

# 摄影指南1220条



辽宁美术出版社

# 摄影指南 1220 条

陈晓钟 陈晓东 译

辽宁美术出版社

责任编辑：陈熙方  
版式设计：达歌

DM42/27

### 摄影指南1220条

辽宁美术出版社出版  
(沈阳市民族街2段5里6号)

辽宁省新华书店发行  
辽宁省印刷技术研究所印刷

开本：787×1092 1/32 印张：7 彩页：8页  
印数：1—45,337

1988年1月第1版 1988年1月第1次印刷

ISBN 7-5311-0210-3 J·11

8161·1165

定价：2.50元

## 出版说明

本书译自美国哈莫尼·克朗恩图书公司出版的《1446条摄影秘方》一书。读者可以从书中迅速、简便地查找到许多摄影难题的解决方法，并从中获得各种实用的拍摄技巧。

根据我国读者的实际需要，我们将原书内容的1446条删节成1220条，各章顺序也有所变动，其内容顺序为：

**第一章 技术** 介绍基本概念和技术；

**第二章 拍摄题材** 分别介绍了各类拍摄主题及相应的技巧；

**第三章 设备** 提出了选择各种摄影器材的准则，并介绍了器材的性能和操作；

**第四章 暗房技术**

**第五章 照片的保存**

**第六章 特殊摄影** 用实际的彩色摄影过程，进一步阐述摄影技术与概念。

为便于查找，书前的目录索引采用摘要的方式，列出了几乎每一条的内容，读者可以通过号码，很快地找到自己所要解决的问题。

### 第一章 技术

#### 相机

35 毫米相机的优点 4—10

缺点 1—3,9

袖珍相机的优点 11,13,15—16

缺点 12—14,17—21

35 毫米袖珍相机 22—31

优点 24—28,30

缺点 29—31

即显相机 32—39

剥离式和综合式 34

简单和复杂 35

体积 36

柯达和波拉 39

曝光 40—41

聚焦(包括自动型)42—43

120 型相机优点和缺点 44—48

#### 胶卷

注意事项 49—51,66—70,72—76

如何对待冲洗店的

劣质处理 71,921

中途换用胶卷 77

照片和幻灯片 52

用彩色负片制做黑白照片 53

对反转片的选择 54—55

保证稳定的效果 56

免费胶卷 57

胶卷的规格 58

胶卷的感光速率 ISO59—63

日光型和灯光型胶卷 64—65

黑白胶卷 78—82

即显相机用胶片 83

黑白幻灯片 84

家庭冲洗 85

经济的大盘胶卷 86

有效期 87

#### 提高和降低胶卷的感光速度

注意事项 95—97

用高于厂商推荐的速率拍摄

88—94

#### 保持相机的稳定

注意事项 98—103

使用轻型相机 104

使用单镜头反光式相机 105

使用碟式和 110 型相机 106

快门速度 111,116—120

正确的姿式 107—108

临时的支撑法(物) 109,115

临时的支架 110

使用三脚架 112—114

#### 曝光

## 目录索引

- 注意事项 121 — 127, 136  
使用滤镜 137  
为什么每张照片都有曝光误差 138, 152—153  
简易相机在光线不足时的拍摄 128  
正确理解曝光标志 129  
优先调节快门速度 130  
优先调节光圈 131  
改善光照条件 132  
通镜测光系统 TTL 133  
手持式测光表 134 — 135  
测光基础 139 — 141  
明亮的景物 142  
暗淡的景物 143  
高反差的景物 147 — 148  
即显相机的曝光补偿 144  
半自动相机的曝光补偿 145  
全自动相机的曝光补偿 146  
保证正确曝光的分次多级曝光法 149—150  
凭经验曝光 151
- 光圈与景深**  
注意事项 154 — 155  
使用廉价镜头 167 — 168  
f 值的含义 156 — 158  
曝光标志的含义 159  
什么是景深 160 — 161  
简易相机的景深 162
- 景深刻度 163  
景深预视按钮 164 — 165  
景深的利用 166
- 聚焦、聚焦屏和聚焦中的问题**  
注意事项 169 — 171, 182 — 183  
自动聚焦 184  
使用变焦镜头的聚焦 189  
聚焦标志的含义 172  
使用测距仪 173  
聚焦 174 — 175  
聚焦与构图 176  
单镜头反光式相机的辅助聚焦手段 177 — 181  
动体的聚焦 185 — 186  
与相机保持一定夹角  
物体的聚焦 187  
黑暗中的聚焦 188
- 取景**  
注意事项 198  
排除杂乱的景物 190 — 191  
观察完整的画面 192 — 193  
增加感染力 194  
重视构图 195  
视差 196 — 197
- 快门速度及作用**  
注意事项 199

## 目录索引

---

- 低速快门 209
- 在暗淡的光线下使用高速快门 211
- 使用光圈先决的自动相机 212
- 使用闪光灯 213
- 为什么移动会造成模糊 200
- “凝固”动体的基本方法 201
- “凝固”迎面而来的动体 202
- 如何拍摄横穿画面的动体 203
- 动体的近拍 204
- 低速快门拍摄快速的动作  
205—206
- 拍出运动的效果 207
- 波纹效果 208
- 在明亮的光线下或使用高速胶卷时  
如何才能使用低速快门 210
- 现场光线**
- 注意事项 214—215
- 暗淡的光线 216
- 室内自然光拍摄 236
- 侧光 237
- 光线的重要性 217
- 运用各种光线 218
- 光线的变化 219—221
- 一天不同时刻的光线 222—223
- 黎明 224
- 日出 225
- 正午 226
- 午后 227
- 傍晚 228
- 光线方向与色彩的强度 229
- 光线方向与物体的造型 230
- 剪影照片 231
- 轮廓和造型 234
- 室内人像照 235
- 闪光灯**
- 注意事项:“红眼”效果 238
- 室内的反光体 239
- 同步闪光 240
- 袖珍相机和即显相机的自动闪光灯  
242
- 闪光灯与物体 243
- 闪光灯的充电 245
- 室内烟雾 257
- 反光面 258—259
- 用闪光灯模拟阳光 260
- 用闪光灯提供辅助光 277
- 闪光的应用范围 241
- 简易相机中小型闪光灯的作用范围  
244
- 非自动闪光曝光量的计算 246
- 闪光指数 247—248
- 室外夜晚非自动闪光拍摄 249
- 室外夜晚自动闪光摄影 250
- 闪光摄影时胶卷的选择 251
- 反射闪光 253
- 反射闪光的光线损失 254

- 非自动反射闪光曝光量的计算 255, 261
- 天花板与墙角的反光 256
- 自动闪光的传感器 262
- 闪光用的反光器 263 — 265
- 闪光与近拍 266
- 消除闪光造成的阴影 267
- 手动操作 269
- 广角镜头与闪光灯的配合 268
- 用与机身分离的闪光 270 — 271
- 室外辅助闪光 272
- 辅助闪光曝光量的计算 273 — 274
- 前景的闪光照明 275
- 室外景物与闪光模拟阳光 276
- 短焦距镜头及标准镜头**
- 注意事项, 力求画面简洁 278
- 广角镜头与暗房加工 279
- 广角镜头与人像照 292
- 广角镜头与遮光罩 293
- 鱼眼镜头与局部限制 280
- 鱼眼镜头与矩形画面 281
- 超广角镜头的应用 282 — 283
- 减少广角镜头的变形 284
- 24 毫米广角镜头的应用 285
- 28 毫米广角镜头的应用 286
- 透视控制和镜头移动装置 287
- 35 毫米广角镜头的应用 288
- 标准镜头的应用 289 — 290
- 微距镜头的应用 291
- 远摄镜头**
- 注意事项:
- 焦距较短的远摄镜头 294
- 景深 295
- 远摄镜头与遮光罩 296
- 相机的抖动 299
- 取景器 302
- 预防光线不足 303
- 长焦镜头与三脚架 304 — 305
- 保护好反射式镜头 309
- 长焦镜头与雾 310
- 理想的人像摄影镜头 297
- 较短的远摄镜头与风光照及近拍 298
- 中焦镜头的应用 300
- 远摄镜头与动体 301
- 紧凑的超长远摄镜头 306 — 308
- 变焦镜头**
- 注意事项:
- 变焦镜头与定焦镜头 311
- 变焦镜头的控制环 312
- 变焦镜头与遮光罩 313
- 变焦镜头的应用 314
- 变焦镜头的选用 315
- 变焦镜头与 TTL 测光系统 316
- 变焦镜头的聚焦 317



## 目录索引

- 变焦镜头的特殊效果 318  
微距变焦镜头 319  
变焦与快门速度 320  
变焦镜头与逆光照 321
- 远摄接圈**  
注意事项:  
有效光圈的缩小 326  
接圈的匹配 328  
远摄接圈 322  
改善图象质量 323 — 325  
发挥接圈的特性 327
- 滤镜**  
注意事项 329 — 330  
滤镜的组合 336  
光源与滤镜 345  
81 系列与 82 系列滤镜 346  
慎用滤镜 347 — 348  
滤镜与广角镜 365  
深色滤镜与侧光 366  
黑白胶卷与平衡和校正  
滤镜 367  
单镜头反光相机与滤镜 331  
临时滤镜 332  
标准滤镜因子 333  
天光镜 334  
紫外线滤镜 UV335  
日光型、灯光型胶卷与滤镜 337  
荧光灯和滤镜 338  
82 系列滤镜与色调的冷暖 339  
渐变滤镜 341 — 343  
偏光镜 344, 349 — 350  
柔焦镜 351  
简易柔焦方法 352 — 353  
光谱星光镜 354  
星光镜 355  
多影镜 356  
雾镜 357  
彩色滤镜 358  
黑白摄影用黄色滤镜 359  
黑白摄影用黄、绿色滤镜 360  
黑白摄影用橙黄色滤镜 361  
黑白摄影用红色滤镜 362  
黑白摄影用绿色滤镜 363  
黑白摄影用蓝色滤镜 364  
如何突出白云(黑白照) 359  
如何增强皮肤的质感  
(黑白照) 360  
如何增大天空与大地之间的反差  
(黑白照) 360  
如何降低天空和冰面的亮度(黑白照) 361  
如何消除雾的影响(黑白照) 361  
如何在阴天时增加反差(黑白照) 362  
如何使日出更壮观(黑白照) 362  
模拟月光(黑白照) 362  
使绿色植物更明亮(黑白照) 363  
突出雾(黑白照) 364

## 目录索引

---

### 准备工作

相机反光镜的清洁 368  
毛刷 370  
倒片 371  
清洁镜头 372  
电池 373  
快门的维护 374  
胶卷的存贮 375  
胶卷的装卸 376  
卷片 377

### 第二章 拍摄题材

#### 人物

注意事项 378 — 382  
避免强烈的光线 383 — 385  
距人物多远 386  
全身照 387  
背景 388  
道具 389 — 390  
拍摄时机 391

#### 小型团体照

注意事项 398 — 399  
家庭照 392, 396  
小组人物照的背景 393  
人物的安排 394  
小组人物照的重心 395  
人物的面部表情 397

#### 如何表现面部特征

注意事项 400 — 402  
眼镜 403  
鼻子 404  
耳朵 405  
面部皱纹 406  
面部的阴影 407  
传神的眼睛 408  
使面庞表现得消瘦 409  
下巴 410, 416  
威严 411  
颈部 412 — 413  
稀疏的头发 414 — 415

#### 人物的表现与摆布

注意事项 430 — 432  
改善拍摄技术 417  
注视方向 418  
聚焦 419  
拍摄角度 420  
突出个性 421  
侧面照 422  
沉思 423  
名人神态 424  
另一种姿态 425  
双方的配合 426 — 429

#### 偷拍或抢拍

## 目录索引

---

注意事项 433 — 434

提高偷拍的质量 435

偷拍的技巧 436 — 437, 439

逼近偷拍 438

背景 440

### 幼儿和孩子

注意事项 454 — 455

光线 441

出生的第一张照片 442

摆布 443 — 444

时机 445

角度 446

激发儿童的兴趣 447 — 450,  
452 — 453

抓住各种镜头 451

### 婚礼及其它盛况

注意事项 456 — 462,  
467, 480 — 481

如何在拥挤的人群中  
拍摄 463 — 464

选择胶卷和相机 465

人物的安排和摆布 466

抓住新人到达的时机 468

拍摄宾客 469, 474

拍摄典礼的角度 470

抓住“意外”的人物 471

一组人物的背景 473

留心餐桌 475 — 476

新人肖像照 477

一对新人 478

离开 479

### 体育运动

注意事项

482 — 483, 491, 500 — 501

靠近 484

不易注意的镜头 485 — 487

背景 486

抓住紧张的场面 488

拍摄时机 490

单脚架 489

“凝固”快速动作

492 — 493, 496

利用泛光灯 494

光源的类型 495

利用各种拍摄角度 497

卷片器 498

心中的预测 499

### 植物、花和树

注意事项 502 — 503

局部和整体 504

光照的角度 505

拍摄角度 506

近拍时的景深 507

排除杂乱的背景 508

. 7 .

## 目录索引

- 风光与稳定 509
- 野生动物**
- 注意事项 521 — 522
- 准备工作 515
- 接近 511 — 512
- 小心惊动 513
- 拍摄地点 514
- 隐身处 515 — 516
- 利用汽车 517
- “蒙骗”手法 518
- 相机的声响 519 — 520
- 动物园、保护区及宠物**
- 注意事项
- 523 — 524, 529, 540 — 541
- 网笼的影响 525
- 隔着玻璃拍照 526
- 在汽车中拍照 527
- 在自然保护区中 528
- 拍摄地点 530
- 拍摄宠物 531 — 533
- 拍摄狗 534 — 535
- 如何使猫安静 536
- 拍摄猫 537 — 538
- 鱼缸中的鱼 539
- 风景画和城市风光**
- 注意事项
- 542 — 543, 557, 559 — 560, 572
- 风景照用什么镜头 544 — 547
- 风景照用什么胶卷 548
- 取景和构图 549 — 551
- 比例 553
- 俯视拍摄 554
- 光线 555 — 556
- 利用前景 558
- 注意天空 561
- 太阳 562
- 水面 563 — 565
- 抓住细节 566
- 聚焦 567
- 空中摄影 568 — 570
- 城市风光 571 — 572
- 旅游**
- 注意事项 578, 584
- 准备器材 574
- 在家还是在旅途中
- 买胶卷 575
- 器材的运输 576
- X射线的影晌 577
- 抓住各种时机 579 — 580, 582
- 利用明信片 581
- 重视各种题材 583
- 名胜古迹**
- 注意事项 585, 599
- 力求新意 586, 589

## 目录索引

留意细节 587 — 588  
避开杂乱的前景 590  
在远处拍摄 591  
突出高与大 592 — 593  
庄严 594  
伊斯兰风格 595  
色泽暗淡如何处理 596  
泛光灯照明 597  
避开人群 598

### 室内摄影

#### 注意事项

600 — 601, 616 — 620  
小房间内的拍摄 602 — 607  
利用自然光 608  
天花板的处理 609  
专用设备 610  
胶卷与曝光 611 — 612  
室内测光 613 — 614  
表现空间 615  
灯光与气氛 624  
如何处理混合光源 621, 624  
如何控制室内外的  
反差 622  
防止光线不足 623  
表现壁炉和火焰 625  
消除反光 626

#### 静物

#### 注意事项

634 — 635, 648 — 649  
拍摄题材和道具 627 — 631  
背景 632 — 633, 636 — 640  
拍摄食品 641  
发光的玻璃器皿 642  
专用器材 643—644  
突出轮廓 645  
提供高光照明 646  
奇妙的反光 647

### 近拍

#### 注意事项

650 — 655, 677 — 680  
接圈 656  
近拍的聚焦 657  
附加近拍镜 658 — 661  
定位架 662  
翻拍平坦的物体 663  
水平度的检验 664  
保持稳定 665  
曝光补偿 666  
近拍的照明 667 — 670  
消除阴影 671  
发光的效果 672  
消除背景上的阴影 673  
主体与背景的分离 674  
用天空做背景 675  
近拍与题材 676 — 678

## 目录索引

### 特殊环境与摄影

注意事项 681 — 683,  
686, 697 — 704  
雾 684 — 685  
雪 687 — 689  
严寒低温 690 — 692  
高温、严寒与胶卷  
感光度 693  
高温与潮湿的影响 694 — 696  
夜晚摄影 705 — 710  
闪光与焰花 711

### 第三章 设备

#### 购买相机

注意事项 712—713, 730 — 733,  
748 — 751, 765 — 768  
购买专用相机 782 — 783  
购买相机的原则 714 — 716  
花费的多与少 717 — 718  
35 毫米单镜头反光式  
相机 719  
廉价的 35 毫米单镜头反光  
式相机 720  
测光系统 721 — 725  
特殊性能 726 — 729, 734 — 736  
聚焦系统 737  
高速闪光快门 738  
易于使用的单镜头

反光式相机 739  
购买二手货 740 — 747  
袖珍 35 毫米相机—简单、  
耐用 752 — 754  
拍摄婴儿 755  
自动聚焦袖珍相机 756  
高级小型相机 757  
圆盘相机和 110 相机 758  
曝光控制 759  
120 型相机 760 — 761  
120 型相机的价格 762—763  
快门的类型 764, 769  
波拉相机后背 770  
画幅的大小 771 — 772  
便携式 120 相机 773  
双镜头反光式相机(TLR), 774  
水下摄影相机 775 — 778  
全景相机 779  
立体影像相机 780 — 781  
  
附件、测光表、胶卷及卷片器  
注意事项 784 — 785, 786,  
799 — 800  
手持式测光表 849, 787  
廉价的晒光电式  
测光表 788  
灵敏的硫化镉和硅光电  
二极管式测光表 789 — 791  
闪光测光表 792

## 目录索引

放大用测光表 793

点测光表 794

入射式测光表 795

卷片器 796

眼罩 797

小刀 798

### 购买镜头

注意事项 801 — 802,

820 — 821, 822 — 823

买机身时配什么镜头 803 — 864

镜头与开销 805 — 807

镜头的品质试验 808

镜头接口和滤片 809, 811

聚焦方式 810

经济的远摄接圈 812

远摄镜头与稳定性 813

聚焦 814 — 815

光圈的变化 —— 预调式和

自动式 816 — 817

畸变 818

反射式镜头 819

超长镜头的替代法 824

利用双筒望远镜 825

广角镜头 826 — 827

廉价广角镜 828

变焦镜头 829 — 830

多用匹配接圈 831

多焦距镜头 832

### 近拍设备

注意事项 841 — 842

倒接圈 833

附加镜头 834

延伸接圈 835

组合 836

微距镜头 837

微小平坦物体的

近拍 838

皮腔 839 — 840

### 购买滤镜和镜头罩

注意事项:

光学品质 843, 856

滤镜种种 844

偏光镜 845

滤镜的安装 846 — 848

特殊效果的滤镜 849

滤镜的保存 850 — 852

遮光罩 853 — 855

### 胶卷

注意事项 857

成批购买 858

保存 859

高速彩色胶卷 860

高速黑白胶卷 861

利用颗粒的影响 862

巨幅照片 863

## 目录索引

---

即显幻灯片 864

高速灯光片 865

红外线摄影— 866

幻灯片的拷贝 867

### 三脚架、支撑物和快门的释放

注意事项 868 — 871,

888 — 889

三脚架— 872

轻型三脚架 873 — 874

平台 875 — 876

吊臂 877

全景摄影用三脚架 878

多用三脚架 879

特殊性能 880

锁定 881 — 883

远距快门释放 884

气动快门线 885

红外线遥控快门 886

经济的遥控快门方法 887

### 照明器材

注意事项 890 — 892,

909 — 913

闪光灯功率 893

光圈 894

回电时间 895

旋转灯头 896

分离式闪光传感器 897

闪光灯支架 898

覆盖面积 899

闪光与静物摄影 900

热靴和转换适配器 901 — 902

可充电电池 903

大功率闪光灯 903

双管闪光灯和反射闪光 904 — 905

折叠式反光器 906

漫射器 907

反光伞 908

变焦闪光灯 914

多重闪光 915

租用照明器材 916

钨丝灯 917 — 918

临时性点光源 919

选择色温表 920

## 第四章 暗房技术

### 冲洗店

注意事项 921, 922,

936 — 939, 951

手工与机器放大 923, 926

标准 924 — 925

自动放大系统 927

局部放大 928

胶卷冲洗、放大前的

处理 929 — 935

用幻灯片放制照片 940 — 941

E- 6 配方 942



## 目录索引

---

降低费用 943  
大量单张底片的  
  放大 944  
  加工与季节 945  
  特殊服务  
  项目 946 — 948  
  照片偏色的  
  原因 949  
  结识操作员 950

### 建立暗房

  注意事项  
  952 — 956, 973 — 980,  
  1001 — 1003  
  暗房的选址 957 — 958  
  工作台 959 — 960  
  暗房的墙和  
  窗 961 — 962  
  遮光与检验 956, 963  
  安全灯 964 — 966  
  观察灯 965  
  干燥架 967  
  毛巾 968  
  暗房的门 969 — 970  
  物品架 971  
  暗房中的“干燥区”  
  与“带水区” 972  
  制度 981  
  便利措施 982 — 985

  水洗 986 — 989  
  排水 990 — 991  
  电力系统 992 — 994  
  开关 995 — 996  
  放大时的舒适性 997  
  药液盘 998  
  通风 999  
  电话 1000

### 冲洗黑白胶卷

  注意事项 1004 — 1006  
  准备工作 1007 — 1008  
  胶卷与显影罐  
  1009 — 1013, 1014  
  不锈钢显影罐 1015  
  复式显影罐 1016 — 1017  
  控制温度 1018 — 1019, 1023  
  水洗与停影 1024 — 1025  
  定影 1036 — 1037  
  最终水洗 1038 — 1040  
  均匀干燥 1040  
  干燥 1041 — 1043  
  快速显影 1044

### 印放黑白照片

  注意事项 1055,  
  1056 — 1058, 1075 — 1076  
  接触印象 1045 — 1048  
  装底片 1049 — 1050