



电 影 训 练

解读脚本
绘制分镜
从实践中学编导

上海人民美術出版社

钱 蓝
一 河
晶 兼
译 一
著

分 镜

分镜

决定电影镜头

决定电影画面的功能

决定整部电影的成败

本书通过四个原创案例
让你掌握分镜的诀窍

电影分镜训练 / (日) 蓝河兼一著; 钱一品译. —上海:
上海人民美术出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-5322-9436-7

I. ①电... II. ①蓝... ②钱... III. ①镜头
(电影艺术镜头) - 设计 IV. ①J931

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 052532 号

电影分镜训练

目录

电影分镜训练

原版书名: EIZOU ENSHUTSU NO KYOUKASHO

原作者名: Ken-ichi Aikawa

Copyright © 2011 Ken-ichi Aikawa

Copyright © 2011 Genkosha Co., Ltd.

All rights reserved.

First original Japanese edition published by GENKOSHA
Co., Ltd. Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights
arranged with GENKOSHA Co., Ltd. Japan

through CREEK&RIVER Co., Ltd. and CREEK&RIVER
SHANGHAI Co., Ltd.

电影分镜训练

著者: 【日】蓝河兼一

翻译: 钱一品

专业指导: 【日】下牧建春

责任编辑: 陈 铖

装帧设计: 郭雯璐

技术编辑: 朱跃良

出版发行: 上海人民美术出版社
(上海长乐路 672 弄 33 号)

网 址: www.shrmms.com

印 刷: 上海锦佳印刷有限公司

开 本: 889×1194 1/16 12 印张

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2015 年 4 月第 1 次

印 数: 0001-3300

书 号: ISBN 978-7-5322-9436-7

定 价: 68.00 元

用语解说索引.....

一九四

索引	014 分镜的作用
	016 时间的掌握
	018 内景和外景
	022 场景、镜头和镜次
	026 主观和客观
	028 摄像机的选择方法
	032 画面尺寸和构图
	036 故事的构想
	052 数码单反电影
	052 制作部和外景
	058 数码单反和镜头的选择
	066 移轴镜头
	072 不可能的设定
	074 剪辑点余量
	082 第一个镜头
	086 漫画和分镜的区别
	092 片名的表现方式
	094 特摄
	098 通过摄影技巧来改变印象
	104 长镜头
	110 导演情爱戏
	112 镜头切割的应用
	114 动作的衔接
	116 使用声音衔接镜头
	120 制作粘血的秘诀
	122 影像的制作方法 /NG 集——跳切
	126 影像的制作方法 /NG 集——放大
	128 镜头切割的影像特技
	130 影像的制作方法 /NG 集——摄影技巧之切入
	134 移动镜头
	136 影像的制作方法 /NG 集——缓摇镜头
	140 SF 外星人
	142 必备的行业术语
	144 数码自动摄像
	150 视点
	156 插入回忆场景
	158 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的画面
	160 影像的制作方法 /NG 集——假想线
	164 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的衔接
	168 如何选择外景房间
	170 留出间隙
	174 俯瞰摄影
	176 影片最小化
	180 最终的场景

第 分镜的 基础知识

.....
〇〇六

章 PEEK A BOO / 011

第 数码单反相机的 电影制作实践

.....
〇四二

章 宁静之海的兔子 / 049

第 从科幻作品中 窥见导演的奥妙

.....
〇八〇

章 黄昏的 UFO / 081

第 理解分镜中的 导演意图

.....
一八四

章 小说少女 / 185

电影分镜训练 / (日) 蓝河兼一著; 钱一品译. —上海: 上海人民美术出版社, 2015. 4
ISBN 978-7-5322-9436-7

I. ①电... II. ①蓝... ②钱... III. ①镜头
(电影艺术镜头) - 设计 IV. ①J931

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 052532 号

目录

索引	014 分镜的作用
	016 时间的掌握
	018 内景和外景
	022 场景、镜头和镜次
	026 主观和客观
	028 摄像机的选择方法
	032 画面尺寸和构图
	036 故事的构想
	052 数码单反电影
	052 制作部和外景
	058 数码单反和镜头的选择
	066 移轴镜头
	072 不可能的设定
	074 剪辑点余量
	082 第一个镜头
	086 漫画和分镜的区别
	092 片名的表现方式
	094 特摄
	098 通过摄影技巧来改变印象
	104 长镜头
	110 导演情爱戏
	112 镜头切割的应用
	114 动作的衔接
	116 使用声音衔接镜头
	120 制作粘血的秘诀
	122 影像的制作方法 /NG 集——跳切
	126 影像的制作方法 /NG 集——放大
	128 镜头切割的影像特技
	130 影像的制作方法 /NG 集——摄影技巧之切入
	134 移动镜头
	136 影像的制作方法 /NG 集——缓摇镜头
	140 SF 外星人
	142 必备的行业术语
	144 数码自动摄像
	150 视点
	156 插入回忆场景
	158 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的画面
	160 影像的制作方法 /NG 集——假想线
	164 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的衔接
	168 如何选择外景房间
	170 留出间隙
	174 俯瞰摄影
	176 影片最小化
	180 最终的场景

电影分镜训练

原版书名: EIZOU ENSHUTSU NO KYOUKASHO

原作者名: Ken-ichi Aikawa

Copyright ©2011 Ken-ichi Aikawa

Copyright ©2011 Genkosha Co., Ltd.

All rights reserved.

First original Japanese edition published by GENKOSHA Co., Ltd. Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with GENKOSHA Co., Ltd. Japan through CREEK&RIVER Co., Ltd. and CREEK&RIVER SHANGHAI Co., Ltd.

电影分镜训练

著者: 【日】蓝河兼一

翻译: 钱一品

专业指导: 【日】下牧建春

责任编辑: 陈 铖

装帧设计: 郭雯璐

技术编辑: 朱跃良

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路 672 弄 33 号)

网 址: www.shrmm.com

印 刷: 上海锦佳印刷有限公司

开 本: 889×1194 1/16 12 印张

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2015 年 4 月第 1 次

印 数: 0001-3300

书 号: ISBN 978-7-5322-9436-7

定 价: 68.00 元



电 影 训 练

解读脚本
绘制分镜
从实践中学编导

上海人民美術出版社

钱 蓝
一 河
晶 兼
译 一
著

分 镜

分镜

决定电影镜头

决定电影画面的功能

决定整部电影的成败

本书通过四个原创案例

让你掌握分镜的诀窍

电影分镜训练

——从实践中学编导

●
作者介绍

蓝河兼一

Ken-ichi Aikawa

1974年生于石川县金泽市。大学毕业后，在金泽市的影像制作公司担任摄影师一职。因这一期间写下的策划书而被制片人发掘。2007年1月来到东京。《阿迪科特的优越感》是首部在影院上映的导演作品。现致力于用数码单反来拍摄制作短片、音乐PV等。

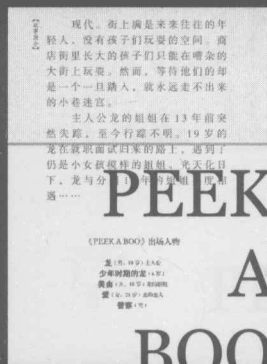
《电影分镜训练——从实践中学编导》是由月刊《影像沙龙》上的连载《实践！分镜训练》（2009年1月号~2011年4月号）进行再次组织、加工、修改而成。

● 脚本是电影的设计图。脚本上写明了时间、地点、场面、角色的行动、心情等要素。阅读脚本时，起初谁都会先想象一下那个镜头吧。但是，即便能想象出场面和状况，实际拍摄影片时，也必须考虑该从何处开始着手以及如何拍摄镜头。所谓镜头切割就是将文字脚本进行影像化剪辑的第一步。

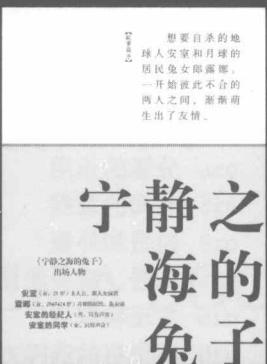
本书以我的四篇原创脚本为基础，剪切了“要是我的话就这么拍”的分镜。这一个个的镜头都是有意义的。为什么要从这个角度、选择这种画面尺寸来拍摄呢？这通常是由于我意识到了这些镜头在剪辑上的联系性。尽管怎样把脚本影像化这个问题是没有正确答案的，但希望我个人的解答能够作为一个参考，对读者进行影像导演的训练有所助益。本书里介绍的原创脚本全是不依赖CG之类的技术，单靠镜头切割的技巧就可以实现拍摄的作品。

《宁静之海的兔子》和《小说少女》都是十分钟左右的短片，进行了实际制作，并且可以在影像沙龙网站的主页上播放。在读懂了我的分镜意图后，如果能让读者从中有所启发，将是我的荣幸。

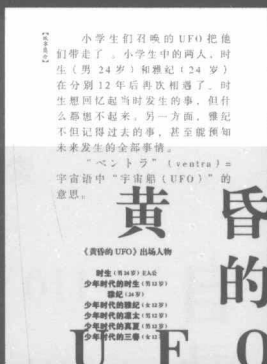
4 个原创案例，教你如何拍电影



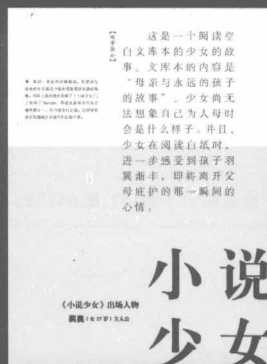
PEEK A BOO
p.011



宁静之海的兔子
p.049



黄昏的 UFO
p.081



小说少女
p.185

读完脚本后，结合分镜和解说，学习影视导演的具体技巧

脚本

分镜头



术语解说

相关专题

讲解

「电影分镜训练」的阅读方法

观看《宁静之海的兔子》和《小说少女》 的影片进行学习

静かの海のうさぎ

小説少女

影像沙龙的主页上可以观看。

http://www.genkoshu.com/vs/cat750/entry/post_210.html

电影分镜训练 / (日) 蓝河兼一著; 钱一品译. —上海:
上海人民美术出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-5322-9436-7

I. ①电... II. ①蓝... ②钱... III. ①镜头
(电影艺术镜头) - 设计 IV. ①J931

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 052532 号

电影分镜训练

目录

电影分镜训练

原版书名: EIZOU ENSHUTSU NO KYOUKASHO

原作者名: Ken-ichi Aikawa

Copyright © 2011 Ken-ichi Aikawa

Copyright © 2011 Genkosha Co., Ltd.

All rights reserved.

First original Japanese edition published by GENKOSHA
Co., Ltd. Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights
arranged with GENKOSHA Co., Ltd. Japan

through CREEK&RIVER Co., Ltd. and CREEK&RIVER
SHANGHAI Co., Ltd.

电影分镜训练

著者: 【日】蓝河兼一

翻译: 钱一品

专业指导: 【日】下牧建春

责任编辑: 陈 铖

装帧设计: 郭雯璐

技术编辑: 朱跃良

出版发行: 上海人民美术出版社
(上海长乐路 672 弄 33 号)

网 址: www.shrmms.com

印 刷: 上海锦佳印刷有限公司

开 本: 889×1194 1/16 12 印张

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2015 年 4 月第 1 次

印 数: 0001-3300

书 号: ISBN 978-7-5322-9436-7

定 价: 68.00 元

用语解说索引.....

一九四

索引	014 分镜的作用
	016 时间的掌握
	018 内景和外景
	022 场景、镜头和镜次
	026 主观和客观
	028 摄像机的选择方法
	032 画面尺寸和构图
	036 故事的构想
	052 数码单反电影
	052 制作部和外景
	058 数码单反和镜头的选择
	066 移轴镜头
	072 不可能的设定
	074 剪辑点余量
	082 第一个镜头
	086 漫画和分镜的区别
	092 片名的表现方式
	094 特摄
	098 通过摄影技巧来改变印象
	104 长镜头
	110 导演情爱戏
	112 镜头切割的应用
	114 动作的衔接
	116 使用声音衔接镜头
	120 制作粘血的秘诀
	122 影像的制作方法 /NG 集——跳切
	126 影像的制作方法 /NG 集——放大
	128 镜头切割的影像特技
	130 影像的制作方法 /NG 集——摄影技巧之切入
	134 移动镜头
	136 影像的制作方法 /NG 集——缓摇镜头
	140 SF 外星人
	142 必备的行业术语
	144 数码自动摄像
	150 视点
	156 插入回忆场景
	158 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的画面
	160 影像的制作方法 /NG 集——假想线
	164 影像的制作方法 /NG 集——糟糕的衔接
	168 如何选择外景房间
	170 留出间隙
	174 俯瞰摄影
	176 影片最小化
	180 最终的场景

第 分镜的 基础知识

.....
〇〇
六

章 PEEK A BOO / 011

第 数码单反相机的 电影制作实践

.....
〇
四
二

章 宁静之海的兔子 / 049

第 从科幻作品中 窥见导演的奥妙

.....
〇
八
〇

章 黄昏的 UFO / 081

第 理解分镜中的 导演意图

.....
一
八
四

章 小说少女 / 185

分镜的 基础

知识

第

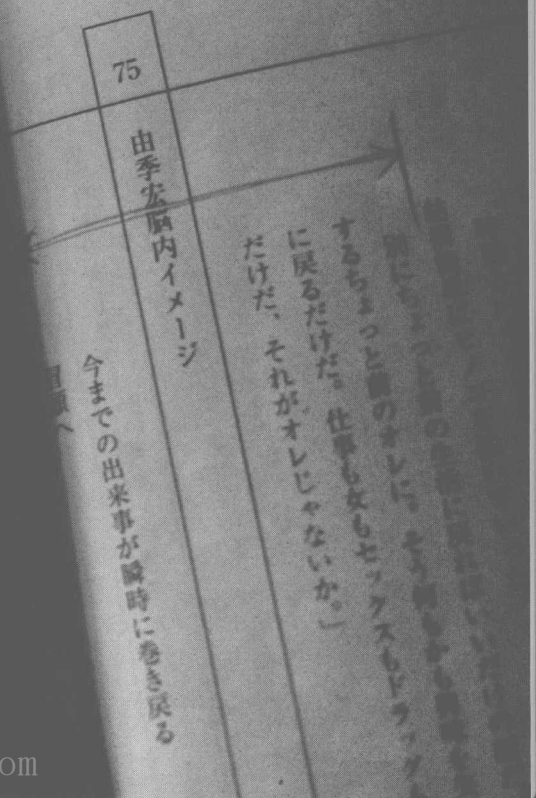
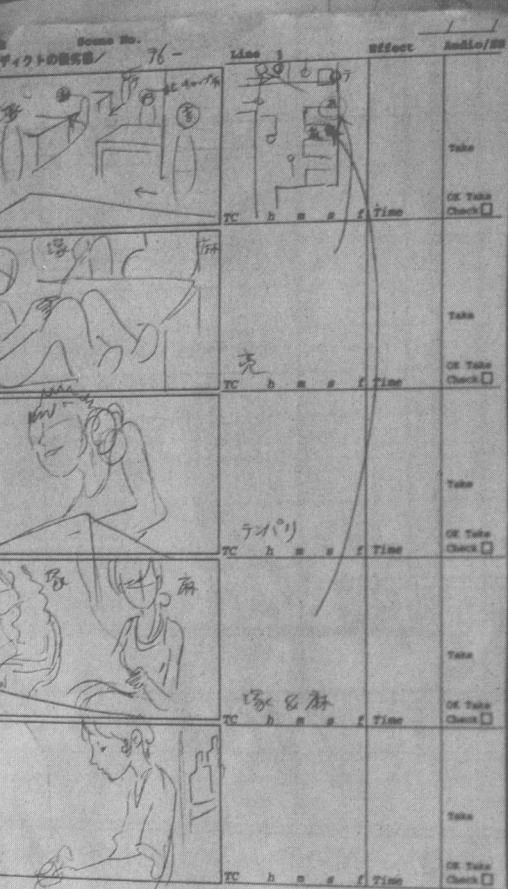
一

章

如何绘制分镜

● 不光是电影，影像制作也需要许多人员一同合作，如导演、演员、摄影师、录音师、照明师、剪辑师、音乐制作人员等等，这些工作人员要从一册脚本开始制作影像作品。故事最初诞生于某人（编剧或小说的原作者）想象中的世界，总之就是要把某人脑海中想象的影像实际地拍摄出来。为使诸多工作人员在完成同一作品时，能够互相理解彼此的意图，分镜要画得简单易懂。在拍摄现场，为了方便安排，要在分镜脚本上做一些简单的笔记。

脚本定下来后，到了切割分镜的阶段，而这时采外景的工作可能还未完成。遇到这种情况时，就必须先在脑海里想象出室内场景的房间布局和摄像机的位置，再切割分镜。把设想的房间布局事先画好，拍外景时就以此为基础来寻找近似的房间。当外景结束，所有的现场也都定下来的时候，就可以参考实地的房间布局来切割分镜。但由于制作期间，各种准备都要同时进行，可能没有那样的余暇。



75

由季宏脳内イメージ

するちよつと僕のオレに。それが
に返るだけだ。仕事も女もセツク
だけだ。それがオレじゃないか。

今までの出来事が瞬時に巻き戻る

客の流れ

生活

② 園りの人間は、
③ テンパリ、一リミフターカフト

を因す

樂しげな皆

④相変わらずドラ

れからヒノコとい
なくなりつつあつ
うでもよくなつて
くなつた。意識で
てるだら、また温
さない、先が読め

たしてくる何か
はインパルスアディ

读了脚本说明后，把想象中的影像画在图片框内，这是分镜的基础。但须记住绘画时要从摄像机的视点出发。要是想象过于天马行空，没有CG和动画技术的话就很难实现拍摄。此外，由于拍摄时是通过摄像机来切取画面的，因此要有意识地用16：9的画框来想象拍摄对象。接下来要考虑的是摄像机的拍摄角度。要将上下的高度、左右的角度等纳入考量，这样才能更好地表现拍摄对象。

摄影过程中，变焦、移镜、移动摄影等摄影技巧各有作用。变焦能产生凝视的感觉；移镜能通过上下左右地摆动摄像机，使原本摄影框内容纳不下的拍摄对象、景色等显示出来。移动摄影能够以与人类视线相似的感觉来靠近拍摄对象、远离拍摄对象。希望读者能理解它们各自的特色，在实践中灵活运用。此外，要用箭头标出摄影技巧的运动方向。

要意识到镜头在剪辑上的联系性。除了镜头间的衔接，还有使用溶解的方式让前后影像重叠，进行场景切换的方法，这通常用于表示场景转换和时间流逝。

分镜的基本格式

TITLE		Scene No.		Line		Effect		Audio/SE	
PEEK A BOO		7. 森林 8. 商店街 9. 森林							
#63		龙：“你究竟去哪儿了……？ 这里是哪里？ 为什么我们会在森林里……？ 这是梦吗？”						Take	
		美由：“龙，你现在也行踪不明了啊……”		TC h m s f Time		OK Take Check ☐		SE	
#64		龙：“什么意思！？”						Take	
		龙从美由膝盖上起身。		TC h m s f Time		OK Take Check ☐		SE	
#65		美由：“就像我永远无法回到那个时候一样，你也已经回不去了……”						Take	
				TC h m s f Time		OK Take Check ☐		SE	
#66		龙：“回不去是指，回不了哪里？”		同位		龙的身体在商店街里渐渐变得透明		SE	
		龙站在空无一人的商店街街道的中央。		TC h m s f Time		OK Take Check ☐		SE	
#67		美由的身体在森林里渐渐变得透明		同位				SE	
				TC h m s f Time		OK Take Check ☐		SE	

作品标题 / 场景编号

场面和场景编号要一起填写。此外，有时间指示的话，也要填上（早晨、中午、晚上等）。

图片区

绘制分镜的区域。高清作品要使用纵横比为16:9的画框。也有使用复数画框的表现形式。

镜头编号

分配镜头的总编号。有时会出现 在一个画框内同时绘制全景和近景的情况，因此要正确地计算镜头编号。

台词

从脚本里抽出台词。遇到长台词的情况，会在分镜上加上插入镜头，台词会超出画框。[Na]是旁白的意思。

动作

在脚本上写上动作说明。有时也会详细地切割镜头来表现动作。

音效

剪辑时要写明作为SE（音效）的声音。还要写上是否有背景音乐。

当人物开始念台词后，情况就突然变得复杂了。拍摄时该让演员从哪里开始说台词，又说到哪里结束呢？而且还必须捕捉演员表情的变化。怎样拍摄两三个人之间的对话？切换镜头的时机又该如何掌控？我认为应该是在给虚构的角色注入生气，角色开口说话的这个瞬间。角色开始活动，比如摇头、走路等，在限定的画面内到处活动。同样用箭头之类的符号来表现人物的活动。人物跳出画框外的话，就是出镜。也有其他角色从画面外入镜的情况。

Audio / SE 栏里要写明有无背景音乐及插入的音效等。通过拟声文字，表达希望在场景里强调的声音，从音效库中选择相应的声音，作为拍摄现场中背景音的依据。在片名背景中，要写明标题等文字和其他超大文字的位置。拍摄时，画面构图要空出文字的空间。

对分镜的绘制而言，掌握镜头切割、摄影技巧的意义以及专业术语等知识是很有必要的。但任何事情只有亲身经历后才会进步，所以不要害怕失败，总之先试着把脑海里的影像用纸和笔表现出来吧。

分镜指示



镜头推进的指示

↑ 在图片区中画出镜头靠近的位置，并加上箭头符号指示镜头推进的方向。镜头拉远的情况则反之。

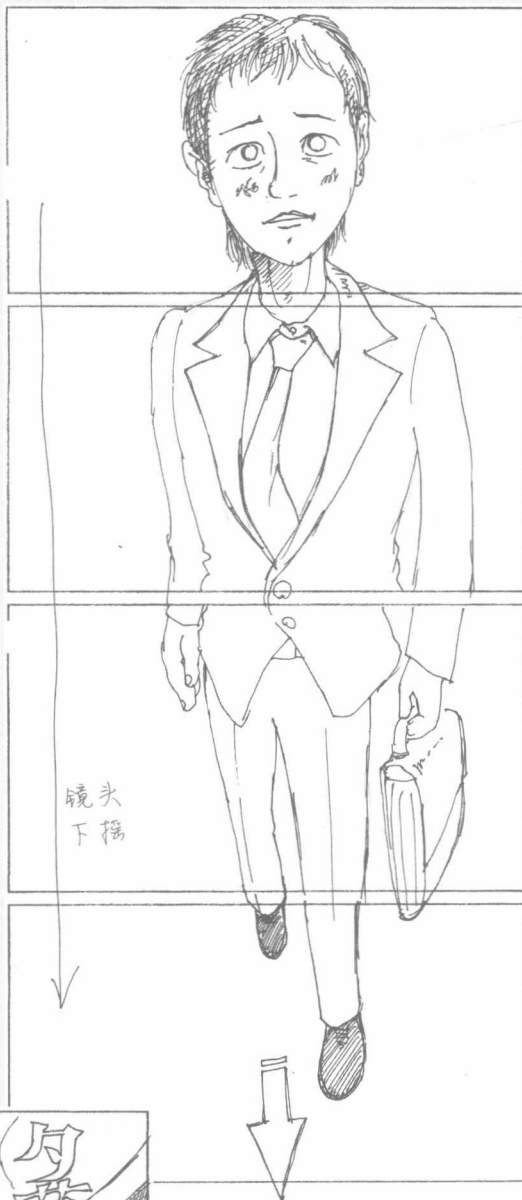
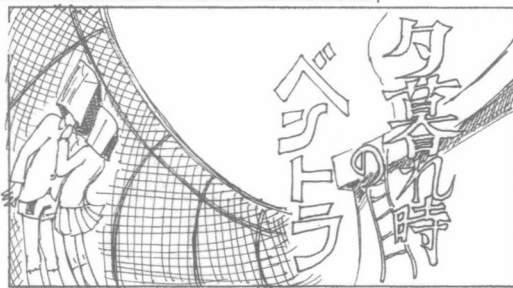
镜头下摇的指示

⇒ 使用箭头符号来表示镜头上摇和镜头下摇。可使用多个纵向的框来表现动态。



动作的指示

↑ 不同于漫画，在表现“低头”、“回头”、“开始走路”等动作时，分镜要用箭头符号来指示动作。



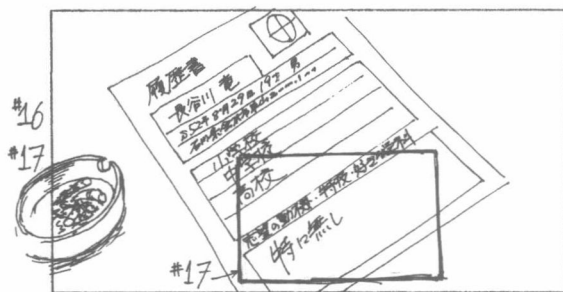
片名画面的构图

← 为了不让文字遮住画面内容，要事先写上片名的位置。拍摄时，构图要预先留出文字的空间。



镜头平移的指示

用箭头表示平移的方向，有时也使用“台词/动作”栏来表现。



从同一机位切出其他镜头的指示

同一镜头的画面大小发生变化时，在画框内切取需要的画面，并计算镜头编号。

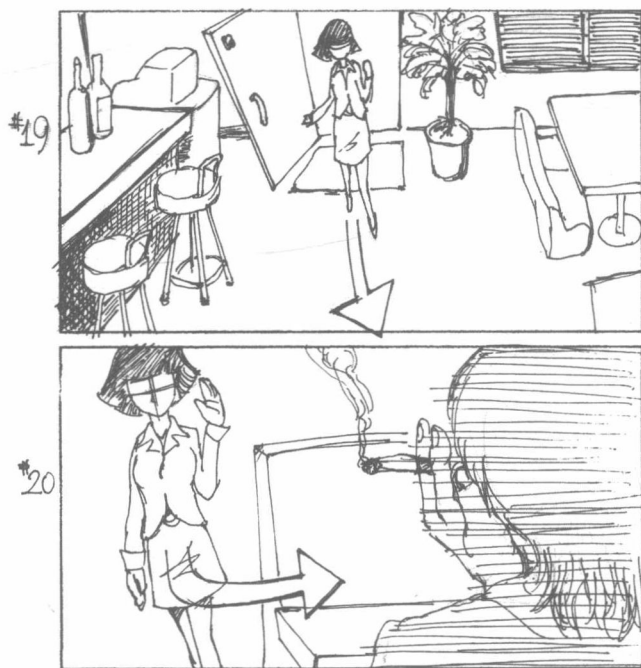
回到之前的画面，切出其他镜头的指示

绘制全部的镜头可是个大工程。挪用同一个镜头切换画面或改变画面尺寸时，要清楚地写明镜头的编号，做到一目了然。

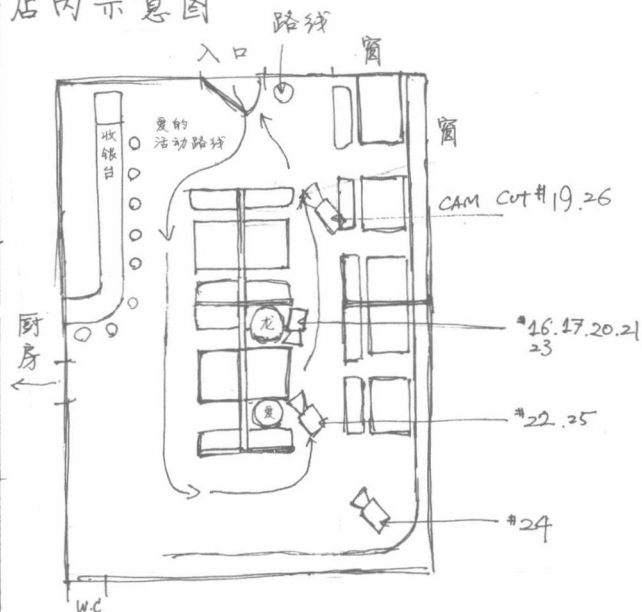


标明摄像机的位置

在分镜脚本的空栏里画出现场的示意图，写上机位和镜头的方向。在机位上分配镜头编号，便于在现场安排镜头的转换。



店内示意图



如何绘制分镜

现代。街上满是来来往往的年轻人，没有孩子们玩耍的空间。商店街里长大的孩子们只能在嘈杂的大街上玩耍。然而，等待他们的却是一个一旦踏入，就永远走不出来的小巷迷宫。

主人公龙的姐姐在13年前突然失踪，至今行踪不明。19岁的龙在就职面试归来的路上，遇到了仍是小女孩模样的姐姐。光天化日下，龙与分别13年的姐姐再度相遇……

PEEK

《PEEK A BOO》出场人物

龙（男，19岁）主人公

少年时期的龙（6岁）

美由（女，10岁）龙的姐姐

爱（女，21岁）龙的恋人

警察（男）

A

BOO

1 深夜的商店街

#1

深夜，商店街的小巷中。

几束手电筒的灯光像探照灯一样，从四面八方胡乱地照射出来。

数人的声音 “美由！美由！”

唯有呼唤声响彻在夜晚的商店街。

#2

数人的声音 “美由！美由！”

#3

少年时的龙（6岁）面露忧色地注视着搜索队伍。

#4

警察询问龙。

警察 “你们之前在踢罐子是吧？”

● 故事开头的第一个镜头和最后一个镜头一样，都是非常重要的。因为第一个镜头的影像要能表现出整个故事的世界观。场景是“深夜的商店街”，脚本说明是“几束手电筒的灯光像探照灯一样，从四面八方胡乱地照射出来”。那么，怎样表现这带有些许异样感的氛围比较好呢？把能够看见“夜晚”的商店街全景的镜头作为第一个镜头或许是个不错的选择。

这种情况下，第一个镜头首先要能够说明故事发生的场所，以及人物在干什么。但仅这样仍不足以表现气氛。我设想的镜头是：把手电筒的灯光作为眩光，特意加到镜头中去，使搜索小巷深处的人物像影子一样映照出来<1>。黑暗中蠢蠢欲动的影子和镜头眩光，并且从远近两头交替地听到呼唤“美由”的声音。在第一个镜头之后，加入展现商店街情况的说明性镜头<2>。

接着是面露忧色的主人公龙登场的主观镜头<3>。随后是警察的视角，自龙头顶俯视下来的主观影像。用降下镜头来表现警察蹲下来，视线降到和小孩子的龙一样高的感觉。在分镜的框内，用箭头符号来表示吊降的摄影技巧。我想使用特效设备来有效地表现该镜头的意图。

接下来的镜头<4>，画面反切到龙的主观影像。警察仿佛同龙在说话一样，对着摄像机开始说台词。在他们身后，手电筒的探照灯光来回扫射。

* 脚本说明：指示脚本中场所的情景、说明，演员动作等。

* 眩光：指镜头光晕 / 晕光。由明亮的光线直接入射到镜头内而引起的现象。

* 主观镜头：从主人公的视点看到的镜头。

* 俯视：从高处俯视拍摄。

* 降下镜头：使用摄像机专用的吊车，从上方开始下降的摄影技巧。与吊升相对。

* 特效设备：特殊摄影器材。如吊车、移动摄影车等。

* 反切：相互拍摄对面的对象时，把摄像机的位置改变 180 度。

TITLE

Scene No. 1

PEEK A BOO

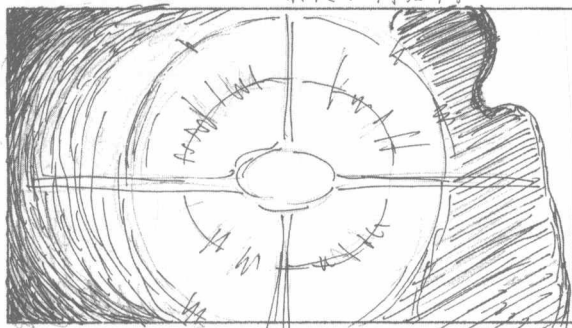
1 深夜的商店街

Line

Effect

Audio/SE

#1



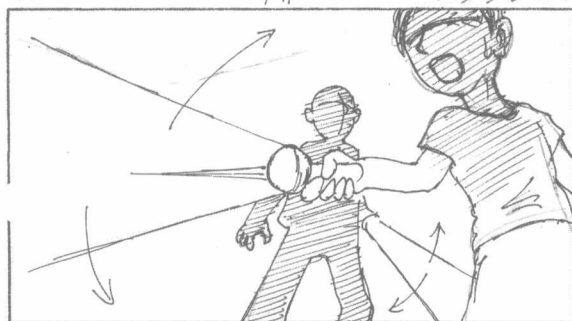
“Line”列的文字：
面向摄像机镜头的
手电灯光

镜头眩光

所有人都是黑色的
人影

TC h m s f Time

Take

OK Take
Check ☐

夜晚的商店街
数人的呼喊声
“美由！美由！”

Au
从远处传来
的呼喊声
从近处传来
的呼喊声
Take

交替

TC h m s f Time

OK Take
Check ☐

#2



“美由！”

Take

OK Take
Check ☐

TC h m s f Time

#3



吊降

从成人的视线吊降到
孩子较低的视线

Take

OK Take
Check ☐

TC h m s f Time

#4



从孩子的视线看到的
蹲下身的警察

警察：“你们之前在
踢罐子是吧？”

手电筒的探照灯光在
警察身后来回扫射

TC h m s f Time

Take

OK Take
Check ☐