

儿童摄影与拍摄技巧

ERTONGSHEYINGYUPAISHEJIQIAO

郑晓 穆冠成 / 著

吉林摄影出版社

儿童摄影与拍摄技巧



E·T·S·Y·Y·P·S·J·Q

儿童摄影与拍摄技巧

郑 晓 穆冠成 著

吉林摄影出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童摄影与拍摄技巧/郑晓, 穆冠成著. - 长春: 吉林摄影出版社, 2000.7

ISBN 7-80606-434-6

I. 儿… II. ①郑…②穆… III. 儿童-人像摄影-摄影艺术 IV. J413

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 34603 号

(本书图中除署名者外, 均为本书作者摄; 部分作者不详, 图中和彩页部分图中选自光盘。)

儿童摄影与拍摄技巧

郑 晓 穆冠成 著

责任编辑: 秦真元

封面设计: 龙震海

吉林摄影出版社出版发行
(长春市人民大街 124 号)

787×1092 毫米 32 开本 6.75 印张
插图 8

长 春 科 技 印 刷 厂
(吉林街 11 号 邮编: 130031)

2000 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-80606-434-6/J·314

定价: 16.00 元

本书如出现印装质量问题请与印刷厂联系调换。

序

周绳昌

“照相机应该用于记录生活，反映事物本身的物性和精华，不管是抛光的铜或是颤抖的肉体。”美国摄影家爱德华·韦斯顿（Edward Henry Weston, 1886—1958）在他 1951 年写的《什么是摄影美》一文中这样说。

摄影是一种美，是一种能够使外在的感觉与内在的感受达到高度和谐与统一的美。也正是缘于人们对美的追求，摄影术自诞生至今，历经了一个半世纪的探索与发展，已成为当今最现代化的艺术，不同年龄、不同文化层次、不同地域的人们都在使用着照相机，尽管他们手中的摄影器材千差万别，但目的只有一个，那就是——发现并且记录美！

美，无处不在。在现代家庭生活中，照相机更是在一个极其宽泛的层面上将亲情美、自然美、创作美有机地融合在一起，使摄影焕发出了更加清新的生活气息和更加迷人的无穷魅力。儿童的天真、纯情、稚趣是一种浑然天成的自然美，这种美反映在父母及长辈亲朋的视线中，又增加了倍加珍惜与呵护的亲情美。发现这种美很容易、很自然，可是，如何能够以一种比较合理和高明的摄影方式记录下这种美呢？这就不太容易了。

用照相机为孩子留下一些值得终生收藏的相片对每一个

充满爱心的家庭来说，都是一项愉快而有价值的工作。去专业的照相馆固然也能部分地达到这一目的，可在摄影过程中只有拍摄者本人才能体会到的创作美，又要到哪里才能领略得到呢？

人像摄影，特别是儿童人像摄影，决不是一种单纯的技术性活动。如果仅仅停留在影调悦目、影片清晰、层次丰富、质感细腻等等，这只是一张好照片的初步要求。如果一个摄影家只注重摄影的技术、技巧，这还远远不够，因为技术不能代替艺术。要拍出具有较高水平的儿童艺术摄影作品，还必须深刻理解儿童的内心世界，二者只有很好地结合起来，才能产生有较强的感染力的儿童摄影艺术作品。

《儿童摄影与拍摄技巧》这本书也许可以当作一个导游，指引摄影初学者沿着正确的方向攀岩而上，使手中的照相机成为心中的爱和创造力的延伸，从而去发现和记录儿童摄影的美。

美是客观存在的，就如同你对孩子的喜爱一样无处不在，但如何去发现并记录她还需要拍摄者借助手中的器材，用一颗真挚的爱心和一双敏锐的眼睛去观察。还是韦斯顿说得对：“摄影美这个词只能用在最终完成的照片上。然而，有志于此的摄影家必须记住，是他的观察创造了他的照片；曝光记录了它，冲印完成了它……而最根本的是他的观察方式决定了作品的最终价值，在他运用技术手段记录之前，他的观察已经发现了……如果他的观察能够揭示他的主题，让观众深刻地体会到它，从而也分享摄影家的当时的某些体验——假定他的技术措施正好表现了他的观察——那么，他便赢得了摄影美。”

目 录

上编 儿童摄影基础

儿童摄影的器材准备	(3)
根据需要选择合适的照相机	(3)
一、照相机的基本构造是怎样的	(3)
二、照相机主要有哪几种类型；哪一种最适合 儿童摄影	(10)
三、如何选购、操作及保养照相机	(15)
为照相机选配合适的镜头	(22)
一、标准镜头	(23)
二、广角镜头	(24)
三、长焦镜头	(24)
四、变焦镜头	(26)
五、镜头的选购及维护常识	(28)
几种照相机的常用附件	(31)
一、闪光灯	(31)
二、三脚架	(32)
三、快门线	(32)
四、遮光罩	(32)
五、滤光镜	(33)

胶卷的选购及使用	(37)
一、胶卷的类型及特点	(37)
二、胶卷的包装识别标志	(41)
三、根据拍摄需要选购胶卷	(42)
四、如何判断胶卷的真假	(44)
五、胶卷的保存及使用常识	(46)
六、如何保护底片	(47)
准确的曝光是拍摄成功的基础	(49)
曝光是怎么一回事	(49)
一、曝光对成像质量的影响	(49)
二、影响曝光量的主要因素	(51)
简易的曝光估计法	(53)
一、室外曝光的估计	(53)
二、室内曝光的估计	(54)
三、正确曝光的辅助原则	(55)
曝光组合的最佳选择	(56)
一、光圈与快门速度的组合控制曝光量	(56)
二、光圈的选择	(57)
三、快门速度的选择	(58)
四、光圈优先式曝光和快门先决式曝光	(60)
使用闪光灯如何准确曝光	(61)
一、儿童摄影使用闪光灯的场合	(61)
二、使用闪光灯的准确曝光	(62)
三、快门速度对闪光灯摄影有无影响	(63)
合理用光是拍摄成功的保证	(65)

光在摄影中的作用	(65)
室外用光	(66)
室内用光	(68)
儿童摄影的构图	(71)
构图的概念	(71)
一、什么叫构图	(71)
二、构图的目的	(72)
三、构图的性质	(73)
儿童摄影的构图	(74)
一、选择合适的拍摄点	(74)
二、利用“三分法”构图法则	(76)
三、对比的运用	(78)
四、线条的运用	(79)
五、处理好前景与背景	(81)

下编 儿童摄影技巧

儿童摄影的四面八方	(91)
儿童摄影的慧眼识珠	(91)
儿童摄影的观察艺术	(97)
儿童摄影的文化与艺术修养	(102)
儿童摄影的“三大意识”与“八项注意”	(109)
儿童摄影与儿童心理	(119)
不同年龄的儿童心理分析	(119)
儿童摄影中的儿童心理运用	(124)

儿童摄影的技术与技巧.....	(128)
婴幼儿摄影	(128)
学龄前儿童摄影	(138)
学龄儿童摄影	(152)
儿童肖像摄影	(158)
儿童组照与连续摄影	(167)
儿童摄影的“抓拍”与“摆拍”	(173)
儿童摄影的个性表现	(182)
儿童摄影的形象塑造	(182)
儿童摄影的表情诱导	(189)
儿童摄影作品的鉴别与欣赏	(198)
儿童摄影作品的鉴赏原则	(198)
儿童摄影佳作的分析与借鉴	(201)
后记	(204)

上 编

儿童摄影基础

儿童摄影的器材准备

要拍出好的照片是否非得要有好的摄影器材？不一定。一张照片的产生是多种因素综合作用的结果，这其中摄影器材虽然起着重要作用，但并不是决定性的。你完全不必为自己手中没有高档的、功能齐全的摄影器材而感到心中没底，你手头现有的或者是你即将购买的对你来说也许就是最好的。当然，前提是它们不至于简单得像件玩具。

照相机及与之匹配的镜头和胶卷是必不可少的，如果有条件的话，闪光灯、三脚架、快门线、遮光罩以及几种常用的滤光镜也会让你在以后的摄影活动中大显身手。针对儿童摄影而言，你对自己使用的摄影器材越熟悉，你拍摄的成功机率就越大，从而令你感到满意的作品也就越多。

根据需要进行合适的照相机

一、照相机的基本构造是怎样的

摄影，说到底就是一种记录影像的技术，能够实现这种技术的主要工具就是照相机。不熟悉相机就不能熟练地进行拍摄活动，因此，只有对它深入了解、灵活运用，才能拍出好的照片。

通俗地讲，照相机就是一个不透光的盒子，这个不透光的盒子可以实现这样一种功能：使不要的光线不得进入其中，同时它又开了一个小口子，把所要的光线纳入其内。其

主要组成部分有镜头、取景器、对焦装置、快门、光圈和过片装置以及其它装置。

1. 镜头——用光学玻璃（透镜）制成，把进入的光线汇聚起来，在感光胶卷上形成一个影像。比较复杂的镜头，是由多片透镜组成的。对同样性能的镜头，一般认为透镜片数多的成像质量要好一些。但对性能不同的镜头而言则不然，如变焦镜头的透镜片数可多达 20 片左右，定焦镜头的透镜片数则少得多，然而定焦镜头的成像质量一般要高于变焦镜头。有关镜头的知识，在本章第二节将有详细介绍。

2. 取景器——使摄影者能看到他要拍照片所包括的景物范围，用于观察拍摄画面，确定构图。它分为同轴取景器和旁轴取景器两大类。

同轴取景器的取景和曝光都通过同一镜头来完成。这类取景器的最大优点是“所见即所得”，即所看到的就是即将要拍下来的，不存在视差（视差是指胶卷记录下来的画面不完全是取景观察到的画面，“所见非所得”。视差的存在会给精确构图带来不便）。在同轴取景器中，最典型的是机背磨砂玻璃取景器和平视五棱镜取景器。机背磨砂玻璃取景器一般用在大型相机上，光线通过镜头后直接成像于磨砂玻璃上。由于其影像昏暗，且上下左右均颠倒，因此用它取景会感到不方便、不习惯；平视五棱镜取景器是目前小型相机上最常用的取景装置，光线通过镜头后经过多次反射最后可从目镜平视观察到。平视五棱镜取景器的最大优点是五棱镜的反射，将原本在聚焦屏上左右相反的影像调整过来，使我们取景时得到的影像上下左右都正常。不过它也有不足之处，那就是进行低角度拍摄时取景非常不方便。

用旁轴取景器取景时，取景光线并没有通过摄影镜头，不过取景的光轴与摄影镜头的光轴是平行的。由于取景光线没有通过摄影镜头，所以用这类取景器取景时肯定会存在视差。在进行远距离拍摄时，由于取景光轴与拍摄光轴的距离不大，视差一般可以忽略，但当拍摄距离越来越近时，视差就会越来越明显。在旁轴取景器中，最典型的是双镜头反光取景器和光学直视取景器。双镜头反光取景器用在双镜头反光相机上，在低角度拍摄时十分方便，但取景屏上的影像与实际影像是左右相反的；光学直视取景器由于取景时光线没有经过反射，所以取景屏特别明亮，非常适合于光线较弱的拍摄环境。此外，这类取景器通常在取景屏上用4条“L”型线条框出取景范围，取景时能同时观察到部分取景范围以外的物体，因此在拍摄运动物体时具有较好的预见性。

3. 对焦装置——用于改变镜头与胶片平面的距离以获得清晰的影像。较简单的相机没有对焦设备，在某一距离之外均能产生相对清晰的影像，在此距离内的景物则不能聚焦形成清晰影像。我们常用的低档所谓“傻瓜”相机大都如此。

现代相机的对焦方式有自动对焦和手动对焦两种。

自动对焦又有主动型和被动型之分。主动型的对焦系统带有光源，这种光源一般是紫外线。对焦时，光源先发出光线，然后系统的测距装置根据接收到的被摄物反射光线确定被摄物与胶片平面的距离，而系统的对焦装置则根据测距装置提供的测距值来调节对焦距离。主动型对焦方式的优点是构造简单，在亮度和反差很低的情况下仍能实现自动对焦，缺点是在对无限远对焦时，由于系统的测距装置接收不到返回的光线导致对焦无法进行；被动型的对焦系统不带有

光源，只是被动地测量来自被摄物的成像光线，由系统的检测装置根据对成像光线的相位检测来确定焦点是否对准，如果没有对准，调焦装置就会不断地进行调整，直到检测装置给出对焦准确的信号为止。与主动型对焦系统相比，被动型自动对焦系统具有对焦精确度高、对焦距离不受限制等优点，但其构造复杂，而且在低亮度和低反差的情况下常常会对焦失败。

手动对焦主要通过皮腔的伸缩（如我们将要在“照相机的类型”中介绍到的机背取景式照相机）、镜头支架伸缩（如双镜头反光照相机）、镜头镜筒简单平移（如单镜头反光照相机）等方式来达到对焦目的。由于手动对焦时相机不会对对焦精度自动作出判断，因此手动对焦的相机一般都带有对焦验证装置。对焦验证装置主要有裂像式和重影式两种。采用裂像式验证装置的照相机，其聚焦屏中央有一个小圆，小圆被平分分成两个半圆，当被摄物没有被准确对焦时，其影像在小圆内的两个半圆部分是分裂、错位的，只有被摄物被准确对焦时，才呈现连接无误的清晰影像。裂像式聚焦具有非常高的准确性，但当光线较暗或镜头口径较小时，两个半圆中常常会有一个发黑导致较难进行对焦判断；采用重影式对焦验证装置的照相机，其聚焦屏中央有一个小的黄色的方形区域，当被摄物没有被准确对焦时，方形区域内除了实像外，还有一个虚像，只有当被摄物被准确对焦时，虚像才消失，仅存实像。

4. 快门——一个能够控制纳入的光及其投射到胶卷的时间的装置。对快门的操纵通常通过相机上的一个按钮来完成。

根据结构，快门分为镜间快门与帘幕快门两种。

镜间快门又称“镜中快门”，位于镜头中间，由若干金属叶片组成，按下快门按钮时，这些金属叶片借助弹簧的力量迅速从中心部位开始张开，让光线透过以实现对胶片的曝光过程。曝光完毕，叶片即迅速合闭恢复原状。镜间快门的优点是可对整个影像产生均匀的曝光效果，而且在闪光摄影时，任何一挡快门速度都能与闪光灯同步。但其缺点是快门速度一般只能达到 $1/500$ 秒，给高速摄影造成了一定程度的限制。

帘幕快门又称“焦平面快门”，位于镜头与焦平面之间并紧靠焦平面处，它通过两个帘幕来控制曝光时间。曝光时，一块帘幕开启，另一块帘幕紧随遮挡，曝光时间的多少通过掠过胶片平面两块帘幕的间隙大小来控制，曝光时间长，帘幕的间隙就大，反之亦然。与镜间快门相比，帘幕快门可达到较高的快门速度，但其不足之处在于曝光瞬间不能像镜间快门那样对整个影像产生均匀的曝光效果，因此在闪光摄影时，与闪光灯同步的快门速度受到限制。

根据对曝光时间的控制方式，快门还可分为机械快门和电子快门两种。

机械快门通过机械阻尼延时来控制曝光时间，只能定级调节快门速度；电子快门通过电子延时电路控制曝光时间，在自动曝光状态下快门速度可无级调节，精确度一般比机械快门高，但它对环境的适应性却比机械快门差，过高或低的温度以及潮湿的空气经常使电子快门无法正常工作。

照相机的快门速度一般是成倍递增或递减的，常见的有 $1/1000$ 秒， $1/500$ 秒， $1/250$ 秒， $1/125$ 秒， $1/60$ 秒， $1/30$

秒, 1/15 秒, 1/8 秒, 1/4 秒, 1/2 秒, 1 秒, 2 秒等, 有些照相机还设置了 B 门或 T 门用于较长时间的曝光。用 B 门曝光时, 快门钮一次被按下的时间即为曝光时间, 松开快门钮曝光过程即结束; 用 T 门曝光时, 前后两次按动快门钮标志着曝光的开始和结束, 之间的时间即为曝光时间。

快门除了与光圈一起决定胶片的曝光量外, 其速度高低还会对所获得影像的清晰度产生影响。在对焦准确的前提下, 过低的快门速度可能因为相机的晃动导致获得的影像不清晰。

5. 光圈——控制到达胶卷光线多少的装置, 由位于镜头内的若干极薄的金属叶片搭接而成, 在搭接叶片的中心形成一个圆形的光孔, 通过控制叶片可使光孔变大或变小, 从而控制通过镜头投向胶卷的光束的大小。在曝光时间 (即快门速度) 相同的条件下, 光圈的光孔开得越大, 透过镜头投射在胶片上的光线就越多。

作为摄影术语, 光圈光孔的大小并不是用光孔的直径直接表示, 而是采用“光圈系数”来表示。光圈系数也称“f 系数”, 它由以下公式计算得到:

$$f = \text{镜头焦距} \div \text{光孔直径}$$
 (其中镜头焦距可以理解为“镜头中心到胶片平面之间的距离”, 我们将在下一节中予以详细介绍)

从这个公式可以看出, 对于同一焦距的镜头, f 系数越大, 表示所开的光孔越小; f 系数越小, 表示所开的光孔越大。

目前镜头上流行的 f 系数标记有 f1, f1.4, f2, f2.8, f4, f5.6, f8, f11, f16, f22, f32, f45, f64。每一个 f 系数所控制的进光强度与其相邻的 f 系数所控制的进光强