

参透索尼微单相机摄影之道，从新手到高手完美蜕变

SONY

畅销
升级版

索尼 微单摄影

从新手到高手

曹照 编著



扫一扫，下载学习索尼
微单相机实战教学视频



扫一扫，关注雄狮摄影
微信，获取更多信息

功能菜单详解
掌握索尼微单相机使用技巧

新增功能剖析
挖掘索尼微单相机拍摄潜力

构图与用光技巧点拨
祝您早日拍出理想画面

摄影秘技大公开
◎大拍题材实拍案例分析

IQ5000 | Q5100 | Q6000
INEX 5T | INEX 6 | INEX 7等机型

中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

雄狮
中青雄狮

畅销
升级版

索尼 微单摄影 从新手到高手

曹照 编著

法律声明

北京市中友律师事务所李苗苗律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由著作权人授权中国青年出版社独家出版发行。未经版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

010-59521012

E-mail: editor@cypmedia.com

图书在版编目(CIP)数据

索尼微单摄影从新手到高手：畅销升级版 / 曹照编著. —北京：中国青年出版社，2014.9

ISBN 978-7-5153-2772-3

I. ①索… II. ①曹… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—摄影技术 IV. ①TB86/2J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第214103号

索尼

微单摄影

从新手到高手

畅销
升级版

曹照 编著

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) 59521188 / 59521189

传真：(010) 59521111

企划：北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑：林杉

助理编辑：王莉莉

书籍设计：六面体书籍设计

姜懿针苏 孙素锦

封面摄影：周洪亮

印刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

开本：787×1092 1/16 印张：17

版次：2014年12月北京第1版

印次：2014年12月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5153-2772-3

定价：69.00元

本书如有印装质量问题，请与本社联系

电话：(010) 59521188 / 59521189

读者来信：reader@cypmedia.com

投稿邮箱：author@cypmedia.com

如有其他问题请访问我们的网站：<http://www.cypmedia.com>

“北京北大方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面：方正中倩简体 方正正黑简体 方正正纤黑简体 方正中黑简体

Part 01

索尼
微单的魅力

▶ Chapter 01 认识索尼微单相机

1.1 什么是微单相机	14
1.2 索尼微单相机的组成结构	14
1.3 索尼微单相机的特点	15
1.3.1 优良电子取景器	15
1.3.2 高分辨率使画质有保证	15
1.3.3 丰富的镜头选择	16
1.4 索尼微单相机相关名词	17
1.4.1 相机画幅	17
1.4.2 感光元件	18
感光元件的尺寸	18
感光元件对光线的灵敏程度	18
1.4.3 像素	19
1.4.4 液晶屏	20
1.4.5 取景器	20
1.4.6 图像的存储格式	21
1.4.7 短片录制格式	21
1.5 索尼微单相机系列	22
1.5.1 α 5000	22
便携小巧, 适用范围广	22
适应暗光环境的拍摄	22
无限传输, 即时分享	23
自动HDR功能	23
13种照片效果保证图像高品质	23
1.5.2 NEX-5T	25
便捷的操作	25
混合自动对焦功能提高抓拍成功率	25
1.5.3 α 6000	26
增强型混合自动对焦系统	26
新增加的AF-A对焦模式	26
眼控对焦和对焦锁定功能	27
1.5.4 α 7/α 7R/α 7S	28
α 7/α 7R	28
α 7S	29
1.5.5 NEX-6/NEX-7	30

▶ Chapter 02 索尼微单相机的众多 实用功能

2.1 直观的操作——控制转盘和软键	32
2.1.1 控制转盘	32
2.1.2 控制拨轮	32
2.1.3 软键	33
2.1.4 前后转盘功能	33
2.2 灵活好用的液晶屏	34
2.2.1 翻转屏的使用方法	34
2.2.2 触摸屏的使用方法	34
2.3 “DRO/自动HDR” 适应明暗 反差较大的场景	35
2.4 “扫描全景” 功能拍摄大场景	36
2.5 “创意风格” 轻松设置照片风格	38
2.6 “人脸检测” “人脸登记” 与 “笑脸快门” 使人像拍摄快速准确	40
2.6.1 “人脸检测” 优先对焦人脸	40
2.6.2 “人脸登记” 方便家庭人像的拍摄	41
2.6.3 “笑脸快门” 快速捕捉微笑画面	41
2.7 “动作防抖” 保证昏暗场景下的 手持拍摄	42
2.8 “速度优先连拍” 胜任运动场景拍摄	43
2.9 全高清AVCHD视频的魅力	44
2.10 便捷而灵活的视频录制方式	44
2.11 便捷的无线传输功能	45
Wi-Fi功能	45
NFC—触功能	46



Part 02

索尼微单 功能与操控

► Chapter 03

索尼微单相机各部件名称 及菜单设置

3.1 相机各部件名称及标识含义	48
3.1.1 机身正面详解	48
3.1.2 机身背面详解	48
3.1.3 机身侧面详解	49
3.1.4 机身顶部及底部详解	50
3.2 看懂液晶屏图标是设置相机的前提	50
3.3 熟记菜单结构使设置更快速	51
3.4 掌握菜单的设置方法	52
NEX机型的操作方法	52
α机型的操作方法	52
3.5 常用菜单的设置很重要	53
3.5.1 DISP按钮(液晶屏)控制显示功能	53
3.5.2 影像尺寸决定照片存储量	54
3.5.3 影像质量用于设置图像存储	55
3.5.4 纵横比决定照片的构图	55
3.5.5 丰富多彩的照片效果任君选择	56
3.5.6 观看模式(静态/动态影像选择)决定 回放方式	57
3.5.7 网格线是构图的好帮手	58

► Chapter 04

索尼微单相机实际操控

4.1 拍摄的第一步:了解曝光	60
4.1.1 快门决定曝光时间	60
快门速度的设置方法	60
快门与亮度	60
快门速度与影像清晰度	61
4.1.2 光圈控制镜头进光量	62
光圈值的设置方法	62

光圈与亮度	62
4.1.3 曝光不可或缺的元素:感光度	63
感光度的设置方法	63
感光度与亮度	63
感光度与画质	63
4.2 掌握曝光模式	64
4.2.1 曝光模式的设置方法	64
4.2.2 智能自动:乐得清闲	64
4.2.3 场景选择:各具特色	65
4.2.4 手动模式:随心所欲	68
4.2.5 快门优先:捕捉决定性瞬间	69
4.2.6 光圈优先:控制背景表现	70
4.2.7 程序自动:拍摄成功的保证	71
4.3 决定曝光的操作:测光	72
4.3.1 测光模式的设置方法	72
NEX-5T的设置方法	72
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	72
4.3.2 多重测光使画面整体曝光更合理	72
4.3.3 中心测光侧重于中央主体	73
4.3.4 点测光强调主体曝光	73
4.4 曝光补偿用于修正测光数据	74
NEX-5T的设置方法	74
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	74
4.5 曝光锁定使拍摄更方便	75
4.6 决定影像清晰度:对焦	76
4.6.1 自动对焦设置	76
NEX-5T的设置方法	76
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	76
4.6.2 选择合适的自动对焦模式	77
4.6.3 对焦区域	78
NEX-5T的设置方法	78





4.7 摄影中的用兵之道：拍摄模式	88
4.7.1 拍摄模式的设置	88
NEX-5T的设置方法	88
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	88
4.7.2 单张拍摄最常用	88
4.7.3 连拍适合拍摄主体动作较和缓的画面	89
4.7.4 定时连拍/自拍定时连拍表现不动的主体	89
4.7.5 速度优先连拍的连拍速度最快	90
4.7.6 自拍功能用途广泛	90
4.7.7 阶段曝光：连续得到三幅不同曝光的画面	91
4.7.8 单拍阶段曝光：每次拍摄一幅不同曝光的画面	91
4.7.9 白平衡阶段曝光得到不同色调的照片	92
4.7.10 DRO阶段曝光	93
4.7.11 遥控器使拍摄者行动更自由	93
4.8 控制画面的色彩表现：白平衡	94
4.8.1 轻松设置白平衡	94
NEX-5T的设置方法	94
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	94
4.8.2 丰富多彩的白平衡预设	95

α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	78
广域/多重对焦覆盖的对焦点最多	78
区对焦有利于拍摄动态主体	79
中间/中心对焦有利于快速对画面中央的 主体对焦	79
自由点对焦使对焦更为灵活	80
4.6.4 DMF功能	81
4.6.5 AF/MF控制	81
4.6.6 手动对焦弥补自动对焦的不足	82
NEX-5T的设置方法	82
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	83
4.6.7 对焦设置	83
在自动对焦或DMF时	83
在手动对焦时	83
4.6.8 相位检测区域	84
α 7的设置方法	84
NEX-5T的设置方法	84
4.6.9 “跟踪对焦”与“锁定AF”	85
NEX-5T的设置方法	85
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	85
4.6.10 “AF微调”使α卡口镜头的使用更方便	86
NEX-5T的设置方法	86
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	86
4.6.11 数码变焦便于查看对焦效果	86
NEX-5T的设置方法	86
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	86
4.6.12 “AF辅助照明”在暗光环境中辅助对焦	87
NEX-5T的设置方法	87
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	87

Part 03
索尼微单配件
选购与使用

Chapter 05 索尼微单相机的镜头体系

5.1 索尼微单镜头体系	98
5.2 镜头标识名称	98
5.3 镜头影响景深的表现	99
5.3.1 光圈对景深的影响	99
5.3.2 焦距对景深的影响	100
5.3.3 拍摄距离对景深的影响	100
5.4 镜头常识	101
5.4.1 镜头焦距对视角的影响	101
标准镜头	101
广角镜头	102
长焦镜头	102
5.4.2 定焦与变焦	103
5.5 索尼微单全画幅镜头	105
5.5.1 蔡司标准变焦镜头Vario-Tessar T* FE 24-70mm F4 ZA OSS (SEL2470Z)	105



5.5.2 蔡司人文镜头Sonnar T* FE 35mm F2.8 ZA (SEL35F28Z)	106
5.5.3 蔡司标准定焦镜头 Sonnar T* FE 55mm F1.8 ZA (SEL55F18Z)	107
5.5.4 长焦变焦镜头FE 70-200mm F4 G OSS (SEL70200G)	108
5.5.5 经济型标准变焦镜头FE 28-70mm F3.5-5.6 OSS (SEL2870)	109
5.6 索尼微单APS-C画幅镜头	110
5.6.1 广角变焦镜头E 10-18mm F4 OSS (SEL1018)	110
5.6.2 电动变焦镜头E PZ 16-50mm F3.5-5.6 OSS (SELP1650)	111
5.6.3 高倍率变焦镜头E 18-200mm F3.5-6.3 OSS (SEL18200)	112
5.6.4 中长焦变焦镜头E 55-210mm F4.5-6.3 OSS (SEL55210)	113
5.6.5 纤薄饼干头E 20mm F2.8 (SEL20F28)	114
5.6.6 适合拍摄人像的E 50mm F1.8 OSS (SEL50F18)	115
5.6.7 适合多种题材的E 35mm F1.8 OSS (SEL35F18)	116
5.6.8 微距镜头E 30mm F3.5 Macro (SEL30M35)	117
5.6.9 蔡司镜头E Sonnar T* E 24mm F1.8 ZA (SEL24F18Z)	118

作为三脚架使用	122
作为小型脚架使用	122
6.4 滤镜使拍摄更具趣味性	123
6.4.1 UV滤镜有效保护镜头	123
6.4.2 偏振镜滤除偏振光使画面更通透	124
6.4.3 中灰滤镜调节镜头通光量	125
6.4.4 中灰渐变镜平衡画面明暗	125
6.5 卡口适配器大大扩展可用镜头组	126
安装步骤	126
LA-EA2	126
LA-EA4	126
6.6 外接闪光灯辅助照明	127
6.7 反光板是简易的补光工具	129
6.8 摄影包使摄影器材更安全便携	130
6.9 清洁用具使相机常新	130

▶ Chapter 07 提升拍摄成功率的必备技巧

7.1 拍摄前——准备工作至关重要	132
7.1.1 检查电池和存储卡	132
7.1.2 根据拍摄需要配备镜头	132
7.1.3 配备辅助器材	132
滤镜的准备	132
遮光罩的准备	133
脚架的准备	133
补光用具和掩体的准备	133
摄影包及相机必备配件的准备	133

▶ Chapter 06 相机配件及摄影附件 使照片更完美

6.1 应了解的存储卡知识	120
6.2 索尼微单系列电池：NP-FW50	120
6.3 灵活使用脚架使拍摄更自如	121
独脚架使用姿势	122
作为支撑架使用	122



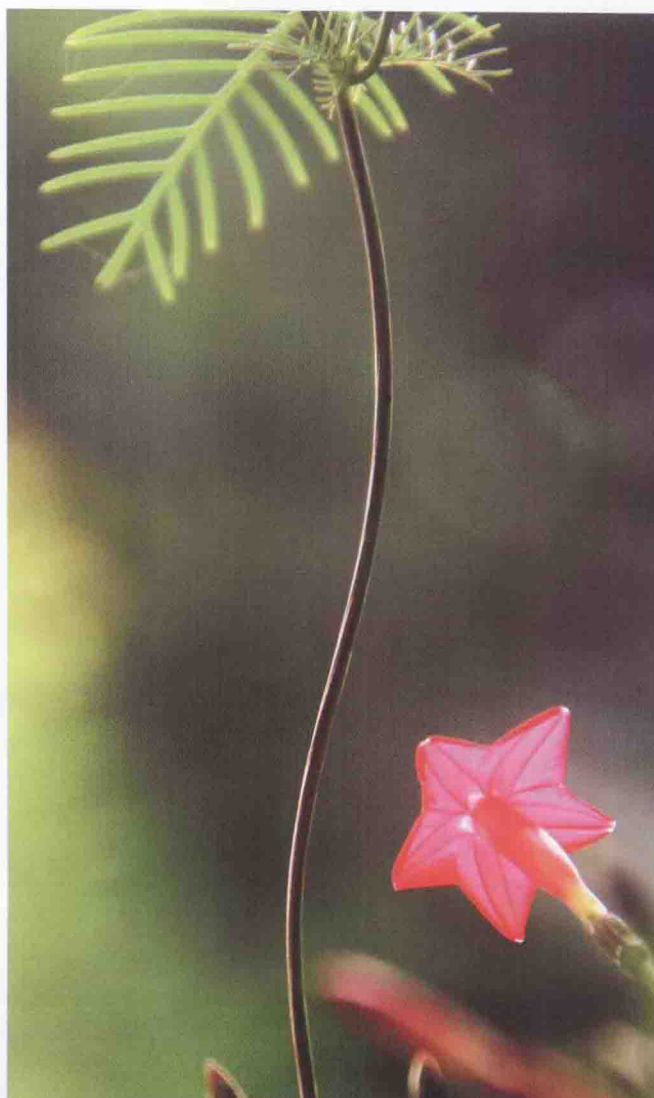
7.2 拍摄中——有条不紊地工作	134
7.2.1 实时取景显示和FINDER/LCD选择设置	134
7.2.2 设置影像质量、纵横比和影像尺寸	134
7.2.3 拍摄设置	134
NEX-5T的设置方法	135
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	135
7.3 拍摄后——细心收拾	135
7.3.1 回放照片进行检查	135
NEX-5T的设置方法	135
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	136
7.3.2 照片的存储	136

Part 04
拍摄时的构图及
光色表现技法

► Chapter 08 取景与构图提高拍摄水准

8.1 掌握摄影构图的基本知识	138
8.1.1 主体与陪体的不同作用	138
8.1.2 前景与背景对构图的影响	139
8.2 景别与机位体现拍摄者的视角	140
8.2.1 选择景别以确定纳入镜头的画面	140
远景擅长表现宽广的画面空间	140
全景体现主体全貌	141
中景突出画面情节	142
近景展现主体细节	143
特写强调局部细节	144
8.2.2 机位体现拍摄者的独特视角	145
正面拍摄更能表现被摄体的整体面貌与特征	145
侧面拍摄强调侧面轮廓	146
背面拍摄制造深远感	146
斜侧面拍摄更立体	147
平拍更具现场感	148
仰拍强调被摄体高度	149
俯拍更易表现高远的视角	150
8.3 善用多种构图形式	151
8.3.1 点线面是最基本的构图元素	151
“点”可大可小	151
“线”起引导作用	152
“面”确立构图比例	152

8.3.2 黄金分割构图使画面更完美	153
8.3.3 散点构图使画面更具整体感	155
8.3.4 对称构图注重形式美	155
8.3.5 水平线构图更具平衡感	156
8.3.6 垂直线构图强调被摄体的高度	157
8.3.7 斜线构图活跃画面气氛	158
8.3.8 曲线构图以节律造气势	159
8.3.9 辐射线构图营造视觉冲击力	160
8.3.10 V字形构图使画面层次分明	160
8.3.11 三角形构图营造视觉重心	161
8.3.12 框架构图引导观者视线	162
8.3.13 大气透视展现空间层次	162
8.3.14 线性透视再现立体空间	163
8.3.15 对比构图深化主题	164
冷暖对比突出主体	164
动静对比使画面更灵动	164
疏密对比使主次分明	165
黑白对比表现简约之美	165
虚实对比令画面气韵生动	166



▶ Chapter 09

光线与色彩展现精彩世界

Part 05

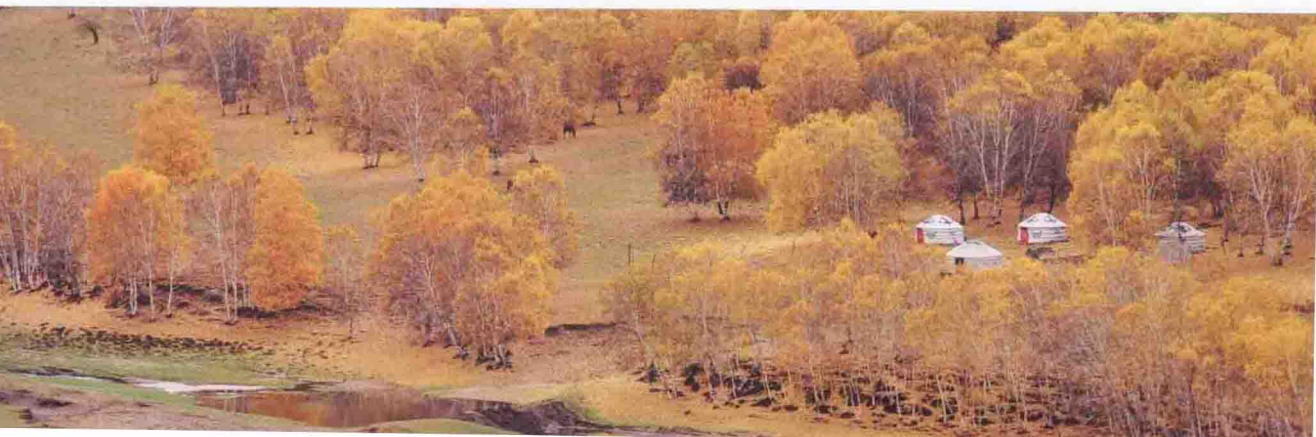
索尼微单
实拍技巧

9.1 微妙的光线	168
9.1.1 光位决定照片的影调表现	168
顺光擅长表现被摄体色彩	168
前侧光使被摄体色彩及立体感都得到体现	169
侧光擅长表现被摄体的立体感	169
侧逆光强调画面的空间感	170
顶光擅长表现建筑及平原	170
逆光更加强调整被摄体轮廓	171
9.1.2 光质体现被摄体质感	172
直射光擅长表现明快的画面	172
散射光忠实再现被摄体细节	172
9.1.3 利用色温确立画面色调	173
9.1.4 软调与硬调的不同表现	174
9.2 利用光线表现影调节奏	175
9.2.1 高调擅长营造松雅致的气氛	175
9.2.2 低调易于表现沉稳的意境	176
9.2.3 中间调的画面温和朴实	176
9.3 照片以色彩传递精彩	177
9.3.1 色彩三要素的功能表现	177
色相的表现	177
明度和饱和度对色彩的影响	177
9.3.2 色彩的冷暖决定画面氛围	178
冷色	178
暖色	178
9.3.3 色彩的搭配技巧	179
协调色使画面色调统一	179
互补色使画面更精彩	180
金银色及黑白灰在配色中的作用	180
9.4 色调决定照片给人的整体印象	181
9.4.1 暖调传达温馨	181
9.4.2 冷调体现静美	181
9.4.3 中性色调体现经典	182

▶ Chapter 10

在旅途中拍摄风光

10.1 季节、气候、时段对风光摄影的影响	184
10.1.1 掌握四季风光的特点	184
10.1.2 不同气候下景物表现各异	186
10.1.3 不同时段阳光使画面千变万化	189
10.2 拍摄风光照片时取景的学问	192
10.2.1 焦距的长短展现不同视野	192
10.2.2 独特视角呈现别样风采	193
10.3 各类风光题材的拍摄技巧	194
10.3.1 表现山的质感与气势	194
10.3.2 展现水景之美	196
展现湖泊的宽广宁静	196
表现河流与小溪的流动之势	196
定格大海的浩渺与激越	197
10.3.3 拍摄静美的草原	198
10.3.4 展现田园风情	198
10.4 体现建筑之魂	200
10.4.1 恰当的视角体现建筑之美	200
10.4.2 合理取景表现建筑特色	203
10.4.3 体现建筑立体感的手段	206
10.5 展现树林原始风貌	207
10.6 在旅途中拍摄的准备工作及注意事项	208





变焦镜头令拍摄更机动	230
长焦镜头有利于远距离拍摄	230
11.5.3 在旅途中拍摄街景表现民风民俗	231

▶ Chapter 11 拍摄人像与人文纪实

11.1 人像摄影的基本表现形式	210
11.1.1 特写人像以形传神	210
正面人像	210
侧面人像	211
七分面人像	211
三分面人像	212
局部特写	212
11.1.2 半身人像更易体现人物性格	212
11.1.3 七分身人像体现人物身材	214
11.1.4 全身人像注重情景交融	215
11.2 表现人像的不同姿态	216
11.2.1 站姿注重人像姿态	216
11.2.2 坐姿表现静态人像	217
11.2.3 躺姿展现人物性感之美	218
11.2.4 捕捉人物动态	219
11.3 视角对人像的影响	221
11.3.1 不同机位下人像的表现	221
11.3.2 不同拍摄角度下人像的表现	223
11.4 用光是人像摄影的灵魂	225
11.4.1 户外人像注重自然光线的把握	225
11.4.2 室内人像用光是重点	227
11.5 人文纪实	229
11.5.1 拍摄纪实人像的要求	229
11.5.2 选择合适的镜头	230
35mm镜头是人文摄影利器	230

▶ Chapter 12 拍摄璀璨的夜景

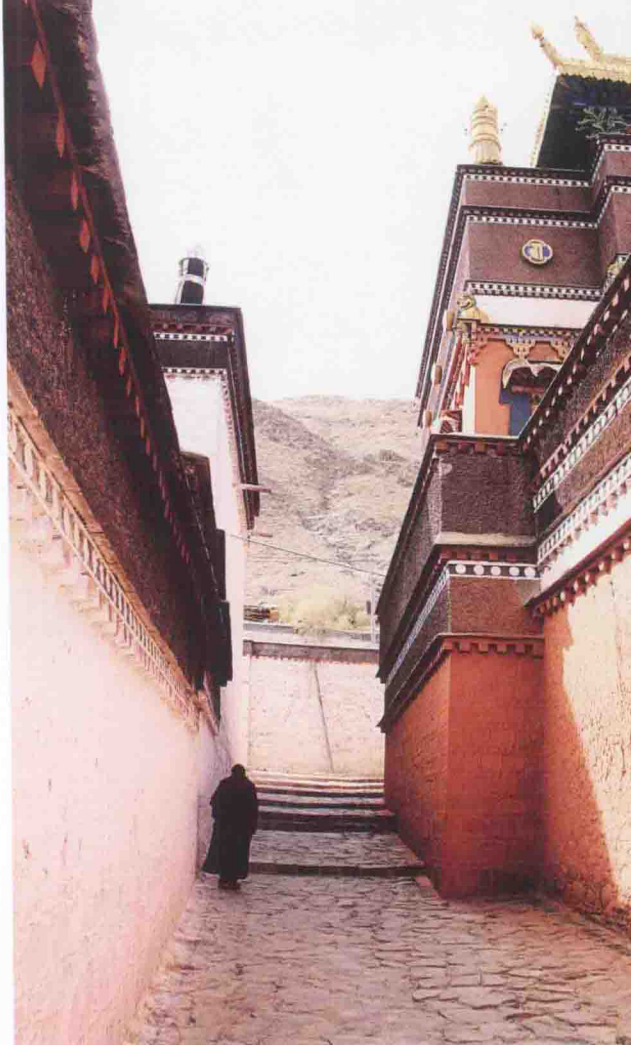
12.1 城市夜景	234
12.1.1 在夜间表现璀璨灯光	234
12.1.2 利用相机的高感光度拍摄夜景	235
12.1.3 利用手持夜景模式拍摄	235
12.1.4 延长曝光时间拍摄车流	236
12.2 夜景人像	238
12.2.1 利用现场光源拍摄人像	238
12.2.2 利用闪光灯和高感光度捕捉动态人像	239
12.2.3 利用反光板为人物补光	240
12.2.4 选择合适的背景营造画面氛围	240

▶ Chapter 13 生活随拍

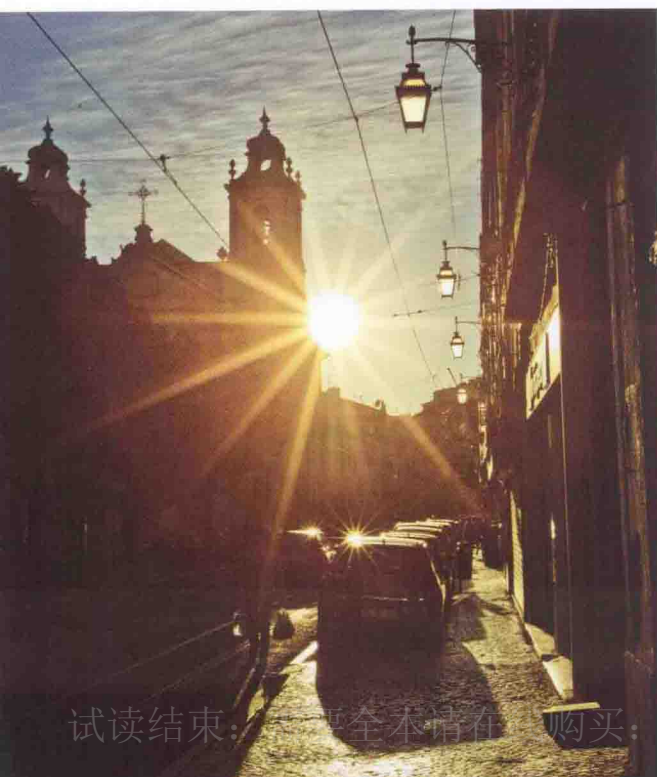
13.1 静物摄影的基本原则	242
13.1.1 背景的选择	242
13.1.2 光线的安排	243
13.1.3 质感的表现	244
13.1.4 构图的技巧	245
13.1.5 美食的拍摄	247
13.2 花卉摄影技巧	249
13.2.1 微距镜头和长焦镜头是拍花利器	249
13.2.2 季节对花卉摄影的影响	250
13.2.3 清晨和傍晚的光线适宜拍摄花卉	251
13.2.4 灵活利用从上午到下午的光线	252
13.2.5 根据主体特点构图	253
13.3 家庭装饰拍摄技巧	255
13.3.1 器材的选用	255
13.3.2 实际拍摄中的操作	256
13.4 拍摄唯美风格小物	257
13.5 拍摄可爱宠物	258
13.5.1 必要的准备工作	258
13.5.2 捕捉宠物玩耍时的清晰影像	259
13.5.3 活用构图表现宠物	259
13.5.4 利用侧光和逆光表现毛茸茸的宠物	260

▶ Chapter 14 动态影像的拍摄

14.1 拍摄前的设置决定动态影像的表现	262
14.1.1 根据需要设置文件格式和记录设置	262
NEX-5T的设置方法	262
α 5000/ α 6000/ α 7/ α 7R/ α 7S的设置方法 ..	262
14.1.2 “新文件夹”有利于视频文件的存储	263
NEX-5T的设置方法	264
α 5000/ α 6000/ α 7/ α 7R/ α 7S的设置方法 ..	264
14.1.3 动态影像录音设置对于视频的录制至关 重要	264
NEX-5T的设置方法	264
α 5000/ α 6000/ α 7/ α 7R/ α 7S的设置方法 ..	264
14.1.4 “减少风噪声”适用于风大的拍摄环境	265
NEX-5T的设置方法	265
α 5000/ α 6000/ α 7/ α 7R/ α 7S的设置方法 ..	265
14.2 拍摄时的操作应随机应变	265
14.2.1 第一步：设置好相机各项参数	265
在拍摄之前设置好各项参数	265
选择显示模式	266
14.2.2 第二步：在拍摄中设置各项参数	266
在拍摄过程中改变参数设置	266
在拍摄过程中自动对焦和结束动态 影像录制	267



14.3 动态影像的回放	267
通过回放按钮查看动态影像	267
通过“观看模式”项查看影像	267
在回放期间，可设置音量以及暂停、 快退、快进等操作	267
14.4 动态影像的删除	268
利用“播放”菜单中的“删除”选项删除 影像	268
在播放期间删除动态影像：NEX-5T的设置 方法	268
α 5000/ α 6000/ α 7/ α 7R/ α 7S的设置方法 ..	268
14.5 利用Picture Memories Home管理编辑 影像	269
14.5.1 智能检索，灵活管理	269
日历视图使视频查找更准确	269
搜索功能方便文件的查找	269
14.5.2 利用“编辑工具”处理图像	270
14.5.3 视频剪辑提取使视频更完美	271
简易的视频剪辑操作	271
“保存帧”方便保存瞬间动态画面	272





序言

Preface

微单相机既具备卡片相机轻巧时尚的优势，又能像数码单反相机一样更换镜头，拍摄高画质画面。其小巧的外观、高品质的画质、多样化的功能、时尚的造型，以及较数码单反相机低廉的价格，使其受到了众人的追捧。索尼微单相机的发展异常迅猛，实现了从NEX系列到 α 系列的跃进。目前在售的各机型功能各有千秋，既有适用于大众的 α 5000，满足摄影爱好者需求的NEX-5T、 α 6000，也有针对专业人士的 α 7系列，满足了不同人群对拍摄的需求。

随着索尼微单系列相机产品线的日益丰富，其专业的操作系统及不断扩充的镜头群使其更具系统性，同时形成了一套越来越庞杂的知识体系。因此，人们迫切需要有一些专业的参考书来指导相机操作，以便快速入门。本书就是专为使用索尼微单系列相机的人群量身定做的。

本书作为一本工具书，旨在帮助读者学会使用相机、用好相机，使索尼微单相机的功能得到有效发挥，进而拍摄出好照片来。书中就索尼微单相机的特点及其操作方法进行了系统的分析和讲解，针对各个菜单功能，全程配以优秀的照片做示范，对菜单的设置步骤以及为什么这样设置也进行了详细说明。通过本书，读者将逐步学会使用索尼微单相机，掌握各个题材的拍摄方法，真正领略摄影的美妙之处，并能够根据所学进行有创造性的摄影创作，迅速地从一名摄影新手成长为一名摄影高手！

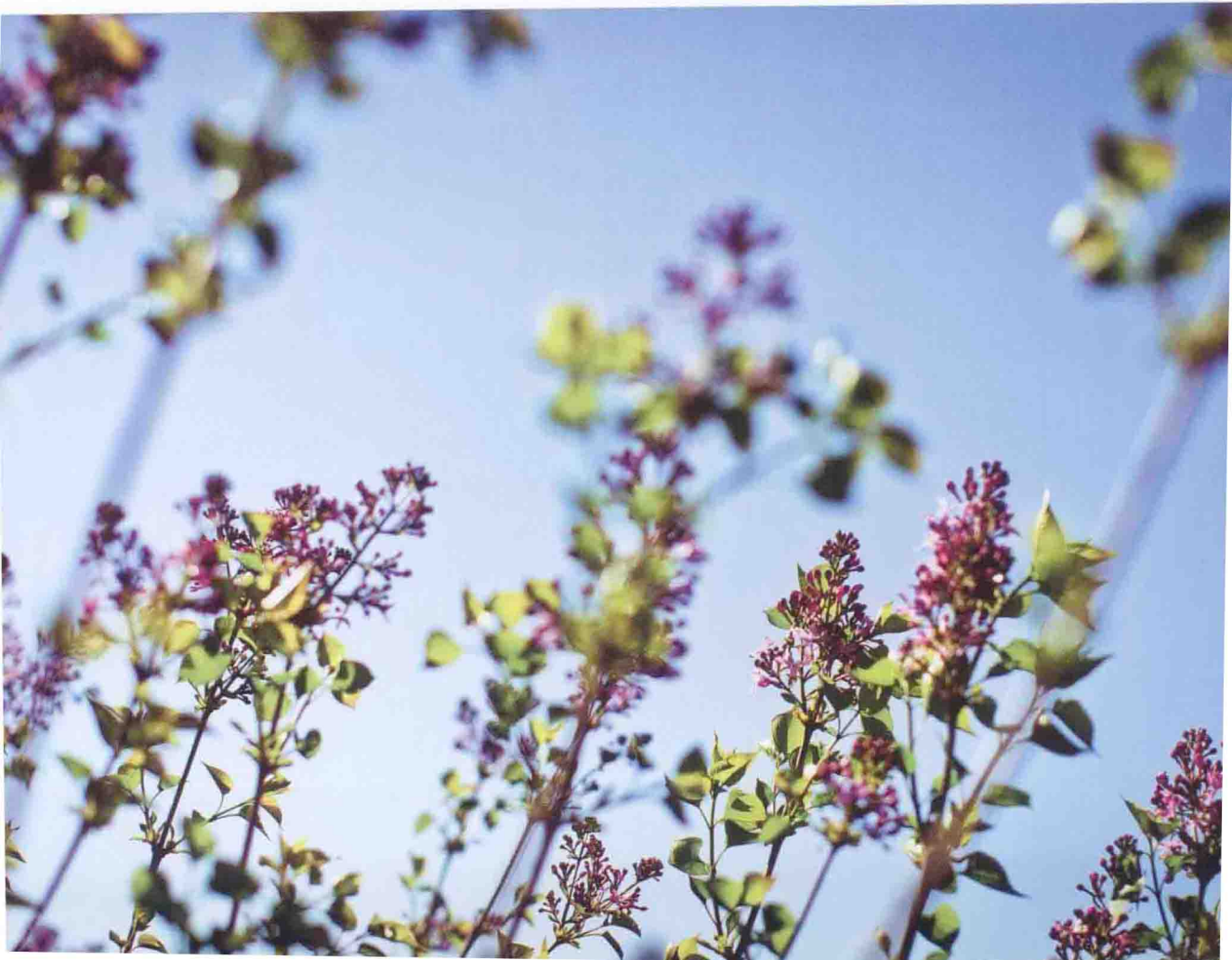
本书是畅销书《索尼NEX微单摄影从新手到高手》的最新升级版，针对NEX-5T、NEX-7、NEX-6、 α 5000、 α 6000、 α 7、 α 7R、 α 7S等机型进行讲解，使之更适合于索尼微单相机的广大用户。

赵楠、江湖大虾、靳明等摄影师为本书提供了大量优秀的摄影作品，模特杨小龙、胡玮玮、伊娜、圆圆、陈瑾、雨珊、孙凝、田洋、八喜、卢喻吟、佟欣等为本书付出了辛勤努力，特此鸣谢。

感谢唐山新视听 (<http://www.ttxst.com>) 对本书的大力支持！欢迎加入QQ群342972239（黑瞳摄影）与我们沟通交流。

目录

Contents



Part 01

索尼
微单的魅力

▶ Chapter 01 认识索尼微单相机

1.1 什么是微单相机	14
1.2 索尼微单相机的组成结构	14
1.3 索尼微单相机的特点	15
1.3.1 优良电子取景器	15
1.3.2 高分辨率使画质有保证	15
1.3.3 丰富的镜头选择	16
1.4 索尼微单相机相关名词	17
1.4.1 相机画幅	17
1.4.2 感光元件	18
感光元件的尺寸	18
感光元件对光线的灵敏程度	18
1.4.3 像素	19
1.4.4 液晶屏	20
1.4.5 取景器	20
1.4.6 图像的存储格式	21
1.4.7 短片录制格式	21
1.5 索尼微单相机系列	22
1.5.1 α5000	22
便携小巧, 适用范围广	22
适应暗光环境的拍摄	22
无限传输, 即时分享	23
自动HDR功能	23
13种照片效果保证图像高品质	23
1.5.2 NEX-5T	25
便捷的操作	25
混合自动对焦功能提高抓拍成功率	25
1.5.3 α6000	26
增强型混合自动对焦系统	26
新增加的AF-A对焦模式	26
眼控对焦和对焦锁定功能	27
1.5.4 α7/α7R/α7S	28
α7/α7R	28
α7S	29
1.5.5 NEX-6/NEX-7	30

▶ Chapter 02 索尼微单相机的众多 实用功能

2.1 直观的操作——控制转盘和软键	32
2.1.1 控制转盘	32
2.1.2 控制拨轮	32
2.1.3 软键	33
2.1.4 前后转盘功能	33
2.2 灵活好用的液晶屏	34
2.2.1 翻转屏的使用方法	34
2.2.2 触摸屏的使用方法	34
2.3 “DRO/自动HDR”适应明暗 反差较大的场景	35
2.4 “扫描全景”功能拍摄大场景	36
2.5 “创意风格”轻松设置照片风格	38
2.6 “人脸检测”“人脸登记”与“笑脸快门” 使人像拍摄快速准确	40
2.6.1 “人脸检测”优先对焦人脸	40
2.6.2 “人脸登记”方便家庭人像的拍摄	41
2.6.3 “笑脸快门”快速捕捉微笑画面	41
2.7 “动作防抖”保证昏暗场景下的 手持拍摄	42
2.8 “速度优先连拍”胜任运动场景拍摄	43
2.9 全高清AVCHD视频的魅力	44
2.10 便捷而灵活的视频录制方式	44
2.11 便捷的无线传输功能	45
Wi-Fi功能	45
NFC—触功能	46



Part 02

索尼微单 功能与操控

► Chapter 03

索尼微单相机各部件名称 及菜单设置

3.1 相机各部件名称及标识含义	48
3.1.1 机身正面详解	48
3.1.2 机身背面详解	48
3.1.3 机身侧面详解	49
3.1.4 机身顶部及底部详解	50
3.2 看懂液晶屏图标是设置相机的前提	50
3.3 熟记菜单结构使设置更快速	51
3.4 掌握菜单的设置方法	52
NEX机型的操作方法	52
α机型的操作方法	52
3.5 常用菜单的设置很重要	53
3.5.1 DISP按钮(液晶屏)控制显示功能	53
3.5.2 影像尺寸决定照片存储量	54
3.5.3 影像质量用于设置图像存储	55
3.5.4 纵横比决定照片的构图	55
3.5.5 丰富多彩的照片效果任君选择	56
3.5.6 观看模式(静态/动态影像选择)决定 回放方式	57
3.5.7 网格线是构图的好帮手	58

► Chapter 04

索尼微单相机实际操控

4.1 拍摄的第一步:了解曝光	60
4.1.1 快门决定曝光时间	60
快门速度的设置方法	60
快门与亮度	60
快门速度与影像清晰度	61
4.1.2 光圈控制镜头进光量	62
光圈值的设置方法	62

光圈与亮度	62
4.1.3 曝光不可或缺的元素:感光度	63
感光度的设置方法	63
感光度与亮度	63
感光度与画质	63

4.2 掌握曝光模式	64
4.2.1 曝光模式的设置方法	64
4.2.2 智能自动:乐得清闲	64
4.2.3 场景选择:各具特色	65
4.2.4 手动模式:随心所欲	68
4.2.5 快门优先:捕捉决定性瞬间	69
4.2.6 光圈优先:控制背景表现	70
4.2.7 程序自动:拍摄成功的保证	71
4.3 决定曝光的操作:测光	72
4.3.1 测光模式的设置方法	72
NEX-5T的设置方法	72
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	72
4.3.2 多重测光使画面整体曝光更合理	72
4.3.3 中心测光侧重于中央主体	73
4.3.4 点测光强调主体曝光	73
4.4 曝光补偿用于修正测光数据	74
NEX-5T的设置方法	74
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	74
4.5 曝光锁定使拍摄更方便	75
4.6 决定影像清晰度:对焦	76
4.6.1 自动对焦设置	76
NEX-5T的设置方法	76
α5000/α6000/α7/α7R/α7S的设置方法	76
4.6.2 选择合适的自动对焦模式	77
4.6.3 对焦区域	78
NEX-5T的设置方法	78





4.7 摄影中的用兵之道：拍摄模式	88
4.7.1 拍摄模式的设置	88
NEX-5T的设置方法	88
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	88
4.7.2 单张拍摄最常用	88
4.7.3 连拍适合拍摄主体动作较和缓的画面	89
4.7.4 定时连拍/自拍定时连拍表现不动的主体	89
4.7.5 速度优先连拍的连拍速度最快	90
4.7.6 自拍功能用途广泛	90
4.7.7 阶段曝光：连续得到三幅不同曝光的画面	91
4.7.8 单拍阶段曝光：每次拍摄一幅不同曝光的画面	91
4.7.9 白平衡阶段曝光得到不同色调的照片	92
4.7.10 DRO阶段曝光	93
4.7.11 遥控器使拍摄者行动更自由	93
4.8 控制画面的色彩表现：白平衡	94
4.8.1 轻松设置白平衡	94
NEX-5T的设置方法	94
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	94
4.8.2 丰富多彩的白平衡预设	95

α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	78
广域/多重对焦覆盖的对焦点最多	78
区对焦有利于拍摄动态主体	79
中间/中心对焦有利于快速对画面中央的 主体对焦	79
自由点对焦使对焦更为灵活	80
4.6.4 DMF功能	81
4.6.5 AF/MF控制	81
4.6.6 手动对焦弥补自动对焦的不足	82
NEX-5T的设置方法	82
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	83
4.6.7 对焦设置	83
在自动对焦或DMF时	83
在手动对焦时	83
4.6.8 相位检测区域	84
α 7的设置方法	84
NEX-5T的设置方法	84
4.6.9 “跟踪对焦”与“锁定AF”	85
NEX-5T的设置方法	85
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	85
4.6.10 “AF微调”使α卡口镜头的使用更方便	86
NEX-5T的设置方法	86
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	86
4.6.11 数码变焦便于查看对焦效果	86
NEX-5T的设置方法	86
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	86
4.6.12 “AF辅助照明”在暗光环境中辅助对焦	87
NEX-5T的设置方法	87
α 5000/α 6000/α 7/α 7R/α 7S的设置方法	87

Part 03
索尼微单配件
选购与使用

Chapter 05 索尼微单相机的镜头体系

5.1 索尼微单镜头体系	98
5.2 镜头标识名称	98
5.3 镜头影响景深的表现	99
5.3.1 光圈对景深的影响	99
5.3.2 焦距对景深的影响	100
5.3.3 拍摄距离对景深的影响	100
5.4 镜头常识	101
5.4.1 镜头焦距对视角的影响	101
标准镜头	101
广角镜头	102
长焦镜头	102
5.4.2 定焦与变焦	103
5.5 索尼微单全画幅镜头	105
5.5.1 蔡司标准变焦镜头Vario-Tessar T* FE 24-70mm F4 ZA OSS (SEL2470Z)	105



5.5.2 蔡司人文镜头Sonnar T* FE 35mm F2.8 ZA (SEL35F28Z)	106
5.5.3 蔡司标准定焦镜头 Sonnar T* FE 55mm F1.8 ZA (SEL55F18Z)	107
5.5.4 长焦变焦镜头FE 70-200mm F4 G OSS (SEL70200G)	108
5.5.5 经济型标准变焦镜头FE 28-70mm F3.5-5.6 OSS (SEL2870)	109
5.6 索尼微单APS-C画幅镜头	110
5.6.1 广角变焦镜头E 10-18mm F4 OSS (SEL1018)	110
5.6.2 电动变焦镜头E PZ 16-50mm F3.5-5.6 OSS (SELP1650)	111
5.6.3 高倍率变焦镜头E 18-200mm F3.5-6.3 OSS (SEL18200)	112
5.6.4 中长焦变焦镜头E 55-210mm F4.5-6.3 OSS (SEL55210)	113
5.6.5 纤薄饼干头E 20mm F2.8 (SEL20F28)	114
5.6.6 适合拍摄人像的E 50mm F1.8 OSS (SEL50F18)	115
5.6.7 适合多种题材的E 35mm F1.8 OSS (SEL35F18)	116
5.6.8 微距镜头E 30mm F3.5 Macro (SEL30M35)	117
5.6.9 蔡司镜头E Sonnar T* E 24mm F1.8 ZA (SEL24F18Z)	118

作为三脚架使用	122
作为小型脚架使用	122
6.4 滤镜使拍摄更具趣味性	123
6.4.1 UV滤镜有效保护镜头	123
6.4.2 偏振镜滤除偏振光使画面更通透	124
6.4.3 中灰滤镜调节镜头通光量	125
6.4.4 中灰渐变镜平衡画面明暗	125
6.5 卡口适配器大大扩展可用镜头组	126
安装步骤	126
LA-EA2	126
LA-EA4	126
6.6 外接闪光灯辅助照明	127
6.7 反光板是简易的补光工具	129
6.8 摄影包使摄影器材更安全便携	130
6.9 清洁用具使相机常新	130

► Chapter 07 提升拍摄成功率的必备技巧

7.1 拍摄前——准备工作至关重要	132
7.1.1 检查电池和存储卡	132
7.1.2 根据拍摄需要配备镜头	132
7.1.3 配备辅助器材	132
滤镜的准备	132
遮光罩的准备	133
脚架的准备	133
补光用具和掩体的准备	133
摄影包及相机必备配件的准备	133

► Chapter 06 相机配件及摄影附件 使照片更完美

6.1 应了解的存储卡知识	120
6.2 索尼微单系列电池：NP-FW50	120
6.3 灵活使用脚架使拍摄更自如	121
独脚架使用姿势	122
作为支撑架使用	122

