

清华大学“十二五”艺术与设计的专业规划教材

DIGITAL  
PORTRAIT PHOTOGRAPHY

数码摄影教程  
——人像摄影

高平 编著



清华大学出版社  
<http://www.tup.tsinghua.edu.cn>



北京交通大学出版社  
<http://press.bjtu.edu.cn>

## 内 容 简 介

人像摄影深受摄影爱好者的青睐，因为人像摄影创作不仅再现人物的轮廓，还适合表现人物的内心世界。创作优秀的人像摄影作品，不仅与光线、构图有关，更离不开摄影师与模特默契的合作。本书针对初学者在人像摄影过程中常见的重点、难点进行讲解，分别讲述了人像摄影器材、人像摄影构图、人像摄影用光、人像写真拍摄、夜景人像拍摄、影棚人像拍摄、时尚人像摄影、人像摄影后期处理、网上商品拍摄。本书结构清晰、通俗易懂，还配以不同风格的摄影作品，帮助读者更好地阅读。希望能够对读者有所启发。

本书可以作为高等院校、高职高专相关专业摄影课程的教材，也适合爱好摄影特别是人像摄影的初学者作为参考书，同时还适合网店店主作为拍摄网上商品的指导教材。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13501256678  
13801310933

### 图书在版编目(CIP)数据

数码摄影教程：人像摄影/高平编著. —北京：清华大学出版社；北京交通大学出版社，2011.11  
(普通高等院校“十二五”艺术与设计专业规划教材)  
ISBN 978-7-5121-0773-1

I. ①数… II. ①高… III. ①数字照相机—人像摄影—摄影技术—高等学校—教材 IV. ①TB86 ②J41

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第212061号

责任编辑：韩素华

出版发行：清华大学出版社 邮编：100084 电话：010-62776969

北京交通大学出版社 邮编：100044 电话：010-51686414

印刷者：北京蓝图印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：235×210 印张：8 字数：175千字

版 次：2011年11月第1版 2011年11月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5121-0773-1/TB·28

印 数：1~4 000册 定价：42.00元

本书如有质量问题，请向北京交通大学出版社质检组反映。对您的意见和批评，我们表示欢迎和感谢。投诉电话：010-51686043, 51686008；传真：010-62225406；E-mail: press@bjtu.edu.cn。





DIGITAL  
PORTRAIT PHOTOGRAPHY

数码摄影教程——人像摄影

高平 编著

清华大学出版社  
北京交通大学出版社  
·北京·

## 前 言

摄影的魅力在于它具有很强的亲和力，所有生动的人物、迷人的风景及所有美妙的瞬间，都通过镜头记录下来，定格成一个个精彩的画面。摄影无处不在地体现着记录功能，已经深入人们的日常生活。只需轻轻按下快门，便可记录异彩纷呈的生活画面、创作出风格多变的摄影作品。提到数码摄影，根据专业调查机构公布的统计数字表明，数码相机普及率已达到前所未有的高度，大多数家庭都配备了一台甚至多台数码相机。根据笔者近几年来摄影实践，发现数码相机在年轻人中的普及率尤其高。数码摄影课程也在各类院校中开始普及，特别是在数码相机渐渐取代传统的胶片相机后，学习基本的摄影理论和积累常规的拍摄经验尤为重要。

本书以人像摄影为主，共分为9章。第1章为人像摄影器材，主要介绍人像摄影常用的器材、数码相机操作技巧、常见术语；第2章为人像摄影构图，主要介绍构图的概念、人像摄影常见的构图方式、模特姿势与构图等；第3章为人像摄影用光，讲解什么是光线、光线的属性、如何补光等内容；第4章为人像写真拍摄，通过主题与流程、服装与道具的介绍、拍摄现场来详细讲解人像写真拍摄；第5章为夜景人像拍摄，介绍了夜景人像拍摄的前期准备工作、拍摄的技巧等；第6章为影棚人像拍摄，为读者讲解影棚的构成、灯光设备、影棚布光等；第7章为时尚人像摄影，以时尚情侣主题及香车美女主题为例进行讲解；第8章为人像后期修饰，介绍了数码照片的格式与标准、常用后期软件及相关实例应用；第9章为网上商品拍摄，针对电子商务的发展及摄影的实用性分别讲解了网上商品的特点。

本书针对摄影师学习人像摄影的要求，采用以图说话的方式进行讲解。全书语言通俗易懂、结构清晰；以理论够用、实践为主的形式进行讲解。所有案例照片均列出所用机型、快门速度与光圈大小，为读者提供一个参考依据。

本书适合大中专院校作为摄影课程的教材，同时也适合爱好摄影特别是人像摄影的发烧友作为参考书，还适合淘宝店主作为拍摄网上商品的指导教材。

本书由高平编著，在编写的过程中参考了大量国内外同类书籍及互联网相关专业网站，在此对原作者表示诚挚的感谢！同时感谢摄影师温学伟、徐健文、陈威威为本书提供了大量的优秀作品；感谢出镜的模特们；感谢广州康大职业技术学院10动美班全体同学；感谢鼓励及支持本人写作的亲朋好友：李月兴、李治东、梁德强、温学伟、袁健飞、郭坤渊、苏凯发、张帆、倪佳标、蔡金丹等；感谢鼓励和支持本人的高国华、刘崇英。总之，感谢所有支持和鼓励本人的所有亲朋好友！感谢您选择了本书，希望本书能够为广大摄影爱好者提供帮助。由于时间仓促及作者水平所限，疏漏之处在所难免，敬请读者朋友批评指正，编者的电子邮箱：[highpingtwo@163.com](mailto:highpingtwo@163.com)。

编者  
2011年9月

## 第1章 人像摄影器材

1.1 人像摄影常用器材 .....	1
1.1.1 关于相机 .....	1
1.1.2 数码摄影的发展 .....	2
1.1.3 数码相机的分类 .....	3
1.1.4 镜头 .....	4
1.1.5 三脚架 .....	7
1.1.6 照明器材 .....	8
1.2 数码相机操作技巧 .....	10
1.2.1 全自动操作模式 .....	10
1.2.2 半自动操作模式 .....	11
1.2.3 全手动操作方式 .....	12
1.2.4 摄影稳定技巧 .....	12
1.2.5 完美搭配快门与光圈 .....	13
1.3 数码人像摄影常见术语 .....	17
1.3.1 什么是分辨率 .....	17
1.3.2 什么是像素 .....	17
1.3.3 什么是CCD .....	17
1.3.4 什么是CMOS .....	17
1.3.5 什么是画幅 .....	18
1.3.6 什么是非全幅-APS .....	18
1.3.7 什么是全画幅 .....	18
1.3.8 什么是LCD显示屏 .....	19
1.3.9 什么是ISO感光值 .....	19
1.3.10 插值 .....	20
1.3.11 光学变焦 .....	20
1.3.12 数字变焦 .....	20
1.3.13 多重测光模式 .....	20
1.3.14 防红眼功能 .....	21
1.3.15 防手震功能 .....	21
1.3.16 什么是色温 .....	22

## 第2章 人像摄影构图

2.1 什么是构图 .....	23
2.1.1 构图的概念 .....	23

2.1.2 人像构图的特点 .....	24
2.1.3 横拍与竖拍 .....	25
2.1.4 构图原则 .....	26
2.2 人像摄影常见构图 .....	29
2.2.1 黄金分割法 .....	29
2.2.2 “S”形构图 .....	30
2.2.3 “井”字形构图 .....	30
2.2.4 消失点构图 .....	30
2.2.5 矩形构图 .....	31
2.2.6 “L”形构图 .....	31
2.2.7 对角线构图 .....	32
2.2.8 三角形构图 .....	32
2.2.9 对称式构图 .....	33
2.2.10 突破传统构图 .....	33
2.3 模特与构图 .....	34
2.3.1 如何摆姿势 .....	34
2.3.2 姿势要点 .....	36
2.4 人像摄影对比 .....	38
2.4.1 色彩对比 .....	38
2.4.2 静与动 .....	39
2.4.3 明与暗 .....	39
2.4.4 其他对比 .....	40
2.5 景别类型 .....	40
2.5.1 人像特写 .....	40
2.5.2 半身人像 .....	41
2.5.3 全身照 .....	42

## 第3章 人像摄影用光

3.1 认识光线 .....	43
3.1.1 什么是光源 .....	43
3.1.2 如何寻找合适的光线 .....	43
3.1.3 光线的类型 .....	44
3.2 光线的属性 .....	44
3.2.1 气候和季节属性 .....	44
3.2.2 格调属性 .....	45

# 目 录

3.3 光线方向 .....	45
3.3.1 顺光 .....	45
3.3.2 逆光 .....	46
3.3.3 顶光 .....	46
3.3.4 侧光 .....	47
3.3.5 人像摄影创意用光 .....	47
3.4 自然光 .....	48
3.4.1 一天中的光线 .....	48
3.4.2 晴天人像拍摄 .....	49
3.4.3 阴天人像拍摄 .....	50
3.5 如何补光 .....	51
3.5.1 利用反光板进行补光 .....	51
3.5.2 利用闪光灯补光 .....	52
3.6 光与色 .....	53
3.6.1 三原色 .....	53
3.6.2 色温与人像摄影 .....	54
3.6.3 色调与人像摄影 .....	55

## 第4章 人像写真拍摄

4.1 主题与流程 .....	57
4.1.1 拍摄计划制定 .....	57
4.1.2 主题规划 .....	57
4.1.3 如何与模特沟通 .....	60
4.2 服装与道具 .....	66
4.2.1 服装 .....	66
4.2.2 道具的作用 .....	68
4.2.3 选择道具的基本原则 .....	69
4.3 拍摄现场 .....	69
4.3.1 校园 .....	69
4.3.2 图书馆之恋 .....	70

## 第5章 夜景人像拍摄

5.1 关于夜景人像 .....	73
5.2 夜景人像创作前期准备 .....	73
5.2.1 选择合适创作场地 .....	73
5.2.2 准备合适器材 .....	74

5.3 夜景人像拍摄技巧 .....	75
5.3.1 器材使用技巧 .....	75
5.3.2 关于服饰的选择 .....	77

## 第6章 影棚人像拍摄

6.1 认识摄影棚 .....	79
6.1.1 什么是摄影棚 .....	79
6.1.2 影棚工作规范 .....	79
6.2 影棚器材 .....	80
6.2.1 频闪灯光 .....	80
6.2.2 轨道 .....	80
6.2.3 聚光灯 .....	81
6.2.4 柔光灯 .....	81
6.2.5 反光伞 .....	81
6.2.6 背景 .....	82
6.2.7 其他器材 .....	82
6.3 关于影棚光 .....	83
6.3.1 关于光型 .....	83
6.3.2 关于光位 .....	83
6.4 人像布光现场 .....	84
6.4.1 三灯布光 .....	84
6.4.2 三灯人像摄影布光的注意事项 .....	87
6.5 影棚人像摄影作品评析 .....	87
6.5.1 表现模特个性作品 .....	87
6.5.2 影棚人像组合评析 .....	88

## 第7章 时尚人像摄影

7.1 时尚主题摄影通用法则 .....	89
7.1.1 摄影基础的掌握 .....	89
7.1.2 拍摄前做计划 .....	89
7.1.3 合作产生最好的结果 .....	90
7.2 时尚情侣主题 .....	90
7.2.1 场景的选择 .....	90
7.2.2 人物姿势的选择 .....	92
7.3 香车美女时尚拍摄 .....	94
7.3.1 拍摄前期准备 .....	94

7.3.2 车内空间人像拍摄 .....	95
7.3.3 从车内向车外空间的拍摄 .....	97
7.3.4 车门位置美女拍摄 .....	98
7.4 人像时尚作品《午后阳光》赏析 .....	99

## 第8章 人像摄影后期处理

8.1 格式与标准 .....	101
8.1.1 常见格式 .....	101
8.1.2 照片标准规格 .....	101
8.2 为什么要后期修饰 .....	102
8.2.1 后期修饰的意义 .....	102
8.2.2 后期处理的流程 .....	104
8.3 后期处理软件基础 .....	104
8.3.1 后期处理常用软件 .....	104
8.4 美图秀秀使用技巧 .....	106
8.4.1 安装美图秀秀 .....	106
8.4.2 使用美图秀秀美化照片 .....	106
8.5 光影魔术手 .....	109
8.5.1 认识并使用光影魔术手 .....	109
8.5.2 光影魔术手应用——制作照片日历 .....	111

## 第9章 网上商品拍摄

9.1 网上商品拍摄基础知识 .....	113
9.1.1 网上商品的特点 .....	113
9.1.2 网上商品拍摄注意事项 .....	113
9.2 网上商品拍摄实例 .....	116
9.2.1 鞋类商品拍摄实例 .....	116
9.2.2 服装类商品拍摄实例 .....	117
9.2.3 箱包类商品实例 .....	120
9.2.4 网上商品拍摄共性 .....	121

### 1.1 人像摄影常用器材

准备好摄影器材，是进行摄影创作的关键。正所谓“工欲善其事，必先利其器”。对于人像摄影创作来说，选择一台合适的照相机就显得尤为重要。而针对不同的用户，选择的器材都有所区别，如一般家庭留影可选择小型的相机。一件优秀的人像摄影作品，到底需要什么样的器材？而其中各自又有什么样的作用？

#### 1.1.1 关于相机

相机又叫照相机，是器材中最关键的。而什么样的相机最适合来拍摄人像呢？事实上所有的相机都是可以用来拍摄人像作品的，不管是传统的胶卷相机还是现在的数码相机；不管是专业的单镜头反光照相机还是家用的傻瓜照相机，在人像摄影方面都各具特色。专业的相机可以拍摄高品质的照片，但其操作烦琐、体积大，一般不利于作快速反应的抓拍；而普通家用相机却操作简单、拍摄方便，但其拍摄的效果又不能与专业相机相提并论。同样在价格方面，专业相机较贵，而家用相机却价格低廉。

综上所述，选择相机要根据个人的经济状况及拍摄要求来决定。事实上，只要发挥出各种照相机的优势，在人像摄影方面都可以找到它应有的位置。

#### 关于数码相机

数码相机的主要诱惑力是拍摄结果的即显性，如图 1-1 所示。一旦拍完照片，用户能在显示屏上观看结果。因无需冲洗，故而节约了拍摄成本，而且记忆卡可重复使用。数码照片不仅能在相机、计算机或电视机屏幕上欣赏，还可以在家里用普通的台式打印机打印出来，或用照相纸打印出专业效果的照片。



图1-1

数码相机不用胶片，而用一种叫作 CCD 或 CMOS 的电子光敏器件，可以将聚焦后的影像转换成一种电子信号，即按计算机文件存储所用的二进制信号转换成数码影像。

与胶片相机一样，数码相机在精度上也分不同的档次。一些“对准即拍”的机型只能产生低分辨率的屏幕显示用快照，而一些不断完善的顶级机型具备与专业胶片相机一样的创造性功能，并拍摄高质量的完美照片，如图 1-2 所示。

### 1.1.2 数码摄影的发展

传统的摄影是以卤化银胶片为感光介质，通过使光线与胶片上的卤化银发生化学反应来形成影像。

1969 年，美国贝尔研究所的鲍尔和史密斯宣布发明 CCD 电荷耦合器，但当时的 CCD 只是用于军事领域。1981 年，日本索尼公司发布了世界上第一款磁记录方式的电子静物照相机“MABIKA”，从而产生了一种全新的摄影系统——将光信号转换为电子信号的 CCD 和磁记录方式。虽然这款相机没有最终成为批量生产的商品，但却引起了军方和民用领域的广泛关注，“数码摄影”就这样诞生了。早期数码相机如图 1-3 ~ 图 1-5 所示。



图1-2



图1-3



图1-4



图1-5

经过多年的发展，无论在普通摄影还是专业摄影领域，数码摄影都已经在整个摄影行业占据了一席之地。随着数字技术的不断进步，数码摄影仍在以较大的步伐前进，像素更高、功能更多、操作更加便捷、价格更便宜的摄影器材逐步出现。而数码摄影设备的不断发展和完善，随之也诞生了越来越多的优秀摄影作品。近期数码相机如图 1-6 ~ 图 1-8 所示。



图1-6



图1-7



图1-8

### 1.1.3 数码相机的分类

民用数码相机自20世纪90年代初出现到今天,不过短短二十来年时间,却取得了相当于传统相机150多年间的技术成果,并且在数字的平台上,有机地与多媒体系统融合在一起,其发展势头不可估量。然而有趣的是,数码相机越向高端发展,却越来越向传统相机的方向靠近。

#### 1. 家庭消费类数码相机

这类相机的影像传感器(简称CCD芯片)一般在1000万像素左右,只有单一的功能,拥有固定或10倍左右的光学变焦镜头,就像传统相机里的“傻瓜机”。

这类相机的适用人群是,没有什么摄影知识基础,但又希望在假日、旅游、日常生活中拍照留影的人。由于这类相机所有功能都是固定的,程式化的,不能随意改动,所以这种数码相机不太适用于摄影创作。家庭消费类数码相机最大的特征是:影像传感器像素低、操作简单、价格便宜、体积小,如图1-9所示。

#### 2. 高端消费类数码相机

该类机拥有1000万~2000万像素,有丰富的自动功能、多样的程式、有一定的手动功能,可以借助丰富的配件缩小或增大焦距、感光元件大;配备定焦镜头甚至能像单反一样可换镜头;最大光圈较大(一般能达到 $f2.8$ );有较大的影像存储量,画质优良,有拍摄活动画面功能,拥有大孔径镜头,如图1-10所示。



图1-9



图1-10

### 3. 入门级数码单反相机

该类机体积一般比家用数码相机略大，但在单反家族中却是属于小巧型的。感光元件较大，但不是全幅，通常是4/3或APS-C；带有全手动功能，以光学取景为主，可换镜头；画质很好，现有的新型号已加入了拍摄短片功能，适用摄影爱好者，如图1-11与图1-12所示。



图1-11



图1-12

### 4. 专业数码单反相机

专业数码相机有着与传统单反相机几乎90%相同的特征和功能。CCD达到了全幅尺寸（36mm×24mm）面积，拥有高速快门、密集的机身对焦点等功能，专业数码相机一般都以传统相机的机身作为蓝本，主要功能的设置和操作系统也尽量向传统相机靠拢，这主要是为了方便使用传统相机的摄影师。适用专业人员，摄影爱好者，如图1-13与图1-14所示。



图1-13



图1-14

#### 1.1.4 镜头

除了相机机身，镜头的选择也是非常重要的一个因素。首先镜头必须保证画面的成像品质，其次是要根据不同的景别及对象来决定选用什么焦距的镜头。数码照相机的镜头选择首先要与机身相匹配，虽然有很多镜头是通用的，但是相机本身的CCD或CMOS与计算机的有所区别。所以镜头选择最好与机身品牌相匹配，如尼康机身即选择尼康镜头。

##### 1. 镜头的焦距

焦距是表示镜头规格的一个标识。焦点与镜片中心的距离即焦距，如图1-15所示。

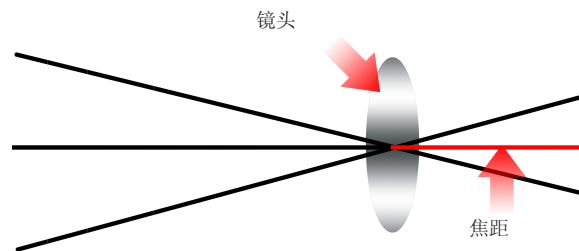


图1-15

## 2. 人像镜头的类型

### 1) 传统人像镜头

传统人像镜头指的是 85 ~ 135 mm 的镜头，这是一种从摄影界前辈积累下来的镜头分类方法，其中的原因是中焦镜头的工作距离和景深范围都适合真实人物及场景，一般不会产生变形，如图 1-16 所示。



图1-16

### 2) 标准镜头

标准变焦镜头是一种使用最普遍的镜头，通常使用恒定的大光圈的标准镜头进行人像拍摄，经常都可以拍到比较理想的效果。摄影师使用长焦来结合大光圈拍摄，可以得到背景虚化突出主题的效果。标准镜头的变焦操作比较简易，方便特写拍摄，成为人像摄影使用普遍的镜头，如图 1-17 所示。



图1-17

50 mm 标准镜头：此镜头的视角及其透视变形效果比较接近肉眼看到的景物，通常拍摄的人像比较真实自然，常见的 F1.4 光圈价格比较容易接受，而背景虚化效果突出，但与中焦镜头及大光圈镜头相比，背景虚化则显出一定的差距，所以标准镜头通常用来拍摄环境人像作品，平实的效果给观众真实、自然的感受，如图 1-18 所示。



图1-18

### 3) 广角镜头

广角镜头具有夸张的视角，比正常效果更加宽阔，具有强烈的变形效果。通常在人像中比较少用，但有时为了得到夸张的视觉效果要运用广角镜头。通常在风光摄影中使用比较普遍。传统观念认为广角镜头并不适合用来拍摄人像，对背景与主体的关系难以处理，人的身体会产生夸张的变形，这是很多摄影师不喜欢的原因之一。但广角镜头运用得当，却可以达到其他镜头无法取得的效果，如图 1-19 所示。

广角镜头的使用具有一定的难度，但是适当地利用它来拍摄趣味性的作品，风格独特，如图 1-20 所示。



图1-20

(机型: NIKON D60; 快门: 1/160 s; 光圈: f/6.3)

### 4) 中焦定焦镜头

大光圈中焦定焦镜头拍摄人像的景深虚化效果是所有镜头中最为出色的，经典的光学结构、大光圈使背景虚化优于长焦镜头。中焦定焦镜头的使用方法与标准镜头使用方法非常类似，但由于它是定焦镜头，所以摄影师与模特之间的距离比较固定。因此使用定焦镜头的摄影师必须不断变换方位来获得完美构图，而不是靠调节焦距来获得合适画面，如图 1-21 所示。



图1-19



图1-21

(机型: NIKON D40; 快门: 1/800 s; 光圈: f/7.1)

### 5) 望远镜头

望远镜头也称为长焦镜头，通常分为中长焦与超长焦。通常 100 mm 左右的焦距称为中望远；200 mm 以上焦距称为超望远镜头。

对于 135 画幅的相机，85 mm 焦距的镜头是人像摄影师最喜欢的，适合室内室外不同的场合进行创作，使用比较顺手；而 50 mm 焦距的镜头则适合人景合一照片或室内人像摄影；超过 135 mm 以上的焦距段不太适合入门级用户使用，除非是个人特殊表现手法的需要。在此笔者建议入门者选用 70 ~ 200 mm 的望远变焦镜头，可谓“进可攻、退可守”的人像镜头。即适合大多数景别的焦距都集中于一身，如图 1-22 所示。



图1-22

#### 1.1.5 三脚架

中小型的照相机在光线比较充足的环境下拍摄，只要把持稳、快门速度够快，通常都不必使用脚架。

针对夜景、微距等题材的拍摄，三脚架可以起到稳定相机、保证画面清晰的作用。在长时间的曝光过程中，手持相机不可避免地产生移动，影响拍摄画面的画质效果。利用三脚架，可以有效避免抖动。

三脚架按照材质可以分为木质、高强塑料材质及合金材质（具有重量轻和坚固的特征）。

目前市场上较为流行的还有使用碳纤维材质制造而成的三脚架，碳纤维材质比铝合金具有更好的韧性，同时重量也更轻，适合经常背着脚架外出拍摄的摄影爱好者，如图 1-23 ~ 图 1-26 所示。



图1-23



图1-24

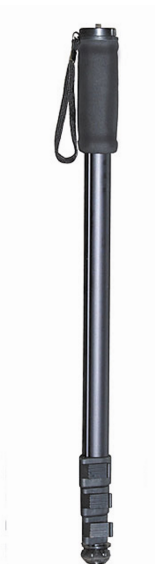


图1-25



图1-26

在选购三脚架时，还应考虑另外两个方面问题。

(1) 三脚架的锁扣方式。常见的有板扣式和螺旋式，图 1-27 所示为板扣式三脚架，图 1-28 所示为螺旋式三脚架。



图1-27



图1-28

(2) 伸缩节数。目前市场上最为常见的三脚架的伸缩节数为三节。节数越少，稳定性越强，但可缩放的最大长度相对缩短。反之，节数越多，则稳定性越差，可缩放的最大长度也越长。在使用时，为了增强其稳定性，应尽量使用上方的脚管，首先拉出第二节，再依次向下拉出，最后使用末端脚管。图 1-29 所示为 5 节三脚架。



图1-29



图1-30

#### 1.1.6 照明器材

如果是作为摄影爱好者，利用业余时间进行人像摄影创作，任何光线及环境都可以满足。在经济条件不允许的情况下，没有必要添置专业的灯光组合，相机本身的闪光灯即可满足补光需要。若想要追求相对专业的效果，自然光不能满足人像拍摄的需要，业余摄影师除了利用闪光灯外，还必须准备好两块以上的反光板，如图 1-30 所示。通常是银面、金面、白面、纱面与黑面都配齐。金面的反光板一般是作为低色温效果来使用；银面是作为远距离补光来使用；白面一般作为近距离补光来使用；纱面反光板一般作为弱补光使用，同时也作为透射加柔来运用；而黑面的一般就是用作挡光或在阴雨天气中作为吸光来使用了。

专业人像摄影则更加专业，如果是采用自然光进行人像摄影创作，要求对光比的控制得当，而补光又是最关键的技巧。如果使用人造光线进行拍摄，就要求对灯具选择合适。如传统的钨丝灯泡是作为连续光源来使用的（在开启的状态下持续发光），其优点是利于把握模特的形体，而其缺点则是不利于捕捉动作与动态。所以钨丝灯光通常用于摆拍，创作一些静态的摄影作品是一个不错的选择。现在很多影棚都装置有频闪灯光，非常有利于捕捉人物的动态表情，但是频闪光并不是持续发光的照明光源，所以在造型方面不如钨丝灯容易把握。

摄影艺术其实就是用光去进行绘画创作，摄影作品的好坏标准之一就是光线造型的艺术性。所以不管是哪类摄影，都离不开光线。专业人像摄影需要一系列的灯光设备，本书将其分为室内灯光设备和户外灯光设备。

### 1. 室内灯光设备

室内灯光主要是摄影棚装置的，一般可以分为两种类型：一是连续发光的钨丝灯组合，而另一类则是带有电子频闪装置的灯箱闪光灯组合。

钨丝灯组合用来拍摄人像具有独到的好处，首先是它的光线比较直观，控制起来需要一定的经验。钨丝灯中又可分为聚光灯和散光灯两种系列。聚光灯光线比较集中，但光线较弱，所以使用此系列灯光时一般都使用大光圈、慢快门拍摄，这就要求模特必须保持不动的姿势，否则就会造成影像模糊，如图 1-31 所示。



图1-31

（机型：NIKON D60；快门：1/6 s；光圈：f/3.5）



图1-32

### 2. 电子频闪灯光组合

电子频闪灯光是一种现代应用比较广泛、技术先进的灯光装置，这类灯光是专门为摄影行业服务的，可以在瞬间输出高功率、发光强烈，可以用很小的光圈来捕捉微妙的瞬间动作与表情。所以用闪光灯拍摄人像，不必担心模糊的现象；此外一般闪光灯都配有大型的柔光箱，也不必担心光线太集中，其光线比较发散，没有明显的方向性，所以在拍摄时也不用担心光线方向是统一性的问题。虽然闪光灯组合具有众多的优点，但它的光效与光对比没有连续光直观，所以对精细刻画形象不太容易把握，如图 1-32 所示。关于灯光设备，将在本书后面章节作详细介绍。

