

名家传道

1000个摄影构图秘笈



李元摄影机构
飞思数字创意出版中心

编著
监制

- ★ 帅李元 李少白
- ★ 深摄影师 孙洪兵
- ★ 韩克敬 张纯清 缪培昌
- ★ 道风光摄影独家秘笈
- ★ 风光摄影的光线运用
- ★ 风光摄影的镜头运用
- ★ 风光摄影的光线运用
- ★ 风光摄影的构图设计



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

名家传道

1000



摄影构图秘笈

李元摄影机构
飞思数字创意出版中心
编著
监制

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

针对广大入门级摄影爱好者的学习需要,本书改变了以往摄影技法图书的传统做法,不再着眼于枯燥的概念讲解及单调的技法说明,而是将摄影构图涉及到的审美眼光、光线运用、视角选择、影调处理、色彩搭配、相机设置与操作方法等知识,结合摄影爱好者最常拍摄的题材,将几位名家多年的构图经验细分为108个秘笈,以题材带出技法,以场景解释概念,一目了然,易学易懂。

本书图片精美,文字通俗,题材全面,技法实用,非常适合已经购买数码单反相机并且愿意提高摄影技法的入门爱好者作为学习的参考书。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

名家传道:108个摄影构图秘笈 / 李元摄影机构编著. —北京:电子工业出版社, 2011.9
ISBN 978-7-121-13742-6

I. ①1… II. ①李… III. ①摄影构图 IV. ①J406

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第102705号

责任编辑:姜 伟

文字编辑:杨 源

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

装 订:

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编100036

开 本: 787×1092 1/16 印 张: 16.75 字 数: 428.8千字

印 次: 2011年9月第1次印刷

印 数: 5000册

定 价: 69.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线:(010)88258888。

是不是拥有了一款数码单反相机，就能拍出让人兴奋的人像照片呢？

很多朋友告诉我们：不能。

是不是看过一本摄影构图技法书，就能让自己的照片与众不同呢？

不少朋友告诉我们：也不能。

学习摄影技术是枯燥的，光圈、快门、白平衡、感光度、测光模式、对焦方式、景深、包围曝光、B门，这么多概念，看的时候貌似已经明白，用的时候却不知如何下手。

学习视觉艺术是需要灵感的，竖画幅一定比横画幅好吗？人物的眼睛一定是我们的对焦点吗？侧逆光是人像摄影的最好光线吗？红色的衣服和绿色的草坪是好的搭配吗？这么多常识，看的时候貌似了然于胸，用的时候又觉得似是而非。

这的确是很多摄影入门爱好者的烦恼：纸上谈兵的技法，一到实际应用中，就显得那么苍白！

的确，摄影既是一门“技术”，更是一门“艺术”。只有把技术和艺术有机结合起来，才能拍出一幅好照片。

这就是我们推出本套“名家传道”技法丛书的愿望：让大家从大量实际拍摄案例中，将你曾经花时间花精力学习过的“纸上谈兵”，转化为拍摄时的创意灵感与实际操作！

《名家传道：108个摄影构图秘笈》，并没有枯燥地讲解几十种构图的概念或方法，也没有单纯地讲解数码单反相机的操作与设置，而是直切主题，用影友最常拍摄的题材，如山脉、大海、草原、花卉、室外人像、室内人像等为线索，通过108条构图技法的梳理，让大家结合拍摄主题，直截了当地掌握每一类题材可能用到的构图方法与相关摄影知识。

为了加强本书的权威性与实用性，我们特地邀请了以著名风光摄影家李元老师为首的10位名家，结合自己多年的拍摄经验，从各个不同的角度，为大家讲解他们面对不同题材时，在艺术与技术各个方面，是如何处理构图及画面元素的。

我们认为，一本好的摄影书，就像你的一个朋友，它的语言风格一定不是填鸭式的，它的思维模式一定不是教科书。技法本身当然重要，但更重要的是技法背后所蕴含的“艺法”。

参与本书文字编写的有杨卉卉、缪培昌、罗缙沅、孙洪兵、赖琴、许第曦、时卫、何宇恒、万文虎，提供图片的摄影师有李元、刘光孝、罗缙沅、赵晓进、励军徽、李立言、张新民、孙洪兵、缪培昌、万文虎、杨卉卉、赖琴、许第曦、时卫、何宇恒、贺成奎，正是他们的辛勤付出，才让本书的图文质量及实用性有了保证。

如果您能同时从本书收获到摄影构图的技法与艺法，将是我们最大的欣慰。

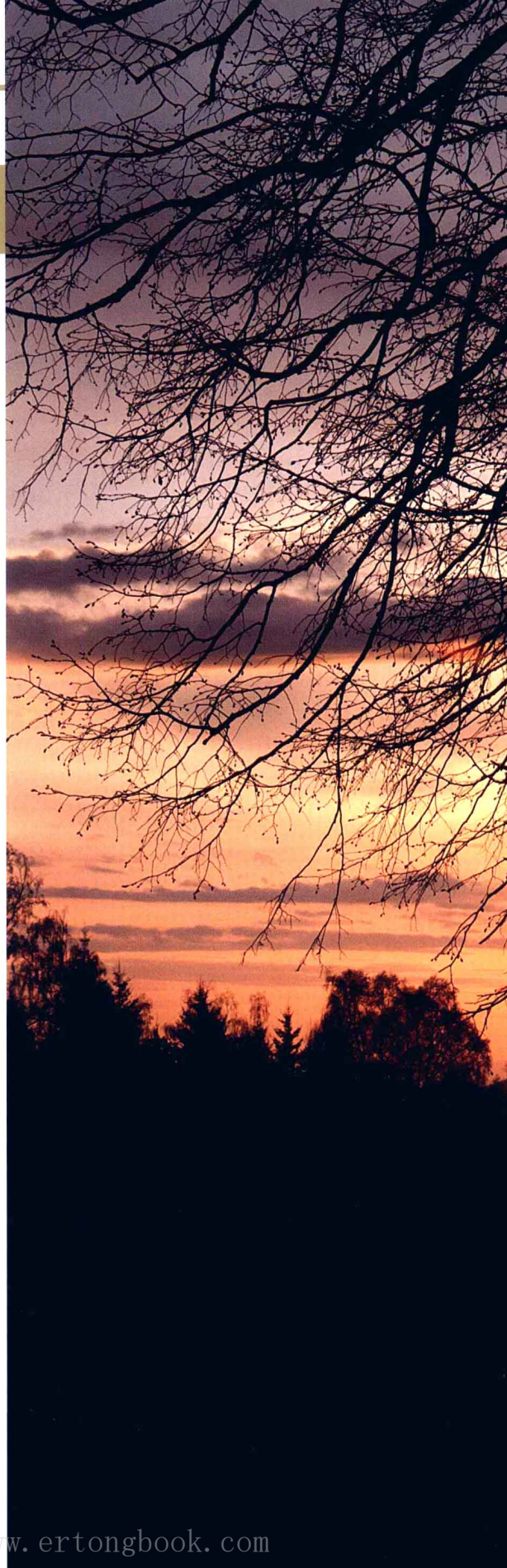
CONTENTS

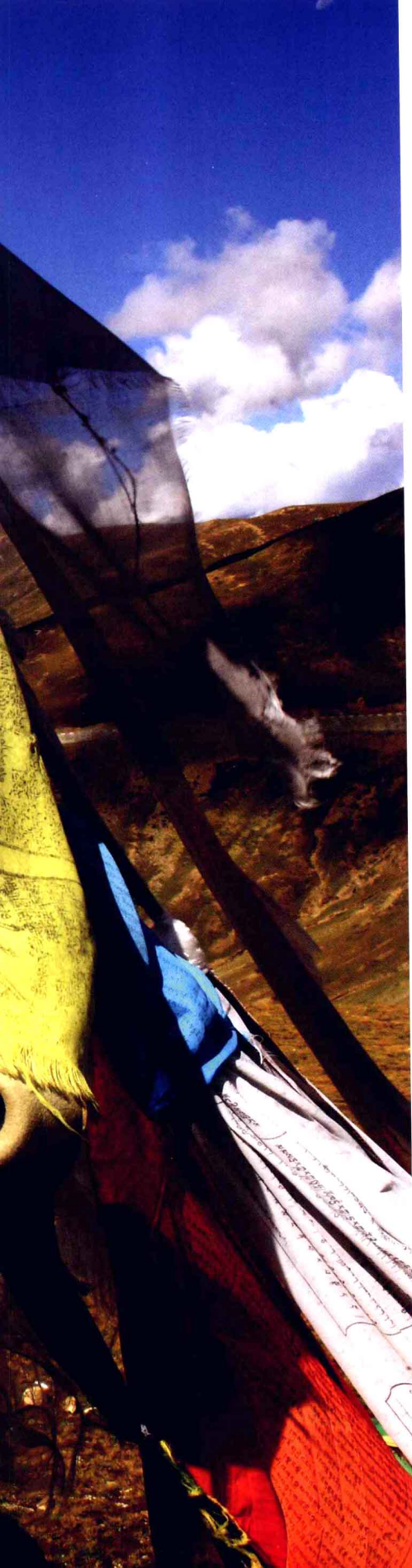
目录

第1章

摄影构图的原则与画幅选择 / 1

- 技法1 摄影构图要有鲜明的主题 / 2
- 技法2 摄影构图要有足够吸引力的主体 / 4
- 技法3 摄影构图力求画面简洁 / 6
- 技法4 用横画幅表现视野开阔的风光 / 8
- 技法5 用竖画幅表现身材苗条的人像 / 10
- 技法6 用竖画幅突出纪实画面中的主体 / 12
- 技法7 适合集体人像的特殊画幅 / 14
- 技法8 用方画幅拍摄稳重大气的近景人像 / 16
- 技法9 用方画幅表现盛开的单株花卉 / 18
- 技法10 利用后期接片展现全景画幅 / 20
- 技法11 横画幅里垂直主体的表现 / 22
- 技法12 竖画幅里水平主体的表现 / 24
- 技法13 用横画幅引导视觉方向 / 26
- 技法14 用竖画幅引导视觉方向 / 28





第2章

摄影构图的基础——对比与平衡 / 33

- 技法15 用大小对比拍出野生动物的原始生态 / 34
- 技法16 用色彩对比表现花卉的五彩斑斓 / 36
- 技法17 用明暗对比表现田园的清幽宁静 / 38
- 技法18 用虚实对比表现湖泊的宁静如镜 / 40
- 技法19 用动静对比捕捉花卉中的昆虫 / 42
- 技法20 用远近对比拍摄雾气中的建筑 / 44
- 技法21 用静态平衡拍摄工业题材 / 46
- 技法22 用位置平衡拍摄游弋在水中的船只 / 48
- 技法23 用色彩平衡表现大自然的斑斓多姿 / 50
- 技法24 用对称平衡表现古代建筑的庄重稳定 / 52

第3章

摄影构图中的点、线、面运用 / 57

- 技法25 用单点构图突出画面中的单一主体 / 58
- 技法26 用多点构图表现形式重复的主体 / 60
- 技法27 巧妙利用画面中大小不一的点 / 62
- 技法28 用水平线构图拍出水天一色的画面 / 64
- 技法29 用垂直线构图拍出高耸参天的树林 / 66
- 技法30 用斜线构图表现具有视觉延伸感的建筑 / 68
- 技法31 用对角线构图体现风光画面的动感 / 70
- 技法32 用曲线构图表现线条丰富的田野与河流 / 72
- 技法33 用放射线构图拍出葱茏高大的树木 / 74
- 技法34 用三角形构图彰显层峦叠翠的山川 / 76
- 技法35 用平面和立体空间构图表现建筑物 / 78
- 技法36 用圆形构图拍出艳丽花朵 / 80
- 技法37 用矩形构图拍摄室内装饰 / 82
- 技法38 用框架式构图引导观看的视线 / 84

第4章

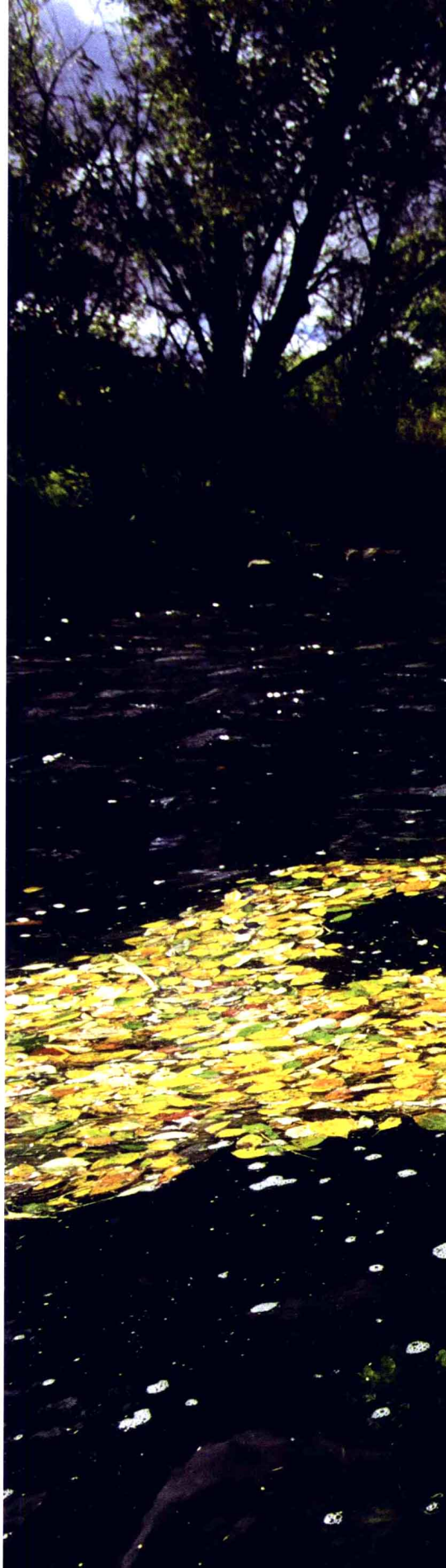
摄影构图光的运用 / 89

- 技法39 用直射光构图表现影调均衡性 / 90
- 技法40 用散射光构图中和色彩反差 / 92
- 技法41 用反射光构图突出物体质感 / 94
- 技法42 用斜侧光构图表现建筑的影调层次 / 96
- 技法43 用侧光构图表现物体的光影立体感 / 98
- 技法44 用逆光构图表现强烈反差 / 100
- 技法45 用侧逆光构图表现物体的主要轮廓 / 102
- 技法46 用顶光构图突出主体的色彩层次感 / 104

第5章

色彩在摄影构图中的作用 / 109

- 技法47 用高调色彩表现洁白夺目的云海与雪地 / 110
- 技法48 用低调色彩表现深沉浓郁的情绪 / 112
- 技法49 用中间调色彩表现和谐平衡的自然 / 114
- 技法50 如何表现雪景中的“白色” / 116
- 技法51 如何表现晨昏风光中的“黑色” / 118
- 技法52 红色占据画面主体的构图 / 120
- 技法53 蓝色占据画面主体的构图 / 122
- 技法54 黄色占据画面主体的构图 / 124
- 技法55 绿色占据画面主体的构图 / 126
- 技法56 紫色占据画面主体的构图 / 128
- 技法57 橘色占据画面主体的构图 / 130
- 技法58 用相邻色表现繁花似锦的色彩 / 132
- 技法59 用互补色突出环境中主体的色彩 / 134
- 技法60 用暖色调刻画温暖的日落 / 136
- 技法61 用冷色调描绘寒冷的清晨 / 138





第6章

摄影构图中对题材的设计 / 143

- 技法62 用宾体作为陪衬突出主体 / 144
- 技法63 主体与宾体的相互呼应 / 146
- 技法64 让前景在风光构图中发挥陪衬作用 / 148
- 技法65 让背景在人像构图中发挥陪衬作用 / 150
- 技法66 让前景与背景同时参与构图 / 152
- 技法67 用节奏图案强化构图的视觉连贯性 / 154
- 技法68 用规则图案增强画面的重复性 / 156
- 技法69 用不规则图案强调个体的差异性 / 158
- 技法70 打破常规图案突出主体 / 160
- 技法71 用线性透视刻画风景 / 162
- 技法72 用空间透视表现画面的纵深感 / 164
- 技法73 用影调透视强调光影的层次感 / 166
- 技法74 用色彩透视强调色彩的反差 / 168
- 技法75 用趣味中心营造画面主题 / 170
- 技法76 以形式为主的构图设计 / 172
- 技法77 以内容为主的构图设计 / 174
- 技法78 运用留白构图营造幽远意境 / 176

第7章

学会用裁剪让构图更完美 / 181

- 技法79 水平裁剪画面 / 182
- 技法80 垂直裁剪画面 / 184
- 技法81 放大主体裁剪画面 / 186
- 技法82 旋转角度后裁剪画面 / 188
- 技法83 校正主体后裁剪画面 / 190

第8章

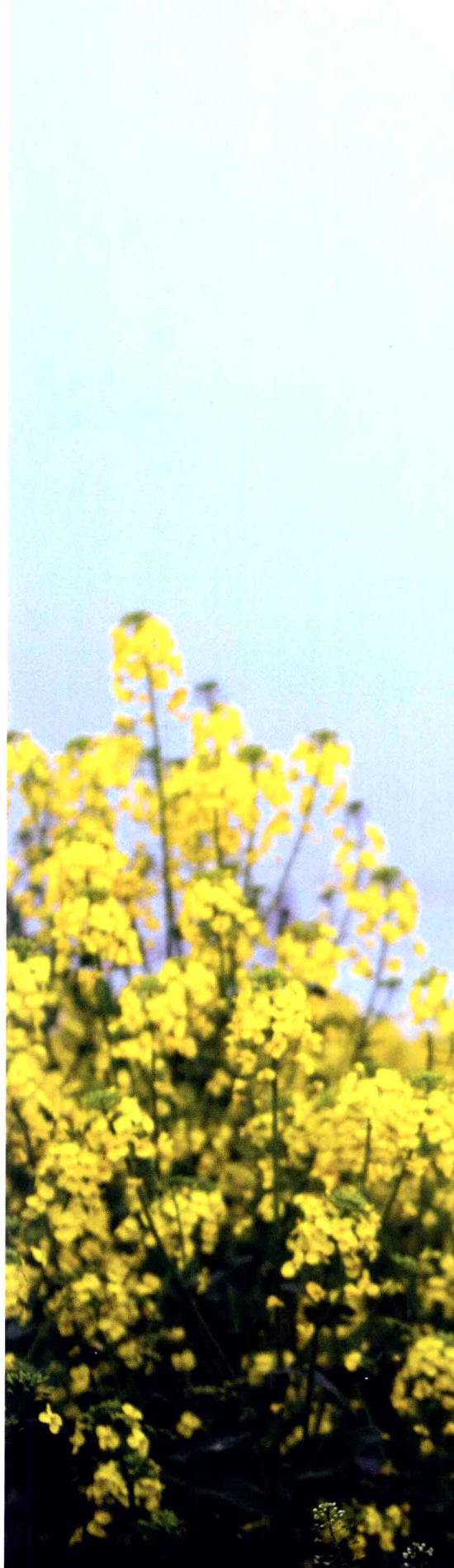
人像摄影常用构图技法 / 195

- 技法84 用水平构图拍摄聚会合影 / 196
- 技法85 L形构图给予人物肢体视觉的延伸 / 198
- 技法86 斜三角形构图形成庄重美感 / 200
- 技法87 正三角形构图表现人像的稳定和大气 / 202
- 技法88 曲线构图展现女性的柔美身姿 / 204
- 技法89 特写构图表现儿童的瞬间表情 / 206
- 技法90 中央构图突出老人的神情 / 208
- 技法91 用框架式构图锁定主体目标 / 210
- 技法92 考虑人物视线的构图 / 212
- 技法93 人像构图要力求背景的简洁 / 214
- 技法94 合理安排人物在画面中的位置 / 216

第9章

风光摄影常用构图技法 / 221

- 技法95 利用好画面中的线形元素 / 222
- 技法96 大胆给画面预留空间 / 224
- 技法97 善用画面中的“点”拍摄风光 / 226
- 技法98 寻找画面中的画框 / 228
- 技法99 用对称式构图表现视觉平衡 / 230
- 技法100 合理安排好地平线的位置 / 232
- 技法101 动静结合给风光照片带来生机 / 234
- 技法102 不同视角对风光摄影构图的影响 / 236
- 技法103 寻找画面中的对比元素 / 238
- 技法104 巧妙利用前景突出风景的纵深感 / 240
- 技法105 前景与背景相互作用使画面更具韵味 / 242
- 技法106 合理运用画幅表现不同风光题材 / 244
- 技法107 打破常规模式的夸张式构图 / 246
- 技法108 打破常规模式的个性化构图 / 248





第1章

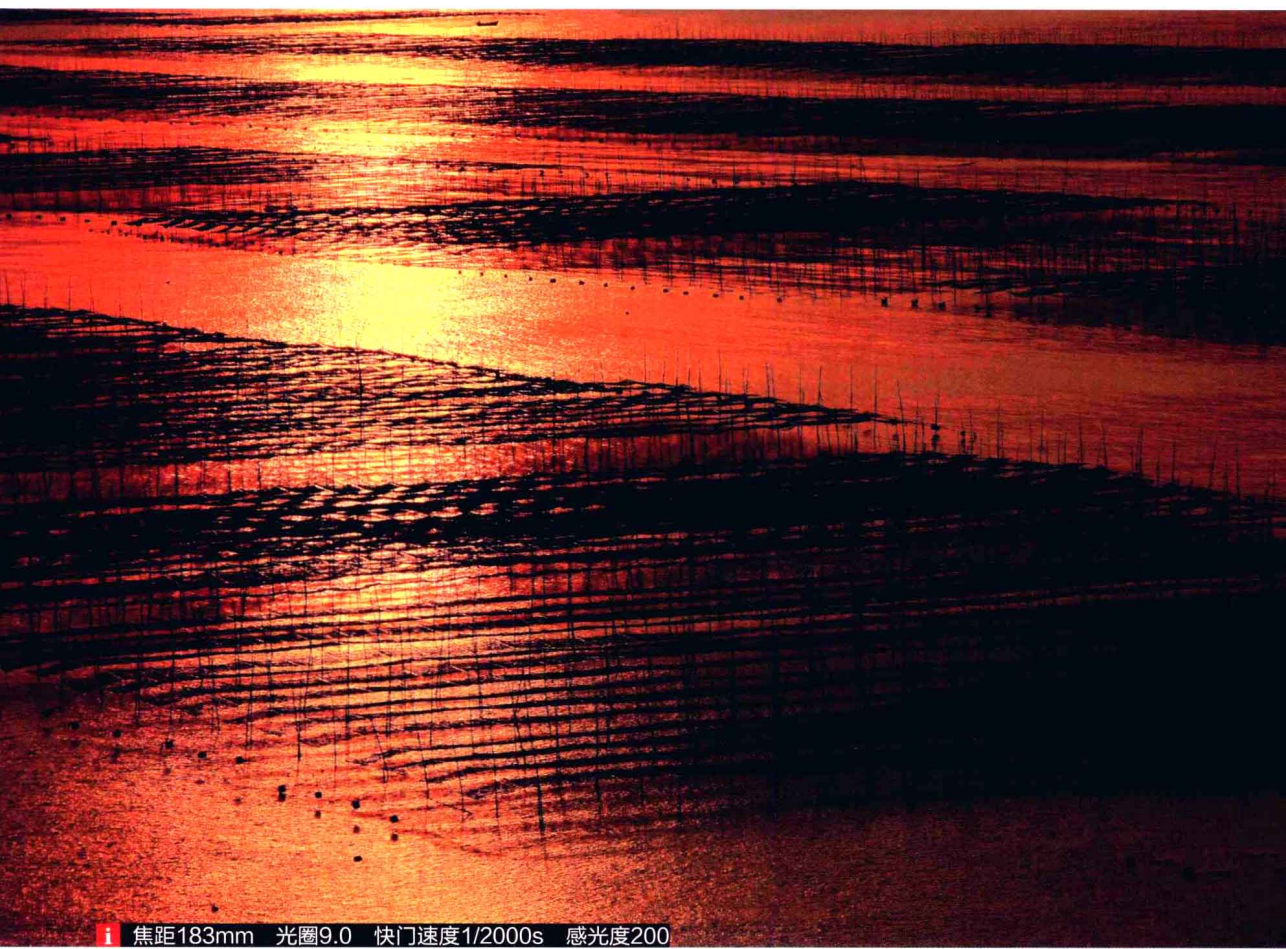
摄影构图 的原则与画幅选择

摄影创作离不开构图，一张好的照片往往是从构图开始。而构图是什么呢？构图是指作品中艺术形象的结构配置方法，它是造型艺术表达作品思想内容并获得艺术感染力的重要手段。摄影构图的基本原则就像组织语言一样，要通过运用光线、色彩、线条、影调等摄影语言，以及相应的造型手段来表达出摄影者的立意，从而达到揭示主题的目的。一幅好照片成功与否，取决于它是否有鲜明的主题、吸引人的主体，以及简洁的画面这三个因素。另外，不同画幅的选择，对构图的效果也是大相径庭。



一幅好的照片要有一个鲜明的主题。可以是一个人，或是一件物体，甚至是一个场景。总之，在摄影构图中主题必须要明确，决不能含糊。而主题，则可以说是一幅照片的灵魂。一张成功的照片可以向观赏者传递某种思想，某件事情，或者某些情愫。但如果这些思想、事件、情感对大部分观赏者没有产生共鸣，则这张照片就是张“没有主题的照片”。

一张成功的照片里面所表现的风景，不仅对摄影者个人来说有意义，它也应当对任何观赏者同样具有意义，这就是常说的普遍性。



■ 焦距183mm 光圈9.0 快门速度1/2000s 感光度200

▲ 夕阳西下，摄影者利用太阳日落时的余光洒向波光粼粼的湖面，与海滨滩涂铺满着密密麻麻的渔网相互交融，表现出霞浦在夕阳映衬下的渔乡风情，表达了摄影者对景色的喜爱之情

✦ 高手支招——构图的第一要素是明确主题

如何才能使画面获得良好的构图呢？主要是使画面具有明确的主题，有了明显的主题，画面就有了重心，在拍摄中使用主体优先的方法就能使主题更加明显。只有主体突出了，主题才会鲜明，所以主体在摄影构图中应该放在第一位考虑。正像我们上面讲到的，如果不知道想拍什么，那么构图就无从谈起。所以在按下快门之前，我们要明确想拍什么，得有一个主体，并且突出它。



i 焦距100mm 光圈F4 快门速度1/80s 感光度100

▲ 拍摄一张成功的照片其实有很多的手法可以运用。本图的主体人物处于强烈的光照及阴影中，摄影师大胆采用了明暗对比的手法来表现人物面部，并且利用框架式构图，焦点对准人物的右眼，主体人物的眼神传递出向往、羞怯、掩饰等多种情绪，主体很容易引起观者的共鸣



主题一般会由画面中的主体来表达，因此，一幅好照片必须能把注意力引向被摄主体，换句话说，使观赏者的目光一下子就投向被摄主体。简而言之，主体要有足够的吸引力，即一张照片的视觉中心点。

不少朋友对主题和主体两个概念比较混淆，其实主题是画面传递出的思想、意境或者情绪，而主体则是画面中具体的某个物体，或者某种光影。

◀ 我们都知道熊猫是国宝，摄影者为了表现熊猫憨态可掬的神态，选择了熊猫吃竹子的时刻拍摄，以熊猫抱着的绿色竹叶来衬托熊猫特有的黑白毛发，再用中速快门抓拍熊猫进食的瞬间

▼ 永定的土楼是很多摄影爱好者喜欢拍摄的场景，大部分人从外面拍摄土楼全景，容易产生视觉疲劳，走到土楼内部，利用建筑的线条进行饱满构图，传递出一个与众不同的主体

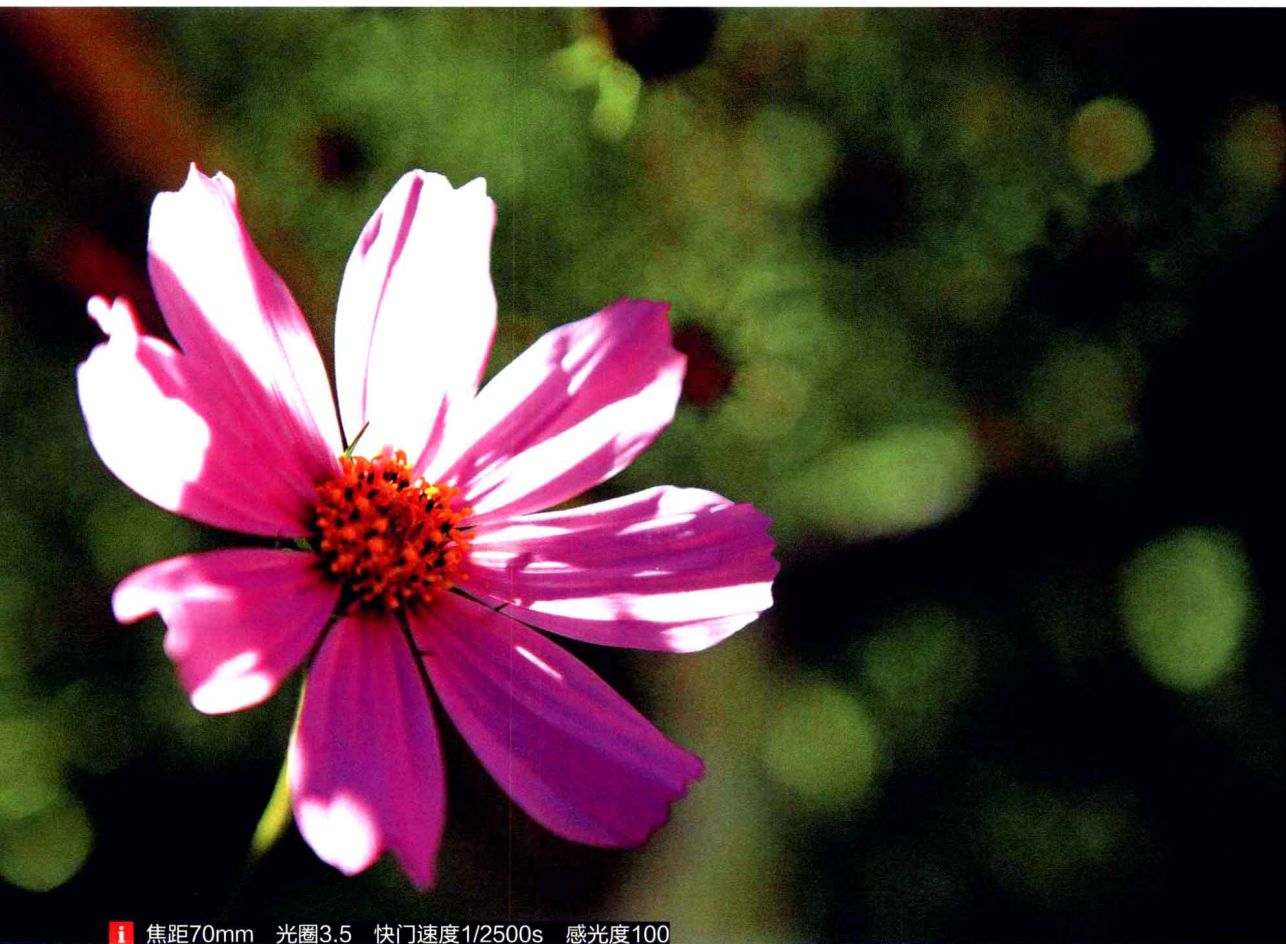




i 焦距63mm 光圈5.0 快门速度1/790s 感光度100

另外，一张照片尽量不要出现两个主体。即使有两个需要表现的重点，也尽量将它们处理为主体与陪体关系，其常用的技法为“主体优先”。

◀ 花卉是摄影者们喜欢拍摄的题材。在繁花似锦的春天里，将一朵朵盛开的鲜花作为被摄主体，固然是一件不错的选择，但此图主体背后的花朵由于虚化不够，不能使前面的花朵更加突出



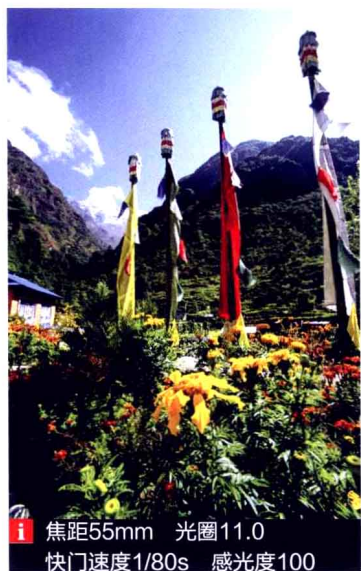
i 焦距70mm 光圈3.5 快门速度1/2500s 感光度100

▲ 相对而言，这张照片主体明确，排除和虚化了对主体起干扰效果的其他物体，这样使主体更具吸引力，让观赏者能很容易地找到视觉中心

一幅好照片必须画面简洁，也就是说在拍摄场景中只要是有利于把视线引向被摄主体的内容，我们就可以把它摄入画面里。而简洁画面具体方法就是去掉那些分散注意力、削弱主体的任何因素，但这并不意味着把背景上的东西统统去掉。如果周围环境有利于表现主体的，我们还是可以做适当取舍。



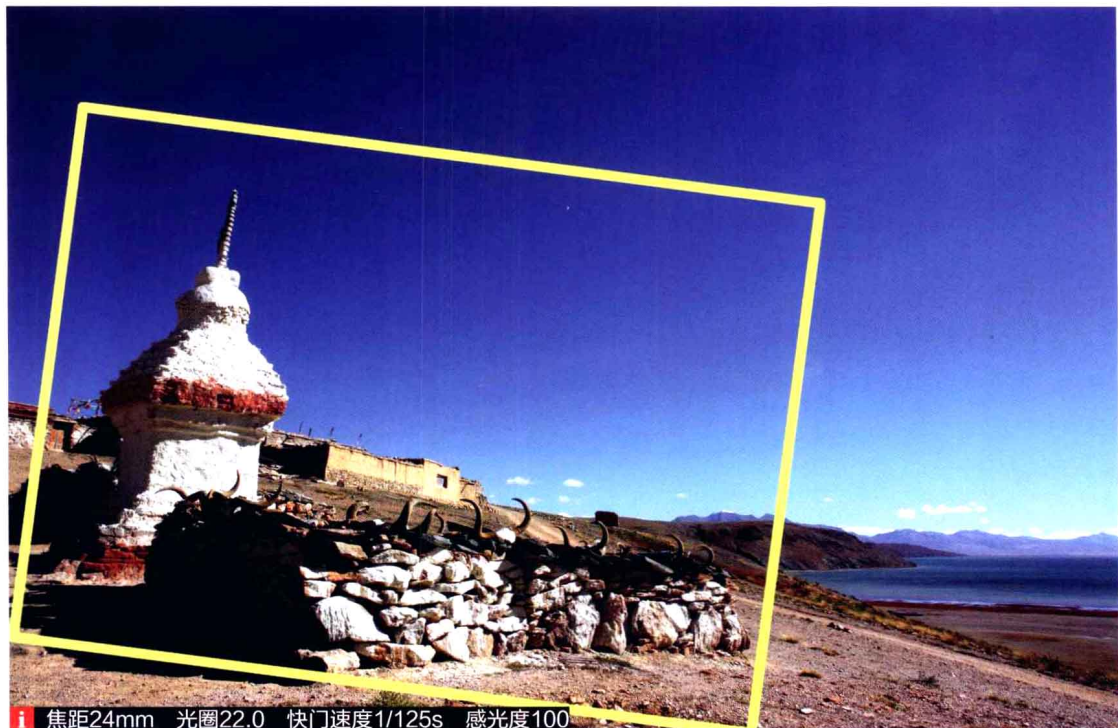
焦距55mm 光圈11.0 快门速度1/80s 感光度100



焦距55mm 光圈11.0
快门速度1/80s 感光度100

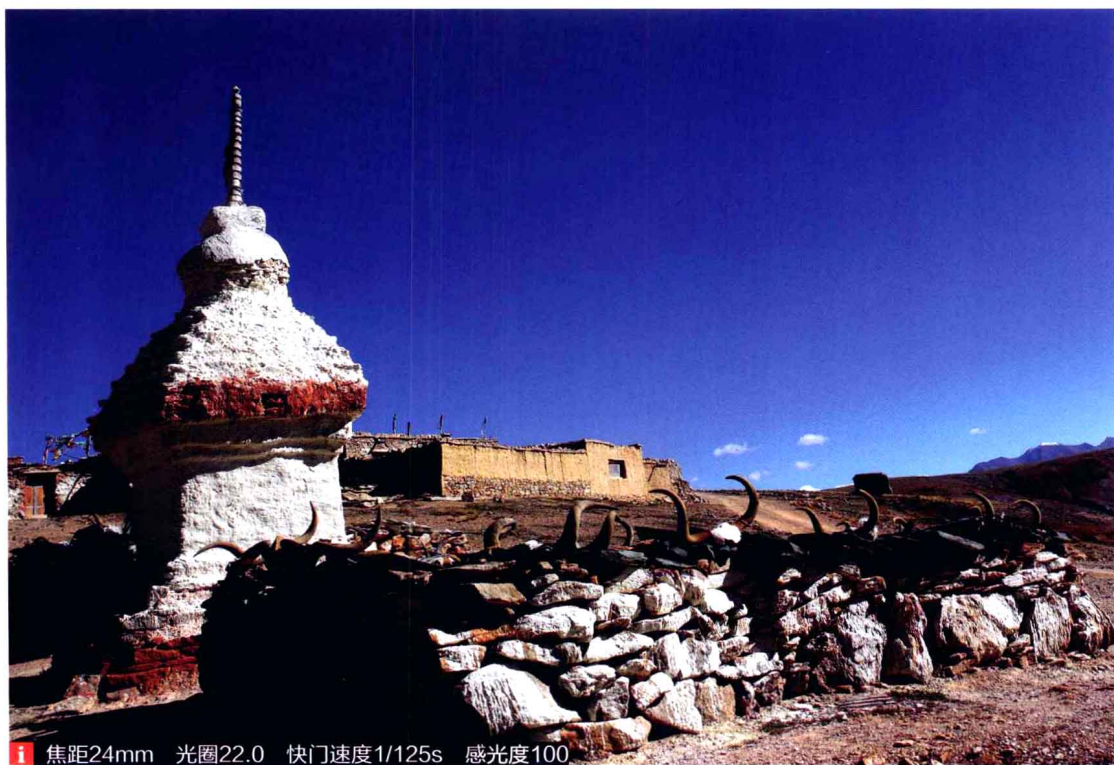
▲ 拍摄风光照时，不要一口气想把所有你觉得漂亮的景色框入相框里，如图所示，既想拍近处的花，又想摄远方的雪山，结果到头来使画面杂乱无章，观赏者不知道看什么

◀ 摄影者在面对景色优美的场景时，要懂得取舍，力求构图的简洁。如图所示，摄影者如果想拍摄银装素裹的雪山的话，那么就应该利用长焦镜头拉近被摄主体的距离，压缩画面使被摄主体在画面中所占比例变大，让画面简洁而主体突出



i 焦距24mm 光圈22.0 快门速度1/125s 感光度100

▲ 这是在西藏的圣湖——玛旁雍措拍摄的一张风景照，图中颇具民族特色的白色石塔、石墙以及石堆上排列成行的羊角都引人注目，而在画面的另一侧蔚蓝的湖水难免会让观赏者注意力分散



i 焦距24mm 光圈22.0 快门速度1/125s 感光度100

▲ 同样的场景，如果只拍摄被摄主体，将画面一侧的湖水排除在画面外，这样可以使画面主体更加明确，达到简洁、干净的画面感

横画幅构图强调的是水平因素，展示的是画面的宽广度，适于拍摄宽阔、宏大的风光，例如连绵的山脉、广阔的大海等，这些都适合采用横画幅构图来拍摄。

在风光摄影中，山脉可能是被拍摄最多的题材。对于摄影者来说，要拍摄山脉的雄伟气势，并不是一件容易的事。例如在拍摄重峦叠嶂的山脉时，摄影者可以站在高山上以山层为远景，也可站在山下拍摄山形，或者是选取一些适当的景物作为山景的陪衬等。

在佳能新推的不少数码单反相机中，可以进行画面长宽比的选择，横画幅的有4:3、3:2和16:9，大家可以根据场景的需要灵活选用。



i 焦距135mm 光圈11.0 快门速度1/250s 感光度100

▲ 对于大多数远距离风光视角来说，地平线与水平画框的一致方向，会使整个画面自然协调。西藏的雪山有着一望无垠的皑皑白雪，它是那样洁白，与前方蔚蓝湖水交相呼应，犹如一对恋爱中的男女。摄影者用横画幅构图保持与湖水形成的水平线方向一致，让画面显得更加开阔