



# 尼康 风光摄影书

先锋影像 编著

**Nikon**



# 尼康风光摄影书

先锋影像 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

## 内容提要

本书采用全新的表现形式，展示了如何使用尼康高、中、低端相机拍摄不同题材、不同类型的风光照片。内容包括剖析风光摄影的曝光要诀，详解尼康相机在风光摄影中常用的高级曝光技法，展示在风光摄影中拍出超清晰照片的对焦技巧，如何用光影、色彩、构图技法拍出风光大片。为了帮助各位读者提高实战技能，本书讲解了日出、日落、花卉、冰雪、山景、云雾、树木、建筑、水景、夜景、鸟类、昆虫、草原、梯田、沙漠、闪电、彩虹等十几种常见风光摄影题材的实战拍摄技法。

本书最大的特色在于笔者在书中凡涉及相机操作的知识点旁边，基本上都添加了尼康高、中、低三款相机的操作示意图，以展示当理论与实践相结合时，应该如何通过操作相机按钮来实现，以使各位读者在阅读后能够快速上手进行学习。

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

尼康风光摄影书 / 先锋影像编著. —北京：电子工业出版社，2015.5  
ISBN 978-7-121-25865-7

I. ①尼… II. ①先… III. ①风光摄影—摄影技术 IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第074571号

责任编辑：姜 伟

特约编辑：赵树刚

印 刷：北京捷迅佳彩印刷有限公司

装 订：北京捷迅佳彩印刷有限公司

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：889×1194 1/32 印张：13.375 字数：679千字

版 次：2015年5月第1版

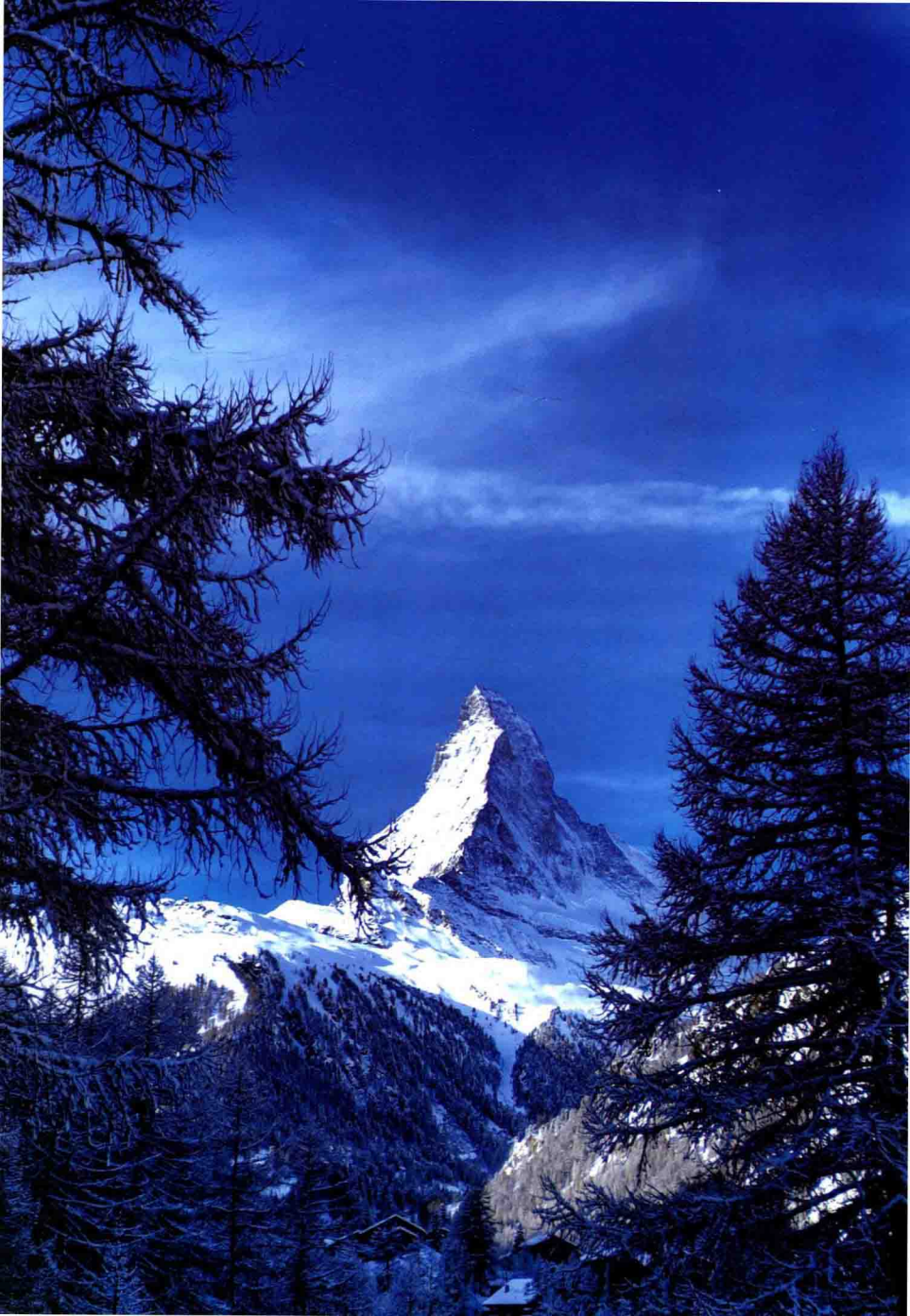
印 次：2015年5月第1次印刷

定 价：98.00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zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。



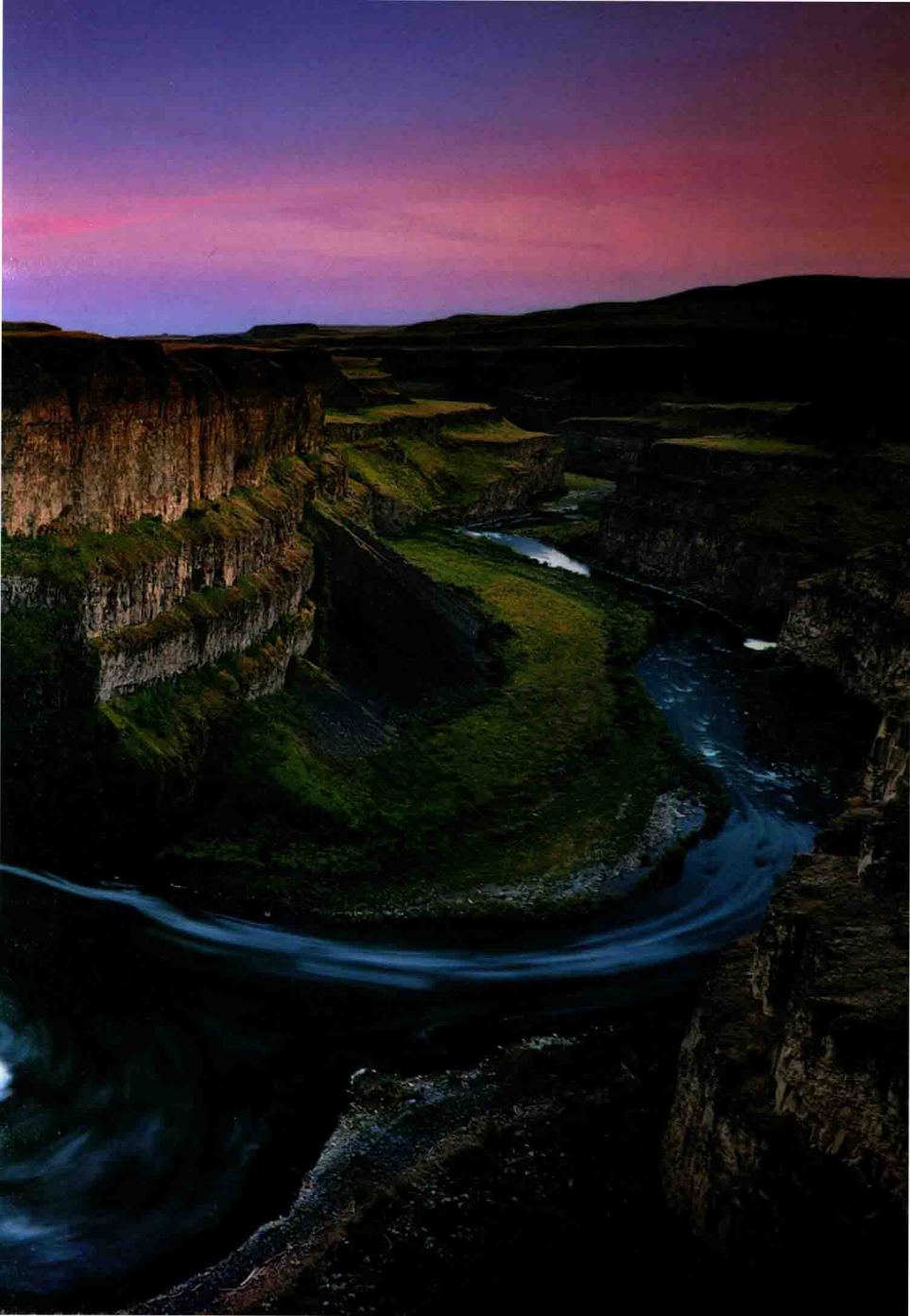
























# 前言

虽然，统计表明购买数码单反相机的大部分是城市中的摄影爱好者，但统计同样表明这些爱好者最喜爱拍摄的题材却是户外自然风光。

本书正是一本针对广大使用尼康相机的爱好者编写的，讲解如何更好地使用尼康相机各项优秀功能拍摄出精美风光大片的专业书籍。

众所周知，曝光与对焦是否正确，决定了广大摄影爱好者在摄影创作中所拍摄出照片的光影是否合适、画面焦点是否清晰，因此曝光与对焦技巧对照片的品质有着决定性的影响。本书第1~3章，集中讲解了尼康相机的基本曝光理论、高级曝光技法，以及拍摄清晰照片的对焦技巧。

光影理论、色彩知识及构图技法是任何一个摄影师都必须具备的基础拍摄技能，本书的第5~8章讲解了与这三者相关的内容，如果能够融会贯通这4章所讲述的知识，对于拍摄其他摄影题材也非常有帮助。

本书从第9章开始至第20章，是本书的实践操作章节，笔者在这些章节中讲解了日出、日落、花卉、冰雪、山景、云雾、树木、建筑、水景、夜景、鸟类、昆虫、草原、梯田、沙漠、闪电、彩虹等十几种常见风光摄影题材的实战拍摄技法。

例如，在第16章中针对水景题材，讲解了高速快门拍摄浪花拍打礁石、长时间曝光拍摄柔滑水流、垂直构图拍出瀑布的气势、曲线构图拍出河流的蜿蜒、对称构图表现湖水的静逸、大小对比拍出瀑布的壮阔6个常用的技巧。

又如在第18章针对拍摄风光时常遇到的鸟类，讲解了拍鸟——必备长焦、鸟类摄影的诀窍——快、准、准确曝光拍出鸟儿羽毛的质感、对焦决定成败、高感光度提高快门速度、连拍最易出好片、俯拍水面上的鸟儿、仰拍天空中的鸟儿、拍出鸟类最美的局部、密不透风表现鸟群气势、拍出鸟类的情感世界11个常用的鸟类拍摄技巧。

本书最大的特色在于笔者在书中凡涉及相机操作的知识点旁边，基本上都添加了尼康高、中、低三款相机的操作示意图，以展示当理论与实践相结

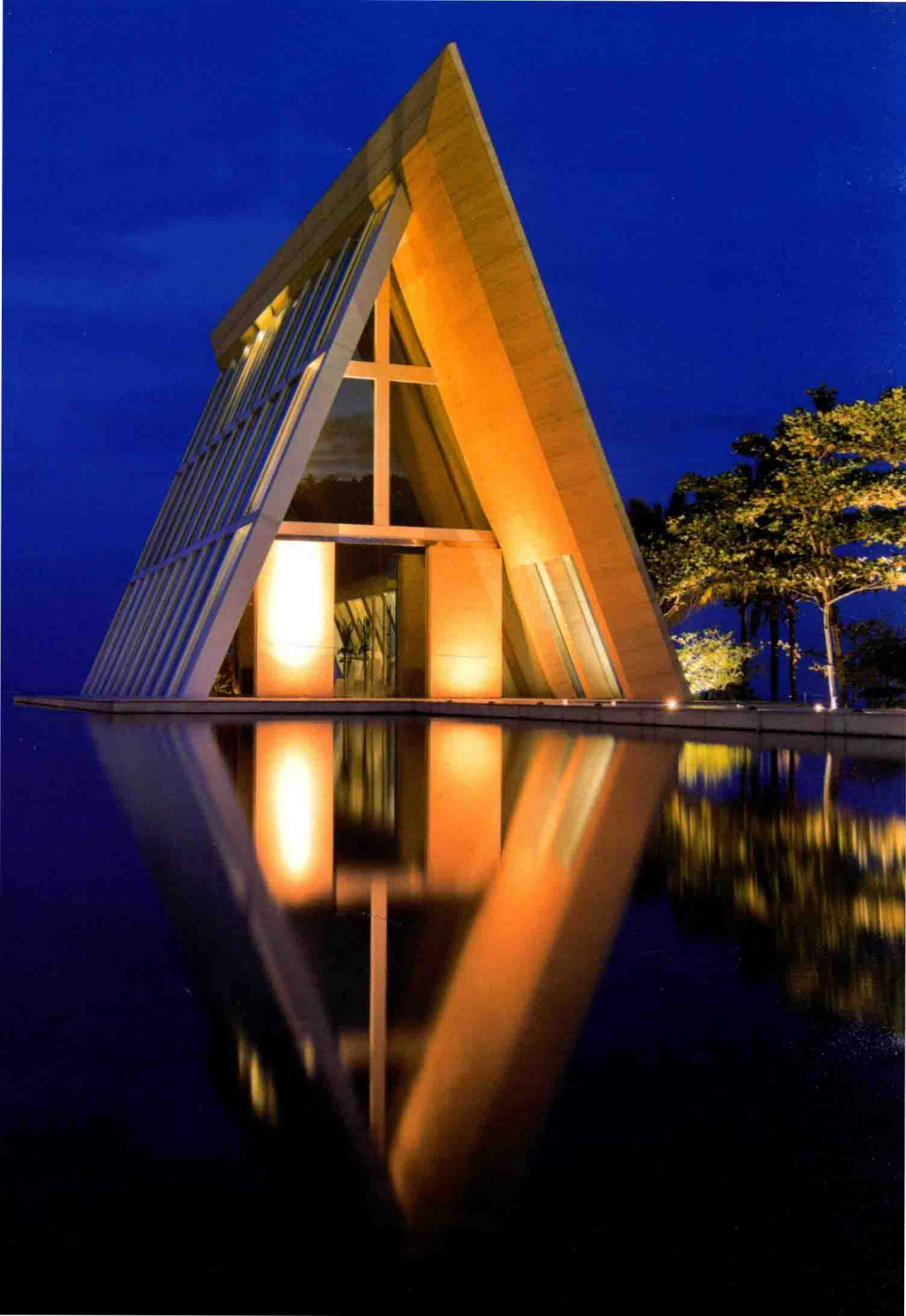
合时，应该如何通过操作相机按钮来实现，以使各位读者在阅读后能够快速上手进行学习。

参与本书编写的人员有雷波、范玉婵、邓冰峰、宗宇、徐善军、梁佳佳、邢雅静、陈会文、张建华、孙月、张斌、邢晶晶、秦敬尧、王帆、赵雅静，在此一并表示感谢。

书中没有讲解清晰或没有涉及的问题，欢迎各位读者加入QQ群“摄影天地”共同交流提高，QQ群号为87192552。如果此群已满，可加入QQ群“影响人生”，群号为245471400。

笔者

2015年4月





# 目录

<b>第 1 章 曝光——风光摄影的第一要素</b>	<b>1</b>
熟记风光摄影 4 字诀	2
时	2
势	4
形	4
质	5
风光摄影中曝光的重要性	5
正确曝光与准确曝光的区别	5
曝光与色彩的关系	7
判断曝光的依据——直方图	8
利用直方图判断曝光	8
五类典型的直方图	9
用对曝光模式就成功了一半	16
程序自动模式 P	17
光圈优先模式 A	18
小光圈拍摄题材列举	20
大光圈拍摄题材列举	22
快门优先模式 S	24
低速快门拍摄题材列举	25
高速快门拍摄题材列举	30
手动曝光模式 M	32
手动模式拍摄题材列举	34
自主控制曝光时间模式 B	35
B 门模式拍摄题材列举	38

理解 18% 中性灰测光原理	39
根据要表现的重点选择正确的测光模式	41
矩阵测光	44
中央重点测光	46
点测光	47
用好曝光补偿	49
为什么要进行曝光补偿	49
曝光补偿对曝光参数的影响	52
曝光补偿的原理——白加黑减	54
判断曝光补偿的数量	56
<b>第 2 章 高级曝光技巧</b>	<b>59</b>
在光线多变复杂的情况下使用包围曝光	60
理解包围曝光	60
包围曝光的使用技巧	62
风格独特、细节丰富的 HDR 照片	64
什么是 HDR 照片	64
利用包围曝光拍摄素材后期合成 HDR 照片	64
用 Nikon D800 直接拍摄 HDR 照片	68
利用多重曝光获得蒙太奇效果	71
利用曝光锁定重新构图	76
用白平衡改变风光的色调	80
什么是白平衡	80
白平衡与色温的关系	81
预设白平衡	83
通过手选色温改变色调	86
自定义白平衡	88
风光摄影中白平衡的使用技巧	90
用即时取景功能对图像进行白平衡模拟	92

<b>第3章 清晰——风光摄影的第二要素</b>	<b>93</b>
使用附件维稳	94
脚架	94
稳定性最佳的三脚架	94
便携与稳定兼顾的独脚架	95
避免手触快门使用快门线	95
远距离控制拍摄使用遥控器	95
<b>选择正确的对焦模式</b>	<b>98</b>
AF-S 单次伺服自动对焦模式	99
AF-C 连续伺服自动对焦模式	102
AF-A 自动伺服自动对焦模式	103
<b>移动“对焦点”使构图更灵活</b>	<b>108</b>
<b>自动对焦区域模式</b>	<b>109</b>
<b>特殊环境特殊题材使用手动对焦</b>	<b>112</b>
手动对焦	112
适合于使用手动对焦模式拍摄的题材	114
<b>利用即时取景放大拍摄</b>	<b>117</b>
什么是即时取景拍摄	117
放大对象以便更仔细地对焦	117
<b>第4章 “镜”观风光“视”界</b>	<b>119</b>
<b>成像优异的定焦镜头</b>	<b>120</b>
<b>领略变焦镜头的景别变换功力</b>	<b>121</b>
<b>使用变焦镜头的技巧</b>	<b>123</b>
<b>常用镜头</b>	<b>126</b>
广角镜头的强大透视功能	126
完美虚化的中焦镜头	130
长焦镜头拉近彼此距离	133