

摄影
起步

PHOTOGRAPHING
BIRDS



山光悦鸟性



拍鸟儿

刘冰著

浙江摄影出版社

“摄影起步”丛书编写组策划

山·光·悦·鸟·性

摄影起步 拍鸟儿

PHOTOGRAPHING BIRDS

“摄影起步”丛书编写组策划

刘冰著

浙江摄影出版社



责任编辑 卞际平 高振杰
装帧设计 薛蔚花 树
责任校对 程翠华
责任印制 朱圣学

图书在版编目(CIP)数据

山光悦鸟性：拍鸟儿 / 刘冰著. —杭州：浙江摄影出版社，2013. 7

(摄影起步)

ISBN 978-7-5514-0350-4

I. ①山… II. ①刘… III. ①鸟类—摄影艺术 IV. ①J419.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第135759号

摄影起步

山光悦鸟性：拍鸟儿

“摄影起步”丛书编写组策划 刘冰著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路347号

邮编：310006

电话：0571-85159646 85159574 85170614

网址：www.photo.zjcb.com

经销：全国新华书店

制版：浙江时代出版服务有限公司

印刷：浙江星辰印务有限公司

开本：710×1000 1/16

印张：7

2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0350-4

定价：20.00元

山·光·悦·鸟·性

摄影起步 拍鸟儿

PHOTOGRAPHING BIRDS

“摄影起步”丛书编写组策划

刘冰著

浙江摄影出版社





序

为了更自由的表达

傅拥军

拍照片的人越来越多，好照片也越来越多。如何才能让你的照片脱颖而出？这个问题摆在每个摄影者面前。

平时与影友交流的时候，我常常鼓励大家：“有点意思，先拍下来再说。”因为世界再大，也是由微小世界构成，每个人都可以以为这个时代留下更多的小世界。这既是对我们身处的时代记录，也是对现实的个人评价。

可以是街头的一个小小橱窗；
可以是路边的一棵小小桃树；
可以是阳台的一朵小小花朵；
可以是父母穿过的一双旧鞋；
可以是上班路上的一个背影；
可以是旅行中的一个表情……

这些都可以拍！摄影貌似一下子容易起来。于是有人就跟我探讨：全民摄影时代，技术还重要吗？

通常我会以自己的例子来回答这个问题。世界新闻摄影比赛（荷赛）获奖作品《我好想爸爸妈妈》，当初我只是想给孩子和老师拍张照片，送给他们留作纪念。21个孩子，每人拍两张，半个小时便拍好了。后来照片在电脑上按百分之百比例打开，发现每张都

清晰，眼睛里还有眼神光，留守儿童的孤寂和不安状态得到很好体现。事实当时的光线和环境，在没有带三脚架的情况下想要拍踏实还是有一定难度的。因为平时我已经养成不拍虚照片（除非需要故意拍虚）的习惯，无论光线多差，也会要求自己技术一定要到位。

技术是很重要的，它是你拍好照片的保障。技术有了，才能更准确自如地表达你的想法。

这套“摄影起步”丛书一共12本——《拍春景》、《拍夏景》、《拍秋景》、《拍冬景》、《拍鸟儿》、《拍花卉》、《拍宠物》、《拍静物》、《拍儿童》、《拍女性》、《拍旅途》、《后期制作》，图书定位在摄影初学者所需要的技巧技法，内容简洁实用。

只要掌握并养成一些好习惯，你一定能摄影的路上走更远，并且更自由。

傅拥军：

两届世界新闻摄影比赛（荷赛）获奖者
中国摄影金像奖获得者
《都市快报》摄影部主任
著作有《那么西湖》、《纪实摄影指导》等

目 录



第一章 成功鸟儿照 60 技

- 01 如何找到鸟儿 /006
- 02 如何靠近鸟儿 /007
- 03 不妨先到动物园练习练习 /008
- 04 拍鸟的一些注意事项 /009
- 05 拍鸟不是单纯的摄影活动 /010
- 06 利用日出日落表现剪影效果 /011
- 07 活用亮调和暗调 /012
- 08 活用倒影 /013
- 09 生动表现羽毛质感 /014
- 10 寻找亲情瞬间 /015
- 11 生动表现羽毛色彩 /016
- 12 拍摄林鸟的器材选择 /017
- 13 拍摄林鸟的最佳时间 /018
- 14 林鸟拍摄地的选择经验 /019
- 15 如何快速瞄准林鸟拍摄 /020
- 16 如何准确聚焦拍摄林鸟 /021
- 17 拍摄游禽的器材选择 /022
- 18 拍摄游禽的最佳时间 /023
- 19 拍摄游禽的绝佳构图 /024
- 20 靠近游禽拍摄的秘诀 /025
- 21 拍摄涉禽的最佳时间 /026
- 22 拍摄涉禽的绝佳构图 /027
- 23 拍摄涉禽的绝佳角度 /028
- 24 靠近涉禽拍摄的秘诀 /029
- 25 拍摄猛禽的最佳时间 /030
- 26 拍摄猫头鹰的最佳时间 /031
- 27 如何准确聚焦猛禽瞬间 /032
- 28 如何准确曝光猛禽瞬间 /033
- 29 拍摄陆禽的最佳时间 /034
- 30 拍摄陆禽的绝佳方式 /035
- 31 凝固飞翔瞬间——起飞 /036
- 32 凝固飞翔瞬间——起飞聚焦 /037
- 33 凝固飞翔瞬间——起飞构图 /038
- 34 凝固飞翔瞬间——飞行 /039
- 35 凝固瞬间——飞行聚焦与曝光 /040
- 36 凝固飞翔瞬间——降落 /041
- 37 凝固飞翔瞬间——降落聚焦 /042
- 38 如何拍摄雪景鸟片 /043
- 39 如何招引鸟类拍摄精彩瞬间 /044
- 40 湿地拍摄注意事项 /045
- 41 采用三分法构图 /046
- 42 巧用前景美化画面 /047
- 43 注意拍摄鸟儿与环境的关系 /048
- 44 利用色彩对比突出鸟儿形象 /049
- 45 利用线条表现鸟儿的优美姿态 /050
- 46 利用环境线条生动画面 /051
- 47 活用拍摄角度表现鸟儿形象 /052
- 48 善用直射光生动鸟儿形象 /053
- 49 善用晨昏光表现鸟儿形象 /054
- 50 利用散射光生动鸟儿形象 /055
- 51 关于曝光的一些建议 /056
- 52 如何伪装自己 /057
- 53 巧用闪光灯 /058
- 54 利用高速快门凝固精彩瞬间 /059
- 55 追随拍摄制造动感画面 /060
- 56 采用虚实对比强化空间意境 /061
- 57 动物园拍鸟所用器材 /062
- 58 动物园拍鸟的实用技巧 /063
- 59 注意人身安全 /064
- 60 拍摄胜地推荐 /065



第二章 后期制作

- 61 爆炸效果 /066
- 62 更换天空 /070
- 63 锐化照片 /075
- 64 给静态增加动态 /077
- 65 制作邮票效果 /081
- 66 制作飘雪效果 /085

附录：摄影入门基础

- 01 焦距 /090
- 02 光圈 /090
- 03 快门速度 /091
- 04 感光度 /091
- 05 景深 /092
- 06 色温 /092
- 07 曝光 /093
- 08 黄金分割 /093
- 09 三角形构图 /094
- 10 对称构图 /094
- 11 三分法构图 /094
- 12 对角线构图 /095
- 13 散点构图 /095
- 14 曲线构图 /095
- 15 散射光 /096
- 16 直射光 /096
- 17 侧光（前侧光） /096
- 18 逆光（侧逆光） /097
- 19 顶光 /097
- 20 顺光 /097
- 21 数码单反相机部件功能示意图（正面） /098

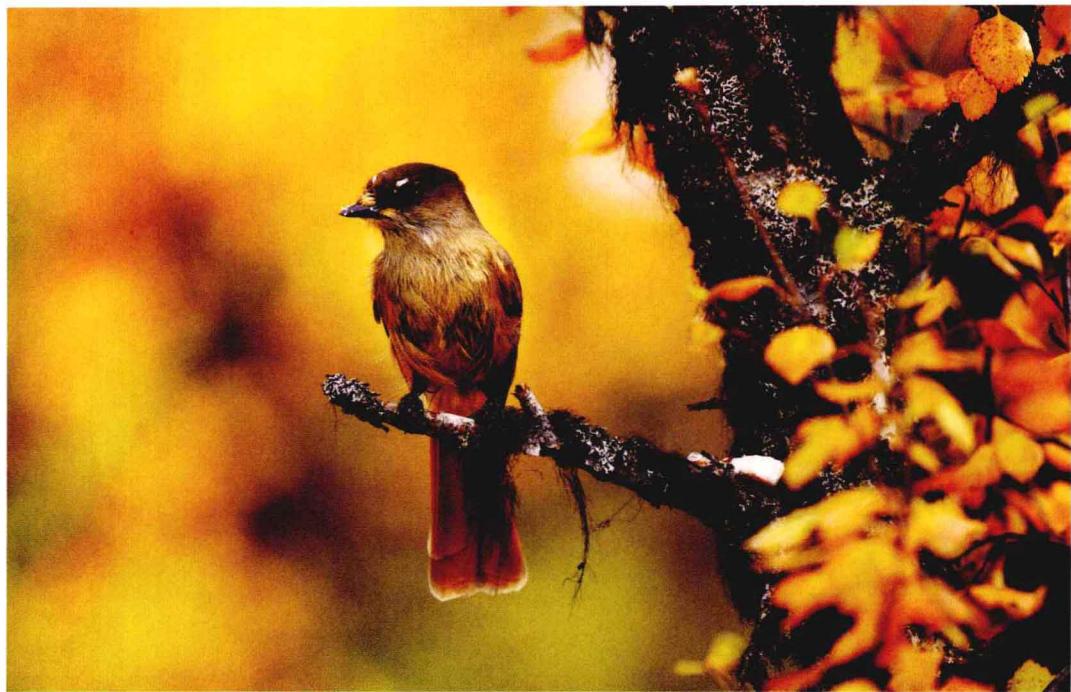
- 22 数码单反相机部件功能示意图（背面） /099
- 23 遮光罩 /100
- 24 滤光镜 /100
- 25 存储卡 /100
- 26 三脚架 /101
- 27 摄影包 /101
- 28 自动对焦模式 /102
- 29 手动对焦模式 /102
- 30 中央重点测光 /103
- 31 点测光 /103
- 32 评价测光 /104
- 33 局部测光 /104
- 34 全自动曝光模式 /104
- 35 程序曝光模式 /105
- 36 快门优先曝光模式 /105
- 37 光圈优先曝光模式 /106
- 38 手动曝光模式 /107
- 39 自动白平衡模式 /107
- 40 白炽灯白平衡模式 /107
- 41 荧光灯白平衡模式 /108
- 42 阴影白平衡模式 /108
- 43 人像模式 /108
- 44 运动模式 /109
- 45 风景模式 /109
- 46 儿童快照模式 /110
- 47 近摄（微距）模式 /110
- 48 自拍模式 /111
- 49 夜景人像模式 /111

第一章

成功鸟儿照 60 技

01

如何找到鸟儿



要想拍到鸟，首先得找到鸟，要想找到鸟并非易事，但也有一定的规律可循。对于摄影者，首先要有一定的鸟类知识，很多资深的拍鸟摄影师几乎就是半个动物专家，要熟悉鸟类的生活习性和活动路线。你具有越丰富的鸟类知识，拍鸟的成功率就会越高。另外，摄影人要拥有一套精良的鸟类摄影设备，才能在你找到鸟儿后，更好、更容易地拍到鸟。但是最重要的还是要有一颗热爱大自然的心，要爱鸟、护鸟，尊重生灵，这是从事鸟类拍摄的前提，否则，你就不能够吃苦耐劳，不能够真正地发现鸟儿，然后充满爱心地拍到鸟儿。



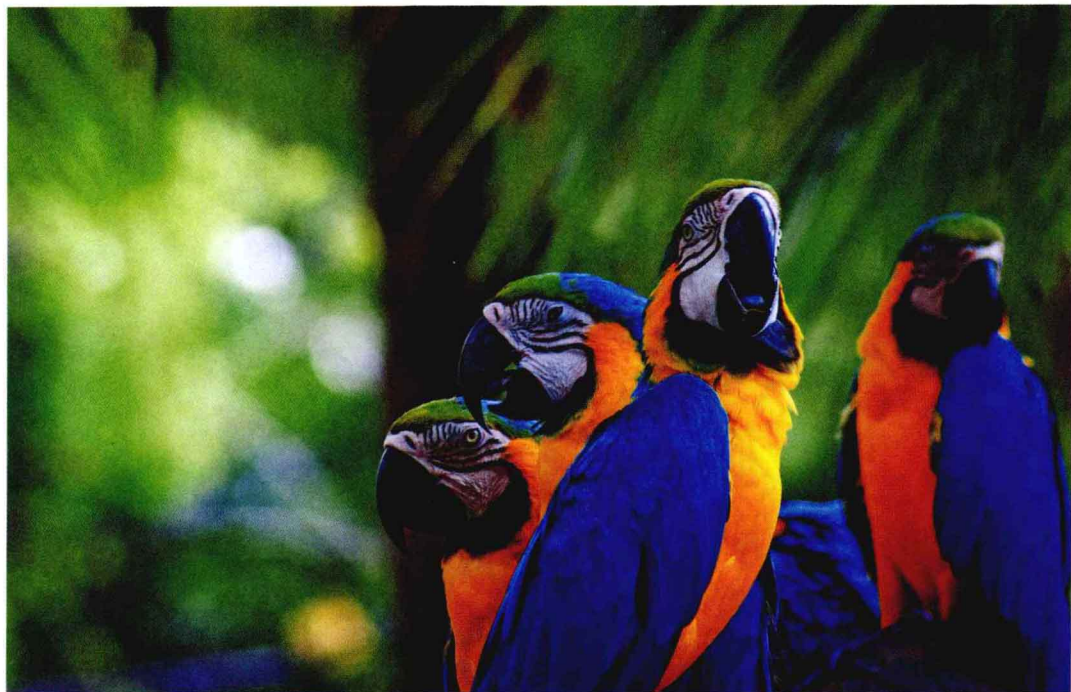
如何靠近鸟儿



要想靠近鸟，首先要懂得尊重鸟，学会与鸟类交朋友，只有相互认可了，才有可能近距离接触。摄影人要懂得顺其自然，不可强求。当你靠近时，若发现鸟儿感到不安，一定要就此止步，一直等到它们觉得不再有危险，情绪放松后，再一点点逐步靠近，有时候这是一个极其缓慢的过程。在靠近过程中你可以保持拍摄状态，以防止中途因为鸟儿突然飞走而丧失获得影像的机会。就这样由远及近，拍拍停停，直到自己满意为止。一般来说，野鸟在发情期和繁殖期，活动范围比较固定，在觅食、洗澡和梳理羽毛的时候都比较专注，掌握这些规律，就能很好地靠近鸟儿。不过，当你完成拍摄后，不可粗鲁地驱赶鸟儿，尽量不要去惊扰它们，悄悄撤离，这是摄影人该有的礼貌。

03

不妨先到动物园练习练习



鸟类摄影是一个门槛较高的摄影门类，因为拍摄对象和环境的独特性，对摄影者的技术和把握能力都提出了较高的要求。对鸟类摄影初学者，若一开始就到野外复杂的环境里去拍摄，可能根本就没法适应，容易产生畏难情绪，会对接下来的拍鸟学习产生不利的心理影响。所以，不妨先到动物园里实习一下，会是一个最直观、最简便的过渡方法。因为动物园里的鸟类与野外拍摄较接近，拍摄者在构图、用光以及瞬间的把握上都可以得到很好的练习，不断总结经验，且对拍鸟也会形成一个比较直观的感受。

拍鸟的一些注意事项

拍鸟尤其要注意拍摄的时机。比如拍摄窝里的小鸟，最好要等到它们能够从巢中探出头来，但又没有能力飞走的时候再拍摄，这是最佳的拍摄时机。鸟儿太小的时候几乎没有太大的拍摄意义，最多也只是从记录的角度拍上一两张也就足够了，即使大鸟喂食，一般也拍不到嗷嗷待哺的感觉。此外，使用闪光灯可以提高鸟类羽色的表现力，并能够产生眼神光。但要保证鸟儿能够习惯它的存在，否则也难以拍到生动的画面。



05

拍鸟不是单纯的摄影活动



拍摄野鸟，要遵守道德规范，尊重野鸟，尊重生命，不要为了拍鸟而伤害鸟，尽量减少对野生鸟类的惊扰。在鸟类育雏期间，必须避免干扰亲鸟的行为。在鸟类孵化期间，千万不可为了拍摄孵化过程而对鸟窝做手脚，也不要鸟窝周围留下人为的痕迹，因为鸟非常机灵，对很多细微的变化都能够觉察到，这可能会延迟幼鸟的孵化过程。此外，拍摄时尽量使用长焦镜头或者超长焦镜头，减少对鸟类的惊吓，并见好就收。不要长时间拍摄不止，使鸟类处于长时间的惊恐之中，更不可为了拍摄鸟类的飞翔，而采用投石块、放鞭炮等人为干预行为。

利用日出日落表现剪影效果



在鸟类摄影中，逆光一般会被摄影师尽量避免，因为它的曝光较难控制，而且拍摄出来的鸟比较灰暗，但只有一种情况是让鸟类摄影者欲罢不能的，那就是拍摄日出日落下的鸟类剪影。

日出日落下的光线效果能极生动地表现出鸟类的外形和轮廓，在极富感染力和视觉冲击力的明亮背景下，鸟类的形象凸显出来。此外，此种光线条件下，在水面环境下拍摄效果最好，拍摄时以环境曝光为准，不需要为鸟类进行曝光补偿，要注意鸟类线条和环境线条的优美流畅。在拍摄鸟群时尽量避免重叠，否则形象混淆，画面会显得杂乱无章，破坏美感。

07

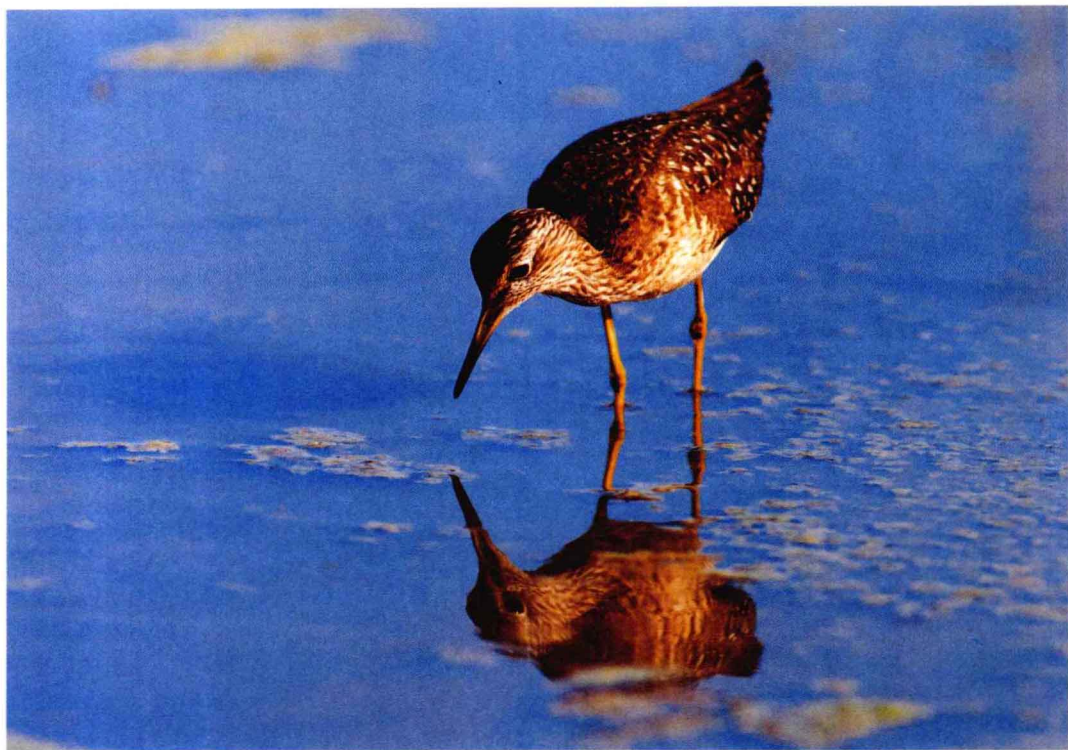
活用亮调和暗调



亮调即高调，暗调即低调，在鸟类摄影中主要表现为对背景明暗的选择上，即通过或明或暗的背景来简化环境，突出主体。在野外拍摄鸟类，环境是无法自己创造的，但通过仔细观察和耐心构图，就能在杂乱的背景中选择出所需要的背景影调。此外，在亮调或暗调画面中，因为背景过于明亮或黑暗，会使测光系统在测光时产生偏差，所以需要对面曝光进行有效控制。可以通过曝光补偿，对明亮的背景增加曝光，或对深暗的背景减少曝光来调节。另外，在影调安排上还要注意主体与背景的明暗衬托关系，比如在亮背景下拍摄颜色较深的鸟类，在暗背景下拍摄颜色较浅的鸟类，如此可形成强烈的明暗对比效果，起到突出主体、活跃画面的作用。

08

活用倒影



倒影对于营造画面意境、衬托主体形象、活跃画面情绪有着显著的渲染效果。在拍摄鸟类时，要对倒影善加运用。在野外，倒影一般多出现于水面、冰面等具有反光性质的景物中，所以在此种环境下拍摄，要善于观察，利用倒影并处理好倒影。在拍摄中，鸟类自身的倒影在画面中是非常重要的元素，拍摄时要尽量将倒影完整地纳入画框中，甚至可以将倒影作为真正的表现主体。但同样的，周围的环境也会产生倒影，为了烘托画面，表达意境，要仔细观察，合理构图，将多余的元素去除，选择富有特点和趣味性的倒影元素来使画面更具美感，防止环境的倒影喧宾夺主，破坏画面。此外，倒影的形态与水面等反射面的平整状态有很大关系，比如拍摄水面倒影，就要注意风的影响、水面是否平静等来决定拍摄角度和构图方式。

09

生动表现羽毛质感



鸟类除了其优美的身姿和外形之外，羽毛也是其最具个性和美感的存在，表现出栩栩如生的羽毛质感是摄影师的一大目标。鸟的种类很多，不同鸟的羽毛具有不同的质感和色彩，比如金属质感、丝绸质感、树皮质感、绒毛质感等。要逼真地表现质感，在拍摄技术上最主要的是保证影像清晰，并合理用光。你可以尽可能地接近被摄体，距离越近，鸟在画面中所占比例越大，图像就越清晰。此外，可以使用具有防抖功能的长焦距镜头，并使用三脚架，以确保影像清晰。在条件允许的情况下，要尽量使用较小的光圈保证画面有较大的清晰范围，确保鸟的清晰度，凸显鸟的羽毛质感。当然，最重要的还是要聚焦准确。在光线条件上，侧光和侧逆光最能够表现出羽毛的质感纹理，而拍摄有金属光泽的鸟类时，顺光效果最好。