄影题材，现在用手机也能轻松拍出了。

我们需要了解的是，手机的镜头焦距大约在30mm左右，属于一个小广角镜头，能够应对大部分风光、街拍、人文纪实、环境人像等场景。30mm这个焦距近似于相机的经典焦距35mm，进一步可拍摄人像，退一步可拍摄风光。手机的这个镜头焦距属于玩法比较丰富的焦距。

手机摄影最大的特点就是快、便捷，这体现在两个方面，一是前期拍摄，拿出来就拍；二是后期照片处理以及照片分享，现在手机摄影后期软件非常丰富且功能强大，手机拍摄了照片经过摄影后期软件简单处理，几分钟就可直接分享到网络，非常迅速。

就我个人而言，我既用手机摄影，也用相机摄影，但每次最先做后期并且分享到网络的却是手机拍的照片，相机里的照片往往会存放很久才有精力导入电脑做后期。比起简单容易上手的手手机摄影，相机摄影的技术难度更高、后期处理分享图片更加漫长，这也是为什么手机摄影越来越受人欢迎的重要因素。



手机慢门拍摄的丝绢流水
摄影：杨精坤

1.1.2 手机摄影的劣势

手机摄影的劣势主要在于两点：成像质量和变焦操作。尽管手机的成像画质越来越好，但目前和专业相机相比还是有较大差距，尤其是在夜景、弱光中的成像效果，与相机的差距就更大了，因此，夜景拍摄并非手机所擅长。



■ 手机拍摄的夜景成像质量不够好，画面中有噪点（颗粒感）



■ 相机拍摄的夜景画质较好，成像锐利

手机摄影的另一劣势在于变焦操作，手机的变焦属于数码变焦，拍摄者用两个手指在手机拍摄界面中滑动就可实现变焦操作，但手机变焦之后成像质量会严重下降，并不能保证很好的画质。手机使用变焦拍摄比较远的景物并不能保证画面的成像清晰，这是比较大的不足。手机和相机拍摄同一风光场景的画面比例如图所示。



■ 手机变焦画质不佳，为保证成像质量，拍摄大场景风光不能拉近切远景拍摄

■ 相机用长焦镜头拉近切远景拍摄局部风光，能够更好地体现红土地的色彩与线条，且能够保证成像画质清晰



值得一提的是，iPhone7 提供了两倍光学变焦操作，两倍变焦能保证清晰的画质，但如果更大倍率的变焦成像质量也会有所下降。在未来，光学变焦在手机摄影领域应该会越来越普及，一起期待吧，在未来，手机的镜头也许能够当长焦镜头使用，拍摄到更远的景物。

■ iPhone7P 未使用变焦正常拍摄



■ iPhone7P 使用双倍变焦拍摄，成像质量尚可



1.1.3 如何选择拍照的手机

买手机的第一原则是买新不买旧，相比旧款手机，各家厂商的新款手机在摄像头的拍摄性能、内核配置、外观等方面都有提升，新款手机会带来更好的摄影、使用体验。

就手机拍摄功能而言，手机的两大阵营：ios 和安卓，怎么选？苹果手机的综合成像质量比较不错，手机摄影类软件丰富，玩法更多，缺点是夜景成像不足。安卓阵营中，三星手机夜景成像画质比较好，拍摄的操控性也不错；在国产手机阵营中，华为、努比亚比较追求拍摄性能，星轨、慢门、延时摄影等拍摄功能一应俱全，色彩还原表现也不错；vivo、oppo、魅族、小米等拍摄性能比较中规中矩。

就目前手机拍摄功能来看，可以说苹果安卓平分秋色，各家手机厂商在摄像头方面的提升都比较大，拍摄性能也越来越接近，我们可选择的品牌也更多。总之一句话，在购买能力范围之内买最贵的总是没错，好的拍照手机能够提供更佳的拍摄性能。

1.1.4 手机拍摄配件选择

手机拍摄配件有较多选择，能够更好地丰富手机拍摄的玩法，具体来看看有哪些。

005



① 自拍杆：自拍杆可以拉长杆身，可以将手机固定在各种角度拍照，是自拍的一大法宝。

手机使用的自拍杆

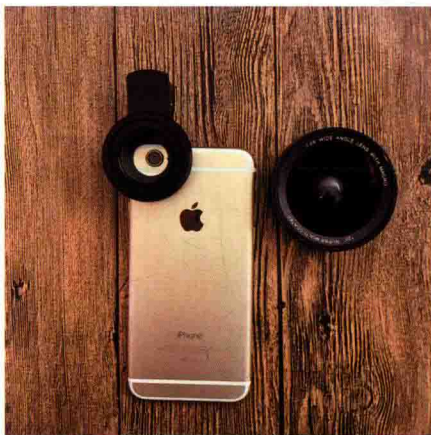
② 三脚架：拍慢门、拍星轨、拍摄延时摄影时可以稳定手机，获得清晰的画面。

■ 手机使用三脚架正在延时摄影中



③ 手机外接镜头：有微距、广角、鱼眼、长焦镜头。外接这些镜头后手机也能拍出微距、大场景风光照片，外接镜头大大增强手机拍摄的玩法和趣味性。

■ 手机专用的外接镜头

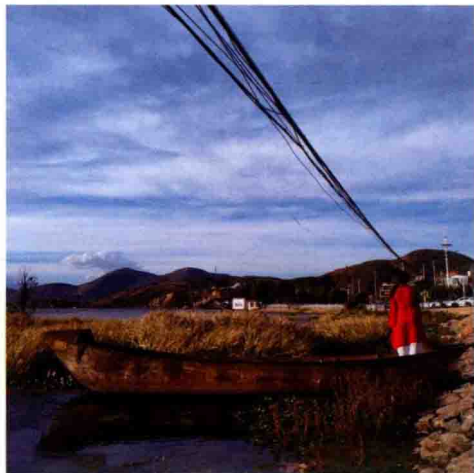


1.2 手机摄影快速入门

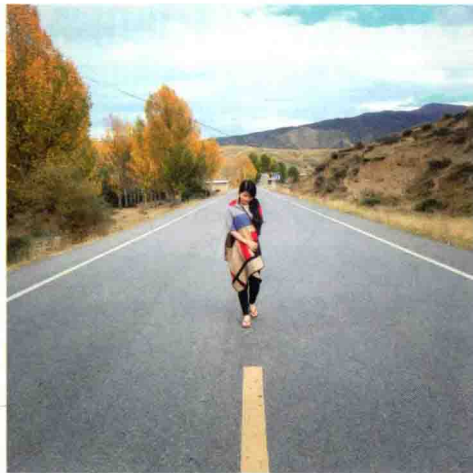
1.2.1 好照片的四要素

(1) 明确主题

许多摄影新手拍摄照片几乎都是随手一拍，不会去管照片的取景如何、构图如何、也不管照片是否有主题，这就导致照片拍出来缺乏美感，构图混乱，这是新手普遍存在的现象，拍照片没有明确的主题。



■ 照片构图比较杂乱，风光和人物主题不够明确



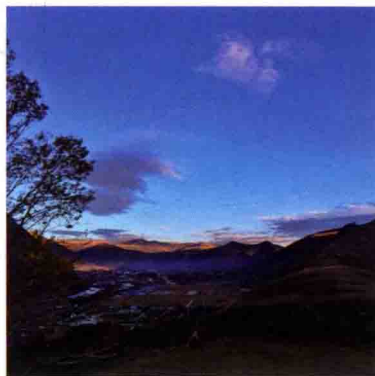
■ 人物主题明确突出

任何一张好的摄影作品首先的第一要素是有明确的主题，主题就是观者看到照片的第一感受。

(2) 突出主体

不管拍摄风光、静物还是人像照片，都需要突出画面中的主体，主体也就是拍摄画面中具体的人或物，主体不够突出，照片必然显得杂乱。

主体和主题在一张照片中是不同的概念，主体和陪衬构成了画面的主题。



■ 照片的前景比较乱，没有突出的主体景物



■ 照片中具备突出的主体景物（树）

（3）画面简洁

一张好照片除了主体突出之外，还需保证画面简洁，因为简洁的画面更加能够凸显主体，使照片主题更加明确。实际拍摄中，应适当避开与画面主题无关的元素，保证背景简洁，简洁的画面会使照片更加具备美感。



■ 取景比较乱，背景的栏杆、绿叶和花朵都比较杂乱



■ 手机低角度拍摄以天空作为背景，画面简洁，花朵主题突出
摄影：邹佳运

（4）色彩鲜明

色彩在照片中是非常重要的元素，人们的视觉往往会偏爱色彩层次丰富、对比鲜明的画面，这是视觉对色彩与生俱来的敏感，色彩平淡的照片往往暗淡无光。因此，在实际拍摄中，我们要有意识的呈现、丰富画面色彩，让色彩给照片加分。



■ 照片拍摄的是风光，色彩显得非常平淡，缺少层次与视觉冲击力



■ 城市风光照片，色彩丰富，吸引眼球
摄影：任宪俊

1.2.2 手机拍摄用自带相机还是软件

(1) 苹果手机常用拍摄 APP

一般来说，在白天光线充分的情况下拍摄，苹果手机自带相机就够用了，不必使用拍摄软件；在夜景、弱光、慢门等拍摄场景，非常推荐使用苹果手机专业摄影软件大 Procam(需付费 30 元下载)，可以调整快门速度、感光度、白平衡等拍摄参数，获得更好的成像效果。



■ 在白天光线充分的情况下用 iPhone 自带相机拍摄

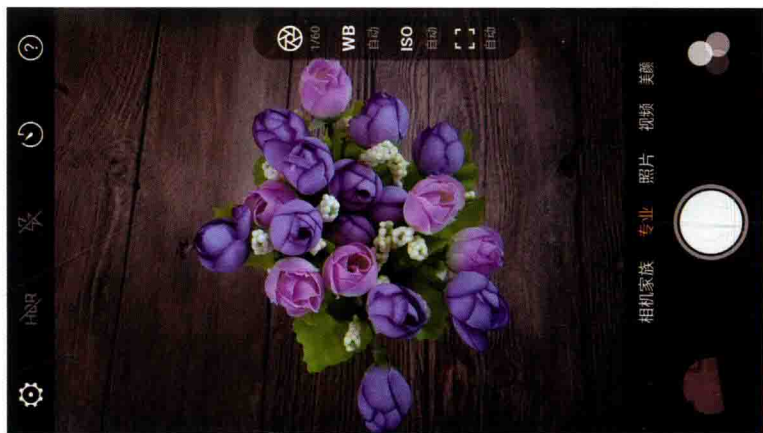


■ 在夜景、慢门等拍摄场景，iPhone 可选择拍摄软件 Procam

(2) 安卓手机用自带相机拍摄

现在大部分的安卓手机系统的自带相机就具备了非常强大的拍摄性能，有专业拍摄模式、慢门、延时摄影、光绘、星轨等拍摄模式，玩法非常丰富，安卓手机的自带相机就够日常拍摄了，不必再去使用其他拍摄软件。

■ 大部分
安卓手机的
自带相机
都具备
专业摄影模式



■ 安卓手机
具有丰富的
拍摄模式



1.2.3 如何拍出清晰照片

摄影学习的起步阶段并不是马上就能拍出大片，第一步应该是要把照片拍摄清晰，尤其需要把画面中的主体拍摄清晰，把画面中的主次关系交代清楚。下面几个小技巧能够让手机拍出更加清晰的照片。