



Nikon

D7500

数码单反摄影技巧大全

FUN视觉
雷波

编著

- + 高手点拨：学习Nikon D7500高手使用经验
- + 问题解答：从此远离Nikon D7500 用机困惑
- + 轻松上手：轻松搞定Nikon D7500实拍参数设置
- + 不可缺少：镜头、闪光灯、偏振镜、中灰镜等附件选用技巧
- + 实战指南：人像、风光、动物、花卉、建筑等题材实拍技法



化学工业出版社

Nikon D7500

数码单反摄影技巧大全

FUN视觉 雷波 编著



化学工业出版社

北京

本书是一本全面解析 Nikon D7500 强大功能、实拍设置技巧及各类拍摄题材实战技法的实用类书籍，将官方手册中没讲清楚的内容以及抽象的功能描述，以实拍测试、精美照片展示、文字详解的形式讲明白、讲清楚。

本书不仅针对 Nikon D7500 相机结构、菜单功能以及光圈、快门速度、白平衡、感光度、曝光补偿、测光模式、对焦模式、拍摄模式等设置技巧进行了详细的讲解，更有详细的菜单操作图示，即使是没有任何摄影基础的初学者也能够根据这样的图示，玩转相机的菜单及功能设置。

在镜头与附件方面，本书针对数款适合该相机配套使用的高素质镜头进行了详细点评，同时对常用附件的功能、使用技巧进行了深入的解析，以便各位读者有选择地购买相关镜头、附件，与 Nikon D7500 配合使用拍摄出更漂亮的照片。

在实战技术方面，本书以大量精美的实拍照片，深入剖析了使用 Nikon D7500 拍摄人像、风光、昆虫、鸟类、花卉、建筑等常见题材的技巧，以便读者快速提高摄影技能，达到较高的境界。

全书语言简洁，图示丰富、精美，即使是接触摄影时间不长的新手，也能够通过阅读本书在较短的时间内精通 Nikon D7500 相机的使用并提高摄影技能，从而拍摄出令人满意的摄影作品。

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D7500 数码单反摄影技巧大全/FUN 视觉，雷波编著.
北京：化学工业出版社，2017.9
ISBN 978-7-122-30553-4

I. ①N… II. ①F… ②雷… III. ①数字照相机-单镜头反光照
相机-摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 218599 号

责任编辑：孙 炜 王思慧

装帧设计：王晓宇

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：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

787mm×1092mm 1/16 印张 13 字数 325 千字 2017 年 10 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：79.80 元

版权所有 违者必究

Chapter 01

掌握 Nikon D7500 从机身开始

Nikon D7500 相机正面结构.....	10
Nikon D7500 相机侧面结构.....	11
Nikon D7500 相机背面结构.....	12
Nikon D7500 相机顶部结构.....	14
Nikon D7500 相机光学取景器.....	15
Nikon D7500 相机控制面板.....	16
Nikon D7500 相机显示屏.....	16

Chapter 02

初上手一定要学会的菜单设置

菜单的使用方法.....	18
在控制面板中设置常用拍摄参数.....	19
在显示屏中设置常用参数.....	19
设置相机显示参数.....	20
把相机设定为中文显示.....	20
利用显示屏关闭延迟提高相机的续航能力.....	20
利用取景器网格轻松构图.....	21
利用LCD照明在弱光下看清曝光参数.....	21
设置相机控制参数.....	22
自定义控制功能.....	22
指定OK按钮功能.....	24
自定义指令拨盘.....	25
设置按钮与拨盘的配合使用方式.....	27
反转指示器.....	27
设置拍摄控制参数.....	28
空插槽时快门释放锁定.....	28
保存/载入用户设置.....	28
设置影像存储参数.....	29
设置存储文件夹.....	29
设置自动旋转图像方便浏览.....	29
设置图像区域.....	30
Q 在实际拍摄时，选择1.3X选项的具体好处是什么？.....	30
根据用途及后期处理要求设置图像品质.....	31
根据用途及存储空间设置图像尺寸.....	32
Q 什么是RAW格式文件？.....	32
Q 使用RAW格式拍摄的优点有哪些？.....	32
Q 对于数码单反相机而言，是不是像素量越高	

画质越好？.....	32
设置RAW文件格式.....	33
设置优化校准参数拍摄个性照片.....	34
设定优化校准.....	34
利用优化校准直接拍出单色照片.....	37
随拍随赏——拍摄后查看照片.....	38
回放照片基本操作.....	38
Q 出现“无法回放图像”提示怎么办？.....	38
图像查看.....	39
设置照片显示模式.....	39
播放文件夹.....	40
旋转画面至竖直方向.....	40

Chapter 03

必须掌握的基本曝光与对焦设置

设置光圈控制曝光与景深.....	42
光圈的结构.....	42
光圈值的表现形式.....	43
光圈对成像质量的影响.....	43
Q 什么是衍射效应？.....	43
光圈对曝光的影响.....	44
理解景深.....	45
Q 景深与对焦点的位置有什么关系？.....	45
Q 什么是焦平面？.....	45
光圈对景深的影响.....	46
焦距对景深的影响.....	46
拍摄距离对景深的影响.....	47
背景与被摄对象的距离对景深的影响.....	47
设置快门速度控制曝光时间.....	48
快门与快门速度的含义.....	48
快门速度的表示方法.....	48
快门速度对曝光的影响.....	48
影响快门速度的三大要素.....	49
快门速度对画面效果的影响.....	49
依据被摄对象的运动情况设置快门速度.....	50
常见拍摄对象的快门速度参考值.....	51
安全快门速度.....	52
防抖技术对快门速度的影响.....	53
防抖技术的应用.....	53
Q VR功能是否能够代替较高的快门速度？.....	53
长时间曝光降噪.....	54
设置白平衡控制画面色彩.....	55
理解白平衡存在的重要性.....	55
预设白平衡.....	55

什么是色温.....	56
选择色温.....	57
自定义白平衡.....	58
设置感光度控制照片品质.....	60
理解感光度.....	60
ISO感光度设定.....	60
ISO数值与画质的关系.....	62
感光度对曝光结果的影响.....	63
感光度的设置原则.....	63
消除高ISO产生的噪点.....	64
Q 为什么全画幅相机能更好地控制噪点?.....	64
影响曝光的4个因素之间的关系.....	65
设置自动对焦模式以准确对焦.....	66
单次伺服自动对焦模式 (AF-S).....	66
Q AF (自动对焦) 不工作怎么办?.....	66
连续伺服自动对焦模式 (AF-C).....	67
自动伺服自动对焦模式 (AF-A).....	67
Q 如何拍摄自动对焦困难的主体?.....	67
灵活设置自动对焦辅助功能.....	68
AF-C模式下优先释放快门或对焦.....	68
AF-S模式下优先释放快门或对焦.....	68
利用蜂鸣音提示对焦成功.....	69
利用内置AF 辅助照明器提供简单照明.....	70
Q 为什么在弱光下拍摄时, 内置AF辅助照明器没有发出光线?.....	70
自动对焦区域模式.....	71
单点AF.....	71
动态区域AF.....	71
3D跟踪AF.....	71
Q 使用动态区域AF模式进行拍摄时, 取景器中的对焦点状态与使用单点区域AF模式相同, 两者的区别是什么?.....	72
Q 为什么有时使用3D跟踪自动对焦区域模式在改变构图时, 无法保持拍摄对象的清晰对焦?.....	72
群组区域AF.....	72
自动区域AF.....	72
调整对焦点应对不同拍摄题材.....	73
对焦点数量.....	73
对焦点循环方式.....	74
手选对焦点.....	74
Q 图像模糊、不聚焦或锐度较低应如何处理?.....	74
利用手动对焦模式精确对焦.....	75
Q 哪些情况下需要使用手动对焦?.....	75
根据拍摄任务设置快门释放模式.....	76
选择快门释放模式.....	76
设置低速连拍.....	77

设置最多连拍张数.....	77
Q 如何知道连拍操作时内存缓冲区 (缓存) 最多能够存储多少张照片?.....	77
设置自拍选项.....	78
设置测光模式以获得准确曝光.....	79
3D 彩色矩阵测光 III.....	79
中央重点测光模式.....	80
点测光模式.....	80
亮部重点测光模式.....	81
改变中央重点测光区域大小.....	81
使用矩阵测光时侦测脸部.....	82
微调优化曝光.....	82

Chapter 04

活用曝光模式拍出好照片

全自动模式.....	84
全自动模式.....	84
全自动 (禁止使用闪光灯) 模式.....	84
常用场景模式.....	85
人像模式.....	85
风景模式.....	85
儿童照模式.....	86
运动模式.....	86
近摄模式.....	86
夜间人像模式.....	87
宴会/室内模式.....	87
日落模式.....	87
夜景模式.....	87
海滩/雪景模式.....	87
黄昏/黎明模式.....	87
宠物像模式.....	88
烛光模式.....	88
食物模式.....	88
花模式.....	88
秋色模式.....	88
特殊效果模式.....	89
夜视.....	89
特别鲜艳效果 VI.....	89
流行效果 POP.....	89
照片说明效果.....	89
玩具照相机效果.....	90
可选颜色.....	90
高色调.....	90
模型效果.....	90

剪影 	90
低色调 	90
高级曝光模式	91
程序自动曝光模式 (P)	91
 什么是等效曝光?	91
快门优先曝光模式 (S)	92
光圈优先曝光模式 (A)	93
全手动曝光模式 (M)	94
B门模式	96
U模式	97

Chapter 05

拍出佳片必须掌握的高级技巧

通过直方图判断曝光是否准确	99
直方图的作用	99
利用柱状图分区判断曝光情况	100
在相机中查看直方图	101
设置曝光补偿让曝光更准确	103
曝光补偿的含义	103
曝光补偿的调整原则	104
正确理解曝光补偿	105
 为什么有时即使不断增加曝光补偿, 所拍摄出来的画面仍然没有变化?	105
利用包围曝光提高拍摄成功率	106
设置包围曝光	106
多拍优选获得最理想的曝光结果	106
使用CameraRaw合成HDR照片	107
自动包围设定	108
设置包围曝光顺序	108
利用曝光锁定功能锁定曝光值	109
利用多重曝光合成蒙太奇效果照片	110
利用动态D-Lighting使画面细节更丰富	112
内置闪光灯闪光模式	113
自动闪光模式  AUTO	113
补充闪光模式 	113
防红眼闪光模式  	113
关闭闪光模式 	113
慢同步闪光模式  SLOW	114
后帘同步闪光模式  REAR	114
闪光同步速度	115
闪光快门速度	115
使用Nikon D7500直接拍摄出精美的HDR照片	116
 什么是HDR照片?	116

在智能手机上安装SnapBridge	117
连接SnapBridge软件前的相关菜单设置	117
Wi-Fi	117
发送至智能设备(自动)	117
连接至智能设备	118
Bluetooth	119
SnapBridge软件的相关设置	120
自动下载的设置	120
遥控拍摄前的设置	120
从相机中下载照片的操作步骤	121
用智能手机进行遥控拍摄的操作步骤	122

Chapter 06

不可忽视的即时取景与视频拍摄功能

光学取景器拍摄与即时取景显示拍摄原理	124
光学取景拍摄原理	124
即时取景显示拍摄原理	124
即时取景显示拍摄的特点	125
能够使用更大的屏幕进行观察	125
易于精确合焦以保证照片更清晰	125
具有实时面部优先拍摄的功能	125
能够对拍摄的图像进行曝光模拟	125
即时取景显示拍摄相关参数查看与设置	126
信息设置	126
自动对焦模式	127
AF区域模式	127
调整显示屏亮度	127
即时取景显示模式典型应用案例	128
微距摄影	128
商品摄影	128
人像摄影	129
视频格式	130
拍摄动画的基本流程	130
设置拍摄短片相关参数	131
画面尺寸/帧频	131
动画品质	131

Chapter 07

Nikon D7500 相机适用镜头推荐

AF镜头名称解读	133
----------	-----

镜头焦距与视角的关系.....	134
Q 什么是等效焦距?	134
定焦与变焦镜头.....	135
标准镜头推荐.....	136
AF-S 尼克尔 50mm F1.4 G	136
AF-S 尼克尔 24-70mm F2.8 G ED	137
中焦镜头推荐.....	138
AF 尼克尔85mm F1.4 D IF & AF-S	
尼克尔85mm F1.4 G	138
AF-S 尼克尔 VR 70-300mm F4.5-5.6 G IF-ED	139
广角镜头推荐.....	140
AF-S 尼克尔14-24mm F2.8 G ED.....	140
AF 尼克尔18-35mm F3.5-4.5 D IF-ED	141
微距镜头推荐.....	142
AF-S VR MICRO 105mm F2.8 G IF-ED.....	142
高倍率变焦镜头推荐.....	143
AF-S 尼克尔 28-300mm F3.5-5.6 G ED VR	143
选购镜头时的合理搭配.....	144
与镜头相关的常见问题解答.....	144
Q 怎么拍出没有畸变与透视感的照片?	144
Q 使用脚架进行拍摄时是否需要关闭镜头的VR功能?	144
Q 如何准确理解焦距?	145
Q 什么是微距镜头?	145
Q 什么是对焦距离?	146
Q 什么是最近对焦距离?	146
Q 什么是镜头的最大放大倍率?	146
Q 镜头光圈的大小与取景器有什么关系?	147
Q 什么是“全时手动对焦”?	147
Q 变焦镜头中最大光圈不变的镜头是否性能更加优异?	147
Q 什么情况下应使用广角镜头拍摄?	147
Q 使用广角镜头的缺点是什么?	147

Chapter 08

用附件为照片增色的技巧

存储卡：容量及读写速度同样重要.....	149
UV镜：保护镜头的选择之一.....	149
Q 什么是SDHC型存储卡?	149
Q 什么是SDXC型存储卡?	149
Q 存储卡上的I与U标识是什么意思?	149
偏振镜：消除或减少物体表面的反光.....	150
什么是偏振镜.....	150

用偏振镜压暗蓝天.....	150
用偏振镜提高色彩饱和度.....	150
用偏振镜抑制非金属表面的反光.....	150
中灰镜：减少镜头的进光量.....	151
什么是中灰镜.....	151
中灰镜的规格.....	151
中灰镜在低速摄影中的应用.....	151
中灰镜在人像摄影中的应用.....	151
使用中灰渐变镜降低明暗反差.....	152
中灰渐变镜：平衡画面曝光.....	152
什么是中灰渐变镜.....	152
不同形状中灰渐变镜的特点.....	152
在阴天使用中灰渐变镜改善天空影调.....	152
快门线：避免直接按下快门产生震动.....	153
遥控器：遥控对焦及拍摄.....	153
脚架：保持相机稳定的基本装备.....	154
脚架的分类.....	154
云台的分类.....	154
Q 在使用三脚架的情况下怎样做到快速对焦?	154
外置闪光灯：对画面补光.....	155
认识闪光灯从基本结构开始.....	155
使用尼康公司的外置闪光灯.....	156
外置闪光灯使用高级技法.....	157
利用离机闪光灵活控制光位.....	157
用跳闪方式进行补光拍摄.....	157
消除广角拍摄时产生的阴影.....	158
柔光罩：让光线变得柔和.....	158

Chapter 09

Nikon D7500 人像摄影技巧

正确测光拍出人物细腻皮肤.....	160
用大光圈拍出漂亮虚化背景的人像.....	160
用广角镜头拍摄视觉效果强烈的人像.....	161
三分法构图拍摄完美人像.....	162
S形构图表现女性的身体曲线	163
用侧逆光拍出唯美人像.....	163
逆光塑造剪影效果.....	164
中间调记录真实自然的人像.....	164
高调风格适合表现艺术化人像.....	165
低调风格适合表现个性化人像.....	166
暖色调适合表现人物温暖、热情、喜庆的情感.....	167
冷色调适合表现清爽人像.....	167

为人物补充眼神光.....	168
利用反光板制造眼神光.....	168
利用窗户光制造眼神光.....	169
利用闪光灯制造眼神光.....	169
儿童摄影贵在真实.....	170
禁用闪光灯以保护儿童的眼睛.....	171
用玩具吸引儿童的注意力.....	171
利用特写记录儿童丰富的面部表情.....	172
增加曝光补偿表现娇嫩肌肤.....	172

Chapter 10

Nikon D7500 风光摄影技巧

拍摄山峦的技巧.....	174
用云雾表现山的灵秀飘逸.....	174
用前景衬托山峦表现季节之美.....	175
用光线塑造山峦的雄奇伟峻.....	175
拍摄树木的技巧.....	176
以逆光表现枝干的线条.....	176
仰视拍摄表现树木的挺拔与树叶的通透美感.....	176
拍摄树叶展现季节之美.....	177
捕捉林间光线使画面更具神圣感.....	177
拍摄溪流与瀑布的技巧.....	178
用不同快门速度表现不同感觉的溪流与瀑布.....	178
通过对比突出瀑布的气势.....	178
拍摄湖泊的技巧.....	179
拍摄倒影使湖泊更显静谧.....	179
选择合适的陪体使湖泊更有活力.....	179
拍摄雾霭景象的技巧.....	180
调整曝光补偿使雾气更洁净.....	180
善用景别使画面更有层次.....	181
拍摄日出、日落的技巧.....	182
选择正确的曝光参数是成功的开始.....	182
利用小光圈拍摄太阳的光芒.....	182
善用RAW格式为后期处理留有余地.....	183
用云彩衬托太阳使画面更辉煌.....	183
用长焦镜头拍摄出大太阳.....	184
用合适的陪体为照片添姿增色.....	184
拍摄冰雪的技巧.....	185
运用曝光补偿准确还原白雪.....	185
用白平衡塑造雪景的个性色调.....	185
选对光线让冰雪晶莹剔透.....	186

雪地、雪山、树挂都是极佳的拍摄对象.....	186
------------------------	-----

Chapter 11

Nikon D7500 昆虫与鸟类摄影技巧

选择合适的角度和方向拍摄昆虫.....	188
将拍摄重点放在昆虫的眼睛上.....	189
选择合适的光线拍摄昆虫.....	189
使用长焦镜头“打鸟”.....	190
捕捉鸟儿最动人的瞬间.....	190
选择合适的背景拍摄鸟儿.....	191
选择最合适的光线拍摄鸟儿.....	192
选择合适的景别拍摄鸟儿.....	193

Chapter 12

Nikon D7500 花卉摄影技巧

用水滴衬托花朵的娇艳.....	195
拍出有意境和神韵的花卉.....	195
仰拍获得高大形象的花卉.....	196
俯拍展现星罗棋布的花卉.....	196
逆光拍出有透明感的花瓣.....	197
选择最能够衬托花卉的背景颜色.....	198
加入昆虫让花朵更富有生机.....	199

Chapter 13

Nikon D7500 建筑摄影技巧

合理安排线条使画面有强烈透视感.....	201
用侧光增强建筑的立体感.....	201
逆光拍摄勾勒建筑优美的轮廓.....	202
利用建筑结构的韵律塑造画面的形式美感.....	202
室内弱光拍摄建筑精致的内景.....	203
通过对比突出建筑的体量感.....	203
拍摄蓝调天空夜景.....	204
利用水面拍出极具对称感的夜景建筑.....	204
长时间曝光拍摄城市动感车流.....	205
拍摄城市夜晚燃放的焰火.....	206

Nikon D7500

数码单反摄影技巧大全

FUN视觉 雷波 编著



化学工业出版社

北京

本书是一本全面解析 Nikon D7500 强大功能、实拍设置技巧及各类拍摄题材实战技法的实用类书籍，将官方手册中没讲清楚的内容以及抽象的功能描述，以实拍测试、精美照片展示、文字详解的形式讲明白、讲清楚。

本书不仅针对 Nikon D7500 相机结构、菜单功能以及光圈、快门速度、白平衡、感光度、曝光补偿、测光模式、对焦模式、拍摄模式等设置技巧进行了详细的讲解，更有详细的菜单操作图示，即使是没有任何摄影基础的初学者也能够根据这样的图示，玩转相机的菜单及功能设置。

在镜头与附件方面，本书针对数款适合该相机配套使用的高素质镜头进行了详细点评，同时对常用附件的功能、使用技巧进行了深入的解析，以便各位读者有选择地购买相关镜头、附件，与 Nikon D7500 配合使用拍摄出更漂亮的照片。

在实战技术方面，本书以大量精美的实拍照片，深入剖析了使用 Nikon D7500 拍摄人像、风光、昆虫、鸟类、花卉、建筑等常见题材的技巧，以便读者快速提高摄影技能，达到较高的境界。

全书语言简洁，图示丰富、精美，即使是接触摄影时间不长的新手，也能够通过阅读本书在较短的时间内精通 Nikon D7500 相机的使用并提高摄影技能，从而拍摄出令人满意的摄影作品。

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D7500 数码单反摄影技巧大全/FUN 视觉，雷波编著.
北京：化学工业出版社，2017.9
ISBN 978-7-122-30553-4

I. ①N… II. ①F… ②雷… III. ①数字照相机-单镜头反光照
相机-摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2017）第 218599 号

责任编辑：孙 炜 王思慧

装帧设计：王晓宇

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：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

787mm×1092mm 1/16 印张 13 字数 325 千字 2017 年 10 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：79.80 元

版权所有 违者必究

前言

Nikon D7500 是尼康最新发布的中端数码单反相机,是 Nikon D7200 的升级产品。该相机的有效像素为 2088 万,虽然仍是 DX 画幅的相机,但采用了与尼康 DX 旗舰机 Nikon D500 相同的图像传感器,并且基础感光度范围达到了 ISO100~ISO51200,因此在照片的处理速度与质量方面得到了大幅度提升。此外, Nikon D7500 的连拍速度可以达到 8 帧/秒,能够轻松应对体育、动物、飞鸟等拍摄题材;而 4K 视频录制、触摸屏操作、Wi-Fi 及蓝牙无线传输等功能的加入,使得 Nikon D7500 相机具有更高、更实用的可操作性。

在相机功能及拍摄参数设置方面,本书不仅针对 Nikon D7500 相机的结构、菜单功能,以及光圈、快门速度、白平衡、感光度、曝光补偿、测光、对焦、拍摄模式等设置技巧进行了详细的讲解,更有详细的菜单操作图示,即使是没有任何摄影基础的初学者,也能够根据这样的图示,玩转相机的菜单及功能设置。

在镜头与附件方面,本书针对数款适合该相机配套使用的高素质镜头进行了详细点评,同时对常用附件的功能、使用技巧进行了深入的解析,以便各位读者有选择地购买相关镜头、附件,与 Nikon D7500 配合使用拍摄出更漂亮的照片。

在实战技术方面,本书通过大量精美的实拍照片,深入剖析了使用 Nikon D7500 拍摄人像、风光、动物、花卉、建筑等常见题材的技巧,以便读者快速提高摄影技能,达到较高的境界。

经验与解决方案是本书的亮点之一,本书精选了数位资深玩家总结出来的关于 Nikon D7500 的使用经验及技巧,这些来自一线摄影师的经验和技巧,一定能够帮

助各位读者少走弯路,让你感觉身边时刻有“高手点拨”。本书还汇总了摄影爱好者初上手使用 Nikon D7500 时可能会遇到的一些问题、问题出现的原因及解决方法,相信能够解决许多爱好者遇到这些问题求助无门的苦恼。

此外,本书还附赠以下 3 本电子书,同样可以通过扫码下载阅读学习,这无疑极大地提升了本书的性价比:

- 38 页《尼康流行镜头全解》电子书。
- 353 页《数码单反摄影常见问答 150 例》电子书。
- 100 页《时尚人像摄影摆姿宝典》电子书。

为了方便及时地与笔者交流与沟通,欢迎读者朋友加入光线摄影交流 QQ 群(群 ID: 327220740)。关注我们的微博 <http://weibo.com/leibobook> 或微信公众号 FUNPHOTO,每日接收全新、实用的摄影技巧。也可以拨打我们的 400 电话 4008367388,与我们沟通交流。

本书是集体劳动的结晶,参与本书编著的还包括雷广田、苏鑫、徐涛、雷剑、范玉婵、刘志伟、王芬、苑丽丽、邓冰峰、赵程程、王磊、范德松、周会琼、范玉祥、庞小莲、庞元庭、范德芳、任洪伍、王德玲、王越鸣、范德润、王继荣、庞玮、张婷、王秀兰、范珊珊、李长松、杜青山、杜季等。

编者
2017 年 7 月



尼康镜头



常见问答



摆姿宝典



微信公众号

Chapter 01

掌握 Nikon D7500 从机身开始

Nikon D7500 相机正面结构.....	10
Nikon D7500 相机侧面结构.....	11
Nikon D7500 相机背面结构.....	12
Nikon D7500 相机顶部结构.....	14
Nikon D7500 相机光学取景器.....	15
Nikon D7500 相机控制面板.....	16
Nikon D7500 相机显示屏.....	16

Chapter 02

初上手一定要学会的菜单设置

菜单的使用方法.....	18
在控制面板中设置常用拍摄参数.....	19
在显示屏中设置常用参数.....	19
设置相机显示参数.....	20
把相机设定为中文显示.....	20
利用显示屏关闭延迟提高相机的续航能力.....	20
利用取景器网格轻松构图.....	21
利用LCD照明在弱光下看清曝光参数.....	21
设置相机控制参数.....	22
自定义控制功能.....	22
指定OK按钮功能.....	24
自定义指令拨盘.....	25
设置按钮与拨盘的配合使用方式.....	27
反转指示器.....	27
设置拍摄控制参数.....	28
空插槽时快门释放锁定.....	28
保存/载入用户设置.....	28
设置影像存储参数.....	29
设置存储文件夹.....	29
设置自动旋转图像方便浏览.....	29
设置图像区域.....	30
Q 在实际拍摄时，选择1.3X选项的具体好处是什么？.....	30
根据用途及后期处理要求设置图像品质.....	31
根据用途及存储空间设置图像尺寸.....	32
Q 什么是RAW格式文件？.....	32
Q 使用RAW格式拍摄的优点有哪些？.....	32
Q 对于数码单反相机而言，是不是像素量越高	

画质越好？.....	32
设置RAW文件格式.....	33
设置优化校准参数拍摄个性照片.....	34
设定优化校准.....	34
利用优化校准直接拍出单色照片.....	37
随拍随赏——拍摄后查看照片.....	38
回放照片基本操作.....	38
Q 出现“无法回放图像”提示怎么办？.....	38
图像查看.....	39
设置照片显示模式.....	39
播放文件夹.....	40
旋转画面至竖直方向.....	40

Chapter 03

必须掌握的基本曝光与对焦设置

设置光圈控制曝光与景深.....	42
光圈的结构.....	42
光圈值的表现形式.....	43
光圈对成像质量的影响.....	43
Q 什么是衍射效应？.....	43
光圈对曝光的影响.....	44
理解景深.....	45
Q 景深与对焦点的位置有什么关系？.....	45
Q 什么是焦平面？.....	45
光圈对景深的影响.....	46
焦距对景深的影响.....	46
拍摄距离对景深的影响.....	47
背景与被摄对象的距离对景深的影响.....	47
设置快门速度控制曝光时间.....	48
快门与快门速度的含义.....	48
快门速度的表示方法.....	48
快门速度对曝光的影响.....	48
影响快门速度的三大要素.....	49
快门速度对画面效果的影响.....	49
依据被摄对象的运动情况设置快门速度.....	50
常见拍摄对象的快门速度参考值.....	51
安全快门速度.....	52
防抖技术对快门速度的影响.....	53
防抖技术的应用.....	53
Q VR功能是否能够代替较高的快门速度？.....	53
长时间曝光降噪.....	54
设置白平衡控制画面色彩.....	55
理解白平衡存在的重要性.....	55
预设白平衡.....	55

什么是色温.....	56
选择色温.....	57
自定义白平衡.....	58
设置感光度控制照片品质.....	60
理解感光度.....	60
ISO感光度设定.....	60
ISO数值与画质的关系.....	62
感光度对曝光结果的影响.....	63
感光度的设置原则.....	63
消除高ISO产生的噪点.....	64
Q 为什么全画幅相机能更好地控制噪点?	64
影响曝光的4个因素之间的关系.....	65
设置自动对焦模式以准确对焦.....	66
单次伺服自动对焦模式 (AF-S)	66
Q AF (自动对焦) 不工作怎么办?	66
连续伺服自动对焦模式 (AF-C)	67
自动伺服自动对焦模式 (AF-A)	67
Q 如何拍摄自动对焦困难的主体?	67
灵活设置自动对焦辅助功能.....	68
AF-C模式下优先释放快门或对焦.....	68
AF-S模式下优先释放快门或对焦.....	68
利用蜂鸣音提示对焦成功.....	69
利用内置AF 辅助照明器提供简单照明	70
Q 为什么在弱光下拍摄时, 内置AF辅助照明器没有发出光线?	70
自动对焦区域模式.....	71
单点AF	71
动态区域AF	71
3D跟踪AF.....	71
Q 使用动态区域AF模式进行拍摄时, 取景器中的对焦点状态与使用单点区域AF模式相同, 两者的区别是什么?	72
Q 为什么有时使用3D跟踪自动对焦区域模式在改变构图时, 无法保持拍摄对象的清晰对焦?	72
群组区域AF	72
自动区域AF	72
调整对焦点应对不同拍摄题材.....	73
对焦点数量.....	73
对焦点循环方式.....	74
手选对焦点.....	74
Q 图像模糊、不聚焦或锐度较低应如何处理? ..	74
利用手动对焦模式精确对焦.....	75
Q 哪些情况下需要使用手动对焦?	75
根据拍摄任务设置快门释放模式.....	76
选择快门释放模式.....	76
设置低速连拍.....	77

设置最多连拍张数.....	77
Q 如何知道连拍操作时内存缓冲区 (缓存) 最多能够存储多少张照片?	77
设置自拍选项.....	78
设置测光模式以获得准确曝光.....	79
3D 彩色矩阵测光 III 	79
中央重点测光模式 	80
点测光模式 	80
亮部重点测光模式  *	81
改变中央重点测光区域大小.....	81
使用矩阵测光时侦测脸部.....	82
微调优化曝光.....	82

Chapter 04

活用曝光模式拍出好照片

全自动模式.....	84
全自动模式 	84
全自动 (禁止使用闪光灯) 模式 	84
常用场景模式.....	85
人像模式 	85
风景模式 	85
儿童照模式 	86
运动模式 	86
近摄模式 	86
夜间人像模式 	87
宴会/室内模式 	87
日落模式 	87
夜景模式 	87
海滩/雪景模式 	87
黄昏/黎明模式 	87
宠物像模式 	88
烛光模式 	88
食物模式 	88
花模式 	88
秋色模式 	88
特殊效果模式.....	89
夜视 	89
特别鲜艳效果 VI	89
流行效果 POP	89
照片说明效果 	89
玩具照相机效果 	90
可选颜色 	90
高色调 	90
模型效果 	90

剪影 	90
低色调 	90
高级曝光模式	91
程序自动曝光模式 (P)	91
 什么是等效曝光?	91
快门优先曝光模式 (S)	92
光圈优先曝光模式 (A)	93
全手动曝光模式 (M)	94
B门模式	96
U模式	97

Chapter 05

拍出佳片必须掌握的高级技巧

通过直方图判断曝光是否准确	99
直方图的作用	99
利用柱状图分区判断曝光情况	100
在相机中查看直方图	101
设置曝光补偿让曝光更准确	103
曝光补偿的含义	103
曝光补偿的调整原则	104
正确理解曝光补偿	105
 为什么有时即使不断增加曝光补偿, 所拍摄出来的画面仍然没有变化?	105
利用包围曝光提高拍摄成功率	106
设置包围曝光	106
多拍优选获得最理想的曝光结果	106
使用CameraRaw合成HDR照片	107
自动包围设定	108
设置包围曝光顺序	108
利用曝光锁定功能锁定曝光值	109
利用多重曝光合成蒙太奇效果照片	110
利用动态D-Lighting使画面细节更丰富	112
内置闪光灯闪光模式	113
自动闪光模式  AUTO	113
补充闪光模式 	113
防红眼闪光模式  	113
关闭闪光模式 	113
慢同步闪光模式  SLOW	114
后帘同步闪光模式  REAR	114
闪光同步速度	115
闪光快门速度	115
使用Nikon D7500直接拍摄出精美的HDR照片	116
 什么是HDR照片?	116

在智能手机上安装SnapBridge	117
连接SnapBridge软件前的相关菜单设置	117
Wi-Fi	117
发送至智能设备(自动)	117
连接至智能设备	118
Bluetooth	119
SnapBridge软件的相关设置	120
自动下载的设置	120
遥控拍摄前的设置	120
从相机中下载照片的操作步骤	121
用智能手机进行遥控拍摄的操作步骤	122

Chapter 06

不可忽视的即时取景与视频拍摄功能

光学取景器拍摄与即时取景显示拍摄原理	124
光学取景拍摄原理	124
即时取景显示拍摄原理	124
即时取景显示拍摄的特点	125
能够使用更大的屏幕进行观察	125
易于精确合焦以保证照片更清晰	125
具有实时面部优先拍摄的功能	125
能够对拍摄的图像进行曝光模拟	125
即时取景显示拍摄相关参数查看与设置	126
信息设置	126
自动对焦模式	127
AF区域模式	127
调整显示屏亮度	127
即时取景显示模式典型应用案例	128
微距摄影	128
商品摄影	128
人像摄影	129
视频格式	130
拍摄动画的基本流程	130
设置拍摄短片相关参数	131
画面尺寸/帧频	131
动画品质	131

Chapter 07

Nikon D7500 相机适用镜头推荐

AF镜头名称解读	133
----------	-----

镜头焦距与视角的关系.....	134
Q 什么是等效焦距?	134
定焦与变焦镜头.....	135
标准镜头推荐.....	136
AF-S 尼克尔 50mm F1.4 G	136
AF-S 尼克尔 24-70mm F2.8 G ED	137
中焦镜头推荐.....	138
AF 尼克尔85mm F1.4 D IF & AF-S	
尼克尔85mm F1.4 G	138
AF-S 尼克尔 VR 70-300mm F4.5-5.6 G IF-ED	139
广角镜头推荐.....	140
AF-S 尼克尔14-24mm F2.8 G ED.....	140
AF 尼克尔18-35mm F3.5-4.5 D IF-ED	141
微距镜头推荐.....	142
AF-S VR MICRO 105mm F2.8 G IF-ED.....	142
高倍率变焦镜头推荐.....	143
AF-S 尼克尔 28-300mm F3.5-5.6 G ED VR	143
选购镜头时的合理搭配.....	144
与镜头相关的常见问题解答.....	144
Q 怎么拍出没有畸变与透视感的照片?	144
Q 使用脚架进行拍摄时是否需要关闭镜头的VR功能?	144
Q 如何准确理解焦距?	145
Q 什么是微距镜头?	145
Q 什么是对焦距离?	146
Q 什么是最近对焦距离?	146
Q 什么是镜头的最大放大倍率?	146
Q 镜头光圈的大小与取景器有什么关系?	147
Q 什么是“全时手动对焦”?	147
Q 变焦镜头中最大光圈不变的镜头是否性能更加优异?	147
Q 什么情况下应使用广角镜头拍摄?	147
Q 使用广角镜头的缺点是什么?	147

Chapter 08

用附件为照片增色的技巧

存储卡：容量及读写速度同样重要.....	149
UV镜：保护镜头的选择之一.....	149
Q 什么是SDHC型存储卡?	149
Q 什么是SDXC型存储卡?	149
Q 存储卡上的I与U标识是什么意思?	149
偏振镜：消除或减少物体表面的反光.....	150
什么是偏振镜.....	150

用偏振镜压暗蓝天.....	150
用偏振镜提高色彩饱和度.....	150
用偏振镜抑制非金属表面的反光.....	150
中灰镜：减少镜头的进光量.....	151
什么是中灰镜.....	151
中灰镜的规格.....	151
中灰镜在低速摄影中的应用.....	151
中灰镜在人像摄影中的应用.....	151
使用中灰渐变镜降低明暗反差.....	152
中灰渐变镜：平衡画面曝光.....	152
什么是中灰渐变镜.....	152
不同形状中灰渐变镜的特点.....	152
在阴天使用中灰渐变镜改善天空影调.....	152
快门线：避免直接按下快门产生震动.....	153
遥控器：遥控对焦及拍摄.....	153
脚架：保持相机稳定的基本装备.....	154
脚架的分类.....	154
云台的分类.....	154
Q 在使用三脚架的情况下怎样做到快速对焦?	154
外置闪光灯：对画面补光.....	155
认识闪光灯从基本结构开始.....	155
使用尼康公司的外置闪光灯.....	156
外置闪光灯使用高级技法.....	157
利用离机闪光灵活控制光位.....	157
用跳闪方式进行补光拍摄.....	157
消除广角拍摄时产生的阴影.....	158
柔光罩：让光线变得柔和.....	158

Chapter 09

Nikon D7500 人像摄影技巧

正确测光拍出人物细腻皮肤.....	160
用大光圈拍出漂亮虚化背景的人像.....	160
用广角镜头拍摄视觉效果强烈的人像.....	161
三分法构图拍摄完美人像.....	162
S形构图表现女性的身体曲线	163
用侧逆光拍出唯美人像.....	163
逆光塑造剪影效果.....	164
中间调记录真实自然的人像.....	164
高调风格适合表现艺术化人像.....	165
低调风格适合表现个性化人像.....	166
暖色调适合表现人物温暖、热情、喜庆的情感.....	167
冷色调适合表现清爽人像.....	167

为人物补充眼神光.....	168
利用反光板制造眼神光.....	168
利用窗户光制造眼神光.....	169
利用闪光灯制造眼神光.....	169
儿童摄影贵在真实.....	170
禁用闪光灯以保护儿童的眼睛.....	171
用玩具吸引儿童的注意力.....	171
利用特写记录儿童丰富的面部表情.....	172
增加曝光补偿表现娇嫩肌肤.....	172

Chapter 10

Nikon D7500 风光摄影技巧

拍摄山峦的技巧.....	174
用云雾表现山的灵秀飘逸.....	174
用前景衬托山峦表现季节之美.....	175
用光线塑造山峦的雄奇伟峻.....	175
拍摄树木的技巧.....	176
以逆光表现枝干的线条.....	176
仰视拍摄表现树木的挺拔与树叶的通透美感.....	176
拍摄树叶展现季节之美.....	177
捕捉林间光线使画面更具神圣感.....	177
拍摄溪流与瀑布的技巧.....	178
用不同快门速度表现不同感觉的溪流与瀑布.....	178
通过对比突出瀑布的气势.....	178
拍摄湖泊的技巧.....	179
拍摄倒影使湖泊更显静谧.....	179
选择合适的陪体使湖泊更有活力.....	179
拍摄雾霭景象的技巧.....	180
调整曝光补偿使雾气更洁净.....	180
善用景别使画面更有层次.....	181
拍摄日出、日落的技巧.....	182
选择正确的曝光参数是成功的开始.....	182
利用小光圈拍摄太阳的光芒.....	182
善用RAW格式为后期处理留有余地.....	183
用云彩衬托太阳使画面更辉煌.....	183
用长焦镜头拍摄出大太阳.....	184
用合适的陪体为照片添姿增色.....	184
拍摄冰雪的技巧.....	185
运用曝光补偿准确还原白雪.....	185
用白平衡塑造雪景的个性色调.....	185
选对光线让冰雪晶莹剔透.....	186

雪地、雪山、树挂都是极佳的拍摄对象.....	186
------------------------	-----

Chapter 11

Nikon D7500 昆虫与鸟类摄影技巧

选择合适的角度和方向拍摄昆虫.....	188
将拍摄重点放在昆虫的眼睛上.....	189
选择合适的光线拍摄昆虫.....	189
使用长焦镜头“打鸟”.....	190
捕捉鸟儿最动人的瞬间.....	190
选择合适的背景拍摄鸟儿.....	191
选择最合适的光线拍摄鸟儿.....	192
选择合适的景别拍摄鸟儿.....	193

Chapter 12

Nikon D7500 花卉摄影技巧

用水滴衬托花朵的娇艳.....	195
拍出有意境和神韵的花卉.....	195
仰拍获得高大形象的花卉.....	196
俯拍展现星罗棋布的花卉.....	196
逆光拍出有透明感的花瓣.....	197
选择最能够衬托花卉的背景颜色.....	198
加入昆虫让花朵更富有生机.....	199

Chapter 13

Nikon D7500 建筑摄影技巧

合理安排线条使画面有强烈透视感.....	201
用侧光增强建筑的立体感.....	201
逆光拍摄勾勒建筑优美的轮廓.....	202
利用建筑结构的韵律塑造画面的形式美感.....	202
室内弱光拍摄建筑精致的内景.....	203
通过对比突出建筑的体量感.....	203
拍摄蓝调天空夜景.....	204
利用水面拍出极具对称感的夜景建筑.....	204
长时间曝光拍摄城市动感车流.....	205
拍摄城市夜晚燃放的焰火.....	206



01

Chapter

掌握Nikon D7500

从机身开始