

《CAPA》最强执笔阵容倾力打造，全面提高你的摄影水平

新手学摄影 风景篇

CAPA 摄影教室

(日) 株式会社学研控股 编著

从相机操作到构图技巧详细解析
你也能拍出
美丽的风景照片

风景拍摄的
诀窍就在此处!

向着美丽的
风景，出发!

简明讲解
四季拍摄
方法!

春

夏

秋

冬

中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

学研

法律声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明，本书由日本株式会社学研控股授权中国青年出版社独家出版发行。未经授权所
有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担
法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给
予举报人重奖。

侵权举报电话：
全国“扫黄打非”工作小组办公室
010-65233456 65212870
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社
010-59521255
E-mail: law@cypmedia.com
MSN: chen_wenshi@hotmail.com

短信防伪说明

本书采用出版物短信防伪系统，读者购书后将封底标签上的涂层刮开，把密码（16位数字）发送短信至 106695881280，即刻就能辨别所购图书
真伪。移动、联通、小灵通发送短信以当地资费为准，接收短信免费。
短信反盗版举报：编辑短信“JB，图书名称，出版社，购买地点”发送至 10669588128。客服电话：010-58582300

图书在版编目(CIP)数据

新手学摄影·风景篇 / 日本学习研究社编著；李巧雁
译. —北京：中国青年出版社，2010.2
ISBN 978-7-5006-9205-8
I. ①新… II. ①日… ②李… III. ①风光摄影—摄影技
术 IV. ①J41
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第023099号

新手学摄影风景篇

出版发行：中国青年出版社

地 址：北京市东四十二条21号

邮政编码：100708

电 话：(010) 59521152 / 59521269

传 真：(010) 59521133

企 划：北京中青学研教育科技有限公司

责任编辑：肖辉 史燕亮

美术编辑：马爽

印 刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

开 本：889 × 1194 1/16

印 张：6

版 次：2010年03月北京第1版

印 次：2010年03月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5006-9205-8

定 价：39元

本书如有印装质量问题，请与本社联系

电话：(010) 59521152 / 59521269

读者来信：capa@capacamera.com

如有其他问题请访问我们的网站：www.capacamera.com

“北京北方方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面用字包括：方正兰亭系列字体



新手学摄影 风景篇

从相机操作到实践技巧全面剖析
你也能拍出美丽的风景照片

每个季节都有其独具魅力的风景。即便是相同的地方，不同时期去，看到的风景也各不相同。请怀着对下一次偶遇的期待与感动，与我们一起出发拍摄吧！



我们拍摄的照片!

春 夏 秋 冬 的风景



春

没有天空，照片中只有各种不同的绿色。湖面的静谧悠然而出
摄影 / 深泽武

60mm



78mm

冬

霜霜覆盖的枯叶令人感到严冬已至
摄影 / 工藤智道



72mm

秋

将面前的黑色枝杈作为表现的重点，呈现出日本画般的“平和”
摄影 / 工藤智道

标准镜头 ~中长焦镜头 拍摄

标准视角能够展现视觉感知的直观影像。它不会呈现出照片特有的夸张效果，因此只要准确取景就能拍摄出颇具感觉的照片。

微距镜头 拍摄

微距镜头能将近景放大拍摄。在最短距离内拍摄时，对焦后的景深范围很小，焦点之外的景物会变得非常模糊。这与用长焦镜头拍摄远景相似。



35mm

夏

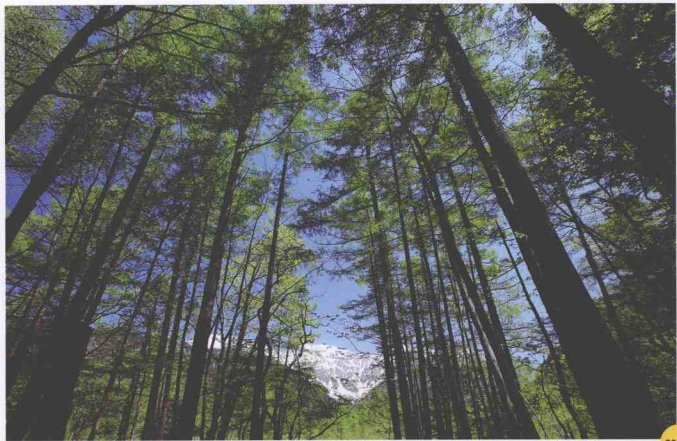
蔚蓝的天空与白色的云朵相对照，带来夏的感觉
摄影 / 深泽武



微距
135mm

春

放大樱花的花瓣，使其鲜明突出
摄影 / 工藤智道



30mm

夏 运用广角的透视感，展现对称的意境
摄影 / 福田健太郎

广角是拍摄宽广风景的理想视角。对焦后的景深较深，从近景到远景都能清晰对焦。此外，广角还能强调透视感，如果靠近近处景物拍摄，就能呈现出其动人的气势。

广角镜头
拍摄



28mm

秋

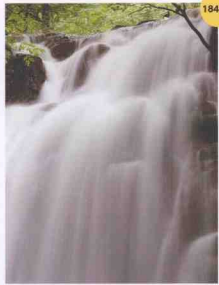
使用超广角镜头将视野范围尽可能纳入镜头，展现广阔的大海
摄影 / 工藤智造

春

仰拍展现生机勃勃的樱花
摄影 / 工藤智造



34mm



184mm

枯树的颜色和交叠的形态展现出初冬的静谧
摄影 / 工藤智道

夏

用低速快门表现水流，传达出跃动之感

摄影 / 福田健太郎

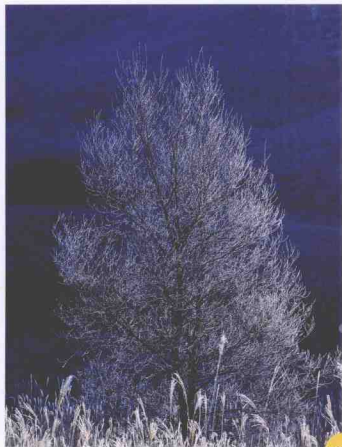
冬



140mm

长焦镜头 拍摄

长焦镜头能将远处景物拉近，使其呈现出触手可及的效果或展现远近错落之感。多用于拍摄局部远景或展现拍摄对象的密度感。



140mm

以一棵大树为中心，展现出树的苍劲和冬之严寒
摄影 / 工藤智道

冬

秋

前景和背景的虚化突显出焦点上的红叶
摄影 / 深泽武



315mm



165mm

夏

展现出初夏的风情和阳光的温暖

摄影 / 深泽武

新手学摄影

风景篇

Contents

Photo Gallery
— 镜头带来变化 — 春夏秋冬的风景 2

常见数码相机相机的
操作按钮和设置画面 8

风景摄影的6项基本要素 10

- ① 风景摄影的构图 10
- ② 偏振镜的4种活用方法 16
- ③ 风景摄影的对焦 18
- ④ 曝光补偿 20
- ⑤ 图片设置 21
- ⑥ 动态范围优化 22

春 风景篇 23

樱花拍摄技巧
— 如实展现樱花的色彩 — 26

- Part 1 白平衡与曝光补偿 27
- part 2 拍摄角度与变焦 28
- part 3 构图的变化 30

新绿的拍摄技巧
— 拍摄溪水中倒映出的绿色 — 32

- 基本拍摄方法 32
- Part 1 表现色彩 33
- part 2 表现水流 34
- part 3 取景 36
- 本书的讲师们 38

夏 风景篇 39

夏季山脉的拍摄技巧
— 拍摄雄伟山脉的自然风光 — 42

- Part 1 拍摄朝霞 43
- Part 2 对焦 44
- Part 3 取景 46

瀑布的拍摄技巧
— 要展现出瀑布的力度与顺滑 — 48

- Part 1 快门速度 49
- Part 2 白平衡 50
- Part 3 瀑布取景 51

烟花的拍摄技巧
— 拍摄在夜空中绽放的色彩 — 52

- Part 1 烟花的拍摄方式 53
- Part 2 将烟花拍出美丽的姿态 54
- Part 3 将大量烟花纳入镜头 55

构图篇 56

抓住关键点，使拍摄对象的魅力倍增！
实践！取景技术提高法 56

- 海湾 58
- 河流 60
- 草原 62
- 向日葵 64





拍照啦!!



Spring
<< P.23



Summer
<< P.39



Autumn
<< P.65



Winter
<< P.81

秋 风景篇 65



红叶的拍摄技巧

— 将其拍摄得鲜艳美丽 —

68

- 拍摄前先收集信息! 68
- Part 1 设置色彩 69
- Part 2 选择镜头和焦距 70
- Part 3 光线的运用 71
- Part 4 放大拍摄 72
- Part 5 拍摄令人印象深刻的照片 73

夕阳的拍摄技巧

— 加入地平线拍摄 —

74

- 摄影准备 74
- Part 1 设置相机 75
- Part 2 不同时间段呈现出的变化 76
- Part 3 设计构图 77

雨景的拍摄技巧

— 拍摄妙趣横生的秋雨中地面的积水 —

78

- 拍摄的基本要素 78
- Part 1 使用偏振镜进行调整 79
- Part 2 微距镜头的使用方法 80

冬 风景篇 81



雪景的拍摄技巧

— 拍摄雪与冰的世界 —

84

- 拍摄雪景的曝光设置方法 84
- Part 1 取景 85
- Part 2 雪景的拍摄方法 86
- Part 3 拍摄对象的选取方法 88

夜景的拍摄技巧

— 拍摄霓虹灯 —

90

- 夜景拍摄的必备物品 90
- Part 1 ISO感光度的设置 91
- Part 2 特效滤镜 92
- Part 3 拍摄对象的变化 94

多拍就会好的!



常见数码单反相机的

操作按钮和设置画面

这里我们汇集了常见的数码单反入门相机的操作按钮和设置方法。如果您对本书讲解的操作有不明之处，请在本部分查找相关说明。

基本操作

虽然设置方法因生产商和机型而异，但大致都可分为三部分。最简单的就是使用按钮进行直接设置。此外还有按下OK按钮或Fn按钮显示设置画面的快速设置，以及从菜单中选择项目的菜单设置。

1 直接设置



只需按下相机上面和背面的按钮，就能轻松改变各种设置，操作也简单易懂。

2 快速设置



按钮设置虽然生产商而异，但按下OK按钮或Fn按钮，都会显示相机中常用的设置一览表，由此可以进行各种设置。

3 菜单设置



按下MENU键，进行各种设置。什么设置在什么地方着实让人困惑，所以请记住常用设置的位置。

佳能 EOS 500D



ISO感光度、白平衡、测光模式等主要设置都配备了专用按钮。按下这些按钮，液晶显示屏上会出现设置画面，此时可使用十字按钮选择想使用的项目。进行曝光补偿时，需一边按住专用按钮一边操作旋钮。拍摄画质等无需在拍摄过程中频繁切换的功能，要从菜单中设置。



EOS 500D不具备快速设置功能。画质、色阶调整、自动包围式曝光、闪光曝光补偿要从菜单画面进行设置。

尼康 D5000



按下“信息显示/摄影设置变更”按钮，液晶显示屏上显示的画面和白平衡等主要设置项目会高亮显示，之后使用十字按钮选择项目，按下OK按钮进入设置画面。曝光补偿可以直接设置，此外还可以从菜单画面设置各种功能。



PENTAX K-m



可通过直接按下按钮操作主要功能，也可从液晶画面进行直接操作。从液晶画面进行操作时，按下OK按钮，可以详细显示驱动模式与画质等项目，使用旋钮能够快速设置。



Olympus E-520



可使用专用按钮进行直接设置，也可从液晶显示屏的画面进行快速设置，或从菜单画面进行设置。其中从被称为“超级控制面板”的液晶画面进行操作是很方便。按一下OK按钮，画面上的各项功能就会有一项反相显示，可按下十字按钮选择项目，调节旋钮切换设定值。



索尼 α550



曝光补偿、驱动模式、ISO感光度、实时取景、AE/AF锁、手抖补偿等各功能都有专用按钮，可以通过按钮和旋钮进行设置。白平衡和测光模式、AF模式等可按下Fn按钮调出设置画面进行操作。使用频率低的功能从菜单进行操作。



Panasonic LUMIX G1



主要功能都可以通过专用按钮直接进行设置，此外使用独立的Q.MENU按钮也很方便。按下此按钮，液晶画面上的上段和下段显示的主要项目可以通过光键和旋钮进行快速切换。



风景摄影的构图

与引人入胜的风景不期而遇，欲定格下这份感动，却无论如何也无法将它充分传达出来，这种经历几乎人人都有。我们不仅要展现于眼前的风景真实地再现出来，还要尝试设计能够传达风景内涵的照片构图。

Point 基本构图种类

构图有若干种风格，平稳而匀称的构图、动感十足的构图……效果各不相同。不过我们最好只是将其作为一种标准记在心里。把眼前的风景勉强套用在本某种模式中是本末倒置的做法。



水平线构图

最基础的方式就是这种纳入水平线的构图，虽然有一种安定之感，不过一味使用也不免单调。再来尝试一下其他构图吧。



垂直线构图

有规律地排布若干条垂直线，强调垂直线的长短错落，由此呈现出垂直方向上的韵律。



对角线构图

将景物放置在画面的对角线上，以此赋予画面动感。使用该构图拍摄风景，能给人以大胆的感觉，也容易展现出风景的气势。



三角形构图

下端舒展，很容易呈现出稳定和向上端延伸的感觉。拍摄风景时，使用广角镜头靠近树木拍摄，很容易获得这样的构图。



中央构图

将印象深刻的拍摄对象放置在画面中心，以此呈现出沉稳之感，让人感觉坚定扎实。



斜线构图

主要由斜向延伸的线条构成，由此可赋予画面有律的动感。请在拍摄山脉等时使用。



对比构图

将同类的拍摄对象进行上下、左右均等地排布，使画面景物具有主配角的关系，可营造出戏剧性。



凹演式构图

赋予画面溢满感从周边向中心汇聚的方向感，以此产生将观者视线引向中心的效果。



棋盘式构图

以规则的图形和花纹等构成的画面具有图案般的效果，能够突出统一之美。

传达风景的感动， 打造吸引眼球的照片

该如何在照片中传达出感动？

首先为了增强照片的魅力，要找到作品的主体。接下来逐渐省略掉多余的东西，将拍摄者感觉适当的景物定格于照片之中。

此外，不仅要确定拍摄范围，光线状

态、镜头选择、光圈值、快门速度、拍摄位置等基础要素的设置技巧也非常必要。只有综合考虑这些要素，才能拍摄出令人感动的风景照片。

要记住有助于赋予照片美感的几种基本构图。但是不要去刻意寻找适合构图的风景。要将它们作为一种标准，通过展现眼前风景的魅力，创作出完美的作品。



Part 1

拍摄宽广的风景时的构图

拍摄宽广的风景时， 要将拍摄对象作为前景纳入镜头。

要表现风景的开阔，使画面具有深度是提升照片魅力的关键要素之一。单纯拍摄远景，画面会显得平板，如果将远近不同的景物组合起来，效果会很不错。要表现大海、碧空、草原等场景的广阔，可以尝试将形态秀美的树木、岩石作为前景设计构图。



这是从能眺望到大海的地方未加设计拍摄的照片，没有重点，平淡无奇。



以树木为前景，强调南国特色
变换拍摄位置，将形态优美的树木置于前景位置。通过将远近不同的拍摄对象纳入构图，鲜明地再现了一望无际的大海和南国风情。

Part 2

广角构图

使用广角镜头 靠近景物拍摄！

广角镜头能拍摄宽广的视角，但是相机距拍摄对象的远近不同，拍摄方法也有很大差异。该镜头不仅可以拍摄全景，还可以通过靠近景物，改变视角，拍摄出颇具震撼力的照片。

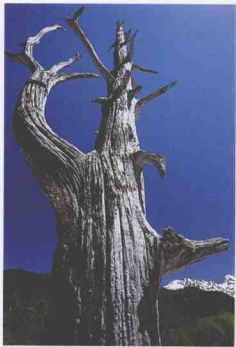


这是从稍远的位置拍摄的树木照片。虽然拍摄出树干挺拔的姿态，但略显柔弱。



**靠近拍摄，
展现出强劲气势**

这是使用20mm广角镜头，靠近大树，从下向上仰拍的照片。该照片强调出广角镜头特有的透视感，蕴含着一种强劲的气势。此图为三角形构图，呈现出沉稳、向上延伸的韵律。



Part 3 拍摄山脉时使用的构图

拍摄山脉时，不要将天空过度纳入画面！

这是接近肉眼视觉效果、未加设计的风景照片。景物最好能再精炼一些。



水平构图

传递出山的稳健扎实

减少山顶上天空的面积，画面近景取至红叶位置，水平构图增强了山脉的稳健气势。



拍摄山脉时要注意天空的分配。如果想衬托出山脉的稳健和高度，就要减少天空的面积，让山顶几乎触及画面的顶端。即便天空所占面积小，也可辨别是晴天。阴天时，白色的天空过于醒目，此时不要将其作为背景为好。



使用垂直构图强调山脉的伟岸

使用垂直构图拍摄，山峰的高大分外醒目。被红叶装点的山脉告诉观众这是在晴朗的秋日里拍摄的照片。

三脚架的正确使用方法

三脚架是拍摄风景照的必备之物。正确使用，可以保证相机稳定。



Point 1



将三脚架的支脚全部展开使用。如果没有全部打开，三脚架会不稳定。

Point 2



支脚要在拍摄对象一侧支一根，在拍摄者一侧支两根，这样便于拍摄。

Point 3



中轴部分保持垂直有助于三脚架的整体稳定。

Point 4



要使用支脚调整高度，如果将中轴升得过高，三脚架会不稳定，需要注意。

Part 4 构图范围
应取多大?

不要将景物全部放入画面， 让观众自己发挥想象！

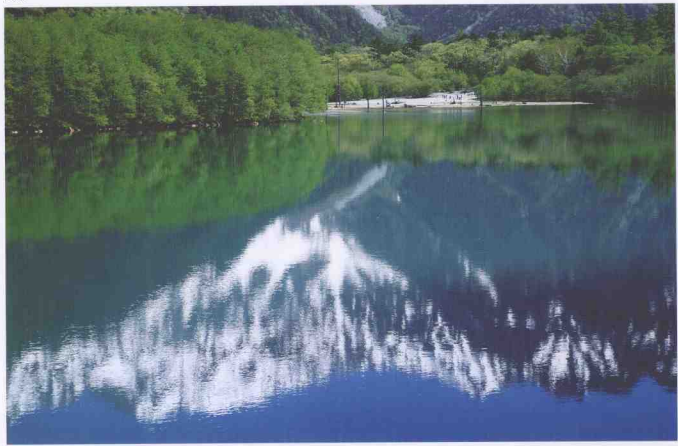
宽阔的风景特别难拍。虽然美丽，但实拍拍摄容易显得平淡无奇，这比拍摄景物局部更加要求高超的技巧。不将所有的部分都纳入镜头，构图以外的风景任由观众想象，也不失为一种好方法。



倒影扩展内涵

将雪山置于画面之外，仅将水中倒影纳入镜头，由此给观众以想象的空间。平静的水面，炫目的新绿，一派妩媚的春日风光。

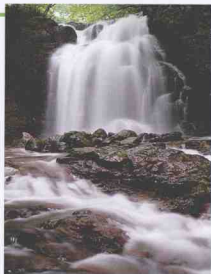
这是借助水中投影形成的上下对称的构图。给人以静谧之感，但一切都在照片中，没有发挥想象的空间。



Part 5 视角的选择与运用

根据镜头特点选择构图!

仔细观察眼前的风景，应该会想出许多种拍摄方法。不必急也不必慌，尝试从各种角度进行拍摄。特别是瀑布和溪流变化非常丰富，从广角到长焦，请充分活用你的镜头。

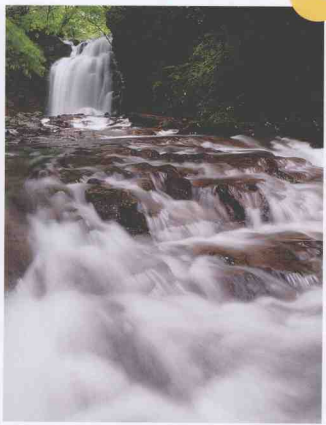
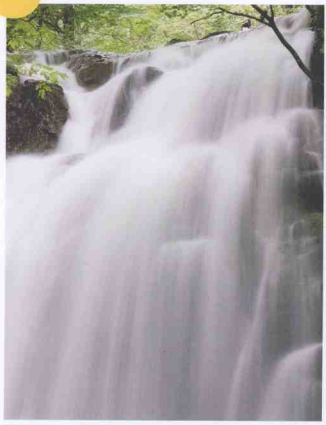


虽然呈现出稳健感，但却没有充分利用溪流的流向。



长焦

广角



使用长焦镜头拍摄局部

在同一拍摄位置，使用长焦镜头仅截取瀑布水流的美丽部分。不同的镜头是赋予构图变化的有效武器。

运用广角镜头强化透视感

使用广角镜头靠近拍摄，能强调出透视感。将迎面而来的溪流作为近景放大拍摄，还能表现出其动感。