

# 摄影技法

SHEYING JIFA



摄影丛书

主 编 刘 超

副主编 邓历耕 张宗尧

---

自学摄影丛书

# 摄影技法

管绍熙 著

中国摄影出版社

封面设计：班 尧

责任编辑：乙 边

DQ33/10

## 摄影技法

中国摄影出版社出版

二二〇七工厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本787×1092 1/32 印张2.75

1987年4月第1版 1987年4月第1次印刷

ISBN 7—80007—003—4/J·3

书号：8226·63 定价：0.76元

## 致初学摄影的朋友们

---

随着我国人民物质和文化生活的逐步提高，喜爱摄影者越来越多，其中青年朋友虽居多数，但退、离休的老年朋友以至妇女儿童也为数不少，可以说工农兵学商，行行都有。这是一种可喜可贺的现象，对于从事摄影编辑出版工作的我们来说，真是深受鼓舞。我们相信，随着祖国“四化”建设的前进历程，摄影将成为人民生活中不可缺少的一个组成部分；它在我国社会主义精神文明建设中，将发挥着愈来愈大的作用。

喜爱摄影，就要考虑选购相机。有了相机，就要急于掌握使用。近年来，全国各地虽不断举办了多层次、多类型的摄影讲习班，课堂上的短暂听讲，对广大初学摄影的朋友来说，仍是不易掌握，迫切要求能有一套初步入门的摄影书籍来作为辅助。为满足这一要求，我们组织编写了这套《自学摄影丛书》，第一辑为十个选题，即：一、《照相机的使用》；二、《摄影用光》；三、

《摄影技法》；四、《摄影构图》；五、《暗室工艺》；六、《彩色摄影》；七、《人物摄影》；八、《旅游摄影》；九、《花卉摄影》；十、《夜间摄影》。

为了使初学摄影的朋友们便于掌握，我们对这套小丛书的编写要求是：一看就懂，懂了就能用，帮助初学者一入门就能拍摄或制作出自己较为满意的照片。为了在技术方面不出差错，每本书都请摄影界的有关专家、里手审阅过初稿。愿望如此，倒底如何？这还要请广大初学摄影的朋友们，通过实践来加以评定。书中如有不足或错误处，我们将根据大家的意见来加以修订。

如果这套《自学摄影丛书》，对初学摄影的朋友们真正有所帮助的话，我们计划按照“循序渐进”的设想继续编下去。对已出版的第一辑十种书有什么意见，此外还有什么要求，希望再编写出版哪些选题更适合您的自学需要，请大家随时来信寄中国摄影出版社转给我们。

为了摄影事业的繁荣和发展，在此向所有喜爱摄影的朋友们表示深切的谢意。预祝朋友们学习摄影象芝麻开花一样——节节高！

编 者

1987年新春于北京

# 目 录

---

|                     |      |
|---------------------|------|
| 作者的话                | (1)  |
| 一、抓拍                | (2)  |
| 1. 抓拍的意义            | (2)  |
| 2. 抓拍的方法            | (4)  |
| 3. 抓拍人的表情           | (5)  |
| 4. 抓拍的表现形式          | (10) |
| 5. 抓拍常人趣事           | (16) |
| 二、拍摄技法              | (28) |
| 1. 正确感光             | (28) |
| 2. 用好快门             | (30) |
| 3. 光圈、焦距、景深         | (34) |
| 4. 利用各种镜头           | (40) |
| 5. 各种附加镜的用法         | (46) |
| 6. 拍摄方法             | (52) |
| 7. 水和倒影             | (67) |
| 8. 平摄、仰摄、俯摄以及其他拍摄方式 | (71) |
| 9. 夏季摄影和冬季摄影        | (75) |

## 作者的话

---

摄影是一种越来越为人们所喜爱的活动。拍摄照片，既可成为家庭日常生活中不可缺少的组成部分，又可作为一种造型艺术出现在展览会上，为广大群众所喜闻乐见。

摄影是随着现代科学技术的产生而产生、发展起来的，和其它造型艺术比较起来，摄影的技巧技法，有它自己的特殊性，需要加以重视和研究。我们希望通过本书，给读者介绍一些摄影技巧，目的是为了有助于你掌握这些表现方法，并防止产生一些不必要的弊病，从而拍出更好的照片来。

本书供初学摄影者或已经从事摄影若干年需进一步提高者作参考。共分两大部分：一是抓拍；二是介绍通过照相机及一些附件来达到特殊效果的拍法。其中附带谈一些如何正确感光、各种拍摄方式以及夏季冬季摄影等问题。

拍照的方法，可分为两种：一种是摆拍，就是摆好姿势后拍一张留念照片，这种拍法一般来讲表现比较呆板；另一种方法是抓拍，就是趁被摄对象真情流露时拍下生动的镜头。

抓拍是摄影技巧中的一个重要问题，我们就首先从这个问题说起。

# 一、抓 拍

---

## 1. 抓拍的意义

《春游》（图1）是50年代初期保存在我们单位同事手上最多、颇受人们喜爱的一张妙趣横生的旅游照片。画面上有表情各异的众多的人物，还有小插曲。为什么它比一张排得整整齐齐的团体合影照片更受欢迎？很简单，因为这张照片是在春游的进程中抓拍的。

抓拍可以拍到真实生动的人物表情，它是相对于摆拍而言的。把被摄对象按摄者的意图摆布好，拍一张“不要动、笑一笑”式的照片的拍法，就叫摆拍。摆拍往往不能表现人物真实的思想感情。

英语中抓拍叫Candid，是坦率、真实、无修饰之意。抓拍是摄影科学发展的产物。

摄影的历史远远没有绘画长。由于感光材料的落后，早期一张人物照片在阳光下要拍十几分钟，名之为“摄影绘画”。这样的条件，当然就谈不上快速抓拍了。随着科学技术的发展，摄影材料感光速度的提高，大镜头、小型相机的相继出现



图1 春游

和百分之一秒甚至更快的快门速度的应用，抓拍才得以实现。人们往往说摄影是“瞬间艺术”，指的就是这个。摄影与绘画分开，自成一个独立的体系，取得了空前的成就，从某种意义上说，正是由于能够快速抓拍。所以，抓拍是摄影技术进步的一个重要标志，要给予足够的认识。

摄影的特点是什么？我们认为首先是它的真实性。照片所提供给人们的信息是真实的形象。其次是它的生动性，生动是从属于真实的。拍一个人物，不但要叫人们认得出来，还要抓拍出他表情自然生动的一瞬间。家庭合影照片，一般讲来，只

有真实性而缺少生动性，那它只能起“留念”作用，不能耐人寻味。

对自学或初学摄影的人来说，了解一点摄影的历史、现状和它的特点，认识到抓拍在摄影技巧中的重要意义，确实非常有益。这一点，随着你摄影经验的增加，将会得到越来越深的体会。

## 2. 抓拍的方法

上面说过，拍照的方法有抓拍和摆拍两种，但两者之间还存在着另一种摆布后再抓拍的方法，而这种方法也行之有效，在实际应用中大量存在，所以也是一种好的抓拍方法。

比如，你为自己的孩子拍照，最好是趁孩子自己活动时去抓拍，这样的拍法最生动。其次是摆抓，如引导孩子到适合于拍摄的环境中，重复你认为最有意义的动作或表情，抓好时机拍下，有时也会得到不失为生动的好镜头。先摆后抓的方法要符合真实的原则，不能超过常规生搬硬套。

爱好摄影的人们，一定会经常参观摄影展览，如果你是一个有心人，仔细分析展出的摄影作品，就会发现，以人物为主的题材，都是抓拍来的，也有一部分是摆抓来的，纯粹摆布的几乎没有。所以，除了风光、静物等照片需要另外的拍法外，抓拍和摆拍的区别，几乎就是照片成败的关键，百分之一秒的份量就在这里。也有一些照片，它的构图、用光、色彩等都是第一流的，人也很漂亮，但表情却十分平淡，或者只是简单地在“笑”，这就失去了灵魂或中心，这是纯技术的，不足取的。我们宁求传神而形式稍嫌不足的照片。笔者曾为某校拍摄学生节日演出的照片，嫌背景太乱，就挪了个地方摆拍了一个

节目，结果是五人中有四人失去了愉快欢乐的情绪，表情变得呆板而生硬。又一次，去拍摄一批即将释放的劳教犯，开始他们比较紧张，后来我拍了几张装作拍完后收拾相机，等他们恢复常态时，我立即转身抢拍了几张，获得了成功。由此可见，抓拍者生动，摆布者呆板。

《二次大战时的邱吉尔》是一张著名的人物照片，它是作者突然袭击，前去抢走邱吉尔嘴中的雪茄，趁他勃然大怒时，按下快门抢拍的。解放后不久，上海一位记者去拍一个刚抓获的罪犯时，这个家伙不是挡住自己的脸，就是隔着铁窗去抓相机，后来记者把一切准备好之后又进入牢房，要他赔偿“损坏了的相机”，等他凑近看时按下快门，第二天照片登了报。抓拍有许多办法，只要开动脑筋，各种方法都可通向成功之路。

为什么拍摄儿童照片由孩子的父母担任摄影师最好？是因为父母最熟悉自己的孩子，孩子也不认生。全国劳动模范、北京市百货大楼优秀售货员张秉贵售货的特点之一，是同时接待好几个顾客。拍摄他的照片，要熟悉他的这一特点，抓住典型的瞬间。所以，生活感受的深浅和对被摄对象熟悉的程度，是决定抓拍照片成败的根本。

### 3. 抓拍人的表情

抓拍什么？我们认为，首先应是抓拍人物的表情。《二次大战时的邱吉尔》如果不突出他的性格特点，没抓住脸部表情，那就一点意思也没有了。抓拍是摄影技巧中最主要的，抓拍的主要对象是人的真实而生动的表情。抓拍人的表情是最困难的，但它所传达给人们的是被摄者的真实形象，由此而使观



图2 饥民

众产生共鸣。这正是摄影所具备的，不能被别的造型艺术代替的特点。可以毫不夸张地说，以情动人的照片，是摄影作品中的佼佼者，具有永久的价值。

我国作者的《在结婚登记处》、《斗地主》，意大利作者为周恩来总理拍的照片，加拿大作者为爱因斯坦拍的照片等，长久以来，一直是脍炙人口的好作品，它们都再现了对象的性格特点。这里，我们见到一张拍摄第三世界饥民的照片（图2），它以极其真实生动的形象向人们控诉着这个国家广大人

民的悲惨境遇，作为人类的一员，我们身上应担负的道义有都重！第二次世界大战结束后，美国一本名叫《卡洛奈》的杂志刊登了许多非常生动的人物照片。其中一幅的画面上，一位美国下级军官坐在酒吧间内，一手扶空酒杯，另一手捏着一个烟屁股，眼睛失神地望着远处，背景是因停战而跳舞狂欢的人



图3 石鲁

们。这幅照片题为《和平》。这位军官是在怀念死去的战友、担心自己的前途，还是在思忖这场战争的真正意义？这一切都留给读者自己去思考；另一幅是一个失业的德国钢铁工人，站在灭了火的高炉前面，双手握拳，怒目而视；一张抓拍了在地铁中的一个家庭妇女无可奈何的神情，题为《明天又是另外的一天》；一张拍摄了一个孩子挥动双拳，愤怒地冲向另一个躲在墙角的孩子，题为《哀的美顿》（即宣战书）；还有一幅拍摄了一些美国兵受伤后躺在担架上痛苦万状的情景。照片的作者都是熟悉生活的敏锐的观察家，是抓拍的能手。他们充分地利用了摄影的特点向人们传达了真实生动的信息。

对人物照片来说，我们一般并不反对以笑为主的表达方式，但我们反对“不要动、笑一笑”的千篇一律的笑。这就是抓与摆的主要区别。笑，也有各种各样的笑：会心的笑、幸福的笑、狂欢的大笑、尴尬的苦笑等。画家石鲁门牙皆落，满头白发，咧嘴苦笑（图3）。作者抓拍了这一瞬间，充分表现了“文革”给画家带来的诉说不尽的灾难。这种内容具有巨大凝聚力的形象，决不是摆布所能取得的。

我们在这里谈抓拍和摆拍，谈抓拍人物的真实表情，目的是使读者了解一点有关摄影的特点，不致成为一个简单的“照相者”。买了台照相机，就要试着练习抓拍，而不要去摆拍。比如你有一个亲友要结婚，请你去公园拍照留念，挑选一个好景致，先设想摆好了拍一张“不要动、笑一笑”式的照片，再去请一对新人坐在一起亲密无间地谈天，趁机抓拍一张（图4），你会觉得哪张更好些？为孩子和亲友拍照，最好也是抓拍，即使是摆抓，也比摆拍好，看了图5和图6以后，可能会同意这个看法的。



图 4



图 5



图 6

#### 4. 抓拍的表现形式

抓拍人物的照片，一般说来，可分为特写、中景和全身三种表现形式。

以整个脸部充满画面的特写照片，要以拍摄人物的眼神为主，辅以发型、头饰等以说明人物的身份和特点，加强照片的感染力。眼睛为心灵之窗，所以摄影家在特写照片中都致力于瞬息多变的眼神地抓取，作为画面的灵魂。

《炉前工》（图7）中的眼神表现出炼钢工人坚强刚毅的



图8 演员像



图9 印度妇女



图7 炉前工

性格；《演员》（图8）以眼神为主，加以发型修饰，看了这幅照片，便可想象到他在舞台上出类拔萃的表演；《印度妇女》（图9）充分利用服饰和头顶的竹篮说明她的身份并加强她眼神的表现力，艰难的生活历程使她具有深沉的、内向的性格。



图10 作家沃克

除了眼神以外，抓拍人的手势，是最富于表现力的，难怪