

全面 专业 经典 厚重 艺术 超值

一部让您充分释放器材潜力的使用手册



玩转
单反相机

Nikon D7100

数码单反摄影 从入门到精通

数码创意 编著

- 相机功能全面剖析，充分挖掘相机潜能 ●
- 图解相机使用方法，轻松玩转手中相机 ●
- 摄影技法全盘奉献，快速走入摄影殿堂 ●
- 拍摄技巧实例展现，迅速提高摄影水平 ●
- 相机附件逐一介绍，随心拓展相机功能 ●

时代出版
APCTIME

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

Nikon D7100

数码单反摄影 从入门到精通

数码创意 编著



APETINE
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D7100 数码单反摄影从入门到精通/数码创意编著. —合肥:安徽科学技术出版社,2015.2
ISBN 978-7-5337-6464-7

I. ①N… II. ①数… III. ①数字照相机-单镜头反光照相机-摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 235978 号

内 容 简 介

本书是一本涵盖 Nikon D7100 相机机身介绍、基础操作等入门知识,以及参数设定、视频拍摄、实拍技巧等方面内容的实用指南。

本书共分为 10 个章节。第 1~3 章主要介绍了 Nikon D7100 相机的机身结构、功能按钮和相机的基本操作、握持姿势。第 4、第 5 章对拍摄前首先要选择的拍摄模式,以及各种发挥相机潜能的参数、功能设定,进行了深入浅出的剖析,让用户彻底玩转 Nikon D7100,并利用 Nikon D7100 的强大功能拍摄出理想的作品。第 6 章详细介绍了 Nikon D7100 实时显示拍摄与高清视频拍摄的方法。第 7 章向用户推荐了搭配 Nikon D7100 的镜头,以进一步展现 Nikon D7100 的优势。第 8~10 章通过各种实例与丰富的示范图片,向用户具体分析了不同拍摄题材的拍摄技巧,并传授拍摄经验及讲明注意事项,让用户从入门级玩家逐步掌握 Nikon D7100 的拍摄技法,精通数码单反摄影。

Nikon D7100 SHUMA DANFAN SHEYING CONG RUMEN DAO JINGTONG

Nikon D7100 数码单反摄影从入门到精通

数码创意 编著

出版人:黄和平 选题策划:王 勇 责任编辑:王 勇
责任校对:盛 东 责任印制:李伦洲 封面设计:数码创意
出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>
(合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场,邮编:230071)
电话:(0551)63533323
印 制:合肥华云印务有限责任公司 电话:(0551)63418899
(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

开本:889×1194 1/16 印张:11.5 字数:276 千
版次:2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷

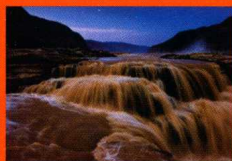
ISBN 978-7-5337-6464-7

定价:49.00 元

版权所有,侵权必究

前言

CONTENTS



随着人们对美好事物的向往和追求不断加剧，摄影作为一种视觉艺术的表现形式，逐渐普及到人们的日常生活中，并越来越为大众所接受和喜爱。在各种艺术形式中，摄影可能是最容易掌握并取得回报的艺术。它可以记录人们的面貌或事物，讲述各种故事；可以使人震惊，让人开心和受到教育；可以捕捉到情感从而诱发情感，并且能够准确、迅速地记录细节。

想要成为一名优秀的摄影师，就需要拥有比别人更全面的方法去观察世界。把三维动态世界记录成一种平面静止的影像，就如同把小说从一种语言翻译成另一种语言。要求认识到这个世界是有活力的、充满生气的和生机盎然的，对各种新思想和艺术处理手法是敞开的。没有两位摄影家会以完全相同的方式对待同一任务，即使他们使用同样的处理手法和规则。

随着数码技术的迅猛发展，几乎每个人都在用相机记录身边发生的事、路过的美丽风景、有关亲朋好友的记忆等。它扩大了我们的视野，打开一个又一个视觉空间，让我们了解社会，体味人生，记录人生的感动瞬间。不过，对于很多摄影爱好者来说，虽然拥有了一台专业的数码单反相机，面对绚丽的风景、美好的瞬间时，拍摄出来的却常常是平淡无奇，甚至是失败的照片。这是什么原因造成的呢？设备和技术仅仅是开始。摄影者本人才是最重要的。每一张照片在实拍的时候，都可能遇到各种问题，运用一些秘诀和技巧就能拍摄出更漂亮的照片！跟着我们做，就能拍得更漂亮！只有熟练掌握基础知识，您才能够取得成功。当您的技术改进时，本书中的许多照片将会给您带来取之不尽的灵感。

参加本书编写的人员有：李倪、张爽、易娟、杨伟、李红、胡文涛、樊媛超、张严芳、檀辛琳、廖江衡、赵丹华、戴珍、范志芳、赵海玉、罗树梅、周梦颖、郑丽珍、陈炜、郑瑞然、刘琳琳、楚晶晶、赵静宇、惠文婧、袁劲草、费晓蓉、钟叶青、周文卿、陈诚、陈卫民等。由于作者水平有限，书中难免有疏漏之处，恳请广大读者朋友给予批评指正。若读者有技术上或其他方面的问题可通过电子邮箱xzhd2008@sina.com和我们联系。

目录

CONTENTS

CHAPTER 01

超强单反Nikon D7100完全剖析

1.1 Nikon D7100外观介绍 2

1.1.1 Nikon D7100机身正面结构 2

1.1.2 Nikon D7100机身侧面结构 2

1.1.3 Nikon D7100机身顶部结构 3

1.1.4 Nikon D7100机身背面结构 4

1.1.5 Nikon D7100机身底部结构 4

1.1.6 使用MB-D11多功能电池匣/竖拍手柄 5

1.2 Nikon D7100 取景器 5

1.3 Nikon D7100 顶板显示屏 6

1.4 使用拍摄信息显示和照片数据显示 7

CHAPTER 02

Nikon D7100基础操作

2.1 镜头的安装与拆卸 10

2.2 电池的安装与使用 11

2.3 屈光度调节 11

2.4 SD存储卡的安装 12

2.5 选择合适的对焦模式 13

2.6 功能菜单的设置与调节 14

2.6.1 图像品质的选择 14

2.6.2 图像尺寸的选择 14

2.6.3 设定时钟的方法 15

2.6.4 画面自动旋转至竖直方向的方法 16

2.6.5 文件命名的方法 16

2.7 正确掌握单反相机的拍摄姿势 17

2.7.1 正确携带相机的方法 17

2.7.2 正确握持相机的方法 17

2.7.3 正确的拍摄姿势 18



CHAPTER 03

使用Nikon D7100 进行拍摄

3.1 拍摄第一张照片 22

3.2 照片的回放与删除 24

3.2.1 回放照片 24

3.2.2 查看缩略图 24

3.2.3 删除 25

3.2.4 删除之后 25

3.3 播放文件夹 27

3.4 隐藏图像 27

3.5 显示模式 29

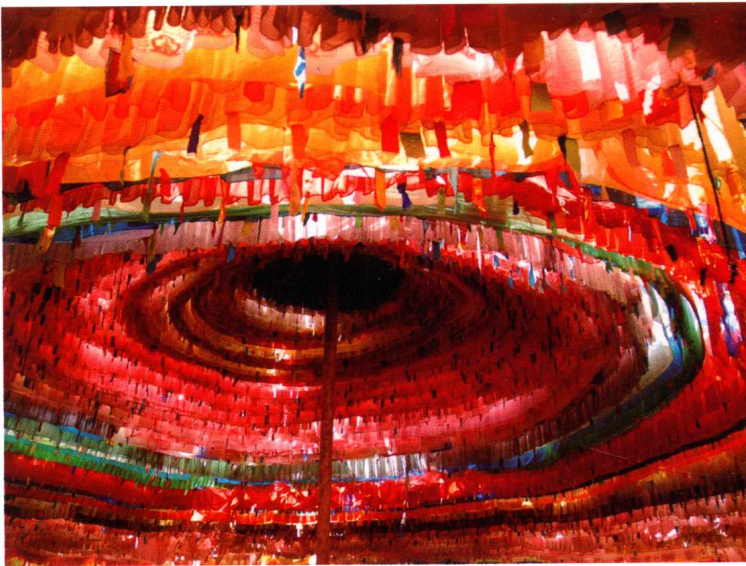
3.6 幻灯播放 29

3.7 把照片传输到计算机 31

3.8 打印设定 (DPOF) 31

3.9 使用尼康GP-1获取地理信息 33

3.10 Wi-Fi功能 34



CHAPTER 04

使用相机的不同模式进行拍摄

4.1 选择拍摄模式 36

4.2 选择曝光模式 40

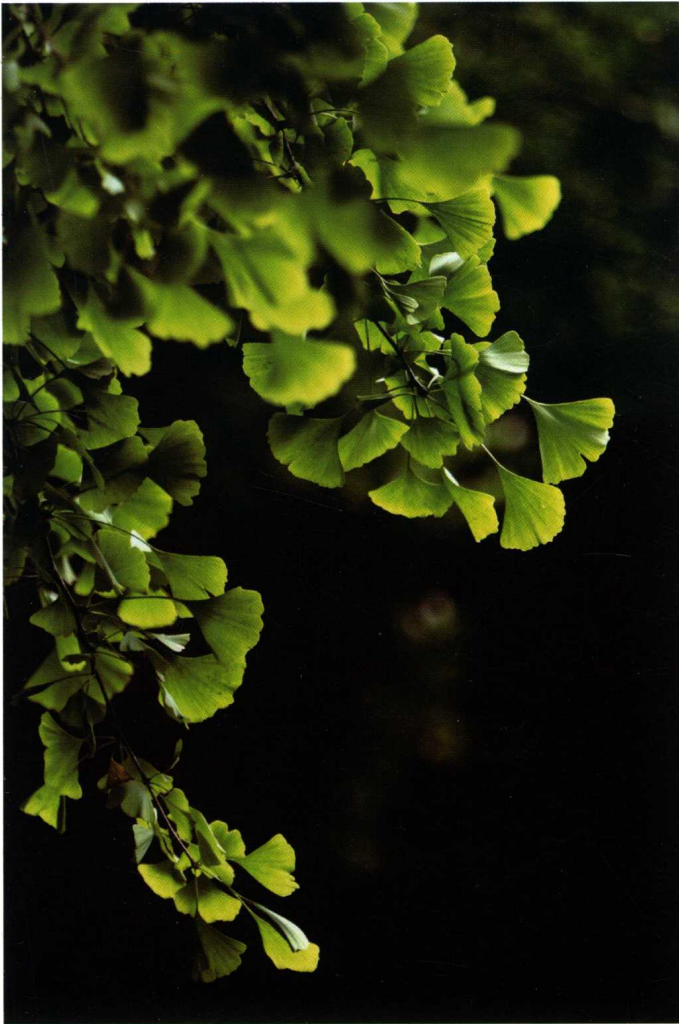
4.2.1 光圈优先模式 40

4.2.2 快门优先模式 41

4.2.3 程序自动模式 43

4.2.4 手动曝光模式 44

4.3 选择场景模式 45



CHAPTER 05

自定参数发挥相机的优势

5.1 选择测光模式 56

5.1.1 矩阵测光的方法 56

5.1.2 中央重点测光的方法 57

5.1.3 点测光的方法 59

5.2 选择对焦区域模式 60

5.3 调整白平衡和ISO感光度 61

5.4 使用内置闪光灯 65

5.5 控制曝光的方法 66

5.6 D7100相机计算曝光量的方法 69

5.6.1 正确曝光 69

5.6.2 曝光过度 69

5.6.3 曝光不足 70

5.7 利用ISO感光度设定调整曝光量 71

5.8 包围曝光 72

5.8.1 白平衡包围曝光 72

5.8.2 ADL（动态D-Lighting） 73

5.8.3 包围曝光与合并到HDR 73

5.9 利用直方图修复曝光问题 75

5.9.1 文件命名 76

5.9.2 自动失真控制 76

5.9.3 色空间 77

5.9.4 动态D-Lighting 78

5.9.5 长时间曝光降噪 79

5.9.6 高ISO降噪 80

5.9.7 ISO感光度设定 81



目录

CONTENTS

CHAPTER 01

超强单反Nikon D7100完全剖析

1.1 Nikon D7100外观介绍	2
1.1.1 Nikon D7100机身正面结构	2
1.1.2 Nikon D7100机身侧面结构	2
1.1.3 Nikon D7100机身顶部结构	3
1.1.4 Nikon D7100机身背面结构	4
1.1.5 Nikon D7100机身底部结构	4
1.1.6 使用MB-D11多功能电池匣/竖拍手柄	5
1.2 Nikon D7100 取景器	5
1.3 Nikon D7100 顶板显示屏	6
1.4 使用拍摄信息显示和照片数据显示	7

CHAPTER 02

Nikon D7100基础操作

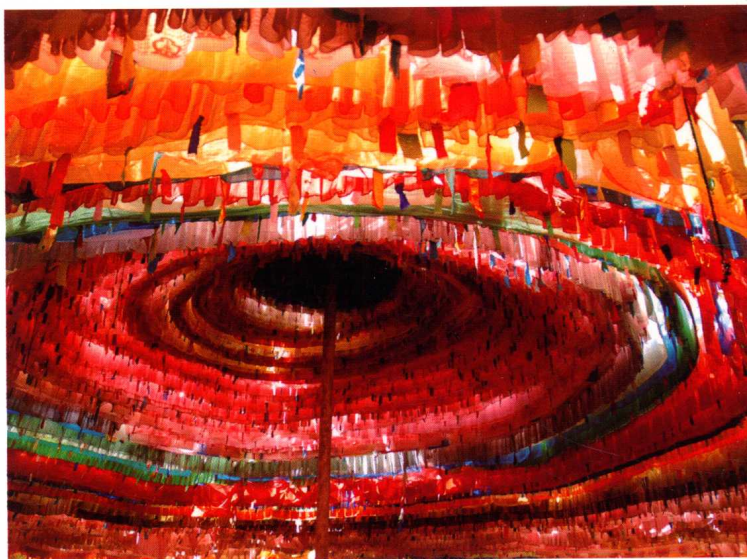
2.1 镜头的安装与拆卸	10
2.2 电池的安装与使用	11
2.3 屈光度调节	11
2.4 SD存储卡的安装	12
2.5 选择合适的对焦模式	13
2.6 功能菜单的设置与调节	14
2.6.1 图像品质的选择	14
2.6.2 图像尺寸的选择	14
2.6.3 设定时钟的方法	15
2.6.4 画面自动旋转至竖直方向的方法	16
2.6.5 文件命名的方法	16
2.7 正确掌握单反相机的拍摄姿势	17
2.7.1 正确携带相机的方法	17
2.7.2 正确握持相机的方法	17
2.7.3 正确的拍摄姿势	18



CHAPTER 03

使用Nikon D7100 进行拍摄

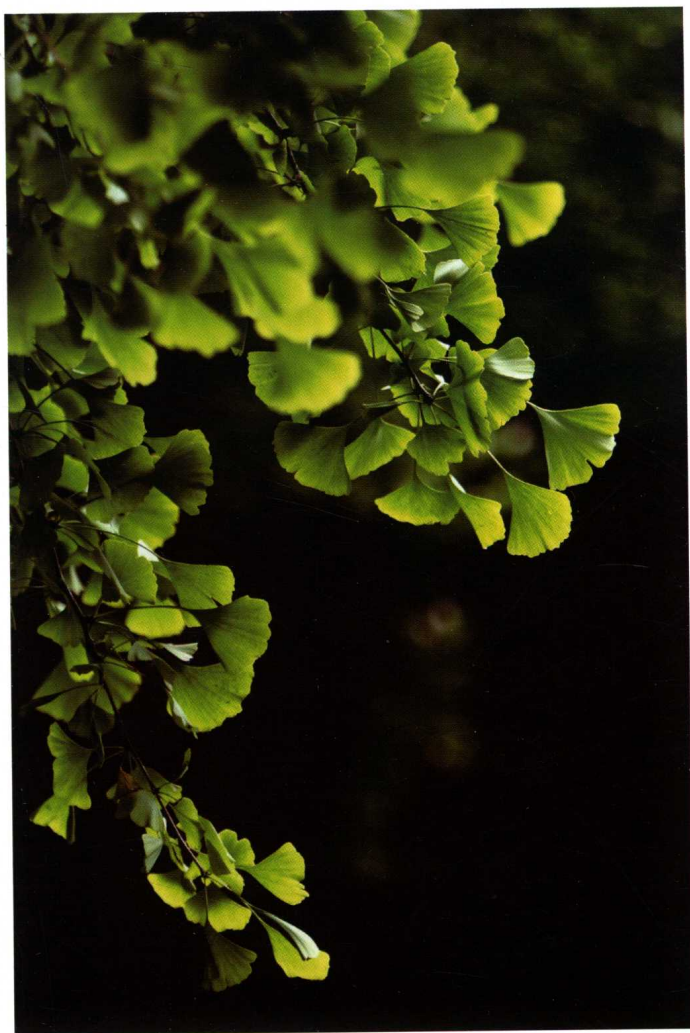
3.1 拍摄第一张照片	22
3.2 照片的回放与删除	24
3.2.1 回放照片	24
3.2.2 查看缩略图	24
3.2.3 删除	25
3.2.4 删除之后	25
3.3 播放文件夹	27
3.4 隐藏图像	27
3.5 显示模式	29
3.6 幻灯播放	29
3.7 把照片传输到计算机	31
3.8 打印设定 (DPOF)	31
3.9 使用尼康GP-1获取地理信息	33
3.10 Wi-Fi功能	34



CHAPTER 04

使用相机的不同模式进行拍摄

4.1 选择拍摄模式	36
4.2 选择曝光模式	40
4.2.1 光圈优先模式	40
4.2.2 快门优先模式	41
4.2.3 程序自动模式	43
4.2.4 手动曝光模式	44
4.3 选择场景模式	45

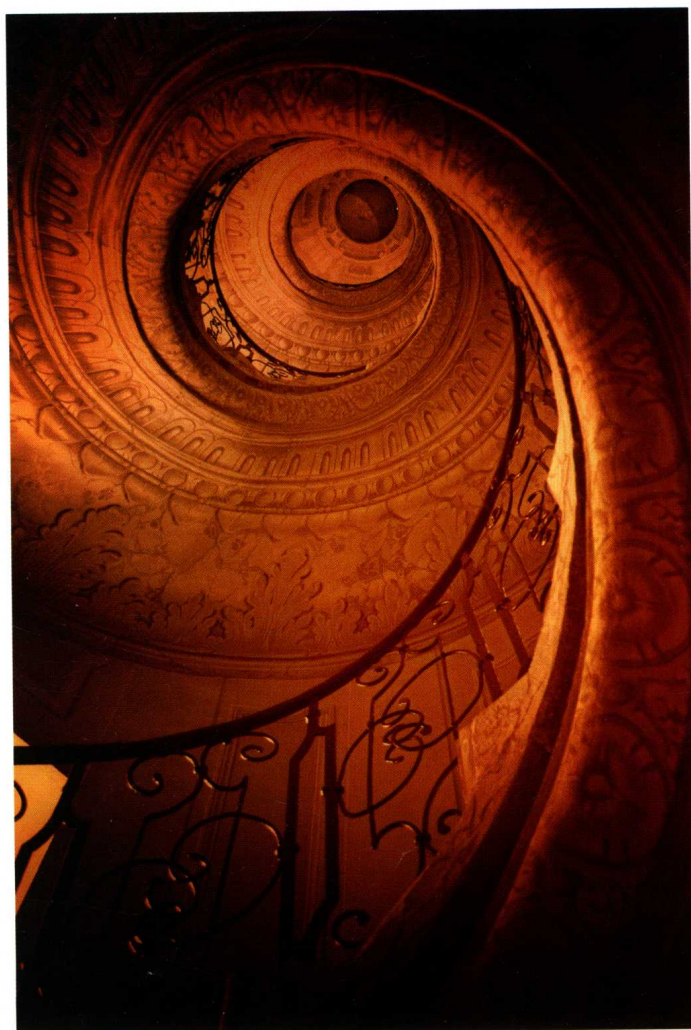


CHAPTER 05

自定参数发挥相机的优势

5.1 选择测光模式	56
5.1.1 矩阵测光的方法	56
5.1.2 中央重点测光的方法	57
5.1.3 点测光的方法	59
5.2 选择对焦区域模式	60

5.3 调整白平衡和ISO感光度	61
5.4 使用内置闪光灯	65
5.5 控制曝光的方法	66
5.6 D7100相机计算曝光量的方法	69
5.6.1 正确曝光	69
5.6.2 曝光过度	69
5.6.3 曝光不足	70
5.7 利用ISO感光度设定调整曝光量	71
5.8 包围曝光	72
5.8.1 白平衡包围曝光	72
5.8.2 ADL (动态D-Lighting)	73
5.8.3 包围曝光与合并到HDR	73
5.9 利用直方图修复曝光问题	75
5.9.1 文件命名	76
5.9.2 自动失真控制	76
5.9.3 色空间	77
5.9.4 动态D-Lighting	78
5.9.5 长时间曝光降噪	79
5.9.6 高ISO降噪	80
5.9.7 ISO感光度设定	81



CHAPTER 06

Nikon D7100实时显示与高清视频拍摄

6.1 数码单反相机与短片拍摄	84
6.1.1 短片拍摄功能在数码单反相机上的发展	84
6.1.2 用数码单反相机拍摄短片的优势	84
6.2 拍摄短片的基本设备	86
6.2.1 足够内存的存储卡	86
6.2.2 稳定相机的脚架	87
6.3 即时取景与短片拍摄的基本流程	87
6.4 即时取景的界面显示模式	88
6.5 菜单设置	88
6.5.1 动画设定	88
6.5.2 视频模式	89
6.5.3 HDMI	89
6.6 即时取景状态下的信息设置	89
6.6.1 自动对焦模式	90
6.6.2 自动对焦区域模式	89
6.7 短片编辑	91
6.8 即时取景与短片拍摄的注意事项与说明	91



CHAPTER 07

Nikon D7100的适用镜头

7.1 Nikon D7100可以使用的镜头	94
7.2 镜头选择方法	94
7.3 第一只镜头	97
7.3.1 AF-S DX 18-105mm F/3.5-5.6G ED VR	98
7.3.2 AF-S DX 18-55mm F/3.5-5.6G VR	99
7.3.3 AF-S DX 16-85mm F/3.5-5.6G ED VR	100
7.3.4 AF-S DX 18-70mm F/3.5-4.5G IF-ED	102

7.3.5 AF-S DX VR II 18-200mm F/3.5~5.6G IF-ED	103
7.3.6 AF-S 24-120mm F/4G ED VR	106

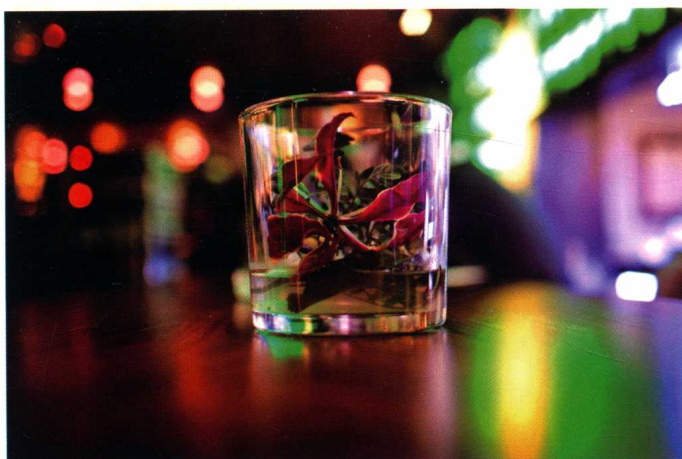
7.4 远摄和远摄变焦镜头的优势	107
7.5 常见拍摄症状总结	108



CHAPTER 08

大师是这样构图的

8.1 基本构图	110
8.2 散点式构图	111
8.3 中央式构图	112
8.4 对称式构图	114
8.5 大小对比	115
8.6 虚实对比	117
8.7 常用的“三分法”构图	119
8.8 圆形构图	121
8.9 优美的曲线构图	122
8.10 常用的对角线构图	122



8.11 稳定的三角形构图	123
8.12 垂直式构图	124
8.13 留白式构图	124
8.14 稳定的水平线构图	125
8.15 利用光线效果来构图	126
8.15.1 顺光拍摄风光	126
8.15.2 侧光展现主体质感	127
8.15.3 逆光构图富有意境	131
8.16 冷暖色调构图	132



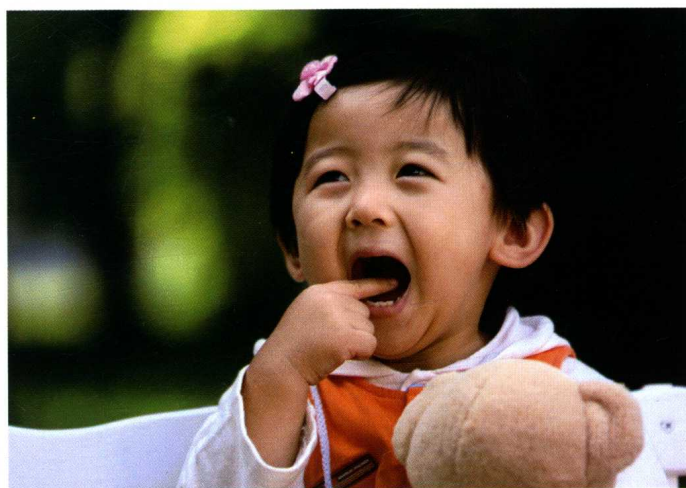
CHAPTER 09

Nikon D7100展现风光无限

9.1 不同的地域风情	134
9.1.1 江南水乡的幽静祥和	134
9.1.2 梯田的韵律美	136
9.1.3 赏古镇，听故事	137
9.1.4 领略高原风光	139
9.2 瞬息万变的光线	140
9.2.1 光线体现景物结构和颜色	140
9.2.2 光线渲染画面气氛	141
9.2.3 逆光摄影充满艺术韵味	142
9.3 通过曝光控制水流气势	144
9.4 拍摄雪山时要增加曝光量	145
9.5 拍摄夜景	146
9.5.1 拍摄夜景的技巧	146
9.5.2 拍摄夜幕下的绚丽美景	147
9.6 利用不同光线表现花卉	148



9.7 利用不同光线表现山峦	149
9.7.1 平视拍摄山川美景	149
9.7.2 仰视拍摄突出山势雄伟	149
9.7.3 俯视拍摄展示美好山河	150
9.8 花卉中不同色彩的搭配	151
9.9 利用影调来展现风光	152
9.9.1 丰富的中间调风光	152
9.9.2 明快的高调风光	153
9.9.3 深沉凝重的低调风光	154
9.10 辉煌的日落效果	155
9.10.1 日落西山	155
9.10.2 剪影风景	156



CHAPTER 10

Nikon D7100完美展现人像

10.1 利用冷暖色调拍摄人像	158
10.1.1 暖色调拍摄人像的技巧	158
10.1.2 冷色调拍摄人像的技巧	159
10.2 拍摄室内人像的技巧	160
10.3 高调人像的拍摄	161

10.4 低调人像的拍摄.....	162	10.10 孩子的小伙伴.....	171
10.5 捕捉神态特写	163	10.11 让画面充满趣味性	172
10.6 抓拍充满爆发力的神态	164	10.12 合影的拍摄.....	173
10.7 眼神光让人物更加生动	166	10.13 民俗的拍摄方法	174
10.8 通过嘴巴表达情感.....	167	10.14 善于发现平凡生活中的不平凡	175
10.9 外景婚纱的拍摄方法	168	10.15 舞台展场的拍摄	176



Nikon D7100

数码单反摄影从入门到精通

01

CHAPTER

超强单反Nikon D7100完全剖析

Nikon D7100 外观介绍

Nikon D7100 取景器

Nikon D7100 顶板显示屏

使用拍摄信息显示和照片数据显示

1.1 Nikon D7100 外观介绍

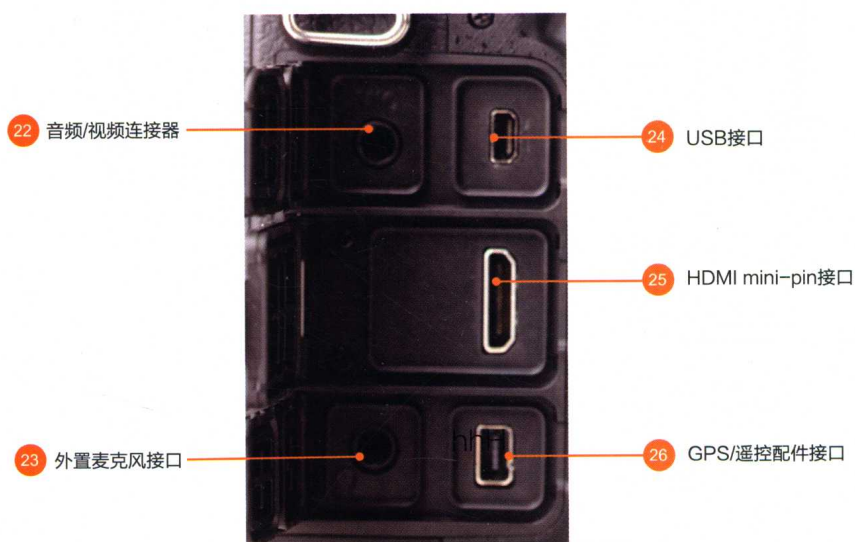
Nikon D7100的外观部分包括正面结构、顶部结构、背面结构、侧面结构、顶部结构。通过对机身的详细了解，熟悉机身上按钮的功能，可更好、更灵活地使用相机，最终拍出满意的照片。

1.1.1 Nikon D7100 机身正面结构



1.1.2 Nikon D7100 机身侧面结构





1.1.3 Nikon D7100 机身顶部结构



1.1.4 Nikon D7100 机身背面结构



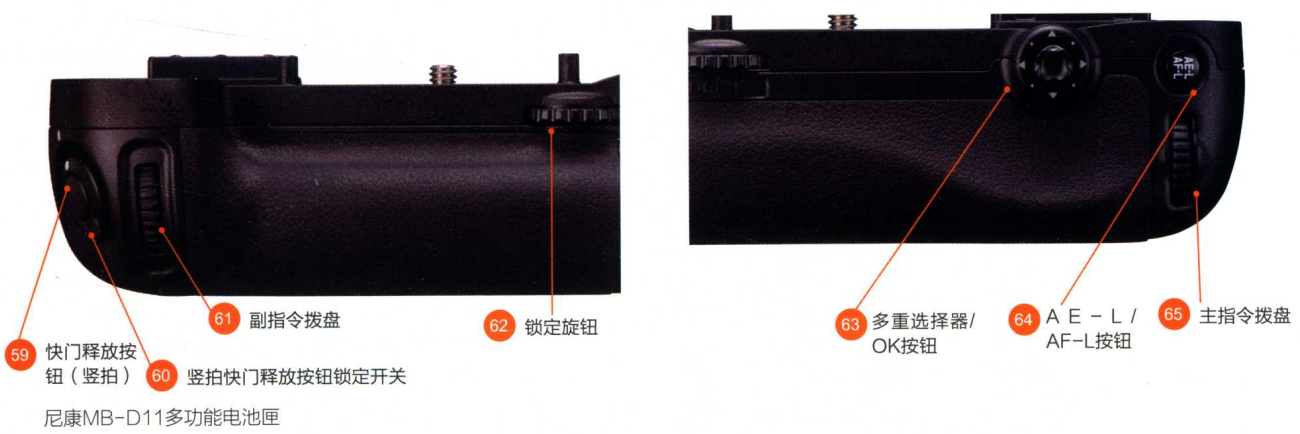
1.1.5 Nikon D7100 机身底部结构

Nikon D7100相机的底部没有太多控制装置，只有电池舱盖与把相机固定到三脚架上的三脚架插孔。该插孔还可以安装其他配件，如用来固定可选购的MB-D11电池匣。

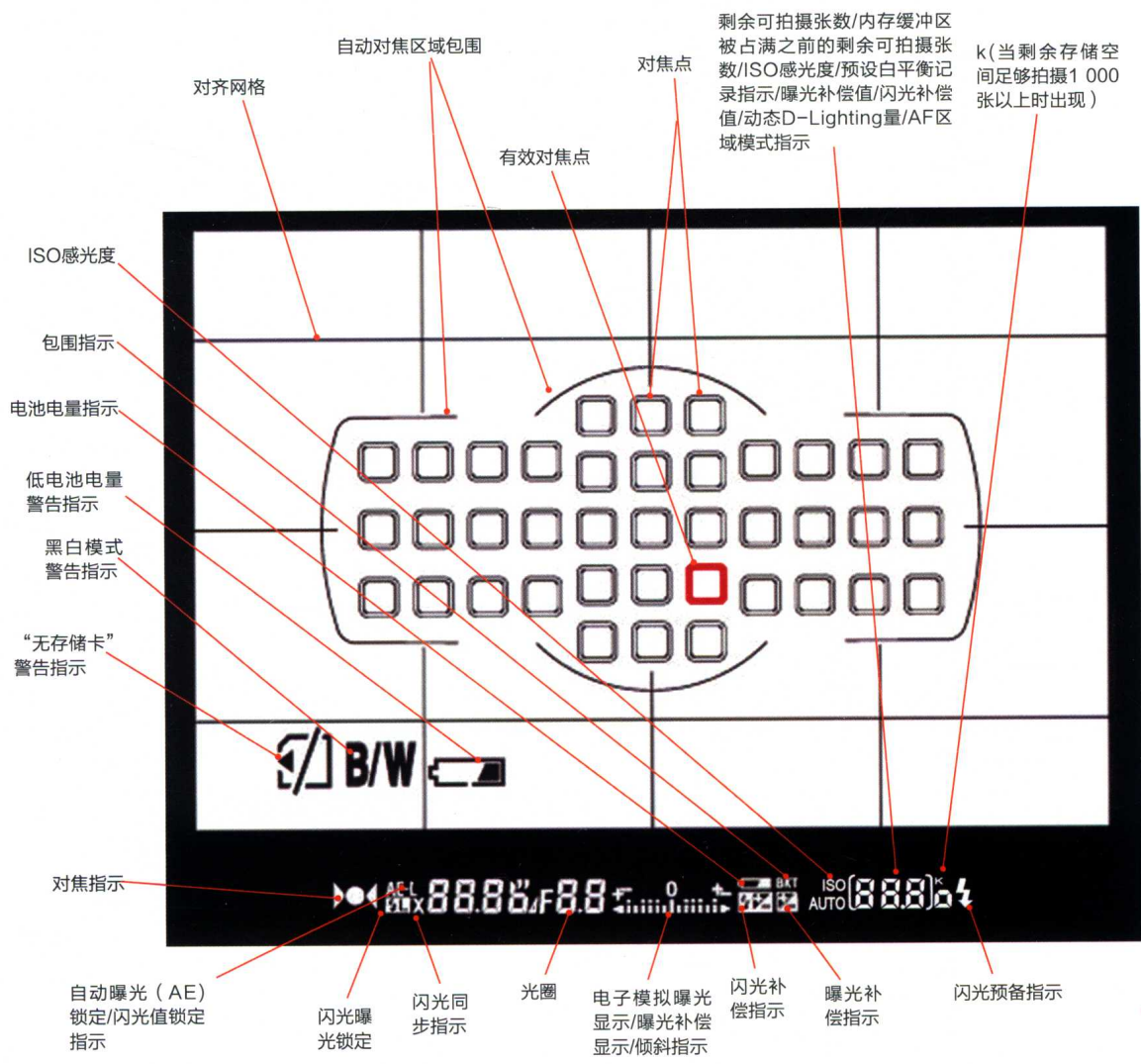


1.1.6 使用MB-D11多功能电池匣/竖拍手柄

应当考虑使用Nikon MB-D11多功能电池匣/竖拍手柄这样的另购配件。在连接到D7100相机底部之后，可以为相机提供更多电能，适合长时间的拍摄任务。MB-D11上还增加了适合竖拍的快门释放按钮、主指令拨盘、副指令拨盘、AE-L/AF-L按钮和缩小版的多重选择器，均按照便于竖拍的方式布置。橡胶盖下面有一个端子接口，可以在D7100和固定在相机底部的配件之间提供连接。

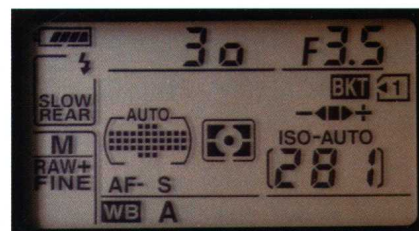


1.2 Nikon D7100 取景器

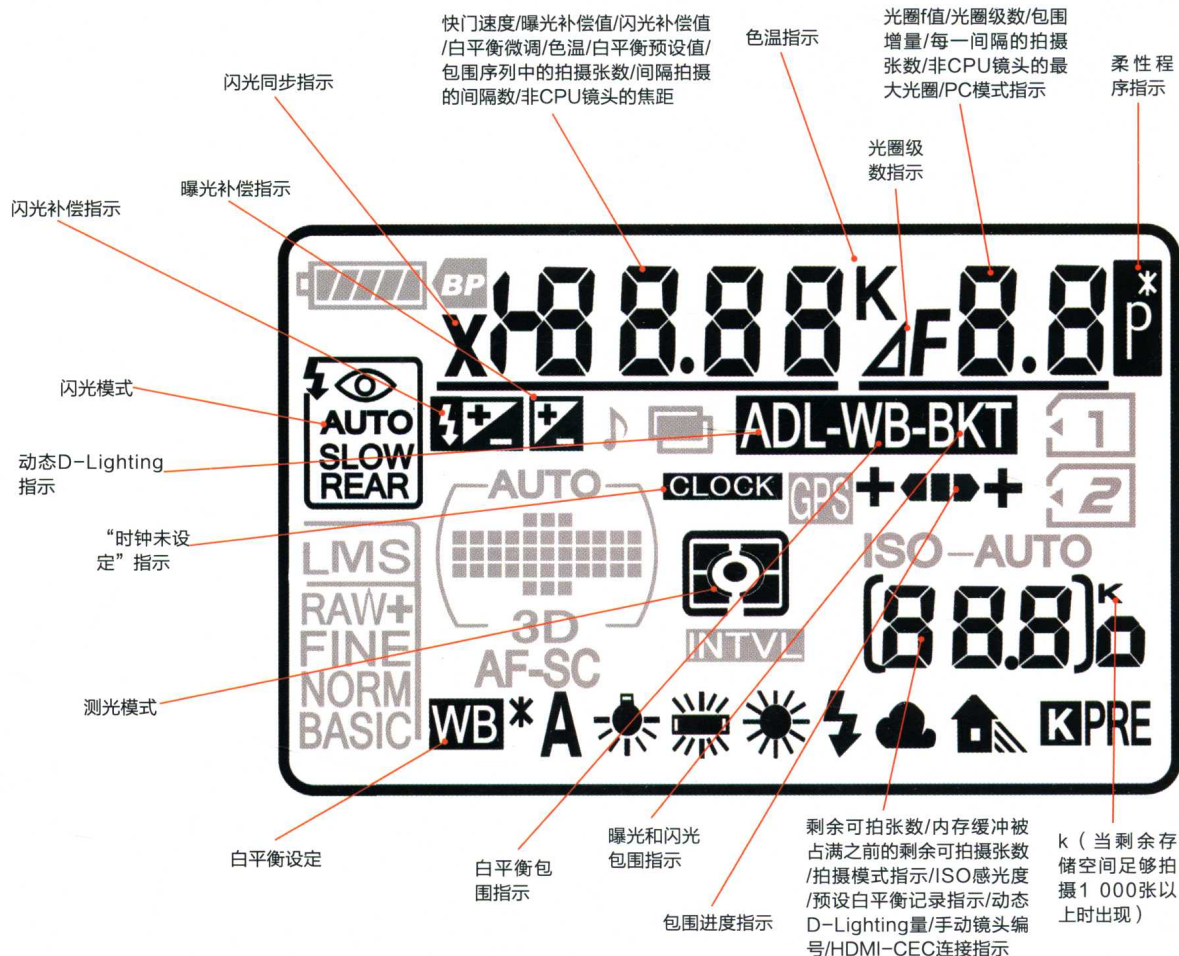


1.3 Nikon D7100 顶板显示屏

Nikon D7100相机的顶板上包含一块单色屏，可以显示大部分拍摄设定的状态信息。顶板显示屏包含的某些项目也会出现在取景器中，如快门速度和光圈值。



顶板状态显示屏



状态显示屏包含的信息（第一部分）