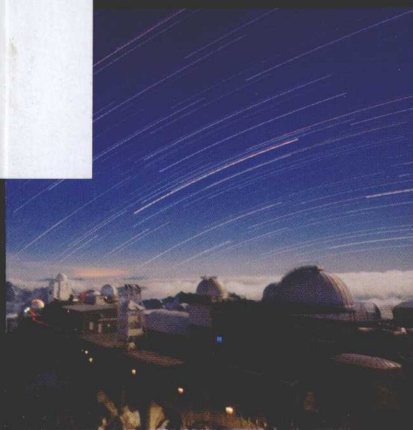
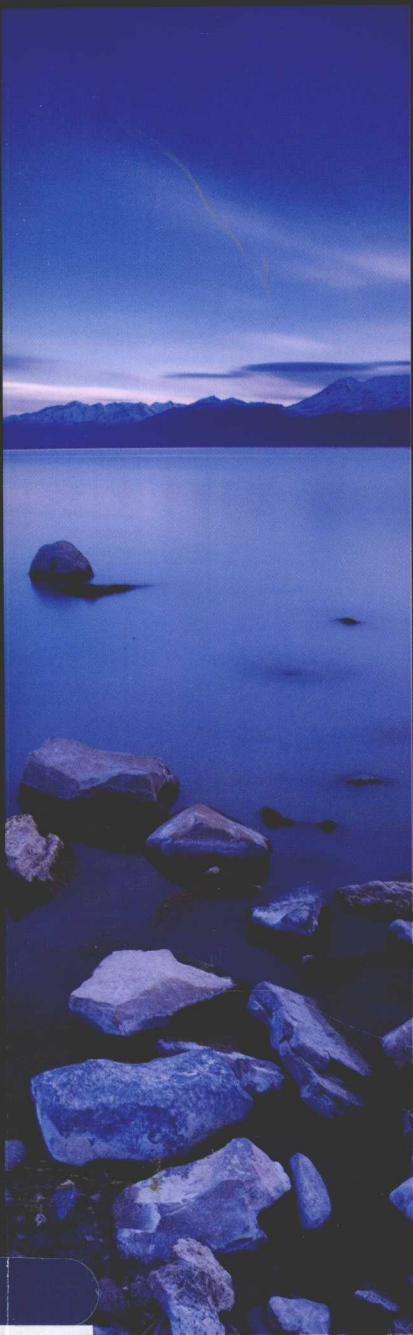




新视界 数码单反 实拍技巧 ——从入门到精通

范玉婵 / 编著



清华大学出版社



TB86
421

新视界：数码单反实拍技巧 从入门到精通

范玉婵 编著



清华大学出版社

北京



北航

C1732181

内 容 简 介

许多优秀的摄影师能够用“狗头”拍出“牛片”，分析其成功的原因，无非有三个。第一，眼光独到；第二，拍摄技法娴熟；第三，运气好。很显然，第一与第三个因素是无法复制的，因此，对于大多数摄影爱好者而言，应该切实地在第二点即拍摄技法方面下大一些功夫。这样，通过不断学习掌握大量拍摄技法后，当“好运气”降临，就能够从容应对，以娴熟的技法拍摄出震撼人心的大片。本书正是一本能够帮助各位读者快速掌握并精通各类常见题材拍摄技法的实用型图书，详细讲解了美女人像、户外人像、儿童、人文纪实、山景、日出日落、水景、树木、云雾、冰雪、梯田、沙漠、建筑、夜景、野生动物、宠物、鸟类、昆虫、花卉等20多类常见题材的数百种拍摄技法。

即使是接触摄影时间不长的读者，阅读本书之后，也能够掌握绝大多数摄影题材的拍摄技巧，轻松应对各种拍摄场合的挑战，用画面完美地表达出自己的情感、环境氛围……

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 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

新视界：数码单反实拍技巧从入门到精通 / 范玉婵编著. — 北京：清华大学出版社，2014
ISBN 978-7-302-34926-6

I. ①新… II. ①范… 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(2013)第321948号

责任编辑：陈绿春

封面设计：潘国文

责任校对：徐俊伟

责任印制：宋 林

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦A座 邮 编：100084

社总机：010-62770175

邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者：北京鑫丰华彩印有限公司

装 订 者：三河市新茂装订有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：185mm×260mm 印 张：17 字 数：501千字

(附光盘1张)

版 次：2014年6月第1版

印 次：2014年6月第1次印刷

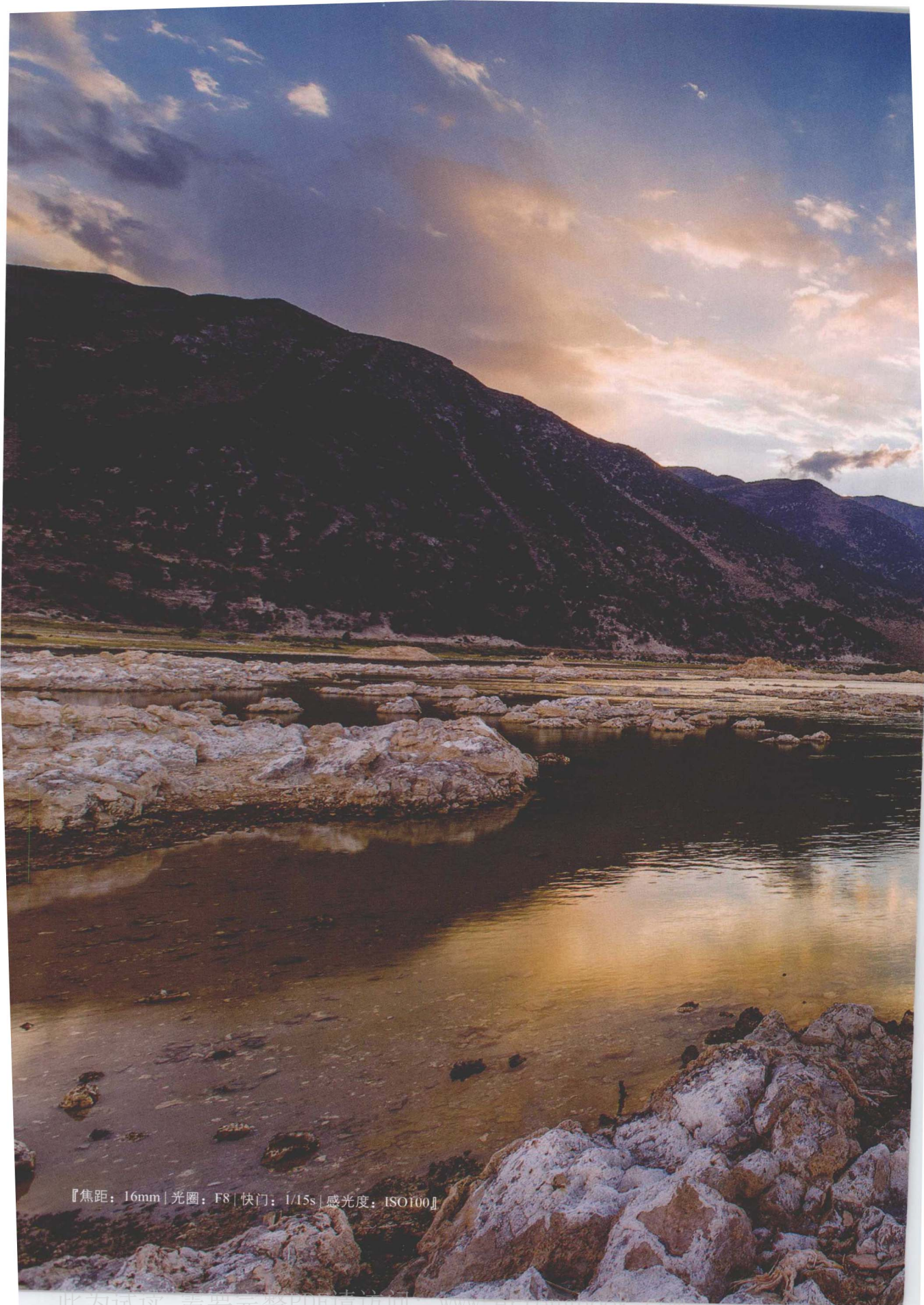
印 数：1~4000

定 价：88.00元

产品编号：051955-01

『焦距：127mm | 光圈：F3.2 | 快门：1/320s | 感光度：ISO100』





『焦距：16mm | 光圈：F8 | 快门：1/15s | 感光度：ISO100』

前言

这是个全民摄影的时代，但很显然，会摄影与拍好片是两个概念。有些摄友虽然精通器材，但面对一个常见的摄影题材，却未必能够拍出好照片。

对于这一部分摄友而言，要想拍出好照片，必须从两个方面提高自己。第一，培养自己发现美的慧眼；第二，熟练掌握并精通各类题材的拍摄技法。

要做到第一点，要求摄友常看大片、好片，并通过揣摩这些优秀的作品，提高自己的审美水平、发现独特拍摄角度的能力，这是一个长期的过程，不可能通过短时间的培训与阅读、练习一蹴而就。

而第二点，则是可以通过阅读、交流、培训及大量练习，得到快速提高的。对于不具备较深摄影理论功底的摄友而言，切实精通各类题材的常规拍摄技法，是提高出片率、捕捉到精彩瞬间，把想法变成摄影作品的要点。否则，面对美景或稍纵即逝的罕见瞬间，也会由于技法上的欠缺而错失良机，

摄影技法并不是一个空泛的名词，具体到人像、风光、生态、纪实等方面的摄影题材时，就是一个个具体的拍摄思路、拍摄手法、器材使用等。只是针对美女人像这一最常见的拍摄题材而言，就有很多拍摄技法需要掌握，例如，如何将模特的皮肤拍摄得更白一些、如何在弱光条件下拍摄人像、如何在强光下拍摄人像、如何纠正美女的摆姿等等。

本书正是一本能够帮助各位读者快速掌握并精通各类常见题材拍摄技法的实用型图书，详细讲解了美女人像、户外人像、儿童、人文纪实、山景、日出日落、水景、树木、云雾、冰雪、梯田、沙漠、建筑、夜景、野生动物、宠物、鸟类、昆虫、花卉等20多类常见题材的数百种拍摄技法。

即使是接触摄影时间不长的读者，阅读本书之后，也能够掌握绝大多数摄影题材的拍摄技巧，轻松应对各种拍摄场合的挑战，用画面完美地表达出自己的情感、环境氛围……

本了增加本书的附加值，本书附赠一张DVD光盘，内容包括Photoshop CS6软件的基础讲解与大量数码照片修饰处理案例视频教学文件、Canon EOS 5D Mark III与Nikon D7000两款相机的使用讲解视频。

本书是集体劳动的结晶，参与本书编著的包括以下人员：雷剑、吴腾飞、雷波、左福、范玉婵、刘志伟、李美、邓冰峰、詹曼雪、黄正、孙美娜、邢海杰、刘小松、陈红艳、徐克沛、吴晴、李洪泽、漠然、李亚洲、佟晓旭、江海艳、董文杰、张来勤、刘星龙、边艳蕊、马俊南、姜玉双、李敏、邵琳琳、李亚洲、卢金凤、李静、肖辉、寿鹏程、管亮、马牧阳、杨冲、张奇、陈志新、刘星龙、马俊南、孙雅丽、孟祥印、李倪、潘陈锡、姚天亮等。

本书光盘中的所在素材图像仅允许本书的购买者使用，不得销售、网络共享或做其他商业用途。

作者

第 01 章

美女人像摄影技法

美女人像摄影镜头的选用技巧.....	2
使用中焦镜头拍摄亲切、自然的人像.....	2
使用广角镜头拍摄人像,表现更多环境元素.....	4
使用长焦镜头拉近人物并获得漂亮的背景虚化效果.....	5
拍摄美女曝光参数设置技巧.....	6
根据被摄人物动静确定快门速度.....	6
增加曝光补偿拍出白皙皮肤.....	7
Q: 用RAW拍照便不需要曝光补偿,这是真的吗?	7
灵活应用白平衡拍摄人像,以表现不同画面效果.....	8
Q: 拍摄所有人像都需要设置白平衡吗?	8
暗光条件下拍摄人像,应适当提高感光度.....	9
Q: 降噪功能总是开启比较好?	9
利用浅景深突出美女人像.....	10
使用大光圈拍摄浅景深人像.....	10
Q: 光圈越大拍出来的照片越漂亮吗?	10
使用长焦镜头拍摄浅景深人像.....	11
通过靠近模特获得浅景深.....	12
安排模特远离背景获得浅景深效果.....	12
拍出不同影调的美女人像作品.....	13
拍摄中间调人像表现出强烈的真实感.....	13
拍摄高调人像表现出干净明朗的感觉.....	14
光圈优先模式下的高调人像实拍步骤.....	14
手动模式拍摄高调人像实拍步骤.....	14
拍摄低调人像表现出深沉有力的画面感觉.....	15
低调人像的实拍步骤.....	15
利用拍摄视角改变拍摄效果.....	16
平视角度拍摄人像真实自然.....	16
俯视拍摄人像展现空间层次.....	16
仰视角度拍摄使人物显得更修长.....	17
美女人像摄影构图技巧.....	18
三分法构图灵活表现人物主体.....	18
S形构图表现人物的柔美身姿.....	19

L形构图表现端庄典雅的人像.....	19
满面构图突出人物局部特征.....	20
斜线构图表现人物的修长身材.....	21
人像摆姿概述.....	22
头部.....	22
腰部.....	23
肩与手臂.....	24
手部.....	25
腿部.....	26
美姿实例.....	27
坐姿实例.....	27
站姿实例.....	28
躺姿实例.....	29
蹲姿与跪姿实例.....	30
动态姿势.....	31



第 02 章

户外人像摄影技法

户外人像摄影用光技巧.....	33
拍摄时避免直射光照射模特.....	33
使用反光板为阴影区补光.....	34
利用顺光消除面部的阴影.....	35
利用侧光使模特的五官更有立体感.....	35
利用逆光强调身体的轮廓感.....	36
利用光晕营造浪漫气氛.....	36
巧妙运用色彩拍出缤纷人像.....	37

暖色调人像给人以温馨的感觉.....	37
冷色调人像给人清爽的感觉.....	38
利用对比色突出被摄人物.....	38
不同光线环境人像拍摄技巧.....	39
通过构图过滤灰白的天空.....	39
阴天光线适合表现女性温婉的气质.....	40
阴天拍摄人像的曝光原则.....	40
阴天拍摄人像的曝光补偿使用技巧.....	41
阴天拍摄人像的白平衡调整技巧.....	41
在雨天拍出有气氛的人像摄影作品.....	42
黄昏散射光下拍摄人像.....	43
如何拍摄夜景人像.....	44
户外运动人像拍摄技巧.....	45
拍摄人像时眼神光的取舍.....	46
利用前景中的景物增加画面的层次.....	47

拍摄儿童面部特写.....	52
拍摄儿时的情感世界.....	53
到大自然中去拍摄.....	54
拍摄儿童可爱的身形.....	55
拍出小天使的感觉.....	55
别用闪光灯伤害儿童的眼睛.....	56
采用平视的角度进行拍摄.....	57



第 04 章 人文纪实摄影技法

体育赛事摄影技巧.....	59
选择适用的镜头.....	59
使用连拍保持成功率.....	60
尽可能提高快门速度.....	61
使用陷阱对焦锁定焦点.....	61
追随拍摄表现动感.....	62
Q: 运用追随法拍摄时应注意哪些问题:	62
拍摄决定性瞬间.....	62
人文纪实摄影技巧.....	63
以真实为拍摄前提.....	63
拍摄鲜活的表情.....	64
在照片中反映地域特色.....	64
舞台纪实摄影技巧.....	65
使用变焦镜头便于取景.....	65
使用高ISO保证高速快门.....	65
使用慢速快门营造特殊气氛.....	66

第 03 章 儿童摄影技法

引导儿童进入拍摄状态的技巧.....	49
由家人引导儿童.....	49
呼唤宝宝的名字.....	49
让孩子们忙碌起来.....	50
顺其自然就好.....	50
实战拍摄技巧.....	51
捕捉最真一刻.....	51
小道具的大用途.....	51

目录

慎用闪光灯, 以免破坏画面气氛.....	66
设置白平衡获取特殊色彩.....	67

拍摄技巧与知识

对于风光摄影来说, 需要具备良好的摄影技巧, 才能拍出令人满意的照片。风光摄影的技巧很多, 本章将从构图、光线、色彩、快门、光圈、ISO 感光度等方面, 为读者介绍一些实用的拍摄技巧。在拍摄风光时, 要注意选择合适的拍摄地点, 利用地形、地貌、天气等元素, 创造出独特的画面效果。同时, 还要注意控制曝光, 避免画面过亮或过暗, 保持色彩的还原度。在后期处理方面, 可以适当调整对比度、饱和度, 增强画面的视觉冲击力。

舞台纪实摄影技巧

舞台纪实摄影是一种特殊的摄影形式, 它要求摄影师在有限的时间内, 捕捉到舞台上精彩的瞬间。在拍摄时, 要注意选择合适的拍摄角度, 利用灯光、背景等元素, 突出演员的表演。同时, 还要注意控制快门速度, 避免画面模糊。在后期处理方面, 可以适当调整色彩, 增强画面的感染力。



逆光拍摄山的剪影.....	80
柔光下有意境的山景.....	81
利用逆光或侧逆光表现山峦的层次感.....	81
拍摄雪山的技巧.....	82
拍摄雪山实战指南.....	82
巧用水面倒影拍摄山脉.....	83
利用云雾表现山景.....	84
拍摄全景的山景.....	85
拍摄时固定相机的位置保证机位高度不变.....	85
选用中长焦镜头避免画面透视变形不易拼接.....	85
手动曝光保证每张照片明暗一致.....	86
利用多拍摄出来的面积充分重叠画面.....	86
拍摄全景照实战指南.....	86

第 05 章 山景摄影技法

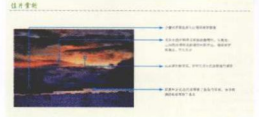
拍摄山景的准备工作.....	69
选择广角变焦镜头拍摄大场景山景.....	69
选择长焦镜头拍摄山体局部.....	70
使用独脚架既能稳定相机又能辅助爬山.....	71
使用双肩摄影包释放双手.....	71
选择视野开阔的拍摄地点.....	72
山景摄影曝光技巧.....	73
以地面为主采用包围曝光方式.....	73
以天空为主设置曝光补偿.....	74
灵活设置白平衡营造山景的氛围.....	75
山景摄影构图技巧.....	76
选择合适的角度拍摄不同的山势.....	76
山峦摄影实战指南.....	76
选择不同画幅表现山的气势.....	77
利用陪体增加山川的灵动感.....	77
利用三角形构图突出山的稳定感.....	78
利用V形构图突出山谷的势差.....	79
利用天然画框集中视线.....	79
山景摄影用光技巧.....	80
侧光拍摄具有立体感的山景.....	80

以天空为主设置曝光补偿

在拍摄山景时, 如果以天空为主要拍摄对象, 需要适当增加曝光补偿, 以避免天空过暗。可以通过调整相机的曝光模式, 选择光圈优先或快门优先模式, 手动调整曝光补偿。在后期处理时, 可以适当调整天空的亮度, 使其更加清晰。

选择长焦镜头拍摄山体局部

长焦镜头可以拉近拍摄对象, 突出山体的局部细节。在拍摄时, 要注意选择合适的拍摄角度, 利用地形、地貌等元素, 创造出独特的画面效果。同时, 还要注意控制快门速度, 避免画面模糊。



第 06 章 日出与日落摄影技法

拍摄日出与日落的准备工作.....	88
用遮光罩遮挡眩光.....	88
用中灰渐变镜降低进光量.....	89
选择合适的拍摄地点.....	90
拍摄太阳实战指南.....	90
选择最佳的拍摄时间.....	91
利用白平衡营造不同的画面气氛.....	92
日出、日落摄影曝光技巧.....	93
以地面景色为曝光依据.....	93
以水面反光为测光依据.....	93

以天空亮度为测光依据.....	94
Q：在拍摄日出日落时，如何防止画面过曝或欠曝？.....	94
利用小光圈拍摄太阳的光芒.....	95
Q：光圈会影响成像质量吗？.....	95
减少曝光补偿增强画面色彩.....	96
日出、日落摄影构图技巧.....	96
寻找画面前景衬托太阳.....	96
拍摄日出、日落剪影，保持画面的简洁.....	97
为升起的太阳预留运动空间.....	97
利用海面倒影增强画面的空间感.....	98
注意保持地平线水平.....	99
拍摄出霞光万丈的效果.....	100
使用小光圈捕捉画面中的光线实战指南.....	100



Q：使用脚架拍摄时，是否需要关闭镜头的防抖功能？.....	107
拍摄水景时的曝光技巧.....	108
延长曝光时间表现丝绸般的瀑布水流.....	108
Q：如何得到低速快门？.....	108
长时间曝光拍摄绵延、柔美溪流的实战指南.....	108
逆光低角度拍摄黄昏时波光粼粼的水面.....	109
拍摄波光粼粼的水面实战指南.....	109
高速快门表现波涛汹涌的海浪.....	110
通过动静对比拍摄溪流.....	111
利用合适的构图表现水景的美感.....	112
选择合适的画幅表现瀑布的气势.....	112
使用对称构图拍摄倒影展现对称之美.....	113
使用曲线构图展现水面流畅的线条美感.....	113
使用前景打破水面的单调感.....	114
使用水平线构图展现水面的宽广感.....	114
通过对比突出瀑布的气势.....	115
拍摄具有别样景致的沙滩.....	115
让落日为海洋增添气氛.....	116



第 07 章

水景摄影技法

拍摄水景的准备工作.....	102
使用广角镜头表现海面的辽阔感.....	102
使用长焦镜头表现水面的波纹.....	103
使用偏振镜突出水面碧蓝的颜色.....	104
使用偏振镜拍摄清澈见底的水面效果.....	105
拍摄宁静湖泊的实战指南.....	105
使用中灰镜降低进光量拍摄出如丝般的水流.....	106
使用脚架增强拍摄时的稳定性.....	107

第 08 章

树木摄影技法

拍摄树木的准备工作.....	118
使用广角镜头拍摄大面积的森林.....	118
使用长焦镜头拍摄精致的树叶.....	119
使用偏振镜消除树叶上的反光.....	120

目录

树木摄影实战指南.....	121
拍摄不同时间段的树木.....	121
春.....	121
夏.....	121
秋.....	122
冬.....	122
拍摄树木的曝光技巧.....	123
使用小光圈利于表现林间“光芒四射” 的景致.....	123
使用深色背景突出叶子.....	123
树木摄影常用拍摄视角.....	124
仰视拍摄表现树木的高大.....	124
俯视拍摄表现森林的整体气势.....	124
拍摄树木的构图方法.....	125
垂直线构图表现蓬勃生长的树木.....	125
以特写表现树干突出纹理.....	125
以剪影表现树木的外部结构形态.....	126
拍摄逆光剪影的实战指南.....	126
拍摄修长的树影增加画面空间感.....	127
借助林中雾气营造梦幻意境.....	127
拍摄铺满黄叶的林荫小路.....	128
拍摄造型各异的树叶.....	128
表现特殊的树叶形态.....	128
逆光拍出半透明的树叶.....	129
拍摄逆光半透明树叶的实战指南.....	129

第 09 章

云雾摄影技法

拍摄蓝天白云要注重运用偏振镜.....	131
用低速快门拍出云彩的流动感.....	132
用柔光镜让雾景更朦胧.....	133
选择不同镜头拍摄雾气.....	134
通过调整曝光补偿使雾气更洁净.....	135
利用白平衡调整画面的整体色调.....	136
雾霭摄影实战指南.....	136
利用正确的光线拍摄云海.....	137
云海摄影实战指南.....	137
利用明暗反差衬托云雾.....	138
留白让云雾画面更有意境.....	138
虚实对比让雾气更缥缈.....	139



第 10 章

冰雪、梯田、沙漠摄影

技法

拍摄冰雪必须掌握的技法.....	141
拍摄雪景,光线的选择很重要.....	141
拍摄雪景实战指南.....	141
正确使用曝光补偿.....	142

根据环境设置白平衡.....	143
通过对比为画面增加形式美感.....	144
拍摄雪花飞舞的场景.....	145
利用前景赋予雪景生动的气息.....	146
拍摄带有蓝天的雪景实战指南.....	146
拍摄梯田必须掌握的技法.....	147
利用线条表现层层叠叠的梯田.....	147
利用云雾表现梯田.....	147
拍摄沙漠必须掌握的技法.....	148
利用动植物表现有生命的沙漠.....	148
利用线条表现平静的沙漠.....	149

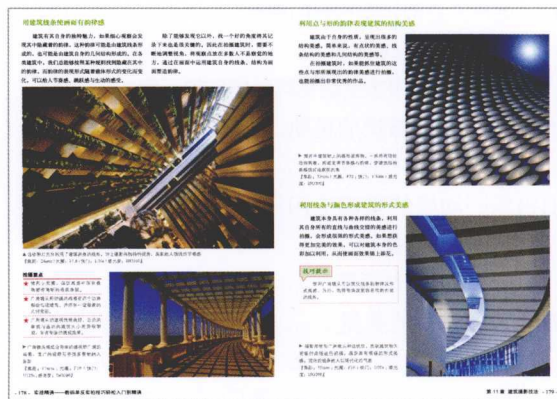


表现建筑风格各异的内景.....	156
聚焦建筑的精美细节.....	157
展现或精美或奇特的外形.....	157
从细节入手拍出建筑的个性.....	157
建筑摄影常用构图形式.....	158
利用一点透视表现建筑的纵深感.....	158
利用对称再现建筑的完美造型.....	158
利用大小对比突出建筑的体积感.....	159
用建筑线条使画面有韵律感.....	160
利用点与形的韵律表现建筑的结构美感.....	161
利用线条与颜色形成建筑的形式美感.....	161
寻找点、线、面，塑造建筑的形式美.....	162
用不同的光线塑造建筑.....	162
逆光拍摄建筑.....	162
利用侧光提升建筑的立体感.....	163
前侧光拍摄建筑.....	163
以近景拍摄华丽的古建屋脊.....	164
用光影凸显古建的岁月魅力.....	165
拍摄秀丽园林5大要点.....	166
避让游人.....	166
了解园林特色.....	166
利用框式构图.....	166
善用包围曝光.....	166
使用广角镜头.....	166
利用仰视、俯视拍摄纵横交错的立交桥.....	167
利用透视效果拍摄笔直的桥梁与道路.....	168
利用斜线构图拍摄桥梁的跨度感.....	169
利用曲线构图表现蜿蜒的桥梁与道路.....	169

第 11 章

建筑摄影技法

建筑摄影的5个表现要点.....	151
表现立体感.....	151
表现体量感.....	151
表现稳定感.....	151
表现质感.....	152
表现时代感.....	152
建筑摄影常用画幅形式.....	153
用不同角度全方位拍摄建筑.....	154
仰视拍摄展现建筑的高耸.....	154
平视拍摄展现建筑的真实形态.....	155
俯视拍摄展现建筑的独特韵律.....	155



第 12 章

夜景摄影技法

拍摄繁华的城市夜景.....	171
夜景摄影的器材准备.....	171
Q: 什么时候使用反光镜预升功能?.....	171
夜景摄影拍摄时间的选择.....	171
夜景摄影的曝光技巧.....	172
配合三脚架拍摄夜景建筑实战指南.....	172
长时间曝光拍摄时降低噪点的技巧.....	173
Q: 降噪功能总是打开比较好?.....	173
利用水面倒影表现城市迷人的灯光.....	174
拍摄夜晚的城市街景.....	174
手持相机拍摄夜景实战指南.....	174
拍出个性化的灯光变焦线条.....	175
拍摄放射状效果实战指南.....	175
高ISO下拍摄夜景的降噪技巧.....	176
运用灯光展现夜景建筑的繁华与现代.....	177
结合建筑拍摄动感车流.....	177
拍摄动感车流实战指南.....	178
拍出焦外成像的唯美光斑.....	179
拍摄光斑实战指南.....	179
采用小光圈为夜景城市添加点点星光.....	180
拍摄点点星光的夜景建筑实战指南.....	180
鸟瞰拍摄万家灯火的技巧.....	181
拍摄缤纷烟花的技巧.....	182
拍摄前的准备工作.....	182
选择恰当的光圈和快门组合.....	182
拍摄烟花实战指南.....	182
使用B门拍摄多重烟花同时绽放的画面.....	183
拍摄具有科幻感觉的星轨.....	184
拍摄星轨实战指南.....	185
拍摄惊心动魄的雷鸣电闪.....	186
闪电的拍摄技巧.....	186
拍摄闪电实战指南.....	186
拍摄皓月当空的美景.....	187
拍摄月亮时要注意曝光.....	187
利用不同镜头焦距控制月亮在画面中的大小.....	187

选择适当的快门速度.....	188
拍摄月亮实战指南.....	188



第 13 章

野生动物与宠物摄影技法

拍摄动物园中动物的技巧.....	190
通过虚化背景突出主体.....	190
拍摄眼睛让照片更传神.....	191
通过高速连拍捕捉动物的表情.....	192
Q: 拍摄运动物体时, 怎样才能不错过精彩瞬间?.....	192
让碍眼的铁笼消失.....	193
用手选对焦点确保对焦准确.....	194
Q: AF的对焦点(框)个数越多越好吗?.....	194
拍摄野生动物的技巧.....	195
必备的拍摄利器——长焦镜头.....	195
获得好照片的关键——细心观察.....	196
注意背景的选择.....	196
局部拍摄也精彩.....	197
尽量压低拍摄视角.....	197
预测运动趋势辅助构图.....	198
用光线塑造动物的形体感.....	199
拍摄水族馆海洋生物的技巧.....	200
拍摄时曝光参数的设置.....	200
拍摄时镜头贴紧玻璃.....	201
避免盲目提高快门的速度.....	202

拍摄家庭宠物的技巧.....	203
捕捉宠物最普通的生活状态.....	203
宠物与它的玩具.....	204
设置连拍功能捕捉精彩瞬间.....	205
俯拍不奇怪,仰拍才更精彩.....	206
捕捉萌宠生动的表情.....	206
利用柔光表现宠物柔顺的毛发.....	207
利用逆光或侧逆光表现宠物的轮廓晕光.....	207
捕捉主人与宠物亲密的镜头.....	208
表现宠物之间的交流.....	209
给宠物拍出点创意.....	210



第14章

鸟类摄影技法

鸟类摄影器材准备.....	212
长焦镜头是鸟类摄影的首选镜头.....	212
利用增距镜拍摄鸟儿.....	213
利用三脚架稳定相机.....	214
Q: 使用三脚架后会不会影响移动的 时的速度?	214
拍摄飞鸟实战指南.....	214
鸟类摄影曝光与对焦技巧.....	215
尽量提高快门速度.....	215
使用点测光以获得准确测光.....	216
使用中央对焦点以获得更准确的对焦结果.....	216

使用连续自动对焦以保证主体清晰.....	217
Q: 拍摄飞鸟可以使用单次自动对焦吗?	217
利用高速连拍以确保不错过精彩瞬间.....	218
Q: 拍摄运动中的物体时应该怎么对焦?	218
鸟类摄影构图技巧.....	219
以蓝天为背景获得简洁画面.....	219
用斜线构图增强鸟儿的动感.....	220
在运动方向留出空间.....	220
变换景别表现不同特点.....	221
鸟类摄影用光技巧.....	222
侧光塑造鸟儿的立体感.....	222
逆光赋予羽翼透明感.....	223
利用逆光拍摄鸟的剪影.....	224
放低机位拍摄游禽.....	225
用食物引诱进行拍摄.....	225



第15章

昆虫摄影技法

昆虫摄影的表现形式及注意事项.....	227
手持微距镜头拍摄昆虫实战指南.....	227
微距摄影的七种武器.....	228
利用附件及相机功能进行防抖.....	229
三脚架.....	229
快门线和遥控器.....	229
使用自拍功能防抖.....	230

目录

利用手动对焦获得更精准的对焦结果.....	230
使用闪光灯拍摄昆虫的优点.....	231
使用闪光灯能更好地展现昆虫的光泽.....	231
使用闪光灯提高快门速度.....	231
使用内置闪光灯的注意事项.....	232
注意主体和陪体的色彩关系.....	232
选择合适的构图拍摄昆虫.....	233
运用恰当的光线拍摄昆虫.....	234
选取合适的角度拍摄昆虫最美的一面.....	235
在清晨拍摄沾满露水的昆虫.....	236
使用微距镜头配合三脚架拍摄昆虫实战指南.....	236
拍摄昆虫对焦后要避免重新构图.....	237
Q: 微距拍摄时无法对焦怎么办?.....	237



第 16 章

花卉摄影技法

选择不同镜头拍摄花卉.....	239
用广角镜头拍摄大场景花丛.....	239
用长焦镜头拍摄花卉的特写.....	240
用中焦镜头拍摄花丛的局部.....	241
用微距镜头呈现花卉的细节.....	242
Q: 镜头的“最大放大倍率”是什么?.....	242
表现花卉的形态与颜色.....	243
选择大场景或局部拍摄花卉.....	243
利用偏振镜使花卉颜色更加纯净.....	244

拍摄花卉时的曝光补偿使用技巧.....	245
拍摄浅色花卉时应增加曝光补偿.....	245
降低曝光补偿增加花卉色彩饱和度.....	245
寻找不同视角拍摄花卉.....	246
平视拍摄花卉很自然.....	246
仰视拍摄花卉更精彩.....	246
俯视拍摄花卉要在构图与选景方面下功夫.....	247
花卉摄影常用构图技法.....	248
散点式构图表现星罗棋布花卉的美感.....	248
黄金分割构图表现花朵的美感.....	248
中心式构图突出花卉主体.....	249
用不同的背景衬托花卉.....	250
利用长焦镜头或大光圈得到漂亮的背景虚化效果.....	250
使用长焦镜头拍摄微距实战指南.....	250
使用深色或浅色背景来凸显花卉.....	251
花卉与背景的色彩搭配技巧.....	252
表现在风中摇曳的花朵.....	253
利用对比突出俏丽花朵.....	254
虚实对比.....	254
明暗对比.....	254
以逆光拍摄花卉表现其透明质感.....	255
拍摄逆光花卉实战指南.....	255
用昆虫让花卉更有趣.....	256
用水珠让花卉更生动.....	257
使用微距镜头配合三脚架拍摄花卉实战指南.....	257



『焦距：85mm | 光圈：F6.3 | 快门：1/125s | 感光度：ISO100』

第01章



美女人像摄影技法

镜头选择 曝光设置 浅景深效果
各种影调 拍摄角度 构图技巧



美女人像摄影镜头的选用技巧

使用中焦镜头拍摄亲切、自然的人像

50mm（对APS-C、DX画幅）及85mm（对全画幅）焦距段通常被称为“人像焦距段”，这是因为当拍摄照片时镜头的焦距约为85mm，拍摄人像时所产生的视觉效果接近人眼，符合人的正常视角，所以画面效果给人的感觉也更真实，是拍摄人像的最佳选择。

也正因如此，对于APS-C、DX画幅的相机而言，50mm焦距、最大光圈为F1.2的镜头被称为“人像镜头”；而对全画幅的相机而言，85mm焦距、最大光圈达到F1.2的镜头，则被称为“人像镜皇”。

► 使用人像焦距段的镜头拍摄的人像，人像变形非常小，符合人的视角习惯，看起来真实自然



『焦距：50mm | 光圈：F5.6 | 快门：1/800s | 感光度：ISO100』



佳能中焦镜头推荐 EF 50mm F1.2 L USM

这款标准定焦镜头采用了最新的光学技术，在用料上可谓不遗余力，其尺寸达到了85.8mm×65.5mm，重量更是达到了580g，这样的镜头配在中高端机型（如Canon EOS 5D Mark II）身上，机身与镜头之间非常平衡。

作为一款超大光圈镜头，其对焦速度是被大家重点关注的一个性能。这款镜头内置了高速CPU及优化设计的自动对焦算法，能够实现较高速的对焦。但在光圈全开的情况下，对焦速度还是有待改进。

这款镜头采用了一枚高精度非球面镜片，在降低球面像差的同时，提高了成像的锐度，并获得反差良好的高画质影像，而8叶光圈片则保证了镜头拥有极佳的虚化效果。另外，作为一款L级镜头，其卡口部位采用了严格的防尘、防滴密封设计。目前，这款镜头的参考售价约为12 000元。

镜片结构	6组8片
光圈叶片数	8
最大光圈	F1.2
最小光圈	F16
最近对焦距离（cm）	45
最大放大倍率	0.15
滤镜尺寸（mm）	72
规格（mm）	85.8×65.5
重量（g）	590



尼康中焦镜头推荐 AF-S 50mm F1.4 GZ

这款镜头的前身是AF-S 尼克尔 50mm F1.4 D，新的50mm F1.4 G镜头在光学结构上采用了全新的设计，镜片结构由原来的6组7片变为现在的7组8片，多达9片的圆形光圈叶片可保证能够创造出优美的焦外成像效果，即得到的焦外成像效果更加柔和，而且得到的虚化部分可以形成非常唯美的圆形。

需要注意的是，这款新镜头并不带有尼康最新的纳米镀膜技术，甚至连尼康一向广泛使用的低色散ED镜片也没有，因此在色散方面的表现较为一般。

镜片结构	7组8片
光圈叶片数	9
最大光圈	F1.4
最小光圈	F16
最近对焦距离（cm）	45
最大放大倍率	1 : 7
滤镜尺寸（mm）	58
规格（mm）	73.5×54
重量（g）	280