



Nikon D3200

数码单反摄影技巧大全

搜狐IT
it.sohu.com

搜狐数码频道 全力推荐

FUN视觉 编著

- + 高手点拨：阅尽Nikon D3200高手使
- + 问题解答：从此远离Nikon D3200用机困惑
- + 轻松上手：快速上手Nikon D3200，轻松搞定实拍参数设置
- + 不可缺少：镜头、闪光灯、偏振镜、中灰镜等附件选用秘笈
- + 实战指南：人像、风光、动物、花卉、建筑等题材实战技法

一本让您的拍摄技巧匹配
Nikon D3200的好书!



化学工业出版社

Nikon D3200

数码单反摄影技巧大全

FUN视觉 编著



化学工业出版社

北京

本书是一本全面解析 Nikon D3200 强大功能、实拍设置技巧及各类拍摄题材实战技法的实用类书籍，将官方手册中没讲清楚的内容以及抽象的功能描述，以实拍测试、精美照片展示、文字详解的形式讲明白、讲清楚。

在硬件功能及拍摄参数设置方面，本书不仅详细讲解了 Nikon D3200 相机的结构及菜单功能，还对光圈、快门、白平衡、感光度、曝光补偿、测光模式等设置技巧进行了详细的讲解，此外，对适合该相机配套使用的高素质镜头，常用附件的使用方法和购买技巧也进行了广泛、深入的解析与示例。

在实战技术方面，本书以大量精美的实拍照片，深入剖析了使用 Nikon D3200 拍摄人像、风光、动物、花卉、建筑等常见题材的技巧，以便读者快速提高摄影技能，达到较高的境界。

经验和解决方案是本书的亮点之一，本书精选了数位资深摄影师总结出来的大量关于 Nikon D3200 的使用经验及技巧，这些来自一线摄影师的经验和技巧，能够帮助读者少走弯路，让您感觉身边时刻有“高手点拨”。本书还汇总了摄影爱好者初上手使用 Nikon D3200 时可能会遇到的一些问题、出现的原因及解决方法，相信能够解决许多爱好者遇到这些问题求助无门的苦恼。

全书语言简洁，图示丰富、精美，即使是接触摄影不长时间的新手，也能够通过阅读本书在较短的时间内精通 Nikon D3200 相机的使用并提高摄影技能，从而拍摄出令人满意的摄影作品。

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D3200 数码单反摄影技巧大全 / FUN 视觉编著.

北京: 化学工业出版社, 2013. 1

ISBN 978-7-122-16006-5

I. N... II. F... III. 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(2012)第 296148 号

责任编辑: 王思慧 孙 炜

装帧设计: 王晓宇

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

787mm×1092mm 1/16 印张 15 字数 375 千字 2013 年 2 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



焦 距: 35mm

光 圈: F4

快门速度: 1/160s

感 光 度: ISO200



焦 距: 100mm
光 圈: F11
快门速度: 2s
感 光 度: ISO100



焦 距：16mm
光 圈：F22
快门速度：1/2s
感 光 度：ISO100





焦 距：58mm
光 圈：F13
快门速度：1/160s
感 光 度：ISO100



Nikon D3200

数码单反摄影技巧大全

FUN视觉 编著



化学工业出版社

北京

本书是一本全面解析 Nikon D3200 强大功能、实拍设置技巧及各类拍摄题材实战技法的实用类书籍，将官方手册中没讲清楚的内容以及抽象的功能描述，以实拍测试、精美照片展示、文字详解的形式讲明白、讲清楚。

在硬件功能及拍摄参数设置方面，本书不仅详细讲解了 Nikon D3200 相机的结构及菜单功能，还对光圈、快门、白平衡、感光度、曝光补偿、测光模式等设置技巧进行了详细的讲解，此外，对适合该相机配套使用的高素质镜头，常用附件的使用方法和购买技巧也进行了广泛、深入的解析与示例。

在实战技术方面，本书以大量精美的实拍照片，深入剖析了使用 Nikon D3200 拍摄人像、风光、动物、花卉、建筑等常见题材的技巧，以便读者快速提高摄影技能，达到较高的境界。

经验和解决方案是本书的亮点之一，本书精选了数位资深摄影师总结出来的大量关于 Nikon D3200 的使用经验及技巧，这些来自一线摄影师的经验和技巧，能够帮助读者少走弯路，让您感觉身边时刻有“高手点拨”。本书还汇总了摄影爱好者初上手使用 Nikon D3200 时可能会遇到的一些问题、出现的原因及解决方法，相信能够解决许多爱好者遇到这些问题求助无门的苦恼。

全书语言简洁，图示丰富、精美，即使是接触摄影不长时间的新手，也能够通过阅读本书在较短的时间内精通 Nikon D3200 相机的使用并提高摄影技能，从而拍摄出令人满意的摄影作品。

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D3200 数码单反摄影技巧大全 / FUN 视觉编著.

北京: 化学工业出版社, 2013. 1

ISBN 978-7-122-16006-5

I. N... II. F... III. 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(2012)第 296148 号

责任编辑: 王思慧 孙 炜

装帧设计: 王晓宇

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

787mm×1092mm 1/16 印张 15 字数 375 千字 2013 年 2 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

Nikon D3200 是尼康最新发布的入门级单反相机，该相机不仅提供了较强大的照片拍摄功能、全高清视频拍摄功能、2420 万超高像素量，还极为人性化地提供了拍摄模式导引、拍摄场景预设指南、视频动画一键录制等功能，即使是没有多少相机使用经验与摄影基础的摄影爱好者也能够借此拍摄出精美的照片。

虽然，从产品定位来看，Nikon D3200 是一款入门级数码单反相机，但从摄影技术的角度来看，却并不意味着使用此类相机，就可以不明白光圈、快门、感光度的意义，不需要掌握构图、用光的技巧，恰恰相反的是，如果使用的相机功能越简单，就越需要操作者利用自身的摄影技术来弥补硬件方面的不足，这样才能够与使用高级相机的摄影爱好者一样，拍摄出精美的作品。

本书正是一本全面解析 Nikon D3200 强大功能、实拍设置技巧及各类拍摄题材实战技法的实用类书籍，将官方手册中没讲清楚的内容以及抽象的功能描述，通过详细操作图例、实拍照片展示和文字详解具体、形象地展现出来。

在相机功能及拍摄参数设置方面，本书不仅针对 Nikon D3200 相机实拍、结构、菜单功能和设置方法以及光圈、快门、白平衡、感光度、曝光补偿、测光、对焦、拍摄模式等实拍设置技巧进行了详细的讲解，更有详细的菜单操作图示，即使没有任何摄影基础的初学者也能够根据这样的图示，玩转相机的菜单及功能设置。

在镜头与附件方面，本书针对数款适合该相机配套使用的高素质镜头进行了详细点评，同时对常用附件的功能、使用技巧进行了深入的解析，以便各位读者有选择地购买相关镜头、附件，与 Nikon D3200 配合使用拍摄出更漂亮的照片。

在实战技术方面，本书通过大量精美的实拍照片，深入剖析了使用 Nikon D3200 拍摄人像、风光、动物、花卉、建筑等常见题材的技巧，以便读者快速摆脱拍照片的水平，达到摄影的境界。

经验与解决方案是本书的亮点之一，本书精选了数位资深玩家总结出来的大量关于 Nikon D3200 的使用经验及技巧，这些来自一线摄影师的经验和技巧，一定能够帮助各位读者少走弯路，让您感觉身边时刻有“高手点拨”。

本书还总结了摄影爱好者初上手使用 Nikon D3200 时可能会遇到的一些问题、出现的原因及解决方法，相信能够解决许多爱好者遇到这些问题时求助无门的苦恼。

本书是集体劳动的结晶，参与本书编著的包括雷剑、吴腾飞、雷波、左福、范玉婵、刘志伟、李芳兰、石军伟、王芬、杜林、李美、邓冰峰、詹曼雪、黄正、孙美娜、邢海杰、刘小松、陈红艳、徐克沛、吴晴、李洪泽、漠然、李亚洲、佟晓旭、江海艳、董文杰、张来勤、刘星龙、边艳蕊、马俊南、姜玉双、李敏、邵琳琳、卢金凤、李静、肖辉、寿鹏程、管亮、马牧阳、杨冲、张奇、陈志新、孙雅丽、孟祥印、李倪、潘陈锡、姚天亮、车宇霞、陈秋娣、褚倩楠、王晓明、陈常兰、吴庆军、陈炎、苑丽丽等。

编者

2012 年 11 月

Chapter 01

掌握 Nikon D3200 从机身开始

Nikon D3200相机正面结构	16
Nikon D3200相机顶部结构	17
Nikon D3200相机背面结构	18
Nikon D3200相机侧面结构	19
Nikon D3200相机底部结构	19
Nikon D3200相机显示屏	20
Nikon D3200相机取景器	21

Chapter 02

初上手一定要学会的菜单设置

菜单的使用方法	24
在显示屏中设置常用参数	25
❑ 是否可以以将显示屏用作取景器	25
设置相机显示参数	26
正确设置显示屏亮度准确反馈曝光情况	26
设置显示屏信息显示格式	27
设置显示屏信息是否自动显示	27
设置影像存储参数	28
格式化存储卡	28
设置照片存储格式与品质	28
设置照片尺寸	29
设置相机拍摄控制参数	30
根据照片应用领域设置正确的色彩空间	30
根据照片风格设定优化校准	31
自动旋转图像	32
设置无存储卡时快门是否能够释放	32
重设拍摄菜单	33
设置浏览照片参数	34
设置照片播放时的播放显示选项	34
设置拍摄后是否显示所拍照片	35
旋转至竖直方向	36
以幻灯形式播放照片	37
删除	38

Chapter 03

必须掌握的基本曝光设置

设置光圈控制曝光与景深	40
光圈的结构	40
光圈值的表现形式	41
光圈对成像质量的影响	42

光圈对曝光的影响	42
理解景深	42
❑ 景深与对焦有什么关系?	42
光圈对景深的影响	43
焦距对景深的影响	44
背景与被摄对象的距离对景深的影响	45
设置快门速度控制曝光时间	46
快门与快门速度的含义	46
快门速度的表示方法	46
快门速度对曝光的影响	46
影响快门速度的3大要素	46
依据对象的运动情况设置快门速度	46
常见被摄对象的快门速度参考值	49
安全快门速度	51
防抖技术对快门速度的影响	51
❑ VR功能是否能够代替较高的快门速度	51
设置白平衡控制画面色彩	52
理解白平衡存在的重要性	52
预设白平衡	52
自定义白平衡	54
设置ISO感光度控制照片品质	55
理解感光度	55
感光度对曝光的影响	56
设置ISO感光度	58
降噪	60
设置自动对焦模式以获得清晰锐利的画面	61
单次伺服自动对焦(AF-S)	61
❑ AF(自动对焦)不工作怎么办?	61
连续伺服自动对焦模式(AF-C)	62
自动伺服自动对焦(AF-A)	63
❑ 如何拍摄自动对焦困难的主体?	63
自动对焦区域模式	64
弱光下使用内置AF辅助照明器	65
❑ 为什么弱光下拍摄, AF辅助照明器没有发出光线	65
蜂鸣音	65
利用手动对焦实现准确对焦	66
❑ 图像模糊不聚焦或锐度较低应如何处理?	66
选择对焦点	67
设置快门释放模式以适合不同的拍摄对象	68
单拍模式	68
连拍模式	69
❑ 为什么相机能够连续拍摄?	69
❑ 如何查看还能够拍摄多少张照片?	69
自拍模式	70
设置测光模式以获得准确的曝光结果	71
矩阵测光	71
中央重点测光	72
点测光	72
自动关闭延迟	73

Chapter 04

拍出佳片必须掌握的高级曝光技巧

利用直方图准确查看曝光.....	76
直方图释义.....	76
显示直方图.....	76
设置曝光补偿.....	79
曝光补偿的含义.....	79
曝光补偿的调整原则.....	80
曝光补偿对曝光的影响.....	81
对焦锁定.....	82
曝光锁定.....	83
动态D-Lighting.....	84
连续照明与电子闪光.....	85
内置闪光灯.....	86
闪光模式.....	86
闪光补偿.....	88
利用即时取景拍摄照片.....	89
了解即时取景状态.....	89
认识即时取景状态的显示屏信息.....	89
即时取景状态下对焦模式的选择.....	90
即时取景状态下自动对焦区域模式的选择.....	90
根据自动对焦区域模式选择对焦点.....	91
即时取景状态下的拍摄操作.....	91
利用即时取景拍摄短片.....	92
短片拍摄基本流程.....	92
设置视频模式.....	92
设置短片参数.....	93
设置HDMI.....	94
短片拍摄注意事项.....	94

Chapter 05

灵活运用曝光模式拍出好照片

自动拍摄模式.....	96
场景模式.....	97
引导模式GUIDE.....	100
引导模式简介.....	100
引导模式操作方法.....	101
“拍摄”引导模式.....	101
“查看/删除”引导模式.....	102
“设定”引导模式.....	102
高级曝光模式.....	103
程序自动模式 P	103
快门优先模式 S	104
光圈优先模式 A	105
全手动模式 M	106
B门模式.....	107

Chapter 06

活用机内润饰功能直接“出片”

D-Lighting.....	110
红眼修正.....	111
裁切.....	112
单色.....	113
滤镜效果.....	114
色彩平衡.....	116
调整尺寸.....	117
图像合成.....	118
NEF (RAW) 处理.....	119
快速润饰.....	120
矫正.....	121
失真控制.....	121
鱼眼.....	122
色彩轮廓.....	122
彩色素描.....	123
透视控制.....	124
模型效果.....	125
可选颜色.....	126
编辑动画.....	127

Chapter 07

Nikon D3200 相机适用镜头推荐

AF镜头名称解读.....	130
镜头焦距与视角的关系.....	131
理解Nikon D3200的焦距转换系数.....	132
了解镜头类型.....	133
定焦与变焦镜头.....	133
广角镜头.....	134
中焦镜头.....	134
长焦镜头.....	134
微距镜头.....	135
鱼眼镜头.....	135
移轴镜头.....	135
标准镜头推荐.....	136
尼康AF-S 尼克尔35mm F1.8 G DX.....	136
腾龙 SP AF 17-50mm F2.8 XR Di II VC LD	
Aspherical [IF] (Model B005)	137
中焦镜头推荐.....	138
尼康AF-S 尼克尔 50mm F1.8 G	138
尼康AF 尼克尔 85mm F1.8 G	139
广角镜头推荐.....	140

尼康AF 尼克尔18-35mm F3.5-4.5 D IF-ED	140
尼康AF-S DX 尼克尔10-24mm F3.5-4.5 G ED.....	141
长焦镜头推荐.....	142
尼康AF-S 尼克尔 VR 70-300mm F4.5-5.6 G IF-ED	142
适马 ARO 70-200mm F2.8 II EX DG MACRO HSM	143
微距镜头推荐.....	144
尼康AF-S 微距尼克尔 60mm F2.8 G ED.....	144
腾龙 SP AF 90mm F2.8 Di MACRO1 : 1 (Model 272E) ...	145
高倍率变焦镜头推荐.....	146
尼康AF-S DX 18-200mm F3.5-5.6 G ED VR II	146
腾龙 AF 18-270mm F3.5-6.3 Di II VC LD [IF] MACRO (Model B003)	147
选购镜头时的合理搭配.....	148
镜头常见问题与解答.....	149
Q 什么是标准镜头?	149
Q 如何理解最近对焦距离和最大放大倍率两个概念? ...	149
Q 镜头光圈的大小与取景器有什么关系?	149
Q 使用脚架拍摄时是否需要关闭VR?	149
Q 变焦镜头中最大光圈（最小光圈）不变的 镜头是否性能更加优异?	149
Q 什么情况下使用广角镜头拍摄?	149
Q 广角镜头的缺点是什么?	150
Q 为什么50mm焦距段的镜头更适合作为人像 摄影镜头?.....	150

Chapter 08

用附件为照片增色的技巧

遮光罩.....	152
存储卡.....	152
UV镜.....	153
偏振镜.....	154
什么是偏振镜.....	154
用偏振镜压暗蓝天.....	154
用偏振镜提高色彩饱和度.....	154
用偏振镜抑制非金属表面的反光.....	155
中灰镜.....	156
什么是中灰镜.....	156
中灰镜的规格.....	156
中灰镜在低速摄影中的应用.....	156
中灰镜在人像摄影中的应用.....	156
中灰渐变镜.....	157
什么是中灰渐变镜.....	157
不同形状中灰渐变镜的特点.....	157
在阴天使用中灰渐变镜改善天空影调.....	157

使用中灰渐变镜降低明暗反差.....	157
快门线.....	158
遥控器.....	158
脚架.....	159
外置闪光灯.....	160
认识闪光灯从基本结构开始.....	160
使用尼康公司的外置闪光灯.....	161
连接外置闪光灯.....	162
用跳闪方式进行补光拍摄.....	163
消除广角拍摄时产生的阴影.....	164
柔光罩.....	164

Chapter 09

Nikon D3200 人像摄影技巧

正确测光拍出人物细腻皮肤.....	166
用大光圈拍出漂亮虚化背景的人像.....	167
用高速快门凝固人物精彩瞬间.....	168
用侧逆光拍出唯美人像.....	169
用广角镜头拍摄视觉效果强烈的人像.....	170
三分法构图拍摄完美人像.....	171
S形构图表现女性柔美的身体曲线	172
逆光塑造剪影效果.....	173
中间调记录真实自然的人像.....	173
高调风格适合表现艺术化人像.....	174
低调风格适合表现个性化人像.....	175
冷色调适合表现清爽人像.....	176
暖色调适合表现人物温暖、 热情、喜庆的情感.....	177
采用对比色增强人像照片色彩效果.....	178
仰视角度拍摄高大的人像.....	179
使用道具营造人像照片的氛围.....	180
为人物补充眼神光.....	181
反光板.....	181
窗户光.....	182
闪光灯.....	182
儿童摄影贵在真实.....	183
禁用闪光灯以保护儿童的眼睛.....	184
用玩具吸引儿童的注意力.....	184
利用特写记录儿童丰富的面部表情.....	185
增加曝光补偿表现娇嫩肌肤.....	185
拍摄合影珍藏儿时的情感世界.....	186

Chapter 10

Nikon D3200 风光摄影技巧

拍摄山峦的技巧.....	188
不同角度表现山峦的壮阔.....	188
用云雾体现山的灵秀飘逸.....	190
用前景衬托山峦表现季节之美.....	192
用光线塑造山峦的雄奇伟峻.....	193
拍摄树木的技巧.....	194
以逆光表现枝干的线条.....	194
仰视拍摄表现树木的挺拔与树叶的通透美感.....	195
拍摄树叶展现季节之美.....	196
捕捉林间光线使画面更具神圣感.....	197
拍摄溪流与瀑布的技巧.....	198
用不同快门速度表现不同感觉的溪流与瀑布.....	198
通过对比突出瀑布的气势.....	199
拍摄湖泊的技巧.....	200
拍摄倒影使湖泊更显静谧.....	200
选择合适的陪体使湖泊更有活力.....	201
拍摄雾霭景象的技巧.....	202
调整曝光补偿使雾气更洁净.....	202
善用景别使画面更有层次.....	203
拍摄日出、日落的技巧.....	204
选择正确的曝光参数是成功的开始.....	204
用长焦镜头拍摄出大太阳.....	205
用合适的陪体为照片添姿增色.....	206
善用RAW格式为后期处理留有余地.....	207
用云彩衬托太阳使画面更辉煌.....	207
拍摄冰雪的技巧.....	208
运用曝光补偿准确还原白雪.....	208
用白平衡塑造雪景的个性色调.....	208
雪地、雪山、树挂, 选择合适的拍摄对象.....	209
选对光线让冰雪晶莹剔透.....	210

Chapter 11

Nikon D3200 动物摄影技巧

选择合适的镜头拍摄昆虫.....	212
选择合适的角度和方向拍摄昆虫.....	213
使用点测光对昆虫的眼睛进行测光.....	214
选择合适的光线拍摄昆虫.....	215
使用长焦镜头“打鸟”.....	216
捕捉鸟儿最动人的瞬间.....	216

选择合适的背景拍摄鸟儿.....	217
选择最合适的光线拍摄鸟儿和游禽.....	218
选择合适的景别拍摄鸟儿.....	220

Chapter 12

Nikon D3200 花卉摄影技巧

用水滴衬托花朵的娇艳.....	222
拍出有意境和神韵的花卉.....	223
仰拍获得高大形象的花卉.....	224
俯拍展现星罗棋布的花卉.....	224
逆光拍出有透明感的花瓣.....	225
选择最能够衬托花卉的背景颜色.....	226
加入昆虫让花朵更富有生机.....	228

Chapter 13

Nikon D3200 建筑摄影技巧

合理安排线条使画面有强烈透视感.....	230
用侧光增强建筑立体感.....	231
逆光拍摄勾勒建筑优美的轮廓.....	232
用长焦展现建筑独特的外部细节.....	234
室内弱光拍摄建筑精致的内景.....	235
通过对比突出建筑的体量感.....	236
拍摄蓝调天空夜景.....	237
长时间曝光拍摄城市动感车流.....	238
利用水面拍出极具对称感的夜景建筑.....	239
拍摄城市夜晚燃放焰火的焰火.....	240

