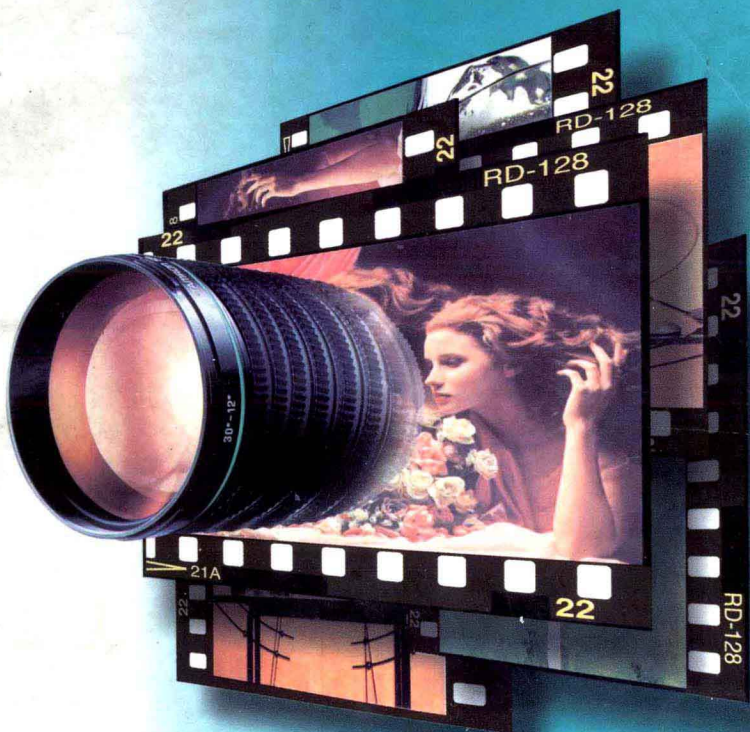


跟我学摄影·生活摄影

人像摄影



浙江摄影出版社

跟我学摄影·生活摄影

人像摄影

沈钰浩 著

浙江摄影出版社





彩图一二

光是有颜色的,不同的光源,不同的时候,颜色就不一样。这里的两幅照片,一幅是在灿烂的阳光下拍摄的,一幅是在晨光初露时拍摄的,色彩大相径庭,这就是色温的作用。(凌飞 摄)



彩图三 亮色和暗色的对比使这位姑娘的衣服和肌肤质感得到了很好的表现。

(朱守宪 摄)



彩图四 色彩间的对比使儿童充分显现了个性。(彭宏 摄)



彩图五 穿红色衣服的女孩在黑色的背景前分外突出。
(张苏妍 摄)



彩图六 在大面积的冷色中，一顶红帽子分外鲜明。
(刘军 摄)



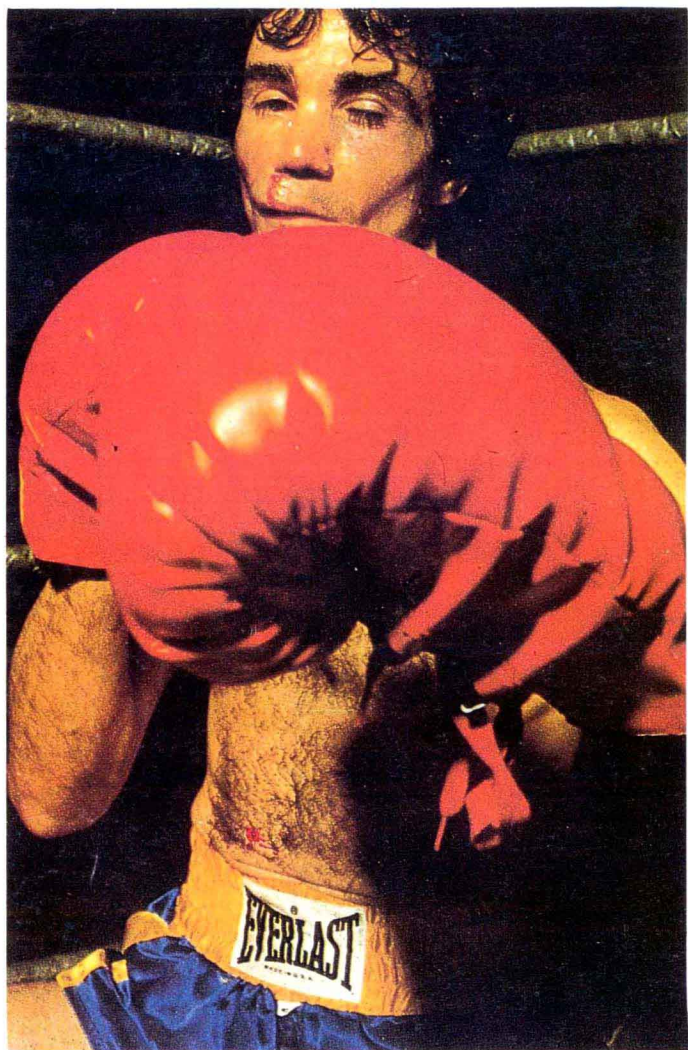
彩图七 阳光和阴影部分色彩的冷暖对比使画面色彩非常丰富。



彩图八

色彩调和的美。

(杨绍明 摄)



彩图九 这幅照片上的各种色彩特别是拳击手套的红色的象征意义是十分明显的。



彩图十 黄调子使姑娘的肖像更带上了明快和幸福的情调。

(秋山 摄)



彩图十一 套用了橙色滤镜使黄昏富有诗意。（路毅 摄）



彩图十二 偏振镜压暗了天空,消除了反光。（黄卫军 摄）

目 录

你能赋予他魅力	1
需要准备哪些器材	3
了解和运用你的相机	5
对肌肤测光	6
活用快门和光圈	9
发挥快门的创造性 利用景深的表现力 不同镜头的不同功能 快门和光圈的配合	
对焦的方法	18
对眼睛对焦 泛焦法 前焦法 后焦法	
学会取景	24
摄影者的位置 相机和人物的距离 摄影的角度 直构图还是横构图 前景和背景的处理	

观察与判断

39

训练你的眼力 观察和表现平凡
人物的光采 感觉和熟能生巧
“决定性瞬间”和当机立断 快门的
机会是无限的 抓住“决定性
瞬间”的技巧

构图技术

49

几种基本图形 为人物搭框架
把聚线引向人物 运用动势突出
人物 用透视的大小变化突出人
物 用繁简对比突出人物 把
人物放在主焦点上

怎样用光

61

光——摄影的生命 光的强度
光的硬度 光的方向 光的颜
色 自然光的运用 用好现场
光 怎样补光 光比对人物的
造型作用 人工布光技术 用
好眼神光

光的创造性

89

光对人物的造型作用 人像摄影
的影调构成

彩色人像摄影常识	95
色彩的形式美 色彩的情感性	
追求完美	101
姿势、手脚的“表情” 几种常见错误的纠正 照片的剪裁 追求完美和打破完美	
人像摄影的一些特殊状态	110
带情节的人像摄影 复杂背景下的人像摄影 群体人像摄影 多中心的人像摄影	
拍出一种味道来	114
高调人像 低调人像 高反差人像 柔光人像 粗颗粒人像 高速和慢速的表现 超现实表现和意象表现 夸张与漫画的表现 多重曝光和并底放大 连续叙事摄影	
几种专题人像摄影	138
纪实人像摄影 儿童人像摄影 女性人像摄影 婚礼人像摄影 “合家欢”摄影	

你能赋予他魅力

你见过爱因斯坦吗？你见过葛丽泰·嘉宝吗？你见过邱吉尔吗？自然都没有。但我相信，大多数朋友只要一闭上眼睛，脑海中就会浮现出他们的形象来。因为我们见过他们的照片。时光转瞬即逝，多少人物随着时间的流逝而湮没。今天他们的音容笑貌之所以历历在目，靠的就是人像摄影的魅力。是卡什、哈斯曼、斯泰肯这些人像摄影大师使他们“复活”，和我们走在了一起。

如何使镜头下的人物充满魅力，这是每个人像摄影爱好者所共同关心的。拍摄人像照片难吗？不少朋友常常问起，为什么他们拍摄的时候激动万分，而洗出来的照片却不尽人意？因为人像摄影是一门艺术。

在照相机已经进入千家万户，使用“傻瓜”相机只要掀掀快门的今天，应该说，拍摄人像人人都会。但青年朋友和“卡什们”的区别到底在哪里呢？就在于一般人们拍摄人像时很少动脑筋，按快门成了碰运气，而大师们则不然，他们千方百计地体现着被摄人物的与众不同之处。卡什拍邱吉尔时夺下这位首相嘴上雪茄烟的故事，在摄影界传为佳话。其实拍出各具风采的人像并不难，照相机就像人的眼睛，按快门就是把你发现的美留住，其中的关键在于你的快门按得是否及时，在于能否找到一个表现被摄人物的最佳形式。这就需要实践，需要动

脑筋。

那么，我们应该怎么动脑筋呢？一般说来，优秀的人像作品起码有下面三个特点：一、表情（包括动作表情、形体表情）自然、优美和生动，而矫揉造作或呆板木讷都是有损于表现人物形象的。二、个性独特。照片能体现人物的性格，表现他的内心世界。而仅把人物表象浮泛地记录下来是打动不了人心的。三、画面明快。即照片的画面素质——形式感和摄影语言是简洁、明快和富有光采的。

摄影界有句名言：“开始只是喜欢这个玩具，后来却爱上了这门艺术。”人类有多美有多丰富，人像摄影就有多美有多丰富，甚至更美更丰富。“卡什们”也是从给亲人、朋友拍照开始的。人像摄影会使你充分体味到生活和创造的无穷欢乐。

本书所选用的图例很多是人像摄影的名作。目的是让朋友们得到美的享受和点铁成金的启迪。实践吧，愿这本小册子成为常和你对话的朋友，而不是书橱中尘封的一角。

需要准备哪些器材

在摄影器材日新月异,市场上相机五花八门的今天,买一只合意的相机常使青年朋友颇费周折。该买什么牌号,什么种类的相机?几乎人人都希望买到一只价廉物美的“万能”相机。但事实上广告词中的“万能”是不存在的。如果我们为选择定下了明确的目的,那么一切就简单了。首先,从自己的经济实力出发,无论是价值数百元还是数千元的相机只要质量过关都能拍出好的人像照片。第二,选择既操作方便,又能发挥主观能动性的相机。一般来说,拥有一只具备内测光装置、速度功能从B门到1/500秒以上、配备光圈从f/2.8或f/3.5至f/16或f/22的50mm标准镜头的135单镜头反光照相机,就可以开始学习拍摄人像照片了。以后再根据经济条件,增加一只70至200mm的变焦镜头和一只24mm的广角镜头。

为增强人像摄影的表现力,我们还可添置一些常用附件:
闪光灯:既可作人像摄影的主光源,又可作辅助光源对人物暗部进行补光。

滤光镜: 1. UV(或SL)滤光镜,用来吸收大气中的紫外线,还可以保护镜头。2. 偏振镜,可用来消除物体的反光,并压暗天空,降低反差。3. 中黄滤光镜,主要用在黑白摄影中,能增加皮肤层次感和烘托环境。4. 橙色(或红色等)滤色镜,可用于表现人物的内在情感,尤其在创造表现人物的特

殊情调时用。

三脚架：在使用慢门时用于固定相机，并为运用慢速度拍摄和重复曝光等技巧创造必要条件。

再准备遮光罩、吹气刷和镜头纸等，这样，人像摄影的器材大体也就齐全了。

当然，专业摄影师的器材还要多得多，但相当数量的人像杰作还是用普通的相机和有限的器材拍摄的。

相信你自己，而不要迷信器材，因为关键是如何用好你聪明的脑子。