

联名推荐

蜂鸟网人像摄影论坛版主 TOM 幻影骑士
台湾专业人像摄影师 Alex 张叮克 KennyChi



周明进 (Mcarkey) | 著

完美人像摄影实战



风格 · 造型 · 场景 · 布光 · 拍摄 · 后期

可爱 · 欧美时尚 · 日系清新
偶像 · 唯美性感 · 法式浪漫

超人气模特 ×
16种精彩造型

主题策划 · 场景布置 · 彩妆造型
光线运用 · 模特引导 · 后期制作



 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

0140 34469

J413
80



完美人像



摄影实战

风格 · 造型 · 场景 · 布光 · 拍摄 · 后期

■ 周明进 (Mcarky) | 著



北航

C1714675

人民邮电出版社
北京

J413

80

图书在版编目(CIP)数据

完美人像摄影实战：风格·造型·场景·布光·拍摄·后期 / 周明进著. — 北京：人民邮电出版社，2014.4

ISBN 978-7-115-34806-7

I. ①完… II. ①周… III. ①人像摄影—摄影艺术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第032070号

版权声明

从A到A+! Mcarky的更完美人像摄影术©周明进KramMcarky著 / 城邦文化·流行风DIGIPHOTO出版

中文简体字版©2014由人民邮电出版社发行

本书经城邦文化股份有限公司流行风出版事业部授权，同意由人民邮电出版社出版中文简体字版本。非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。本书不得在中国香港、澳门特别行政区及台湾地区发行及销售。

内容提要

本书基于8位超人气模特的16种精彩造型，涵盖萌感可爱、欧美时尚、日系清新、韩风偶像、唯美性感、法式浪漫等潮流风格，通过数百张图例讲解了人像摄影的完整流程，从主题策划到后期制作，从场景布置到彩妆造型，从光线运用到模特引导，是想在人像摄影领域精益求精的你绝对不能错过的实战宝典。

本书适合人像摄影爱好者，以及希望通过学习主题人像摄影来提高摄影水平的摄影师参考阅读。

-
- ◆ 著 周明进 (Mcarky)
 - 责任编辑 翟磊
 - 责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京盛通印刷股份有限公司印刷
 - ◆ 开本：787×1092 1/16
印张：12.5
字数：451千字 2014年4月第1版
印数：1-4000册 2014年4月北京第1次印刷
著作权合同登记号 图字：01-2013-7466号
-

定价：69.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

经营许可证：京崇工商广字第0021号



北航

C1714675

导论

摄影大师对我的影响

筱山纪信 (Shinoyama Kishin) | 野村诚一 (Nomura Seiichi) |

蜷川实花 (Mika Ninagawa) | 川内伦子 (Rinko Kawauchi)

主题式摄影前的准备要点

01 创意的来源与主题的确立

02 事前的准备与策划的方式

03 服装造型的准备

04 模特的邀请与沟通

拍摄计划规划表

Chapter 01 萌少女的粉色绮想

甜美萌感日系风，热切想要拥有的冲动油然而起

创意构思 23

| 前期准备 | 场景设置 24

萌感元素整理与布景技巧

| 延伸阅读 | 色调选择有诀窍

| 前期准备 | 彩妆造型 25

蓬松长卷发 + 欧系蕾丝帽 + 绑带小短裤 + 球球短袜

| 延伸阅读 | 可爱感觉的配件

| 拍摄技巧 | 布灯示范 27

摄影棚常用的补光技巧

布光与相机参数的设置步骤

熟悉相机操作是关键

| 拍摄技巧 | 模特的引导 31

运用道具给指示

运用动作给指示

运用情绪给指示

运用画面给指示

后期处理 34

后记

Chapter 02 简练纯粹的经典风格

欧系时尚人像，布灯技巧与模特表现的最佳考验

创意构思 39





前期准备 场景设置	40
前期准备 彩妆造型	40
彩妆与发型	
拍摄分享 光线运用	42
黑背景的魔力	
白墙的光影效果	
硬聚光的戏剧感	
柔聚光的细腻质感	
拍摄分享 模特的引导	44
甩动头发	
拍摄姿势指示	
裸背时怎么拍	
不需要动作的动作——眼神	
情绪传达	
后期处理	48

后记

Chapter 03 治愈系的空气感写真

让日系清新氛围更上一层楼

创意构思	53
前期准备 器材与造型	54
拍摄分享 用光分析	55
拍摄分享 模特引导	55
后期处理	57

用排版加强清新感

后记

Chapter 04 韩系缤纷偶像风

集可爱、性感、华丽于一身，打造超吸睛偶像

创意构思	63
前期准备 彩妆造型	64
拍摄分享 天真可爱的糖果色女孩	65
逆光 + 过曝，消除不想要的背景	
高ISO+现场光，拍摄角度更灵活	

拍摄分享 性感女孩的狂野湿身秀	66
狭窄空间里的大张力	
拍摄分享 和青春女孩一起玩	67
第一人称的互动拍摄方式	
视角转换, 风格大不同	
拍摄分享 华丽女孩的偶像风采	68
拍摄分享 光线运用	69
后期处理	70
后记	

Chapter 05 日系唯美性感写真

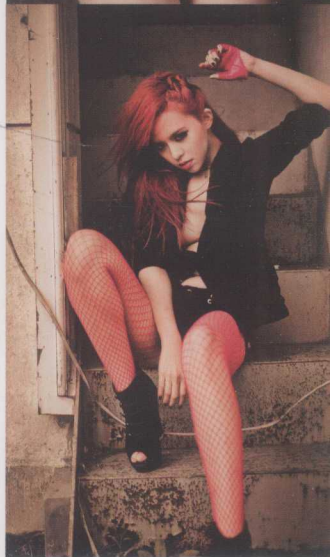
清新晨光中, 最真实的亲密接触

创意构思	75
前期准备 场景设置	76
前期准备 服装与造型	77
拍摄分享 用光解析	78
顺光拍摄技巧及空间运用	
逆光拍摄技巧及空间运用 01人物完全背光拍摄	
逆光拍摄技巧及空间运用 02人物侧面补光拍摄	
拍摄技巧 模特的引导	79
以脸部表情为主的常用引导技巧	
增加手部动作, 让画面更加活泼	
适度使用道具, 使画面更生动	
拍摄局部特写, 让画面更具真实感	
后期处理	82
后记	

Chapter 06 放荡不羁的美式朋克风

充满叛逆张力的影像呈现, 震撼你的眼球

创意构思	87
前期准备 场景与造型	88
拍摄分享 用光解析	88
1. 积极寻找光线, 顺光的拍摄应用	
2. 人物背光的拍摄应用	





3. 适度引导模特，让拍摄更到位
4. 保留适当空间和阴影，让画面更立体
5. 用不同的颜色和夸张的动作来制造冲突感

后期处理92

后记

Chapter 07 法式浪漫唯美人像

如梦般的清新甜美，让人忍不住深呼吸

创意构思97

| 前期准备 | 场景与造型98

| 延伸阅读 | 景深的处理

| 拍摄分享 | 用光与道具99

| 拍摄分享 | 模特引导100

| 拍摄分享 | 构图与拍摄101

后期处理102

后记

Chapter 08 性格绝对嚣张的绝美花魁

走进华丽绚烂，见证美女万种风情

创意构思107

| 前期准备 | 场景设置108

| 前期准备 | 服装与造型109

| 拍摄分享 | 布灯示范110

SCENE 1 | 平面背景搭配小道具

SCENE 2 | 大量仿真花作为背景

SCENE 3 | 图腾壁纸+华丽花布+情色元素

SCENE 4 | 大红色为底的华丽风格

后期处理114

后记

Chapter 09 女学生清纯风格写真

双马尾×学生制服，怦然心动的清纯魅力

创意构思119

前期准备 场景、造型与器材	120
拍摄分享 各场景拍摄技巧	121
1. 校园内的拍摄技巧	
2. 女生宿舍内的拍摄技巧	
3. 在浴室的拍摄技巧	
4. 日系场景的拍摄技巧	
后期处理	125

| 延伸阅读 | AB色版的调整说明

后记

Chapter 10 童话风创意美形人像

设置主题，用影像表现天马行空的故事吧

创意构思	129
拍摄分享 骑士篇	130
拍摄分享 皇后篇	132
拍摄分享 小红帽篇	134
后期处理	137

后记

Chapter 11 创意光线棚拍人像

驾驭光线！非正规灯具也能玩出多变光感

创意构思	141
前期准备 造型与场景设置	142
拍摄分享 用光解析	142

从下往上的渐变光线效果

刻画立体感的渐变灯法

左右夹光的双主灯

用两支灯管模仿棚灯

切开前后的立体灯法

用水雾创造边缘光与层次感

利用逆光在全黑中打出层次感

单灯的渐变与留黑效果

平行双主灯的全身照用光法

双主灯光线交集效果





水管灯的特殊效果
打出有层次及重心感的夹光
水管灯与灯管综合应用

后期处理 146

后记

Chapter 12 恐怖电影氛围的系列摄影

让感觉与张力并存，拍出充满氛围的精彩时尚作品

创意构思 151

| 前期准备 | 一个故事，一段影像 152

| 拍摄分享 | 布光、引导与造型 152

从黑暗中升起的舞台，开启了看似正常又带着些许诡异的序幕
美丽的收藏屋，空气中凝结着薄薄的冷漠
贪婪与不满足，是堕落的开始
想回到过往的单纯，却坠落更痛苦的深渊
紧握着不愿放手，一步步踩入心灵漩涡
遗忘、丢弃，只是另一个罪恶的开始

后期处理 156

后记

Chapter 13 惊艳彩妆时尚摄影

商业摄影领域的入门砖

创意构思 161

| 拍摄分享 | 01 以雪为主题的特殊彩妆 162

基本构思
拍摄前的准备
彩妆造型
拍摄方式及实际做法
| 延伸阅读 | 利用过曝营造冰雪感

| 拍摄分享 | 02 以脸部彩妆为重点 163

基本构思
拍摄前的准备
彩妆造型
拍摄方式及实际做法
| 延伸阅读 | 使用小道具来集中视觉的技巧

| 拍摄分享 | 03 以衣服为拍摄重点 164

基本构思

拍摄前的准备

拍摄方式及实际做法

后期处理 165

后记

Chapter 14 美式FreeStyle风格表现

自由展现潮流与性感，没有规则就是规则

创意构思 169

| 拍摄分享 | 街头嘻哈风 170

运用局部特写引发遐想

正午 × 涂鸦墙的应用

草原 × 废五金的有趣组合

逆光下，废弃卡车的空间感

露与不露间的期待感

| 拍摄分享 | 美式性感泳装 172

逆光与顺光的应用

降低色彩干扰，重点更突出

用光影拉出立体感

利用光影拍出立体与性感

| 拍摄分享 | 马场 × 比基尼的奔放气息 173

活用环境中现有的道具

善用逆光营造光晕与边缘光

| 拍摄分享 | 海边的光线运用 174

不使用任何辅助灯光拍摄

从模特侧后方补光拍摄从模特正后方补光拍摄

后期处理 175

后记

Chapter 15 光影之间的真实面貌

在黑暗与光明之间，找到自己

创意构思 179

| 前期准备 | 场景设置 180





| 拍摄分享 | 布光分析 181

使用器材

| 拍摄分享 | 模特引导 182

后期处理 185

后记

Chapter 16 当艺术时尚与奇幻相遇

想象力 × 行动力 × 团队合作，能实现任何梦想

创意构思 189

| 前期准备 | 场景设置 190

布景与道具

| 拍摄分享 | 主题设置与光线运用 192

掌握所有色彩的雪国女王

幽暗树洞中的阳光公主

迷雾里追寻平衡的蓝精灵

| 延伸阅读 | 制造理想烟雾的方法

梦想远扬，紫色睡美人

后期处理 196

后记



0140 34469

J413
80



完美人像

摄影实战



风格 · 造型 · 场景 · 布光 · 拍摄 · 后期

■ 周明进 (Mcarky) | 著



北航

C1714675

人民邮电出版社
北京

J413

80









