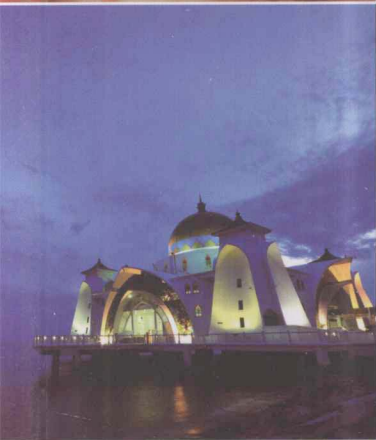




摄影

大讲堂

陈卫民 编著



数码单反摄影 实用技巧大全



7 以全新的知识体系安排，全方位奉献摄影技巧
大主题展现摄影精粹

通过分析不
同类型照片
的创作规律

让读者随时随地拍出生活中每一处精彩瞬间

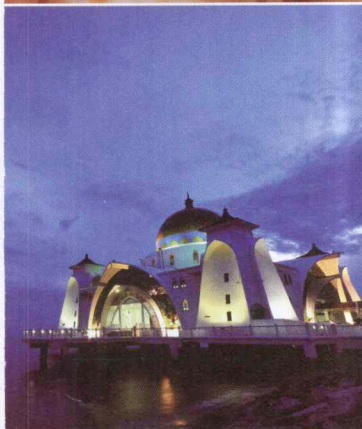
84 例让读者茅塞顿开
并做到灵活运用

一本用得着，好掌握的摄影技巧书



APERTURE
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



数码单反摄影 实用技巧大全



北航

C1672344

APERTURE
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

TB86
346

图书在版编目(CIP)数据

数码单反摄影实用技巧大全/陈卫民编著. —合肥:
安徽科学技术出版社, 2013. 5
(摄影大讲堂)
ISBN 978-7-5337-5858-5

I. ①数… II. ①陈… 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(2012)第 319591 号

SHUMA DANFAN SHEYING SHIYONG JIQIAO DAQUAN

数码单反摄影实用技巧大全

陈卫民 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)63533330
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: 787×1092 1/16 印张: 11 字数: 260 千
版次: 2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5337-5858-5

定价: 48.00 元

版权所有, 侵权必究

Description

内容简介

本书主要讲解数码单反相机的使用及拍摄技巧。全书共分为7章，前3章主要讲解数码单反相机硬件配备、拍摄方法和构图技巧，使读者能够更好地将数码单反相机的功能发挥出来；第4章、第5章和第6章主要讲解人像、风光及静物实例拍摄，能让读者更加熟练地掌握这些拍摄技巧。第7章讲解创意拍摄技巧。

本书通过众多精彩实例由浅入深地讲解了数码相机的功能、构图的运用、光线和色彩对画面的影响，以及创作不同门类摄影题材作品的方法和技巧。通过分析不同类型照片的创作规律，从相应画面中提炼出值得借鉴的元素，让读者随时随地拍出生活中每一处精彩瞬间。本书适合各类摄影爱好者阅读，对初学者的技术提高尤其有帮助。





当下，越来越多的人开始接触和使用数码单反相机。拥有了自己的第一台相机，就仿佛被带入了一个充满魔力的世界。我们用它记录下人生旅程中每一个感动的瞬间，把它定格成为可以永远保存和分享的美好记忆。我们都希望自己的作品能够吸引人的目光，赢得大家的赞赏。可是，我们常常会感觉到自己的照片不够专业，为什么有些人的作品更有吸引力？所以，我们还需要充分地了解相机性能、掌握摄影知识、学习摄影技巧。

本书从数码相机的配置、使用开始讲解，一步一步，再由数码相机各种常用功能的使用技巧到拍摄照片的构图，最后讲解不同题材摄影的拍摄方法，由浅入深，由易到难，循序渐进地展开。这对那些有着强烈的拍摄欲望又特别希望快速提高摄影水平的初中级摄影爱好者，能轻松、系统地学习一些必备的摄影基础知识，快速掌握实用的拍摄方法和技巧，从而提升自己的摄影水平，做到随心所欲地拍摄出精彩的照片。

按下快门是开始也是结束。开始总是很简单，而结局却千差万别。要想创作出精彩的画面，并不是单纯地对着景物按下快门即可，需要前期的构想、相机的设置、摄影的辅助工具，当然也少不了构图、光线、色彩和创意，将所有的韵律、节奏、形式都融入其中。本书对这些内容做由浅入深地详细讲解，让拍摄者将它们很好地运用起来，从而更轻松地获取理想画面。

当然，没有一本书可以作为你永远的导师，只有在学习的过程中活学活用，才能得到更大的锻炼和提升。要记住，实践在摄影学习中始终是最重要的。

最后，给广大的摄影爱好者一条建议：遵循构图规则通常能够拍摄出很好的照片。但是，在摄影的奇妙世界中，“美”没有完全固定的标准。当我们能够熟练地运用各种构图技巧时，遵循某些固定的构图模式往往会陷入局限的城池中。在掌握规律的前提下给自己多一点思考的时间进行选景构图，然后去突破、去创新，才能拍出更打动人的好照片，形成自己独特的艺术风格，真正意义上做到“青出于蓝而胜于蓝”！

下面就开始我们的数码单反摄影学习之旅吧！



01 摄影器材的硬件配置

- 1.1 标准镜头代替人眼视觉 2
- 1.2 长焦镜头让我们寸步不移地拍远景 3
- 1.3 广角镜头拍摄出大气宏伟的场景 6
- 1.4 鱼眼镜头展现变形影像 8
- 1.5 微距镜头将物体放得更大 10
- 1.6 变幻无穷的变焦镜头 11
- 1.7 魅力无限的闪光灯 13
- 1.8 巧用反光板 19
- 1.9 有色滤镜让我们看到的色泽更加靓丽 20
- 1.10 偏振镜消除非金属表面的反光 21
- 1.11 光芒四射的星光镜 23
- 1.12 拍摄所需的专业助手——三脚架 24



02 摄影器材的基础操作及拍摄技巧

- 2.1 快门速度的选择 28
 - 2.1.1 高速快门拍摄凝固运动物体 28
 - 2.1.2 慢速快门记录运动轨迹 30
- 2.2 正确选用测光模式 31
 - 2.2.1 适合拍摄风光照片的评价测光 32
 - 2.2.2 中央重点平均测光使整体曝光更均衡 32
 - 2.2.3 拍摄大反差景物更加精准的点测光 33
- 2.3 正确选用曝光模式 34
 - 2.3.1 记录真实场景的全自动曝光模式 (AUTO模式) 34

2.3.2 让摄影变得更轻松的程序

自动曝光模式 (P模式) 35

2.3.3 控制不同景深的光圈优先模式 (A模式) 36

2.3.4 凝固动体的快门优先模式 (S模式) 37

2.3.5 富有创意的手动模式 (M模式) 38

2.4 曝光补偿 38

2.5 善用情景模式 39

2.5.1 人像模式 39

2.5.2 运动模式 40

2.5.3 夜景模式 41

2.5.4 风景模式 42

2.6 数码相机的对焦模式 44

2.6.1 不易失焦的自动对焦系统 44

2.6.2 自主操控的手动对焦系统 45

2.7 一个都不能少的连拍模式 46

2.8 独特的数码感光度 47

2.9 活用白平衡 49

2.9.1 调整偏色的自动白平衡 50

2.9.2 挑选合适的预设白平衡 50

2.9.3 可以自主设定的自定义白平衡 52



03 实用摄影构图技巧全攻略

- 3.1 横竖画幅的视觉特质 54
- 3.2 水平线构图与全景画面 56
- 3.3 近距离拍摄近景 56
- 3.4 具有视觉冲击力的仰视角拍摄 57
- 3.5 开阔视野的俯视拍摄 57



3.6 突出稳定性的三分法构图	58
3.7 富有动感的对角线构图	59
3.8 突出韵律感的曲线形构图	59
3.9 形成视觉美感的矩形构图	60
3.10 合理运用透视感的散点构图	60
3.11 突出和谐感的平衡构图	61
3.12 突出均衡感的对称构图	61
3.13 紧凑构图更能突出主体	62
3.14 向心式构图突出汇聚的视觉	62
3.15 具有扩散效果的放射式构图	63
3.16 巧妙运用自然外框	63
3.17 突出平稳感的十字形构图	64
3.18 节奏与韵律的美感	65
3.19 富有美感的画面留白	67
3.20 画面的再度创作	67
3.21 快速构图小技巧	69



人像摄影的拍摄技巧及实战经验

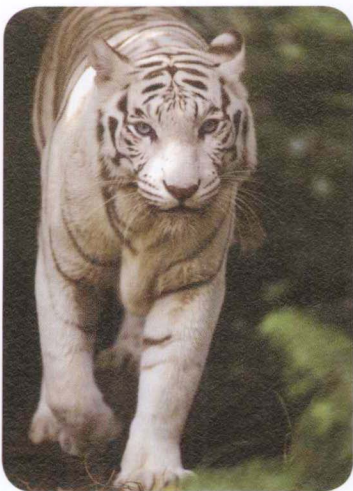
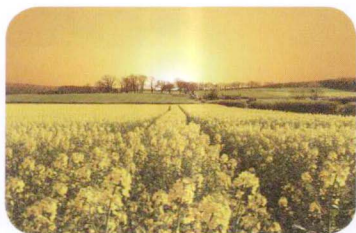
4.1 拍摄人像前的准备工作	72
4.1.1 制造不同成像效果的焦距	72
4.1.2 起着重要造型作用的灯具	73
4.1.3 让拍摄更高效的辅助器材	74
4.2 拍摄背景的选择与处理	74
4.3 光线的合理运用及巧妙结合	77
4.3.1 正面光	77

4.3.2 前侧光	78
4.3.3 侧光	78
4.3.4 侧逆光	79
4.3.5 逆光	79
4.4 运用多种角度拍摄室外人像	80
4.4.1 光线的影响	80
4.4.2 测光与补光	80
4.4.3 多个表现角度	81
4.4.4 与模特沟通	81
4.5 巧妙地运用光源拍摄室内人像	83
4.6 运用独特视角拍摄人物	85
4.6.1 不同脸型的视角选取	85
4.6.2 优美姿态的视角选取	86
4.6.3 借助服装	86
4.6.3 借助饰品	87
4.7 拍摄漂亮的小天使	88
4.7.1 用光	88
4.7.2 背景选择	88
4.7.3 使用道具	89
4.7.4 抓拍	90
4.8 温馨的家庭摄影	93
4.9 打破成规的集体摄影	94



风光摄影的拍摄技巧

5.1 拍摄自然风光	96
5.1.1 把握日出日落的拍摄时机	96

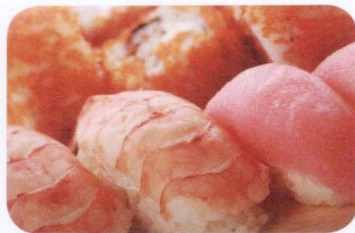
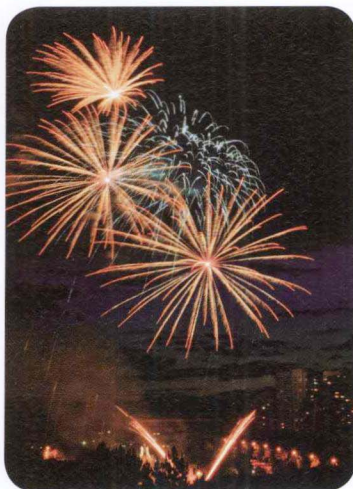


5.1.2 独特雾景拍摄	98
5.1.3 有效地利用朦胧雨景拍摄	100
5.1.4 皑皑白雪的拍摄细节	103
5.1.5 四季中的光影与色彩	104
5.2 富有纵深感的建筑摄影	106
5.2.1 光线	106
5.2.2 角度	107
5.2.3 方法	107
5.2.4 表现	108
5.3 璀璨繁华的城市夜景	109
5.3.1 闪烁的霓虹灯	109
5.3.2 川流不息的车灯	110
5.3.3 流光溢彩的街道	110
5.3.4 灿烂的节日之光	111
5.3.5 怀旧的夜景效果	111
5.4 民俗摄影的拍摄技巧	112
5.4.1 土特产	112
5.4.2 民族服饰	113
5.4.3 民间活动	113
5.5 展现微观世界	115
5.6 巧妙拍摄色泽艳丽的花卉	116
5.6.1 光线	116
5.6.2 层次感	117
5.6.3 神态	118
5.6.4 主题	119
5.7 高调与低调的影调特征	121



静物题材的拍摄技巧

6.1 拍摄静物前的准备工作	124
6.1.1 拍摄所需的静物台	124
6.1.2 选择合适背景, 突出被摄主体	125
6.1.3 光线展现被摄物体的形态及质感	127
6.1.4 渲染画面的特殊制作效果	128
6.2 静物摄影传递美的表现形式	129
6.2.1 观赏式	129
6.2.2 寓意式	130
6.2.3 故事式	130
6.3 拍摄通透的玻璃器皿	131
6.3.1 亮背景黑线条布光法	132
6.3.2 暗背景亮线条布光法	132
6.4 富有质感的金属物	134
6.4.1 无光金属	134
6.4.2 半光亮金属	135
6.4.3 光亮金属	136
6.5 拍摄美味可口的食品	137
6.5.1 把握时机	137
6.5.2 光线很重要	137
6.5.3 拍摄技巧	138
6.5.4 拍摄食物的构图	139
6.6 色彩的美丽呈现	140
6.6.1 色彩对构图产生的空间感	141
6.6.2 色彩对冷暖色调的塑造	142
6.6.3 色彩建立起的情感基调	143



6.6.4 自然色彩及创造性色彩的运用.....	144
6.6.5 色彩搭配的协调感.....	145
6.7 拍摄时线条的合理运用	147



独具创意感的摄影

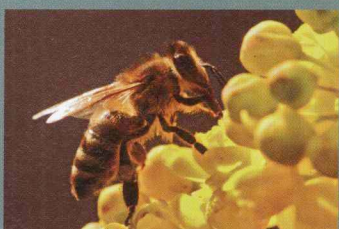
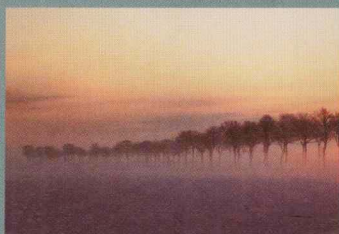
7.1 趣味动物摄影	150
7.1.1 了解动物的习性	150
7.1.2 最佳拍摄时机	151
7.1.3 动物摄影的创意	152
7.2 速度体育摄影	154
7.2.1 定点对焦法	155

7.2.2 区域对焦法.....	155
7.2.3 追随对焦法.....	156
7.3 感官抽象摄影	159
7.3.1 更夸张的角度.....	159
7.3.2 强调景深	159
7.3.3 以虚取胜	160
7.3.4 寻找纹理	160
7.4 视觉画意摄影	161
7.4.1 静谧的油画.....	161
7.4.2 写意水墨画.....	162
7.4.3 国画丹青.....	162
7.4.4 漫画效果.....	164
7.4.5 印象派画意效果.....	165

01

摄影器材的硬件配置

兵欲善其事，必先利其器。了解摄影器材及其使用技巧，用自己的相机，带人进入充满惊喜、令人感动的世界。





1.1 标准镜头代替人眼视觉

标准镜头指焦距长度和所摄画幅的对角线长度大致相等的摄影镜头。其视角一般为 $45^{\circ} \sim 50^{\circ}$ 。焦距通常为40~55mm。标准镜头所表现的景物透视与目视比较接近，它是所有镜头中最基本的一种摄影镜头。

在摄影创作中可以根据不同的创作意图，运用不同的手段，使用标准镜头拍摄出具有广角镜头或中长焦镜头的效果。当我们将照相镜头对着很近的被摄主体，使用大光圈拍摄特写或近景时，就可以获得背景虚化，类似中长焦镜头的效果；当我们将标准镜头对着处于中景或全景的景物对焦，并使用小光圈拍摄，则可以使画面中的远近都很清晰，获得广角镜头的拍摄效果。标准镜头在摄影创作中具有不可低估的作用。

用它拍的照片显得自然，与别的镜头相比，你可能更愿意用它。之所以叫标准镜头，是因为它的透视效果自然，而且其视角与人眼视觉中心相似。它给人以纪实性的视觉效果画面，所以在实际的拍摄中，它的使用频率是较高的。但是，从另一方面看，由于标准镜头的画面效果与人眼视觉效果十分相似，故用标准镜头拍摄的画面效果又是十分普通的，甚至可以说是十分“平淡”的，它很难获得广角镜头或远摄镜头那种渲染画面

的戏剧性效果。因此，要用标准镜头拍出生动的画面来又是相当不容易的，即使是资深的摄影师也认为用好用活标准镜头并不容易。但是，它所表现的视觉效果有一种自然的亲近感，用标准镜头拍摄时与被摄物的距离也较适中，所以在诸如普通风景、普通人像、抓拍等摄影场合使用较多。最常见的纪念照，更是多用标准镜头来拍摄。另外，摄影者往往容易忽略的是，标准镜头还是一种成像质量上佳的镜头，它对于被摄体细节的表现非常有效。



18~50mm EX DC 标准镜头



标准镜头拍摄与人眼视觉中心相似，人物自然、真实

「 光圈：F2.8 快门速度：50s 焦距：42mm 感光度：ISO 100 」

1.2 长焦镜头让我们寸步不移地拍远景

长焦镜头拥有较长的焦距。由于长焦镜头可以将较远处的景物拉近，所以又叫做远摄镜头。通常来说，焦距在80~300mm的镜头就可以称为普通远摄镜头，焦距大于300mm的镜头叫做超远摄镜头。

长焦镜头的主要特点是通过镜头内部镜片的移动而改变焦距。其拍摄效果具有以下4个特点：

1. 视角较小

长焦镜头相对于标准镜头的显著特点是在相同的距离取景的视角较小，所以可以将很远距离的景物“拉近”，使景物充满画面。当

我们在拍摄远处的景物或者不希望打扰到拍摄对象时，这时候你会发现长焦镜头是多么的便捷。

2. 景深较小

焦距越大镜头的景深越小，浅景的好处在于突出主体而虚化背景，让图片看起来更精致。很多摄影爱好者在拍照时都喜欢追求这种效果，因为这样可以使拍摄出来的照片主体鲜明突出。

3. 压缩空间

长焦镜头具有明显压缩空间的畸变效果，它会使前后的景物在画面上显得距离更近，甚至感觉贴在一起，

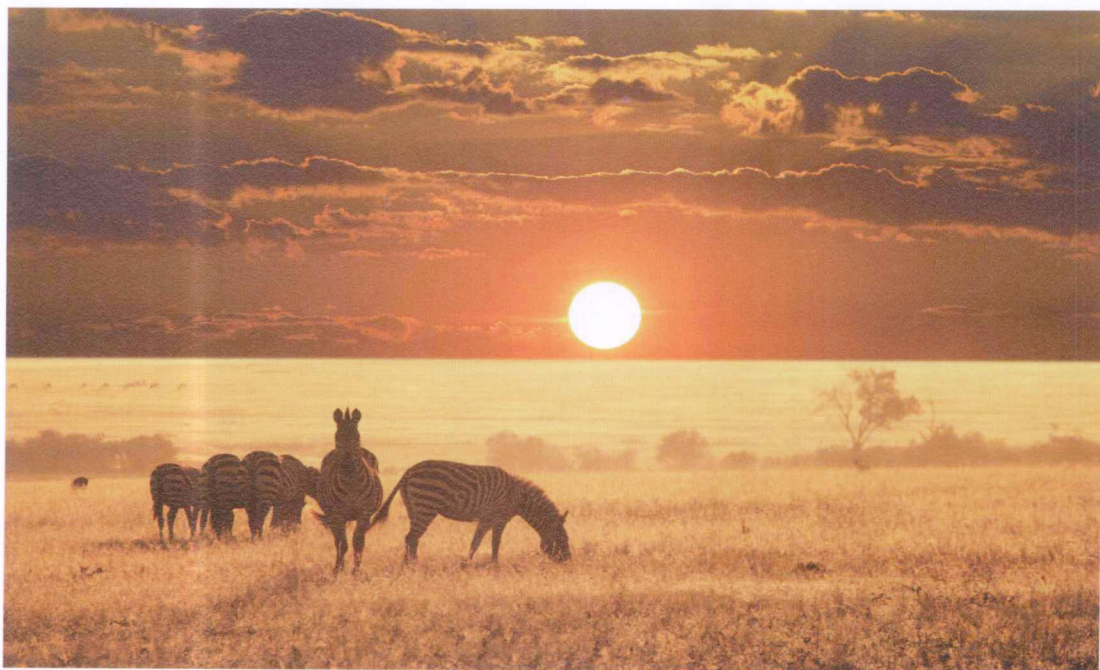


松下FZ5 长焦代表相机



佳能70~200mm长焦镜头

从而使空间的纵深感明显减小，对背景有较大的夸大效果。



不想打扰到拍摄对象时可以使用长焦镜头拍摄

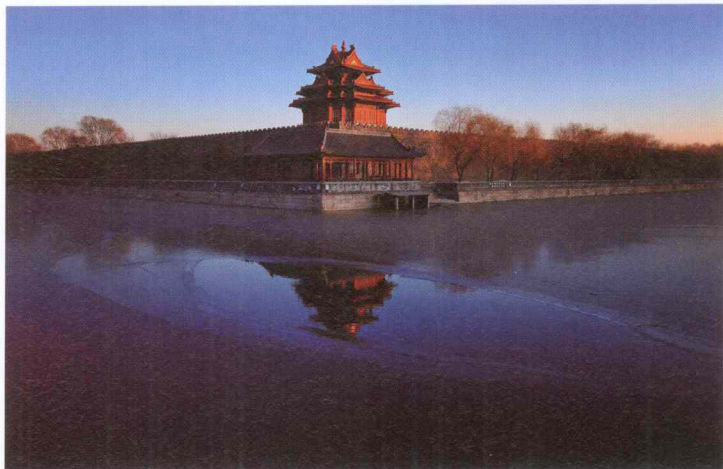
「 光圈：F16 快门速度：1/320s 焦距：200mm 感光度：ISO 100 」



4. 不易对焦

长焦镜头受到空气对光线吸收和散射的影响较大,加之尘粒的消光作用严重,要达到精确调焦很不容易,拍摄出的画面反差较小,还容易失焦而造成画面影像模糊。另外,由于长焦镜头的质量较大,容易增加拍摄的不稳定性,也会使相机抖动而造成影像模糊。为了改善这种情况,我们在使用长焦镜头拍摄的时候,快门速度应在 $1/250\text{s}$ 以上,同时也可以使用三脚架辅助拍摄,以保持相机的稳定。

长焦镜头的焦距越大越难将各种色光聚于一点而产生副光谱问题,使拍摄照片的成像质量不高。但是,相对于长焦镜头的缺点,它的优点还是主要的。拍摄距离较远的人物、景物、植物、野生动物等多种题材的照片,它有着不可替代的作用。



使用长焦拍摄会使图片有夸大效果

「 光圈: F5.6 快门速度: $1/320\text{s}$ 焦距: 65mm 感光度: ISO 100 」



使用长焦镜头拍摄的时候,快门速度应在 $1/250\text{s}$ 以上,并使用三脚架辅助拍摄,以保持相机的稳定

「 光圈: F5.6 快门速度: $1/320\text{s}$ 焦距: 85mm 感光度: ISO 100 」



技巧提示

使用长焦镜头拍摄,一般使用高感光度及快速快门。如使用200mm的长焦镜头拍摄,其快门速度应在 $1/250\text{s}$ 以上,以防止手持相机拍摄时照相机抖动而造成影像虚糊。在一般情况下拍摄,为了保持照相机的稳定,最好将照相机固定在三脚架上,无三脚架固定时,尽量寻找依靠物帮助稳定相机。



使用长焦镜头可以清楚地拍摄到危险的哺乳类动物

「📷 光圈: F4 快门速度: 1/500s 焦距: 200mm 感光度: ISO 200」



1.3 广角镜头拍摄出大气宏伟的场景

广角镜头可分为普通广角镜头和超广角镜头两种。以传统的135型照相机为例,普通广角镜头的焦距一般为24~38mm,视角为84°~60°;超广角镜头的焦距为13~20mm,视角为118°~94°。广角镜头与标准镜头最显著的区别是它的焦距很短,视角较大景深却很深,因此广角镜头比较适合拍摄较大场景的照片,如建筑、风景等题材。

广角镜头的基本特点是镜头视角大,视野宽阔,从某一视点观察到的景物范围要比人眼在同一视点所看到的大得多;景深长,可以表现出相当

大的清晰范围;能强调画面的透视效果,善于夸张前景和表现景物的远近感,这有利于增强画面的感染力。广角镜头在较短的拍摄距离范围内能够拍摄到较大面积的景物。其主要拍摄特点有以下5点:

(1) 镜头涵盖的面积较大,拍摄的范围比较广,能够增加摄影画面的空间纵深感。如拍摄广阔的原野或城市高大的建筑等,用标准镜头也许只能拍到景物的一部分,无法表现出景物的宽阔或高大;而用广角镜头拍摄,就能有效地表现出大场面开阔的气势或建筑物高耸

入云的雄伟。

(2) 广角镜头可以获得较大的景深,能保证拍摄主体的前后景物在画面上获得清晰的影像,还能使图像中的任意一点都调节到最适当的焦距,使得画面更加清晰。



广角镜头



广角镜头拍摄所涵盖的面积较大,画面景深比较大,能够增加空间纵深感,非常适合拍风景

「 光圈: F11 快门速度: 1/125s 焦距: 28mm 感光度: ISO 100 」



利用广角镜头拍摄的城市办公楼

「 光圈：F22 快门速度：1/250s 焦距：18mm 感光度：ISO 100 」

(3) 在相同拍摄距离处，用广角镜头拍摄的景物要比用普通镜头拍摄的景物在画面中小。

(4) 广角镜头容易产生透视畸变。镜头的焦距越短，拍摄的距离越近，这种缺陷就越明显。所以建议在使用广角镜头拍摄人像照片的时候，焦距不宜小于0.6cm，而且最好拍全身照。在拍摄全身人像时，如果采用低角度拍摄，仍然会

产生较大的畸变，拍摄时可以利用这一特点来弥补被拍摄者腿较短而上身长的缺点，能够使人物的腿部显得更修长，更富有美感。

(5) 广角镜头还会产生边缘畸变。这种畸变主要是由于镜头后方到感光元件视场边缘的斜投射角度而引起的，比如在拍摄群体照片时，画面边缘的拍摄对象会显得矮胖，而拍摄建筑或风景时会生成弧形畸变。



我们低角度拍摄全身人像时，虽产生较大的畸变，但使模特的腿看起来更显修长

「 光圈：F14 快门速度：1/80s
焦距：22mm 感光度：ISO 100 」



1.4 鱼镜头展现变形影像

鱼镜头是一种焦距极短并且视角接近或等于 180° 的镜头。这种摄影镜头的前镜片表面呈抛物状，并向镜头前部凸出，与鱼的眼睛颇为相似，因此而得名。它的视角力求达到或超出人眼所能看到的范围，一般情况下我们把焦距在14mm以下的镜头称为鱼镜头。

鱼镜头有两种基本类型：一种是在画面上产生小于画幅的圆形影像，比如当把鱼镜头举到齐眼的高度并向正前方拍摄时，这只镜头会拍摄下你面前半球形空间内的一切，甚至包括你自己的鞋子。这种影像通常会在画幅内形成一个圆形，而不是充满矩形画幅；另一种是产生具有桶形畸变的矩形画幅影像，其失真极大，透视线条沿各个方向从中心向外辐射；画面内除通过中心的直线仍保持平直外，其他部分的直线都变弯曲。

显然，鱼镜头是一种特殊效果镜头。鱼镜头原本是为天文摄影需要而设计的，价格低廉的往往质量较差，质量高的价格非常昂贵。鱼镜头并不是常用的镜头，当基本镜头已经配备齐全了，也可以尝试着使用它进行一些特殊效果的创作。



尼康鱼镜头



鱼镜头下的城市，使画面看起来另有一种夸张性、趣味性

☞ 光圈：F5.6 快门速度：1/125s 焦距：10mm 感光度：ISO 100



用鱼镜头拍下风景，配色大胆，构成形式也很有意思

☞ 光圈：F10 快门速度：1/320s 焦距：8mm 感光度：ISO 100