



数码摄影丛书

数码摄影

美女写真拍摄技巧

伍振荣◎著



中国摄影出版社



中国美术学院美术考级教材

数码摄影

美女写真拍摄技巧

中国美术学院美术考级教材



中国美术学院美术考级教材

数码摄影

美女写真拍摄技巧

伍振荣◎著作

中国摄影出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

数码摄影: 美女写真拍摄技巧 / 伍振荣编. —北京: 中国摄影出版社, 2006.4
ISBN 7-80007-960-0

I. 数… II. 伍… III. ①数字照相机—摄影技术②人像摄影—摄影艺术 IV. TB86

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 030398 号

责任编辑: 魏长水

装帧设计: 毕研江

书 名: 数码摄影—美女写真拍摄技巧
作 者: 伍振荣
出 版: 中国摄影出版社
地 址: 北京东单红星胡同61号 邮政编码: 100005
发 行 部: 010-65136125 65280977
网 址: www.cpgph.com
邮 箱: sywsgs@cpgph.com
制版印刷: 北京利丰雅高长城印刷有限公司
开 本: 635 × 960 1/32
印 张: 3.5
版 次: 2006年6月第1版
印 次: 2006年6月第1次印刷
印 数: 1—5000册
I S B N 7-80007-960-0/J·960
定 价: 30.00元

版权所有 侵权必究

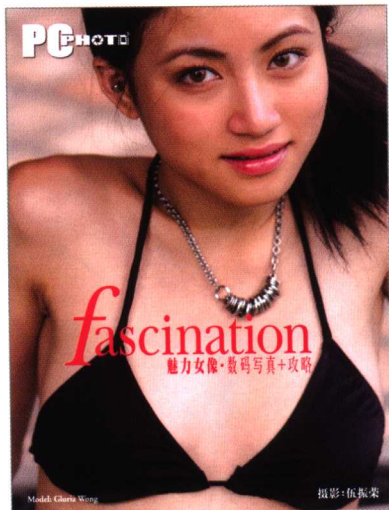


数码人像，
并非单纯是人像摄影，
亦非仅是电脑影像处理，
而是糅合了
前期的人像摄影，
以及后期的电脑编修，
两者合而为一，
使数码人像变化无限，
体现数码影像的
灵活性。

影像、文字：伍振荣

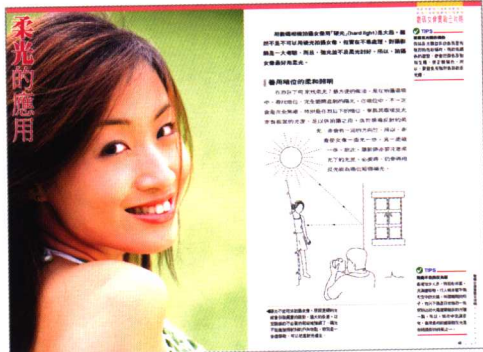
美女摄影新体验

人像摄影以拍摄美女写真为热门的题材，自从数码相机的出现，吸引不少人加入摄影的行列，因此，利用数码相机拍摄美女的人也多了。可是，数码人像其实并非人像摄影“数码版本”，更非纯粹电脑玩意，而是一项糅合摄影及电脑影像编修的综合艺术。



一帧精彩的数码人像，首先需要一帧精彩的人像，因此，本书开篇部分，会由DC的选择开始，继而介绍多种拍摄的实战技术，使新加入摄影行列的DC影友，能够轻易地掌握女性人像的拍摄技巧。这一部分是人像摄影的基本功，有助读者掌握人像摄影的基本知识。

城市地少人多，读者可能认为市面不易找到理想的拍摄场地，本书亦会以实例示范如何善用一般的场地，例如



公园的花坛或草地，以巧妙的取景技巧，尽用仅有的空间拍出有水准的人像作品。

关于摄影的部分，还包

括了较专业的反光板、背景布、背景纸，以及柔光技术的应用。大部分从传统相机转用数码相机的朋友，可能想也没有想过应用这些器材，因此，本书特别包含了较专业的“控光”内容，与希望提高技术的拍友分享。

笔者希望透过本书带出一个讯息，拍摄一帧精彩的数码人像作品，并非DC影友找到一个漂亮的女孩子，把DC对准她再按下快门便算，而是涉及多方面的摄影技巧及经验，以至变化多端的PHOTOSHOP修图技术才能把数码人像发挥得淋漓尽致，各种因素缺一不可。

本书最后一部分会介绍PHOTOSHOP编修人像的技术，由基本的

色阶及曲线再曝光到利用影像修复的技巧修整脸部瑕疵，以及本书最精彩的人像皮肤美白步骤实例示范，讲解如何造出商业水准的数码人像，实在不容错过。



伍振荣

CONTENTS

目录

PART ONE

拍摄实战



- ◆选择数码相机 _____ 2
- ◆曝光补偿 _____ 6
- ◆场景的选择 _____ 10
- ◆注意衣饰 _____ 14
- ◆采光秘技 _____ 18
- ◆姿势指导 _____ 22
- ◆构图技巧 _____ 26
- ◆反光板的应用 _____ 32
- ◆背景纸及背景布 _____ 36
- ◆柔光的应用 _____ 40
- ◆沟通的技巧 _____ 44
- ◆灵活取景实战攻略 _____ 48
- ◆户外人像实战攻略 _____ 56

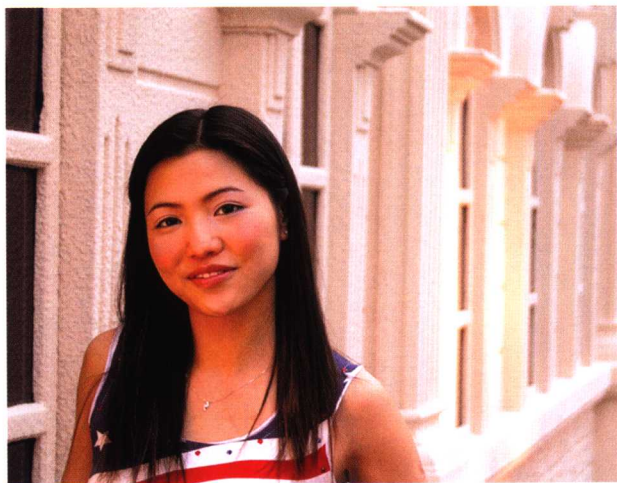


PART TWO

电脑编修

- ◆活用 Levels _____ 64
- ◆Curves 精密矫正 _____ 68
- ◆Photoshop 修瑕疵 _____ 72
- ◆局部模糊 电脑浅景深 _____ 74
- ◆电脑柔焦特技 _____ 78
- ◆美白秘技——Overlay _____ 82
- ◆美白秘技——Diffuse _____ 86
- ◆红粉绯绯电脑美颜 _____ 90
- ◆电脑 Lipstick _____ 94
- ◆电脑补靛 _____ 98
- ◆附录：模特授权书 样本 _____ 102

美女写真拍摄技巧



选择数码相机



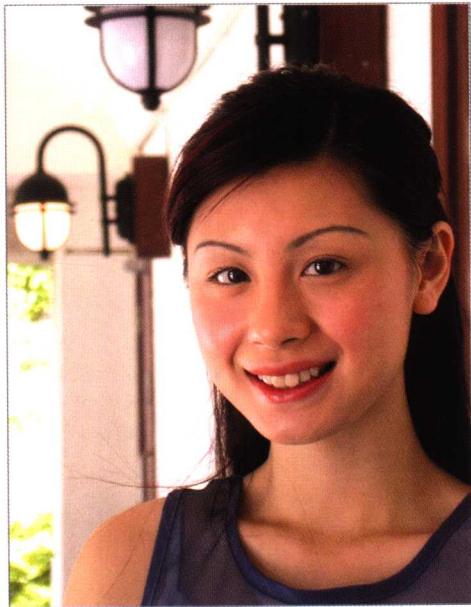
拍摄篇

试读末页：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

工欲善其事，必先利其器，对数码摄影来说，特别是利用一般称为DC的轻便级数码相机，由于拍摄特性上和传统相机有一定的分别，例如DC的镜头不可更换而且景深特广，因此，我们为了拍摄好的人像作品，选择一部适合的DC便十分重要。



▲ 一般DC用中距拍摄，景深太广。



▲ 一般DC最长焦距约100~200mm，仍没有浅景深。

DC要求



毫无疑问，最影响一张摄影作品的表现是镜头。以拍摄人像来说，我们要求镜头有以下特点：

1. 焦距够长
2. 光圈够大

◀ 超级远摄的DC，才可以拍出浅景深效果。

✔ 小贴士

谁说DC不可以拍摄出浅景深的人像？左页的半身人像照片以500万像素DC拍摄，镜头变焦设定在280mm，光圈开至最大的 $f/4.2$ ，其浅景深效果100%由DC拍摄，我们并没有用任何软件把背景弄模糊。

光圈要够大

拍摄人像一般要求有较浅的景深，影响景深有三大因素，分别是：

● 光圈——

光圈越大，景深越浅

● 焦距——

焦距越长，景深越浅

● 焦点——

焦点越近，景深越浅

但由于DC的真正焦距不太长，所以，用DC拍摄人像，焦距要越长越好，光圈越大越好，而且，主体要尽量近才有浅的景深。

▼虽然一般DC没有浅景深，但如果细心比较一些半身的人像相片，你仍然会发现，光圈全开时（如图中 $f/3.5$ 的一帧），景深是最浅的，当光圈缩小到 $f/5.0$ 时，背景已变得很实，即是景深已扩大，到 $f/6.3$ 时，景深更广。



▲ f / 3.5



▲ f / 6.3



◀ f / 5.0

焦距要够长

本来，拍摄人像以中距镜头为基本，以135为例，大约介乎85~135mm之间，但对DC而言，相当于85~135mm的真实焦距仍然十分短，所以，用DC拍摄人像，焦距要越长越好。

DSLR（数字单镜头反光相机）拍摄人像优势

近年DSLR越出越便宜，吸引大量以往使用半专业级数码相机玩家投入DSLR怀抱。

能够更换不同焦距的镜头，固然是DSLR的优势；而由于DSLR使用的感光元件，普遍较DC的大，所以比较之下，DSLR能够拍下背景更朦胧的影像，拍摄浅景深人像效果自然更佳。



▲此图以280mm超级远摄拍摄，浅景深效果看上去完全和传统135mm相机拍摄的人像相同，因此，各位拍摄人像可考虑用拥有超级长镜的DC。

人像DSLR十大要求

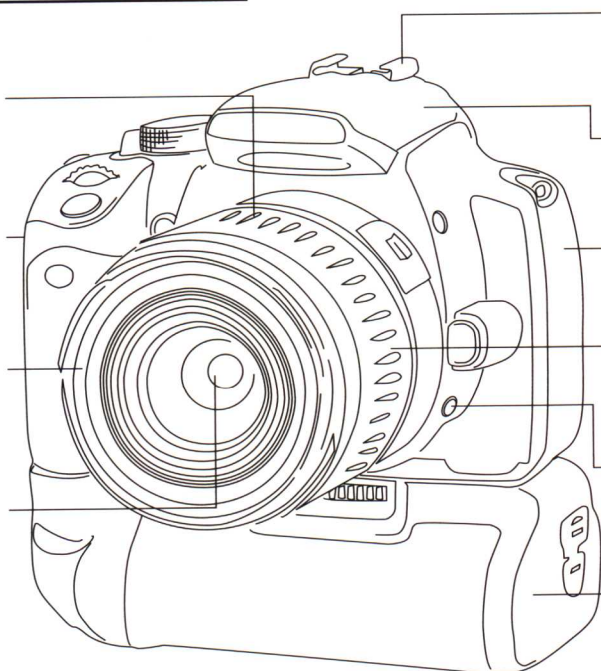
DSLR与镜头的组合变化多端，选购适合拍摄人像的机身与镜头时，应该参考下列十点。

全程手动对焦
即使自动对焦十分方便，但如能在任何时候手动对焦，操作上会更灵活。

LCD
要清楚检查对焦是否正确，2寸或以上的LCD会更方便。

焦距够长
利用长焦距镜头，能够有效压缩空间，凝造浅景深效果，有效突出主体人物。

大光圈
同一焦距下，使用大光圈镜头拍摄，可令景深更浅。



直驱影楼灯
专业人像爱好者会租用影楼设备拍摄，相机如能直驱影楼灯，灯光效果当然更佳。

内置闪光灯
虽然内置闪光灯效果难以媲美外闪，但在必要时可作应急之用。

100%取景
透过光学取景器百分百取景，可令构图时更加准确。

防震
一般DSLR配上长焦镜头后十分沉重，镜头或机身如有防震装置，可令玩家以较低速快门手持拍摄。

景深预览按钮
拍摄前先按下此按钮，可让玩家预先观看选定光圈的景深效果，是DSLR玩家拍摄人像必用的功能。

直倒手柄
拍摄人像经常会使用直倒构图，使用直倒手柄拍摄时会更舒服。

曝光补偿



不少数码影友初用DC拍摄人像，通常会信赖DC的自动曝光模式。没错，DC的自动曝光应该十分准确，但是，为何有时仍未能拍摄出曝光理想的人像作品呢？原因是忽略了曝光的补偿选择。

认识DC测光系统

DC的测光系统，一般能应付正常而光度大致均匀的画面，例如在相对比较柔和的光线的平均照明下的人像，非强烈直射的照片，以及并非背光的画面，另外，背景太黑的画面，一般DC也未能应付。



▲拍摄这一帧照片时，摄影师没有把过份明亮的天空避开，以致主体出现曝光不足的情况，就算用了多幅面测光也补救不了。



▲由于主体的赛车女郎穿了黑色衣服，又站在黑色的背景前面，因此，DC的测光便被误导，影像出现曝光过度，使女郎的皮肤过份的白。

◀人脸在暗位中，最易曝光不足，拍摄时增加了1EV曝光。

✔ 小贴士

通常曝光不准?

在某些特定环境下，你用DC以自动曝光拍摄，可能一定会倾向曝光过度或不足（一般会曝光不足的机会较多），你可以在“曝光补偿”控制上，设定+1/3-2/3 EV的曝光，视乎情况而定。

此外，模特如穿上全白衣服在阳光下拍照，或穿上全黑的衣服，亦会有机会导致测光失败。

要避免的情况：

- 太亮的背景如阳光下的白墙、沙滩、雪地
- 太黑的背景如射灯下的主体但背景全黑
- 背景有光源，如背着太阳
- 大侧光的照明使一边脸光一边脸极暗

解决的方法：

- 拍摄背景太亮或背光的画面，用自动曝光时要加1—2级曝光
- 利用闪光灯作正面补光
- 使用反光板
- 拍摄全黑背景时减少 1/2~1级曝光

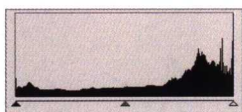
善用DC的histogram（直方图）

一般DC的LCD屏都或会有histogram的显示，在拍摄影像后，可以即时监看影像，并可以把histogram显示出来。

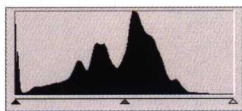
Histogram是一个“模拟的曝光分布图”，很多不懂摄影的人也许不会善用它，甚至不知histogram为何物，更说不出histogram的中文名称。

其实，histogram是一个以模拟方式显示出曝光情况的图表。左边代表暗位，右边代表光位，中央代表曝光最佳的中间值，而histogram上的曲线图形，类似一座山峦的，是曝光的数据，理想的曝光，要有最亮及最暗部位，所以，代理曝光数据的“山”，便要由最左（暗位）伸延到最右（最亮）。

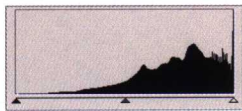
如它未能伸延到最右，即曝光不足；反之，如不能伸延到最左，曝光便可能过度了。



▲曝光正常



▲曝光不足



▲曝光过度

✔ 小贴士

难以决定正确曝光?

如果你对在LCD上评估曝光的准确度没有信心，或拍摄时太匆忙，没有足够时间调节曝光，可以利用“自动曝光包围”，一按快门拍摄多帧（一般是3帧）不同曝光的影像。