

# 摄影构图

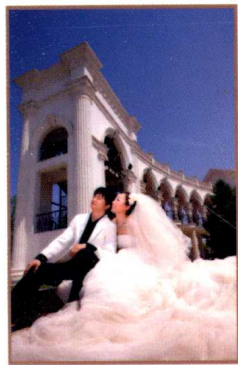
Photographic Composition

# 拍出好照片的

# 诀窍

第二版

蔡扬 编著



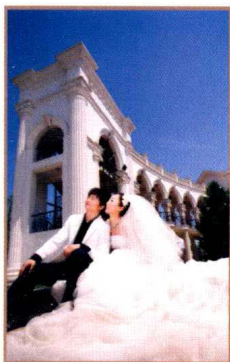
中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

# 摄影构图

# Photographic Composition 拍出好照片的 诀窍

第二版

蔡扬 编著



中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

## 内 容 简 介

本书的目的是帮助您学会和掌握拍出好照片的诀窍。全书围绕摄影构图分为三个部分。

第一部分，学会最快速的构图方法。帮助刚刚接触摄影的爱好者认识构图，掌握最快速最有效的构图方法。

第二部分，掌握经典构图规则。进一步提高构图水平的摄影爱好者量身定制的，不仅是采用点线示意图帮助您理解每一种经典构图规则的概念，还列举了各种常见的应用案例，帮助您学习、剖析和掌握它们在实际拍摄中的灵活运用。

第三部分，通过人像摄影、日出日落、溪流、河谷和瀑布、天空和云彩、花卉、花丛与花海、雪景、冰封的世界、山的风景、森林树木、大海、鸟类、昆虫、静物美食等主题摄影，教会您在不同的主题场景中学会观察，把学到的构图规则融会贯通地体现到摄影中。

本书的每个章节都是精心为读者设计，让读者能够在掌握构图规则的同时，在摄影美学方面也得到启发，进而可以运用这些知识在实拍的视觉传达方面有所收获。如果将本书置于手边，边看边学，您会发现构图将自然地成为您摄影思考的一部分，并且将成为您的习惯！

### 图书在版编目（CIP）数据

摄影构图：拍出好照片的诀窍 / 蔡扬编著. —2版.

—北京：中国铁道出版社，2012.2

ISBN 978-7-113-14050-2

I. ①摄… II. ①蔡… III. ①摄影构图 IV. ①J406

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第267522号

书 名：摄影构图——拍出好照片的诀窍（第二版）

作 者：蔡 扬 编著

---

策划编辑：张雁芳

责任编辑：张雁芳

特邀编辑：张小玲

封面设计：付 巍

责任印制：李 佳

读者热线电话：010-63560056

封面制作：郑少云

---

出版发行：中国铁道出版社（北京市西城区右安门西街8号 邮政编码：100054）

印 刷：中国铁道出版社印刷厂

版 次：2009年11月第1版 2012年2月第2版 2012年2月第2次印刷

开 本：880mm×1230mm 1/16 印张：14 字数：269千

书 号：ISBN 978-7-113-14050-2

定 价：59.00元

---

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社发行部联系调换。

您是不是曾经困惑于

——为什么有些照片比另外一些更有吸引力？

——为什么有些经典的画作经年累月地令千万人沉醉？

——为什么有些摄影师总是赢得鉴赏家和评论家的赞赏？

一些照片比另外一些优秀，一个主要的原因就是它们的构图。这就是本书要告诉您的，怎样构图才能改善您的照片。

构图是把场景中的各种元素组合、搭配，整理出一个艺术性较高的画面的过程。简单地说，构图就是站在哪里，把镜头对准哪个方向。构图决定着构思的实现，这需要讲究艺术技巧和表现手段。虽然一些快照也可能有好的构图，但是大部分的好照片是创作出来的。要“创作”一张照片，有许多经典的规则可以帮助指导您的构图。

为了帮助您学习并灵活运用构图，本书共分为4部分：

## 学会最快速的构图方法

对于刚刚接触摄影的很多爱好者而言，繁复的构图规则会让人觉得应接不暇，到底构图是什么？有没有最快速最有效的方法让照片更好一些呢？这一部分告诉您的就是这样的内容：在生活中学会观察构图；突出主题的6种常用技巧；构图要选择距离、方向和角度；用前景和背景丰富画面以及最经典的黄金分割和三分法。

## 掌握经典构图规则

有了一些拍摄经验，如果您希望进一步提高构图水平，这一部分就是为您量身定制的。这一部分内容详细剖析了各种经典的构图规则，仅仅是线条的运用就包括水平线构图、垂直线构图、汇聚线构图、斜线构图、对角线构图，当然这一部分还包括曲线构图、三角形构图、搭画框、留白、重复与图案等。在内容安排上，不仅采用点线示意图帮助您理解每一种构图规则的概念，还列举了各种常见的应用案例，帮助您学习、剖析和掌握它们在实际拍摄中的灵活运用。

## 主题摄影中的构图

每年，我们都会去各地拍摄照片，团队的人大多数成员对摄影都非常感兴趣，在旅途中常常无可避免地被问到同一个问题：我们到那儿去拍些什么？其实这是一个不该问的问题，这个问题会使拍摄出的照片缺少一些让人激动的内容。我们更应该经常地问自己“我们到那儿应该去发现什么？”只有大脑和眼睛满怀热情地去发现那些大量存在于身边的惊奇事物时，才能拍出好的作品。

这一部分重点介绍各种主题和场景中的构图运用，包括人像摄影、日出日落、溪流、河谷和瀑布、天空和云彩、花卉、花丛与花海、雪景、冰封的世界、山的风景、森林树木、大海、鸟类、昆虫、静物美食等。这个部分中，不再去阐述构图的原理，而是通过各种场景的实践拍摄，教会您遇到类似的场景时，应该从什么样的角度去观察，怎样把学到的构图规则融会贯通地体现到摄影中。

### 我们的期望

掌握构图是一个不断学习、实践、体会的过程。通过学习本书的内容，您会发现，当您在寻找拍摄主题时，构图规则将自然地成为您思考的一部分，并且不久它们将成为您的习惯！

最后想告诉大家的是，“美”没有完全固定的标准。在摄影中遵循构图规则，通常能够拍摄出较好的作品。但是，这种“遵循”不是因循守旧、墨守成规，而是要在掌握规律的前提下，去突破，去创新，创造出崭新的构图形式来。只有在条条框框的基础中锻炼好基本功，才能跳出这些条条框框，最后形成自己的风格！

希望本书能够帮助您拍出好照片，充分享受摄影的乐趣！

编者

2011年10月



# Part 01

## 学会最快的构图方法

构图是决定一幅摄影作品视觉效果好坏的关键所在。一幅优秀的摄影作品必须具备三大前提条件：好的主题、醒目的主体以及协调完美的构图。摄影作品若要吸引人，很大程度上取决于构图。这一部分将介绍构图的一些基本知识，帮助您学会最快速的构图方法。

# Part 01 学会最快的构图方法

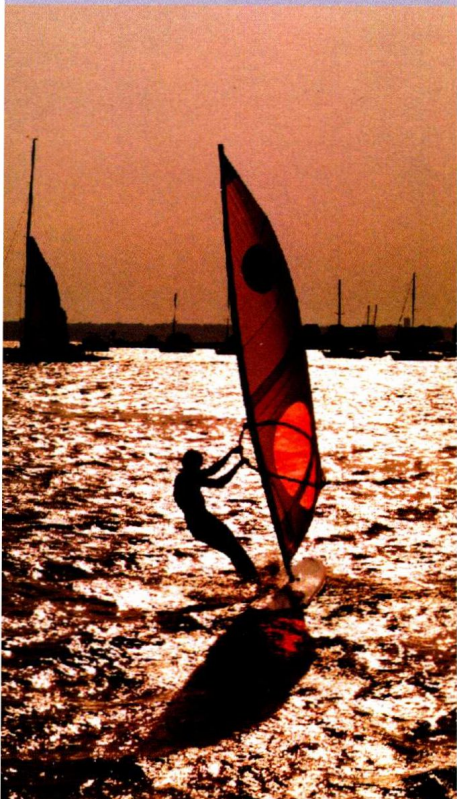
## 第1章 构图的核心是突出主体

- 1.1 对称构图——生活中潜移默化的构图 2
- 1.2 构图是通过取舍获得最佳布局的方法 3
- 1.3 突出一个清晰明确的主题 4
- 1.4 突出主题的6种常用技巧 5
  - 靠近主体让主体充满画面 5
  - 主体配置在前景并选择焦点强调主体 6
  - 充分运用对比 6
  - 使用线条将目光引向主体 7
  - 把主体安排在靠近中心的位置 8
  - 用拍摄角度强调主体 8

## 第2章 构图从选择距离和方向开始

- 2.1 构图从选择距离和方向开始 10
  - 横向构图——表现稳定和空间感 10
  - 竖向构图——突出高大耸立的感觉 11
  - 调整距离的远近营造不同的透视感 12
  - 适当安排画面比例 13
- 2.2 不同角度的视觉效果 16
  - 平视拍摄 16
  - 仰视拍摄 18
  - 俯视拍摄 19
- 2.3 丰富和衬托画面 20
  - 直接表现主体 20
  - 利用陪体衬托主体 20
  - 利用环境烘托主体 21
  - 利用前景集中视线 22
  - 利用前景平衡画面 22





变换视角获得简洁背景	23
利用特技拍摄简化背景	24

## 第3章 立竿见影的经典构图规则

3.1 避免简单居中	26
简单的居中拍摄使画面呆板	26
把主体安排在三分点附近	26
3.2 最协调的分割方式——黄金分割	27
3.3 简单实用的三分法	28
用三分法突出花朵	28
用三分法安排人物	29
用纵向三分法安排帆船	29

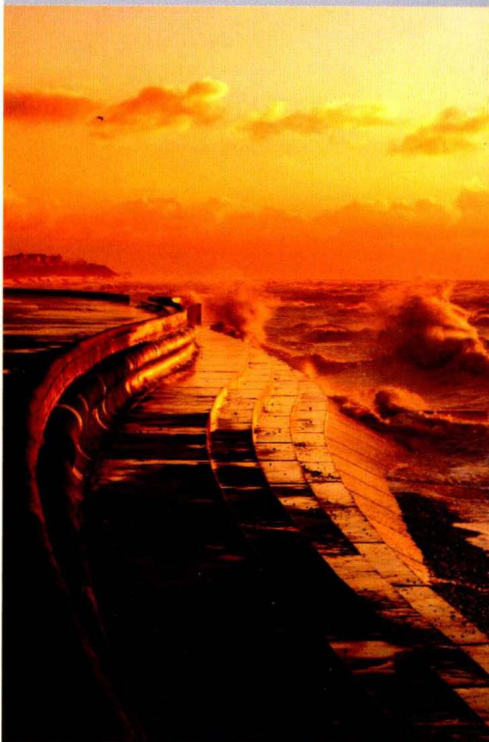
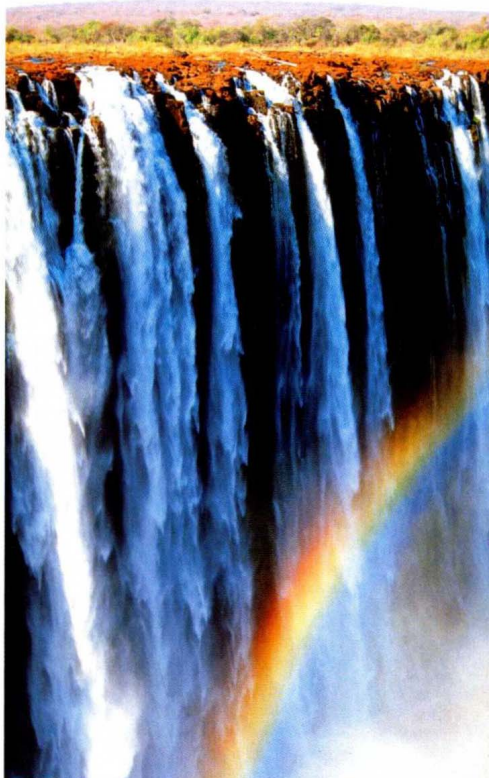
## Part 02 掌握经典的构图规则

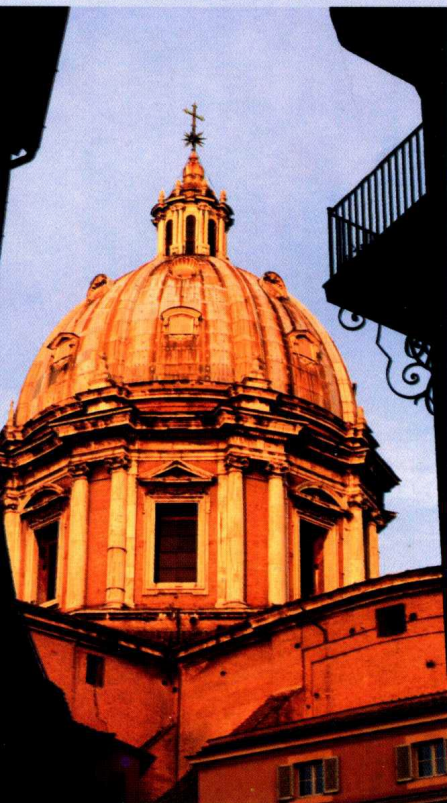
### 第4章 线条的节奏和韵律

4.1 平稳的水平线构图	32
水平线条开阔舒展	32
水平线构图的横与竖	33
重复的水平线条	33
4.2 纵向伸展的垂直线	34
瀑布的气势	34
现代工业的力量	35
垂直生长的树木	35
稳定庄重的建筑	36
挺拔耸立的怪石之美	37
4.3 强调透视的汇聚线构图	38
长长的林荫道	39
透视感强烈的铁道	40



汇聚线的指向性	41
楼宇的立体感和空间感	41
树木的高大、密集	42
生活中的汇聚线	42
<b>4.4 充满动感的斜线构图</b>	<b>43</b>
光线的震撼之势	43
对视线强烈的指向性	44
瀑布的动感和气势	45
轮廓构成的虚拟斜线	46
树林的空间感和透视感	46
飞鸟的动感	46
选择视角创造斜线	47
<b>4.5 汇聚中心的向心线</b>	<b>48</b>
海葵中心的小丑鱼	48
用向心构图拍摄静物	48
<b>4.6 舒展的放射线</b>	<b>49</b>
用放射构图拍摄静物	49
创造放射线的手法	49
<b>4.7 力度强劲的对角线构图</b>	<b>50</b>
桥梁的力度	50
斜线的变化和活力	51
翱翔的飞鸟	52
滑雪的速度感	52
<b>第5章 流畅舒展的曲线构图</b>	
<b>5.1 优美的S形曲线</b>	<b>54</b>
河流中的S形曲线	55
发现自然界中的S形线条	56
从道路上寻找S形曲线	56
在夜色中创造和强化S形曲线	57





5.2 饱满而富有弹性的C形曲线	58
身边的C形曲线	58
把主体安排在C形的缺口处	58
气势如虹的C形曲线	59
5.3 柔和的圆形构图	60
圆形构图的动感	60
圆形构图的无休止之感	60
圆形构图强烈的向心力	61
圆形的视觉指向	62
椭圆形构图	62

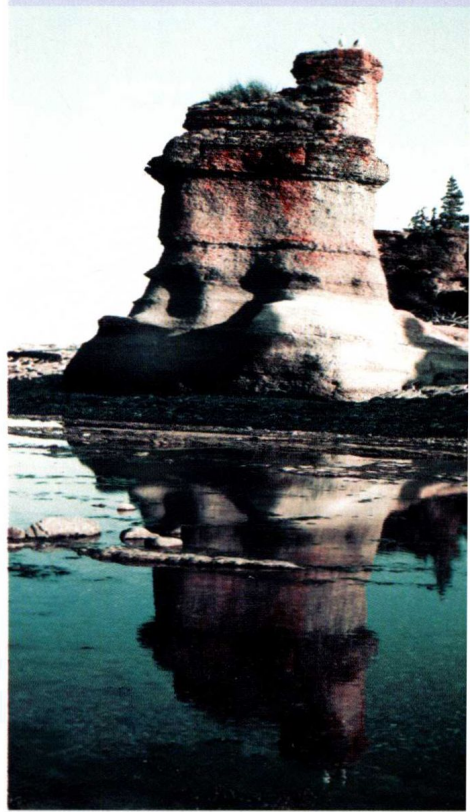
## 第6章 注重平衡与形状

6.1 充满画面的紧凑式构图	64
缩小取景范围	64
传神的细节表现	65
6.2 均衡的对称式构图	66
寻找身边的对称主体	66
选取对称的局部	67
利用镜面和倒影创造对称	68
6.3 表现多个对象的棋盘式构图	69
优美的花朵	69
疏密相间的水中鹅卵石	70
水中的游鱼	71
用镜头营造氛围	71
6.4 富有层次感而又稳定的三角形构图	72
风光摄影中的三角形运用	72
以仰拍角度创建三角形	73
从局部中截取三角形	74
从群体轮廓中寻找三角形	74
用三角形安排群体	75

6.5 动态的倒三角形构图	76
展翅欲飞的天鹅	76
花与蝶的三角形构图	76
6.6 稳定多变的L形构图	77
用L形丰富画面构图形式	77
用L形框架吸引目光	78
都市中的倒影	78
6.7 吸引视线的天然画框	79
画框使主体更加突出	79
利用窗户搭建画框	80
岩石搭建的自然画框	80
用树枝渲染季节特征	81
树干搭建画框丰富画面层次	81
以都市建筑创建画框	82
在底部创建画框	83
6.8 容易忽略的留白意境	84
留白能够使主体醒目	84
用留白升华作品的境界	84
用留白建立对象的联系	85
运动中的留白	86
国画一般的雾景	87
6.9 重复图案的应用	88
重复的力度	88
花园中的韵律	88
选择好的视点	89
引入反差的戏剧效果	89
吸引视线的重复图案	90

## 第7章 构图中的对比与衬托

7.1 动与静的对比	92
------------	----





水流的动与静	92
夜景车流的动与静	93
动态旋转突出主体	93
急速变焦的放射动感	94
人流涌动的动与静	94
追随旋转的木马	95
运动场上的动与静	95
舞蹈的动与静	96
<b>7.2 虚与实的对比</b>	<b>97</b>
花卉摄影中的虚实对比	97
生态摄影中的虚实对比	97
人像摄影中的虚实对比	98
虚实烘托的意境	98
<b>7.3 形状和大小对比</b>	<b>99</b>
大小对比营造变化的情趣	99
沙漠中的大小对比	99
鲜明的形状对比	100
形状对比中的谐趣	101
<b>7.4 色彩和明暗的对比</b>	<b>102</b>
强烈的色彩易成为视觉中心	102
冷色与暖色的强烈对比	102
剪影的迷人艺术效果	103

## Part 03 人像摄影构图实战

### 第8章 掌握人像摄影构图规律

8.1 人像摄影的基本取景方法	106
8.2 逐步降低相机高度	107

8.3 饱满的构图更具表现力	108
8.4 突出表现眼睛和嘴唇	108
8.5 保留视线空间	109
8.6 三分法和对角线构图	109
8.7 表现身体优美的曲线	110
8.8 头部不要留太多空间	111
8.9 选择简洁优美的背景	112
8.10 充分利用明暗反差	112
8.11 用逆光展现曲线	113
8.12 全身画面注意脚部的完整性	114
8.13 尝试俯视和仰视角度	115
8.14 变换姿势突出线条	115
8.15 选用适当的光圈合理取舍背景	116
8.16 使用引导线	117
8.17 利用广角镜头	118
8.18 掌握旅游人像人与景的大小比例	118
8.19 匠心独具的局部画面	119



## Part 04 风光摄影构图实战

### 第9章 日出日落

9.1 运用三等分构图强调明暗对比	122
9.2 利用棕榈树的剪影增添变化	122
9.3 用水平线构图纳入地面的景物	123
9.4 用高光和剪影的对比营造远近感	123
9.5 表现左右延伸的方向感	124
9.6 用长焦和前景衬托拍出大大的太阳	124
9.7 竖拍太阳的两种常用构图	125
9.8 放射状构图拍出霞光万道的美景	126





## 第10章 溪流、河谷和瀑布

- 10.1 低角度仰拍表现远近层次 129
- 10.2 对角线构图表现延伸感 129
- 10.3 运用曲线表现优美的线条 130
- 10.4 活用岩石的曲线表现溪流的柔美 131
- 10.5 仰拍和曲线强化延伸的气势 132
- 10.6 运用前景背景丰富色彩和层次 133
- 10.7 利用对比表现高度感 134
- 10.8 斜线构图捕捉细节的气势 135
- 10.9 用强烈的光影对比突出河流 136

## 第11章 山的风景

- 11.1 用侧光突出山峰的轮廓 139
- 11.2 明暗配置表现沉稳的山脉 139
- 11.3 以山洞为画框让视点更集中 140
- 11.4 用光线强调色彩和层次 141
- 11.5 仰视拍摄展现奇石的美 141
- 11.6 倒三角形构图表现距离和层次 142
- 11.7 利用扩散的云彩表现宽阔感 143
- 11.8 全景拍摄壮观的山脉 144
- 11.9 用倒影渲染山景的环境气氛 146
- 11.10 并列三角形构图突出山峰的险峻 146

## 第12章 大海

- 12.1 长焦拍摄突出海浪的气势 148
- 12.2 展现海岸优美的曲线 149
- 12.3 用对比衬托海面的广阔 150
- 12.4 用前景丰富画面元素 152
- 12.5 抓拍海鸟平添动感之美 152

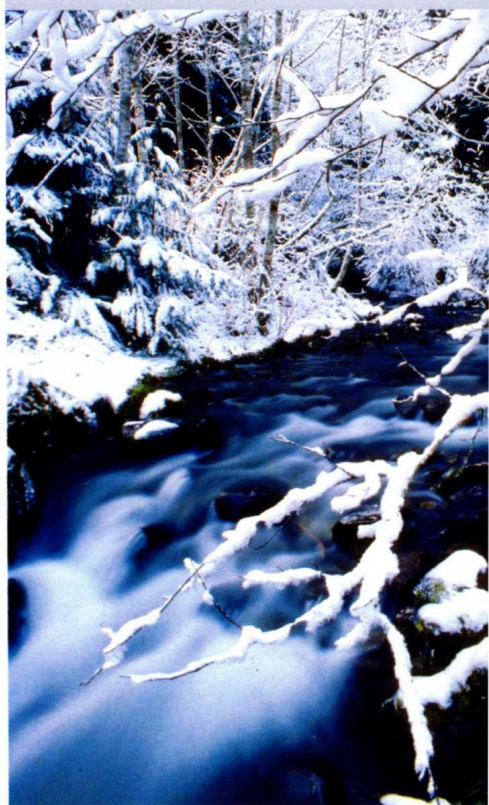
## 第13章 花卉花丛与花海

- |                     |     |
|---------------------|-----|
| 13.1 选择单枝的花更易于表现    | 154 |
| 13.2 以逆光表现出玲珑剔透的质感  | 155 |
| 13.3 用虚化背景突出色彩      | 156 |
| 13.4 以天空为背景让画面简洁    | 156 |
| 13.5 以微距或长焦镜头拍摄特写   | 157 |
| 13.6 注重和谐的色彩搭配      | 157 |
| 13.7 通过大小和比例突出重点    | 158 |
| 13.8 将花朵置于暗色背景突出主体  | 158 |
| 13.9 寻找花海之中的线条美     | 159 |
| 13.10 将视线集中在最突出的色彩上 | 160 |
| 13.11 利用色彩的对比突出主体   | 161 |
| 13.12 通过重复来突出重点     | 161 |
| 13.13 通过会聚线条突出成排的花木 | 162 |



## 第14章 森林树木

- |                     |     |
|---------------------|-----|
| 14.1 平视的浓密与仰视的高大    | 164 |
| 14.2 仰视角度的高大挺拔      | 165 |
| 14.3 L形构图展现强劲的生命力   | 166 |
| 14.4 用对比和色彩强调树的形态   | 166 |
| 14.5 独木的岁月沧桑感       | 167 |
| 14.6 用水面的倒影强化色彩     | 168 |
| 14.7 妙用留白表现森林的深邃    | 168 |
| 14.8 活用剪影突出优美线条     | 169 |
| 14.9 倾泻光芒的跃动感和扩散力   | 169 |
| 14.10 穿透树叶的漂亮光芒     | 170 |
| 14.11 斜线条增强画面的活力和动感 | 171 |





## 第15章 雪景与冰封的世界

- 15.1 棋盘式构图表现散落的节奏感 173
- 15.2 曲线构图表现雪的优雅柔和 173
- 15.3 白雪包围的湖面倒影 174
- 15.4 用特写展现树形的优美 175
- 15.5 突出细节的质感 176
- 15.6 积雪与水流动与静的对比 177
- 15.7 参差不齐的形状营造变化 178
- 15.8 用生活经验延伸冰冻的低温 179
- 15.9 逆光表现晶莹剔透的质感 179
- 15.10 放射式构图展现冰花的美丽 180

## 第16章 天空和云彩

- 16.1 以云彩的延展方向确定构图 182
- 16.2 运用放射线表现层次和上升感 184
- 16.3 强烈的对比突出火烧云的色彩 184
- 16.4 倒三角形构图增强云彩的动感 185
- 16.5 留出云彩的动势空间 185
- 16.6 捕捉产生联想的趣味画面 186
- 16.7 用对称构图增强形式美 187
- 16.8 用太阳的星芒为画面增彩 188

## 第17章 鸟类

- 17.1 充满画面展现最完美的细节 190
- 17.2 长焦大光圈拍摄虚化背景 191
- 17.3 拍出飞鸟的动感和气势 191
- 17.4 与前后景的环境相互衬托 192
- 17.5 利用明净的水面拍摄水鸟 192
- 17.6 用明暗对比突出鲜明的轮廓 193
- 17.7 控制快门速度表现动感效果 196
- 17.8 利用倒影夸张壮观的鸟群 196



## 第18章 昆虫

- 18.1 微距拍摄注重景深控制 198
- 18.2 长焦隐蔽拍摄注意快门速度 198
- 18.3 焦平面原则容易控制景深 199
- 18.4 用逆光和侧逆光勾勒轮廓 199
- 18.5 利用花草搭建画框 200
- 18.6 虚化前景丰富层次和意境 200

## 第19章 静物美

- 19.1 排除干扰视线的杂物 202
- 19.2 重点突出想要表现的主体 203
- 19.3 使用道具突出主体 204
- 19.4 整齐排列重复的元素 205
- 19.5 适当的取景范围和拍摄角度 205
- 19.6 逆光表现通透的质感 206
- 19.7 突出轮廓和反光的光泽 207
- 19.8 根据表现需要合理选择背景 208

