

用镜头记录心境，
描绘美丽生活。



遇见幸福的瞬间

小清新摄影秘笈

第一视觉 编著



手持相机，

无论是清爽的女孩、活泼的儿童、
萌呆的宠物、路边的野花，
还是早餐的咖啡、雨后的小径，
都可以“清新入镜”。



化学工业出版社

遇见幸福的瞬间

小清新摄影秘笈

第一视觉 编著



化学工业出版社

·北京·

平凡的生活繁复琐碎，却也暗自多彩。有些看似随手得来的照片，自然唯美、味道十足，充满着温暖与美好。本书为大家提供了一种全新的视角，用镜头随时随地去记录日常生活的心境与温情。就像书中所示，手持相机，无论是清爽的女孩、活泼的儿童、萌呆的宠物、路边的野花，还是早餐的咖啡、雨后的小径，都可以“清新入镜”。

全书文字简练，图片唯美，非常适合喜欢小清新风格摄影的朋友阅读。

图书在版编目（CIP）数据

遇见幸福的瞬间——小清新摄影秘笈/第一视觉编著.

北京：化学工业出版社，2014.5

ISBN 978-7-122-20056-3

I. ①遇… II. ①第… III. ①摄影技术 IV. ①J41

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第047016号

责任编辑：张素芳 王思慧 责任校对：陈 静 装帧设计：尹琳琳 贾 斌

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京方嘉彩色印刷有限责任公司

710mm×1000mm 1/16 印张15 $\frac{3}{4}$ 字数410千字 2014年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：69.80元

版权所有 违者必究

前言

淡雅、温馨、唯美、清爽、静谧……

看到这些词，你会想起什么画面？

是夏日午后的轻风拂面？还是转角咖啡馆的香甜面包？

是自家沙发的那只慵懒老猫？还是秋日黄昏的片片银杏？

这种温馨唯美的画面，在生活中随处可见。微博、微信、朋友圈、图片分享网站……我们用手机记录心境，我们用相机描绘美丽；

我们崇尚自然，我们热爱小清新……

“小清新”，原是一种音乐风格，泛指以清新唯美、随意创作风格见长的音乐类型，后随着喜欢的年轻人越来越多，逐渐渗透到文学、影视及摄影各个文艺领域。

“小清新”摄影，最早发源于日本，这类摄影崇尚构图简单、略微过曝、色调柔和以及浅景深，画面透着一股温馨淡然的气息。每一下快门，仿佛都是漠不关心的指尖触碰，但照片中却藏着一种神经质般的敏感，好像青春期的小情绪，猝不及防的便将我们吸入到一个淡淡的世界中……

本书将带领大家以“小清新”的视角，去观察生活、记录温情。

全书共 11 章，第 1 章主要介绍了拍摄小清新风格照片所需的一些器材及技法。第 2 ~ 11 章分别以不同的拍摄对象进行具体演示，如像我这样的女孩、幼齿萌娃、天然呆的萌宠、就喜欢懒洋洋的赖在家、小物件的小情绪、美味的诱惑、一花一世界、来场短途旅行、外面的世界、抽象艺术等。

本书没有深奥的理论，也没有高深的炫技，而是采用“小清新题材 + 拍摄技巧”的方式，配以“拍摄创意示意图”，一页一例，阅读轻松，学习随意。

本书内容由杨卉卉执笔，参与文字编辑及图片提供的有张韬、孙洪兵、朱斌、缪培昌、李潇潇、赖琴、董帅、王军、王逸飞、陈丹丹、朱声洋、张雷、徐华定、宋兆锦、王军、李晟、陈大志、孙立、潘继蓉、王嘉木、王诗武、时卫、王墨兰、万文虎、何宇恒、贺成奎等。另外，Shutterstock 也为本书提供了部分样图。封面图片由摄影师葛宏军提供。

如果你在阅读中有所感悟，不如拿起相机或手机，现在就开始拍摄属于你的“小清新”！

编者
2014年1月



C

目录 Contents

Chapter



关于摄影，我们该知道些什么 1

- | | |
|----------------------|----|
| 1.1 花样多多的数码相机 | 2 |
| 1.2 玩味复古相机 | 3 |
| 1.3 你拥有什么镜头 | 4 |
| 1.4 很有用的小附件 | 5 |
| 1.5 了解常用的摄影术语 | 6 |
| 1.6 光线的分类 | 11 |
| 1.7 小清新利器之一：浅景深 | 13 |
| 1.8 小清新利器之二：高调曝光 | 14 |
| 1.9 小清新利器之三：开放式构图 | 15 |
| 1.10 小清新利器之四：淡雅色彩复古风 | 16 |



Chapter



像我这样的女孩

17

- | | |
|---------------|----|
| 2.1 最可爱的大头照 | 18 |
| 2.2 彩色气球的童趣魅力 | 19 |
| 2.3 快去油菜花地吧 | 20 |
| 2.4 草丛中的身影 | 22 |
| 2.5 寻找红配绿 | 24 |
| 2.6 手的舞蹈 | 26 |
| 2.7 如果看不清我的脸 | 28 |
| 2.8 每一面都美 | 29 |
| 2.9 花与少女 | 31 |
| 2.10 适度模糊 | 32 |
| 2.11 仰面微笑 | 33 |
| 2.12 微风拂面的动感 | 35 |
| 2.13 我们一起跳起来吧 | 37 |
| 2.14 梦境游乐场 | 38 |
| 2.15 雀斑的天然装饰 | 40 |
| 2.16 我们俩 | 41 |
| 2.17 文艺的生活 | 43 |
| 2.18 用光做画笔 | 45 |
| 2.19 不想出门 | 47 |



Chapter



幼齿萌娃

49

- | | |
|-------------|----|
| 3.1 我要睡觉 | 50 |
| 3.2 看这里，看这里 | 52 |
| 3.3 跑跑跳跳 | 53 |
| 3.4 自娱自乐 | 55 |
| 3.5 快乐童年 | 57 |
| 3.6 到户外吹泡泡 | 59 |
| 3.7 活泼的色彩 | 61 |
| 3.8 和你在一起 | 63 |
| 3.9 靠近你的美 | 65 |

Chapter



天然呆的萌宠

67

- | | |
|--------------|----|
| 4.1 模拟人生 | 68 |
| 4.2 休息时间 | 70 |
| 4.3 到户外去玩吧 | 72 |
| 4.4 瞧瞧鹦鹉 | 74 |
| 4.5 变得更白更美一些 | 76 |
| 4.6 大眼睛 | 78 |



4.7 孤独的游鱼	79
4.8 抓住这一刻	81
4.9 我和你	83
4.10 成双成对	85
4.11 纯色的环境	87
4.12 花草前景	89

Chapter

05

就喜欢懒洋洋地赖在家里 91

5.1 懒洋洋的一角	92
5.2 那些色彩不一的灯	93
5.3 装满幸福的餐具	94
5.4 小玩具讲故事	96
5.5 布艺装饰	98
5.6 可爱的小摆设	100
5.7 别致的礼物	102
5.8 我的书桌台	104
5.9 把东西放到窗台上	106
5.10 弦动我心	107
5.11 家里的植物	108
5.12 各色茶具	110
5.13 简单生活	112
5.14 阅读的乐趣	113
5.15 彩虹色	115



Chapter



小物件的小情绪

117

- | | |
|-------------|-----|
| 6.1 把招牌记住 | 118 |
| 6.2 精美的橱窗 | 120 |
| 6.3 装潢独特的小店 | 122 |
| 6.4 寄一张明信片 | 124 |
| 6.5 乖到爆的小商品 | 126 |
| 6.6 梦幻氛围 | 128 |
| 6.7 手工首饰 | 129 |
| 6.8 异国风情装饰 | 130 |
| 6.9 杯子与瓶子 | 132 |
| 6.10 玩偶的生命力 | 134 |

Chapter



美味的诱惑

135

- | | |
|----------|-----|
| 7.1 早餐面包 | 136 |
| 7.2 清凉水果 | 138 |
| 7.3 醇香咖啡 | 140 |
| 7.4 迷你蛋糕 | 142 |



- | | |
|------------|-----|
| 7.5 彩色糖豆 | 144 |
| 7.6 甜甜樱桃味 | 145 |
| 7.7 浓情巧克力 | 147 |
| 7.8 冰冰凉好美味 | 149 |

Chapter



一花一世界

151

- | | |
|--------------|-----|
| 8.1 多变的叶子 | 152 |
| 8.2 晶莹的水珠 | 154 |
| 8.3 缠绕的曲线 | 155 |
| 8.4 林间的光 | 157 |
| 8.5 住在树干上 | 159 |
| 8.6 草地青青 | 161 |
| 8.7 花盆小植物 | 163 |
| 8.8 绚烂的红叶 | 164 |
| 8.9 低头朝下看 | 166 |
| 8.10 含苞与盛开 | 168 |
| 8.11 普罗旺斯风情 | 170 |
| 8.12 太阳之子向日葵 | 171 |
| 8.13 协调与对比 | 173 |
| 8.14 蝴蝶飞 | 175 |



Chapter



来场短途旅行 177

- | | |
|---------------|-----|
| 9.1 家门前的草坪 | 178 |
| 9.2 宁静的小路 | 180 |
| 9.3 城市魅力 | 182 |
| 9.4 校园情怀 | 183 |
| 9.5 书香时光 | 185 |
| 9.6 艺术展览 | 187 |
| 9.7 台球生活 | 189 |
| 9.8 平静的湖 | 191 |
| 9.9 油菜花开了 | 193 |
| 9.10 无处不在的小植物 | 195 |
| 9.11 小场景的故事 | 197 |
| 9.12 最爱游乐场 | 199 |
| 9.13 火车来啦! | 201 |
| 9.14 铁轨情结 | 203 |
| 9.15 胶片的诗意 | 205 |
| 9.16 离天空近一点 | 207 |

Chapter



外面的世界 209

- | | |
|---------------|-----|
| 10.1 去海边 | 210 |
| 10.2 那片纯净的蓝与白 | 212 |
| 10.3 山清水秀的桃花源 | 214 |
| 10.4 一起来玩水吧 | 216 |
| 10.5 手中的贝壳 | 218 |
| 10.6 意外的礼物 | 220 |
| 10.7 怀旧建筑 | 222 |
| 10.8 小城故事多 | 224 |
| 10.9 从飞机上看世界 | 225 |
| 10.10 我在这里 | 227 |
| 10.11 小风景 | 229 |

Chapter



抽象艺术 231

- | | |
|--------------|-----|
| 11.1 黑暗舞者 | 232 |
| 11.2 光影斑驳的地面 | 234 |
| 11.3 梦幻光斑 | 236 |
| 11.4 淅淅沥沥的雨后 | 238 |
| 11.5 车流线条 | 239 |

Chapter

01 关于摄影， 我们该知道些什么

“小清新”，最早是一种音乐风格，泛指那些清爽的曲风与随意的创作；后来，一群喜欢摄影的年轻人，逐渐推崇一种“创作随意、个性表达、画面清爽”的照片风格，并逐渐在更多年轻人当中流行起来。

想要拍出一张很有感觉的小清新照片，首先要了解一些关于摄影的基础知识。学习和掌握这些知识，获得唯美温馨的画面效果，就不再是难事。



1.1 花样多多的数码相机

为什么专业摄影师都喜欢选用数码单反相机拍照呢？市面上种类繁多的数码相机又各有什么优点呢？如何选择一款适合自己的相机呢？这一节，我们就来讨论：拍摄小清新照片的数码相机都有哪些类型。

数码相机的简单分类介绍。

1. 卡片机：它是体积最小重量最轻的一类相机，因外形酷似一张卡片而得名。它的优点在于携带方便，缺点是手动功能相对薄弱，无法更换镜头等，拍摄者受到一定限制。



2. 数码单反相机：它的全名是数码单镜头反光相机，其中“单镜头”指的是取景器看到的影像与感光元件上的影像来自同一个镜头，也就是所拍即所得。



数码单反相机拥有丰富的调整空间，大家可以根据自己的需要来选择光圈、快门等参数，而且它还能够搭配不同焦段的镜头以及丰富的附件，是专业摄影者必备的一类数码相机。不过由于它本身的体积较大，加上镜头后整体重量更重，拍摄和携带起来都比较麻烦，这也是它的缺点所在。

3. 微单相机：近些年来，很多相机厂商推出了一种介于卡片机和数码单反相机之间的数码相机，也就是单电或微单相机。它们的体积重量都小于单反，同时又具备单反相机的大部分手动操作功能，还可以更换镜头，是目前最炙手可热的一类数码相机。可以说是创作“小清新”的利器哦。



注意，微单是索尼在中国注册的名称，意思为微型单镜头无反光镜电子取景相机，比较有名的有索尼的 NEX 系列，松下 GF 系列等。而奥林巴斯等厂商也会把这类相机称为“单电”相机。

1.2 玩味复古相机

数码相机的普及并没有让胶片相机消失，胶片本身的色彩质感反而受到大家追捧，越来越多的小众影友也加入了复古摄影的行列，享受怀旧的独特滋味。

1. 玩具相机：就是外形非常可爱，像玩具一般，同时操作十分简单，只需要按动一下快门就完成拍摄的相机。它大部分是由塑料材质制作而成，外形色彩多变，内部构造简单，使用胶卷进行拍摄，很多相机还带有特殊的效果，例如暗角、鱼眼等。



数码相机拍摄



玩具相机拍摄

2. 宝丽来和拍立得相机：当摄影者按下快门，机身直接传出相纸，经过几分钟后，相纸上就可以看到影像，这种相机在国外称为“instant camera”，由于相机是宝丽来公司发明的，我们也常常叫它“宝丽来相机”。近些年来，富士公司推出的“instax mini”与宝丽来相机工作原理类似，也被称作“拍立得相机”。

宝丽来和拍立得相机获得的照片是带有边框的矩形相纸，没有底片，仅此一张，由于它不需要后期冲洗，也就成为了一种纪实拍摄的手段。相纸最后呈现的画面柔和，而且带有特殊的色彩效果，这也是这类相机的标志。



数码相机拍摄



宝丽来相机拍摄

1.3 你拥有什么镜头

镜头是相机重要的组成部分，也是我们获取不同构图与画面的关键。镜头的种类很多，所呈现的画面也各不相同。你拥有什么样的镜头，决定了你的最终视觉效果。

在介绍镜头种类之前，要先了解一下镜头上的各种参数，只有看明白了这些数字，才能知道镜头的焦距以及最大光圈值。

如图，以尼康镜头为例，要了解镜头的参数，注意红框内标注的数字，其中 12-24mm 指的是镜头的焦距，说明该镜头最短焦距为 12mm，最长焦距为 24mm；1:4 指的是镜头最大光圈值为 F4，而且是恒定最大光圈，也就是说无论镜头焦距是多少，镜头的最大光圈都可以达到 F4。如果镜头上标注最大光圈值为 3.5-5.6，这就说明当镜头焦距发生变化时，镜头的最大光圈也会发生相应变化。

了解了镜头参数后，下面就为大家简要介绍镜头的分类。

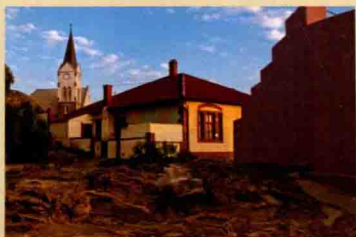
1. 根据焦距是否固定分类：焦距固定的镜头称为定焦镜头；焦距可变的镜头称为变焦镜头（只要观察镜头上焦距是固定的数字还是一个焦距就可区分）。

2. 根据焦距长短分类：焦距小于 50mm 的镜头称为广角镜头，它的视角大，拍摄的范围广阔，特别适合拍摄大场景风光；焦距大于 135mm 的镜头称为长焦镜头，它的焦距长，可以将远处物体拉近放大，特别适合拍摄远距离的景物；焦距在 50~135mm 的镜头称为中焦镜头，而其中 50mm 镜头也被称为标准镜头，它拍摄出来的画面与人眼所看的相似，画面效果自然亲切。

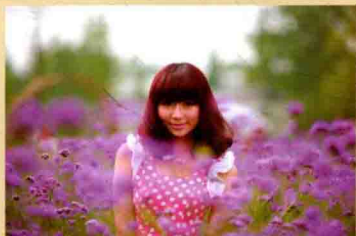
3. 特殊镜头分类：专门用于微距拍摄的微距镜头；可以将平面视角内 180° 圆弧视野全部收入画面的鱼镜头；可以调整所拍摄影像透视关系的移轴镜头等。



尼康 AF-S 12-24mm 1 : 4G ED



移轴镜头有效调整建筑的透视效果



长焦镜头将远处的人物拉近表现



微距镜头可以近距离拍摄微小景物



广角镜头展现风光的开阔感

1.4 很有用的小附件

相机和镜头都准备好了，是不是就可以马上开始拍摄了呢？等等，你也许还忽略了一些重要的拍摄小附件，它们也是摄影必不可少的组成部分哦！

1. 三脚架：在光线充足的环境下，可以选择高速快门，手持相机来进行拍摄，但是如果环境光线较弱，或者需要使用低速快门时，手持相机无法保证画面的清晰稳定，这个时候三脚架就派上用场了。

目前市面上兼顾稳定性和轻便性的就属碳纤维材质的三脚架了，它的价格普遍在千元以上，品牌种类繁多，如果大家资金充裕可以考虑选购。在使用时要注意，末端脚管最细，稳定性不好，所以伸出脚管的顺序是从上往下，末端能不伸就不伸。



2. 外置闪光灯：很多数码相机都带有内置闪光灯，在使用全自动模式和场景模式时，当环境光线不足，相机就会自动弹出闪光灯进行闪光，这种闪光光线较为生硬，功率和方向也无法调节，拍摄出来的效果并不好。如果想要获得更为自然，可调控性更强的光线，选购一款外置闪光灯吧。

外置闪光灯可调节灯头方向，从而改变光照角度，可调节输出量，从而改变光照强度，还可以通过引闪器离机闪光，从而获得更为多变的补光角度。

3. 摄影包：为自己的爱机选择一个耐用的摄影包，就仿佛给它穿上了一层保护膜，这样在外出旅游拍摄的时候，就不会害怕机器因为挤压碰撞而损坏了。摄影包大致分为单肩背包和双肩背包，大家可以根据不同情况选择购买。

对于体积较小的卡片机或微单相机，单肩背包就足够用了，还有一些较小的单反相机，在没有携带太多其他附件的时候，也可以选择单肩背包，方便拿取相机；如果是远距离旅行，或者携带了较多其他摄影器材，那么选购一款容量大的双肩背包就比较合适，省力的同时保证了器材的安全。



4. 存储卡：数码相机不同于胶片相机，要想存储照片都得靠存储卡。在购买存储卡的时候，要注意区分存储卡的类别，最好带上相机去试一试，是否能够正常存取；还要把握好存储卡的容量，一般在16G左右就可以了；最后就是了解存储卡的传输速度，要知道传输速度越快的卡越可以保证在连拍和抢拍时抓住瞬间。



1.5 了解常用的摄影术语

术语并不重要，重要的是术语能给画面带来什么效果。希望马上从摄影菜鸟进阶到摄影发烧友，专业的摄影术语可要牢记在心。本节就去粗取精地为大家介绍一些摄影常用的概念，让你在拍摄前做到胸有成竹。

1. 光圈：相机里一个由多组金属叶片组成的通光孔，它位于镜头、镜片和感光元件之间，控制着画面的曝光和景深。在数码单反相机中，光圈用字母F表示，注意：数值越大光圈越小，如F11的光圈，就要小于F4的光圈。

在其他条件都相同的情况下，光圈越大画面进光量越大，画面也就越亮，画面的景深也就越浅。很多小清新照片背景朦胧虚幻，就是用大光圈镜头实现的。



F14的光圈拍摄，画面较暗



F5.6的光圈拍摄，画面变亮

2. 快门速度：快门是相机中挡在感光元件前的黑色挡片，当拍摄者按下快门按钮后，快门会经历一开一合，相机的感光元件就会记录快门开合中的画面。快门一开一合的速度，就是所谓的快门速度。

快门速度以秒为单位，表达方式是1s、1/4s、1/8s、1/16s、1/200s等。快门速度越快，画面曝光量就越小，画面也就越暗，同时也能够有效捕捉瞬间的静态画面效果。

注意：慢速快门可以实现虚幻的动感模糊，这也是小清新照片常用的技巧之一。



1/100s的快门速度，定格瞬间



2s的快门速度，产生动感