

宝贝在偷偷长大,你是否想要留住那些永恒的瞬间?

相机宝贝

(日)川野恭子/著 李静波/译

送给
第一次
当爸爸妈妈
的人!



摄影零失败!

3分钟解决光圈、快门、抓拍、色彩等问题!

北方文艺出版社

黑版贸审字 08-2012-045号

KODOMO SHASHIN NO TORIKATA TECHO by Kyoko Kawano

Copyright © 2010 Kyoko Kawano

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Mynavi Corporation

This Traditional Chinese edition is published by arrangement with

Mynavi Corporation, Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc.,

Tokyo through Eric Yang Agency, Inc., Seoul

版权所有 不得翻印

图书在版编目(CIP)数据

相机宝贝 / (日) 川野恭子著; 李静波译. -- 哈尔

滨: 北方文艺出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5317-3082-8

I. ①相… II. ①川… ②李… III. ①儿童—人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

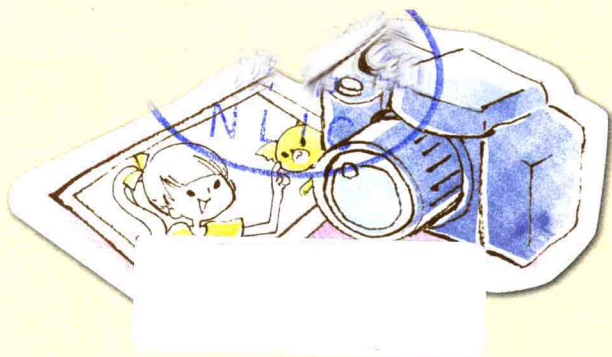
中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第062334号

相机宝贝

作 者 (日) 川野恭子
译 者 李静波
责任编辑 刘 薇
出版发行 北方文艺出版社
地 址 哈尔滨市道里区经纬街26号
网 址 <http://www.bfwy.com>
邮 编 150010
电子信箱 bfwy@bfwy.com
经 销 新华书店
印 刷 北京和谐彩色印刷有限公司
开 本 787 × 1000 1/16
印 张 9
字 数 100千
版 次 2013年5月第1版
印 次 2013年5月第1次
定 价 35.00元
书 号 ISBN 978-7-5317-3082-8

相机宝贝

(日)川野恭子/著 李静波/译



北方文艺出版社





序言

天下的父母都想拍下孩子可爱的一瞬间吧：

宝宝躺在怀里边用鼻子哧哧喘气，边吸吮妈妈乳房的样子；

宝宝迈着不稳的步子蹒跚学步的样子；

宝宝嘴边沾满了饭粒吃饭的样子；

自己穿衣服把衣服前后穿反了的样子；

用小脑袋拼命思考学习的样子；

还有那不管多大都永远可爱的睡态。

这些发生在日常生活中的点点滴滴转瞬即逝，

正因为如此，父母们都想完美地记录下宝宝每一个珍贵的瞬间。

不少父母为了拍下宝宝可爱的样子，花大价钱买了单反相机。

但是父母们，你们会用单反相机吗？

掌握了单反相机的使用技巧，可以拍出一般相机远不能及的好照片，

但有不少父母因为觉得单反相机学起来太困难，而中途放弃。

这本书里满载给宝宝拍照的技巧，这些技巧教你用单反相机简单轻松地拍出好照片。

读了它，你一定会想用单反相机给宝宝留下成长的美好一瞬。

川野恭子♪

Contents

单反相机使用基础

10 拍摄前的注意事项

Chapter 1

拍出好效果的五个基本技巧

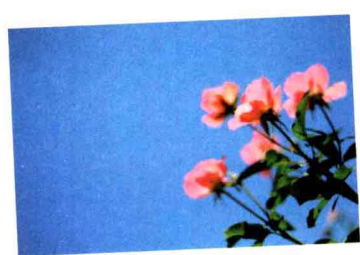
- 12 拍不出好效果的原因是?
- 14 如何才能准确对焦到自己想要拍摄的人或物?
- 16 好照片的关键在于“光圈”
- 20 照片的亮度由“曝光”决定
- 24 照片发虚要看“ISO感光度”
- 26 像彩色透明胶带一样的“白平衡”
- 28 **Column 01** 不要怕失败，多拍几次就会进步!



Chapter 2

在家里拍出可爱的照片

- 30 在家里拍出好照片的基础知识
- 32 家里可以拍出专业摄影棚的效果♪
- 34 【实例】孩子灿烂的笑容是爸爸妈妈最珍贵的记忆
- 36 留下仅有孩子才会展现出的可爱一瞬
- 38 【实例】充满了快乐的生日♪
- 40 在光线黑暗的室内留下美好回忆
- 42 【实例】最喜欢的吃饭时间♪
- 44 孩子特有的吃相才是最值得抓拍的地方
- 46 【实例】和宝宝独处的时间



- 48 如何将宝宝拍得更可爱
- 50 【实例】日常生活中的拍摄机会
- 52 用照片留下孩子每天成长的脚印
- 54 **Column 02** 如何拍好在室内举行的仪式或活动



Chapter 3

在户外拍摄孩子们活泼的身影

- 56 户外摄影的基本技巧
- 58 学会和光线打交道，照片的效果就会大不一样
- 60 【实例】肥皂泡造出柔和闪亮的效果♪
- 62 营造柔和虚幻效果的方法
- 64 【实例】孩子们最喜欢追逐赛跑
- 66 捕捉运动中的被摄体
- 68 【实例】全家福♪
- 70 外出玩耍拍摄时的基本技巧
- 72 【实例】和动物亲密接触
- 74 留下旅途中的回忆
- 76 【实例】孩子与海
- 78 大海的拍摄技巧
- 80 【实例】留下美好的夜景回忆
- 82 在光线暗的场所拍出好效果
- 84 【实例】阴天拍出柔和美丽的照片
- 86 天气不好时也能拍出好照片
- 88 **Column 03** 运动会拍摄技巧
- 90 **Column 04** 相机保养方法



Chapter 4 母子一起拍出时尚照片

- 92 如何拍出杂志式的可爱照片
- 94 摆出合适的姿势或动作拍出时尚照片
- 96 用表情或视线突出照片效果
- 98 服装搭配技巧
- 100 用可爱的小道具增加情趣
- 102 距离不同, 展现的风格不同
- 104 寻找合适的拍摄场地

106 Column 05 用可爱的包包来装相机



Chapter 5 玩转单反相机

- 108 好的构图是拍出好照片的捷径
- 110 灵活使用横向构图与纵向构图
- 112 巧用留白拍出好效果
- 114 倾斜也有意义
- 116 用快门速度来表现动感
- 118 用自己的色调来拍摄
- 122 根据形象选择色彩菜单
- 124 焦距和镜头的种类
- 126 镜头的基本知识和选择方法
- 128 如何购买到物美价廉的镜头

130 Column 06 RAW拍摄很有趣



Chapter 6 拍完后的乐趣

- 132 可以随时找出来的照片整理方法
- 134 打印出漂亮的照片
- 136 润饰照片
- 138 用写真集留下漂亮的照片
- 140 用封口胶纸制作简单的相册
- 142 向博客上传照片



本书规定



拍摄时留心了照片的亮度,进行了曝光补偿。



拍摄时留心了虚化情况和对焦深度,调整了光圈。



拍摄时调整了快门速度,表现人物的动作。



拍摄时考虑了构图。



拍摄时留心了光线的照射方向,如逆光或顺光等。



拍摄时调整了白平衡,在照片上加了其他颜色。



拍摄时选择了符合拍摄意图的镜头。



拍摄时调整了ISO感光度。

- 单反相机本来是指具有光学发射结构的相机。但最近出现了新的相机,虽然没有光学反射结构,但使用起来和单反相机一样,称为单电相机 MILC(Mirrorless Interchangeable-Lens Camera)。这里将可以更换镜头的高性能相机,包括单电相机,统一称为“数码单反相机”。
- 本书提到焦距时,如标出“35mm换算”或“相当于○○mm”是指换算成35mm胶卷后的焦距(视角)。如无特别标出,是指镜头的实际焦距。
- 镜头的名称一般都很长。本书省略了下述文字。理光的“NIKKOR”“Zoom-Nikkor”“ED”,奥林巴斯的“ZUIKO DIGITAL”“M.ZUIKO DIGITAL”, TAMRON的“LD Aspherical”,所有镜头型号里的“IF”一词。

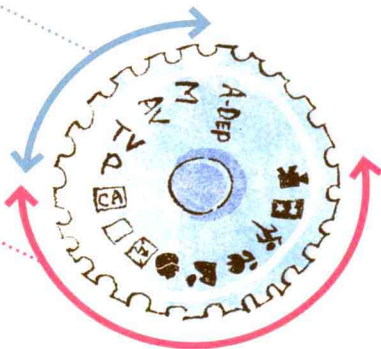
【选择拍摄模式】

① 手动模式： 自己设置各种参数

该模式下用户可自己设置各种参数，如背景虚化程度、亮度及色彩深浅等。

② 傻瓜模式：一切交给 相机自动判断

用户只需选好拍摄场景，如人物、风景、运动等，相机会自动调成最适合该场景的状态。



单反相机配有多种拍摄模式，你可以根据自己的摄影水平及场景选择适合自己的一种。

③ 专业效果模式：

只需按下快门，相机内部会将照片处理成像专业摄影师拍出来的效果（仅限部分单反相机）。

※插图仅为示意图，不同型号的单反相机模式名称或种类有所不同。

使用单反相机拍摄，第一步先要设置拍摄模式。先看看你的单反相机都有哪些拍摄模式，然后根据自己的使用方法，选择适合自己的模式。

基础 1

手动模式

手动模式下你可以自己设置光圈、快门速度、色彩平衡、ISO感光度、曝光补偿（亮度）等。

手动模式适合那些不满足于傻瓜模式的用户，以及想拍出自己想要效果的用户，如想拍出“柔和亮度的照片”或“颜色略发青的照片”等等。

光圈优先模式

该模式下你可以自由设置F值（光圈值），而快门速度由相机来判断。适合于想要虚化背景或想要将从近到远的物体全部清晰拍出时使用。

【详见第16页】

程序曝光AE模式

相机自动设定曝光情况（F值及快门速度），且配有色彩平衡、曝光补偿功能。适合于入门级用户使用。

手动曝光模式

该模式下你可以自由设置F值和快门速度。拍摄场景的亮度一定时，或大幅降低/提高拍摄亮度时使用。

快门优先AE模式

该模式下你可以自己设置快门速度，光圈值由相机自动判断。适合于将运动中的物体拍摄出动或静的效果时使用。

【详见116页】

基础 2

傻瓜模式下的 几种模式

在傻瓜模式下，你只需选择好要拍摄的场景按下快门即可，相机会自动选择出最合适的设置。部分机型在该模式下，F值、快门速度、色彩平衡及闪光等功能是不可调节的。该模式适合入门级用户使用。

● 人物摄影模式



该模式下可以拍出漂亮的肤色，部分单反机型在live view摄影模式下，可以使用人脸自动识别功能。

● 风景模式



该模式拍出的照片色彩鲜艳，而且对焦范围包括近处和远处的所有景色。很多机型在该模式下，闪光灯不工作。

● 运动模式



该模式下快门速度很快，可以抓拍运动中的人或物。适合拍摄孩子们玩耍嬉戏或开运动会时的场景。

● 特写（宏观）模式



该模式适合近距离放大拍摄某个物体，如花、物品时使用。使用镜头的望远端可以拍出放大的物体。

基础 3

摄影师效果

最近推出的部分相机中配有摄影师效果功能，通过相机内部对照片处理，可以简单地拍出非主流相机效果或立体透视效果。该功能可以从模式转盘或菜单中选择。

有了这个功能，你也可以拍出专业摄影师那样的效果，如果你的相机里有该功能，非常推荐你尝试一下。

①【Pop art】风格可以拍出非常鲜艳的颜色，给人一种流行的感觉。适合想要强调色彩时使用。②【Daydream】风格可以拍出淡淡地发青的颜色，给人一种怀旧的感觉。③复古风格可以拍出对比度较低的赭色系乡愁怀旧风格。④高对比度风格可以拍出对比度很强的鲜艳多彩的色调。

① OLYMPUS E-PLI Pop art流行艺术风格



② OLYMPUS E-PI Daydream怀旧风格



③ Panasonic GFI Retro复古风格



④ PENTAX K-x 高对比度风格



【拍摄前的注意事项】

有不少人会碰到这样的情况:当你正要拍摄时,突然发现相机里忘记放存储卡了,或者突然想起来没有带电池。大老远带了单反相机来,却发现不能拍摄。为了避免这种情况发生,在拍摄前先看看下面的注意事项你做好了没有。

■ 机身部分

☐ 照片像素和画质是否处于最大状态?

降低画质可以降低照片大小,从而增加拍摄的张数。但当你想要冲洗放大时,很难获得想要的效果。如果是重要的照片,建议使用最好画质&最大像素来拍摄。

☐ 取景器是否清晰?

如果没有做好目镜调焦,通过取景器对焦会比较困难。所以先左右旋转目镜调节转盘,以便可以通过取景器清晰地看到拍摄物。取景器表面有尘土或污点时,要擦拭干净。

☐ 相机带是否安装好了?

检查一下相机带是否牢固地连接在机身上。带子太长容易导致机身碰到其他物体,而太短使用起来又不灵活,请根据自己的情况进行调节。

■ 镜头部分

☐ 自动对焦(AF)功能是否打开了?

请注意 如果自动对焦功能没有处于【ON】的状态,那么相机不会自动对焦。

☐ 手抖修正功能是否打开了?

为了防止在光线黑暗的地方拍摄而导致图片发虚等情况,请保持手抖修正功能一直开着。佳能、理光、松下相机是在镜头端,而索尼、PENTAX是在机身端设置该功能。

☐ 镜头是否保持干净?

镜头不干净的话,会拍到照片中。如果镜头脏了,先用吹气球将尘土吹掉,再用镜头布擦拭。

■ 存储卡和电池

☐ 存储卡(SD卡等)是否装好了?

拍摄的照片需要存储在存储卡上,在拍摄前要检查一下剩余的存储空间,如存储空间不足,先将照片转存到电脑上,或删除部分不需要的照片。

☐ 电池是否充好了电,是否安装好了?

没有电池相机就不能工作,在每次拍摄前把电池充满,最好准备一块备用电池。旅行时最好带上充电器。



照片画质选【L】，即最高画质&最大像素后可放心拍摄。



边从取景器中观察物体,边调整目镜。



将自动对焦功能及手抖修正功能设为【ON】。



注意电池不要忘记充电,充电后不要忘记装入相机中!



Chapter 1

拍出好效果的五个基本技巧

我想一定会有不少父母为拍出的宝宝照片效果不好而发愁。

照片效果不好，一定有其原因。

只要弄清原因在哪，就能解决问题。

下面介绍给大家拍出好效果的五个基本技巧。

拍不出好效果的原因是？

明白了原因拍出来的照片就会大不一样！

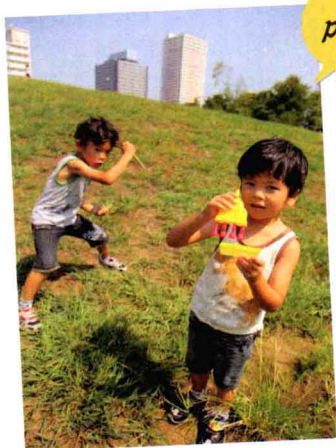
当你拿着新买来的单反相机拍下第一张照片时，是不是发现照片的效果和自己期待的不一样？大概有不少人会感叹：“效果和一般相机没什么两样……”如果你天真地认为只要有了单反相机，就能拍出自己想拍的效果，那你一定会受到很大的打击。但请稍等等，千万不要因为几次拍的不如意就放弃。只要你明白了效果不好的原因在哪，你就能拍出大不一样的照片。

首先介绍一下拍不出好效果的五个原因和解决方法。

原因①

聚焦不准

你是不是有这样的体验：明明抓住一个抓拍的好机会，但事后看照片却发现焦点并没有对准想拍的人或物？聚焦是确定主要拍摄对象的重要因素！本书会在第14页介绍如何聚焦自己想拍的人和物！



原因②

拍到不相干的人或物

你是不是觉得自己拍的照片总是不够简洁漂亮？原因可能是照片里混入了一些不相干的人或物。有很多方法可以避免出现这个问题，其中一个简单的方法就是模糊背景。本书会在第16页介绍模糊背景的技巧！



失败的原因大致可以归为五类。如果能解决这些原因，一定可以拍出好照片。下面介绍克服这五个原因的方法。

原因

3

亮度不尽如人意

你是不是有过这样的体验：拍的照片比实际情况暗很多，或者比实际情况亮很多？尤其是在逆光拍摄或夕阳下拍摄时容易出现这种问题。这是因为相机有一套规则来决定照片的亮度。本书会在第20页介绍如何改变照片的亮度。



原因

4

照片模糊

在室内或光线较弱的地方拍摄时，经常会出现类似手抖或拍摄物模糊的现象。但请不要轻易放弃，不要认为“光线暗就拍不出好照片”。因为相机有像人眼一样的“夜视”功能，可以在光线暗的情况下增加曝光度。本书会在第24页介绍如何在光线暗的情况下拍出清晰的照片。



原因

5

颜色失真

在白炽灯下拍摄的蛋糕看起来有点变橙色，在阴天拍摄的人物皮肤看起来有点发青。其实你可以给相机下指令，告诉它“请在白炽灯或阴天时也保证白色的物体拍出其本来的白色”。本书会在第26页介绍具体方法。



如何才能准确对焦到自己想要拍摄的人或物？

刚买来的相机处于自动对焦模式。焦点代表照片的中心人物，下面介绍如何对焦到自己想要的位置。

为什么不能对焦到自己想拍的地方？

相机自动识别并对焦拍摄物体的功能叫作“自动对焦功能（AF）”。根据机型不同，可聚焦区域数也不同，有的是9点，有的是11点。聚焦区域被称为“自动对焦框”、“自动对焦点”。在自动对焦模式下，相机一旦识别到拍摄物体，会自动使其与对焦框重合。

不过，相机并不能百分百理解拍摄者的意图，往往选择离得最近的物体作为对焦点，因此自动对焦的焦点有时并不在自己想拍的物体上。这时拍摄者需要下指令告诉相机，哪个才是自己想要对焦的物体。



弟弟是照片的主角，对焦点应该是弟弟。但右边的照片，对焦点变成了哥哥，弟弟反而拍得模糊不清了。

告诉相机自己想要对焦的位置

在手动模式下，你可以自己选择一个AF对焦框。

将该对焦框放在中央区域内，同时将想拍摄的物体放在中央，即可确保对焦到该物体上。

另一种方法是先定好拍摄物体的位置，然后移动AF对焦框来对焦。不过这样做每次拍摄都要移动焦点，比较费事，所以推荐将焦点放置在中央来对焦。

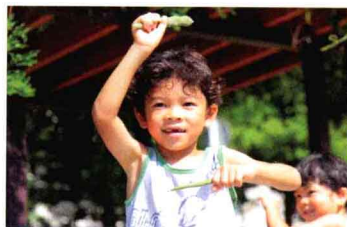
自动对焦框（自动对焦点）



学会对焦锁定，任意安排拍摄物体的位置

快门键可以分两次按，先轻轻地按下快门键，这时会发出“滴滴”的声响，告诉你相机已经对焦到想要拍摄的物体，这种状态叫“对焦锁定”，或“半快门”状态。这时再用力全部按下快门后，就可以将物体拍摄下来。

在对焦锁定的状态下，即使上下左右移动相机，焦点也不会离开拍摄物体，你可以自由调节拍摄物体在框中的位置。但注意不要前后移动相机，否则焦点会偏离拍摄物体。



对焦锁定拍摄物体后，可以移动相机。

滴滴



轻按下去听到有“滴滴”的声音响时停止，这时是“半快门”状态。



AF对焦框
固定在中央。



可以在对焦不变的情况下，完成拍摄物体的位置调整。