

拍得精彩 活得漂亮

6+1招拍出好照片

How to take good pictures

张欣/著

怎样选购数码相机

如何拍好人像写真

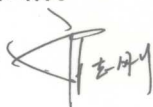
旅行摄影注意事项

不要忽略你家附近的美景

我的数码影像故事

纵观本书，语言通俗易懂，篇幅短小精练，结构清晰，循序渐进……
是一本不可多得的摄影入门书籍。

——北京电影学院摄影学院院长



汕头大学出版社

「**拍**得精彩
「**活**得漂亮」



6+1招 拍出好照片

张欣 / 著

汕頭大學出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

6+1招拍出好照片/张欣著. —汕头: 汕头大学出版社, 2008.10

ISBN 978-7-81120-562-6

I. 6… II. 张… III. 摄影技术 IV. J41

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第157614号

6+1招拍出好照片

作 者: 张 欣

责任编辑: 钱 丹 孙雪明 刘 倩

封面设计: 北京水长流文化发展有限公司

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内

印 刷: 北京百花彩印有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

版 次: 2009年5月第1版

印 次: 2009年5月第1次印刷

定 价: 39.80元

ISBN 978-7-81120-562-6

责任校对: 叶 慧

责任技编: 姚健燕

邮 编: 515063

电 话: 0754-2903126

印 张: 10

字 数: 100千字

发行 / 广州发行中心 通讯地址 / 广州市越秀区水荫路56号3栋9A室 邮编: 510075

电话 / 020-37613848 传真 / 020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

数字技术发展到今天，每个人的生活都与之息息相关。从专业的数字相机到具有拍照功能的手机，数字影像技术的飞速发展，使得人们的生活与影像日益密不可分。作为影像的攫取者，能够恰当地表现自己的意图是一种能力，也是现代人所必须具备的一种素质。这种能力和素质不是与生俱来的，需要通过后天的学习和训练才能拥有。

张欣先生的新作《6+1招拍出好照片》正是这样一本非常适合喜爱摄影的读者学习的书籍。该书从如何选择相机开始谈起，利用通俗的语言和精练的篇幅，向读者介绍了数字相机的性能及操作方法、摄影的基本技术手法、各种类型摄影的拍摄要点以及摄影作品的后期修饰和管理；更可贵的是，张欣先生还将其二十余年的摄影感悟写入本书，与读者分享。此外，张欣先生在书中还介绍了有关的摄影礼仪，此乃本书的又一亮点。

纵观本书，语言通俗易懂，篇幅短小精练，结构清晰……是一本不可多得的摄影入门书籍。它是张欣先生多年经验与心得的体现，希望读者能够尽情享受作者这份珍贵的礼物。

北京电影学院摄影学院院长



在我多年的摄影、DV教学经历中，应邀为解放军某部政治部机关干部作《DV影视摄制技术、技法》的讲座使我深受触动。该部机关有每周进行一次业务学习的惯例，并要求每个机关干部必须掌握除本专业以外的1~2项专业技能，以应对作训和战时的需求。而数码摄影和DV摄像，是该部机关干部非军事专业技能培训的首选。

解放军之所以干练，就在于其拥有高瞻远瞩的战略眼界和坚决彻底的战术执行。

在当今信息化读图时代，有条件的人都应该学习摄影。

我自幼感悟并信奉这样一个理念：一个人有本事可以不用，用你的时候没有本事不行。为此，我除了学习摄影专业知识以外，还学习了中文、环境艺术设计、国学与公司治理、企业文化建设、品牌推广等专业，掌握了摄影、电视片摄制、音乐、舞蹈、写作、大型活动策划、组织乃至修理空调、冰箱和机械手表等诸多才艺与技能，使我能够满足更多的工作需求。尤其是摄影和摄像，使我有机会去许多常人去不了的场所，见到许多常人见不到的高层人士，亲历过许多常人不能参加的重要活动。这些经历，使我的眼界、能力和自信得到了很大的提升。

数字摄影技术的诞生与普及，使人人都有成为影像记录者的可能，并使我们的工作与生活更为具象和丰满。

有些摄影家常说：“开始我们只是喜欢这个玩具，结果我们却爱上了这门艺术。”

摄影作品记录的是现实生活中“不可再生”的一霎。它既有纪实性，并可能成为伟大的新闻瞬间；又有艺术性，有可

能让你有意想不到的收获与发展。所以它具有音响、绘画和文字等艺术表现形式所不能替代的作用。几本记录孩子从出生到成熟时期的影集，将是孩子生命成长历程中最真切、生动的写照及极为珍贵的礼物。有位老太太这样说过：“时常翻看以前的照片，能使我感受到年轻。”一张记载着年轻的老照片，可能会使夫妻间冷淡甚至出现裂痕的情感得以抚慰和回暖。

摄影能够记录生活中的精彩瞬间，
摄影能够使我们更直观地感悟人生，
摄影能够调整我们的身心，
摄影能够使我们产生更多创作冲动和审美愉悦，
从而使我们的生活更加美好！

美国著名的管理学家彼得·德鲁克的钢琴老师曾对他说过这样一句话：“你绝不可能像钢琴家舒乃柏演奏莫扎特的曲子那样好，但是并没有理由说，你不必像舒乃柏那样练习音阶。”我们也可以这样说：并不是每个举起照相机拍照的人都能成为摄影家，但是并没有理由说你不必像摄影家那样去掌握摄影专业最常用的基础知识，只要你想拍出漂亮的照片。

为了节约读者的宝贵时间，我们精简摄影专业深奥、冗长的理论，只把拍出好照片所需要掌握的最常用的基础知识和有效的实战经验，以简明扼要、通俗易懂的形式介绍给大家，愿更多看过本书的朋友能够在不久的一天自豪地说：

“我也是一名摄影家，
我不仅活得漂亮，
而且我能拍得精彩！”

张欣

Contents

目 录

推荐序 / 1

自序 / 2



第 一 招

准备好您的摄影器材

- 1 数码相机的种类及常见品牌 / 2
- 2 镜头的种类及常见品牌 / 3
- 3 镜头焦距及对被摄主体影像大小的影响 / 7
- 4 数码摄影器材的常规配置 / 8
- 5 怎样选购数码相机 / 9
- 6 到专业的摄影器材市场买相机最便宜 / 12



第 二 招

熟悉您的数码相机

- 1 数码相机上常用符号的含义 / 14
- 2 CCD / 15
- 3 像素与分辨率 / 15
- 4 设定画面尺寸的依据 / 16
- 5 拍摄前的准备 / 17
- 6 相机的维护与保养 / 18



第 三 招

掌握摄影常用基本概念及专业术语

- 1 光圈、快门与曝光速度 / 20
- 2 色温 / 22
- 3 白平衡 / 25
- 4 感光度 / 26
- 5 景深 / 27
- 6 景别 / 28
- 7 用光 / 29
- 8 昼夜光线层次分布规律 / 37
- 9 构图 / 38
- 10 横幅与竖幅的视觉隐喻 / 45
- 11 透视 / 47
- 12 四种拍摄角度的视觉含义 / 49
- 13 拍出清晰照片三要素 / 51
- 14 正确持机、按快门 / 52



第四招

摄影实战—— 捕捉近在咫尺的精彩

- 1 儿童摄影 / 54
- 2 漂亮照片随意拍 / 58
- 3 户外人像组照的拍摄 / 62
- 4 旅游摄影 / 75
- 5 春来了——花卉的拍摄 / 79
- 6 公园是成本最低的拍摄景地 / 82
- 7 运动物体的拍摄 / 86
- 8 不要忽略您家附近的美景 / 88
- 9 到郊区去——田园风光拍摄 / 90
- 10 红叶的拍摄 / 92
- 11 冰雪的拍摄 / 96
- 12 夜景的拍摄 / 101
- 13 冰灯的拍摄 / 104
- 14 趣味摄影 / 105
- 15 会议摄影 / 106
- 16 礼花的拍摄 / 110
- 17 教学演示拍摄 / 111
- 18 书刊资料的翻拍 / 112
- 19 证件照的拍摄 / 112
- 20 搭建成本最低的简易拍摄台 / 114
- 21 产品照自己拍 / 115
- 22 建筑环境的表现 / 117

第五招

功夫在诗外—— 精彩照片的拍摄感言

- 1 要善于发现 / 120
- 2 画面应有韵味——功夫在诗外 / 124
- 3 画面中的势、致、情 / 126
- 4 画有法，画无定法 / 132
- 5 “魔鬼”在细节 / 133
- 6 什么是好照片 / 136

第六招

让您的作品更鲜活—— 照片应用DIY

- 1 照片的修饰制作 / 138
- 2 照片档案制作 / 140
- 3 我的数码影像故事——天安门国旗护卫队卫士风采 / 142

赠一招

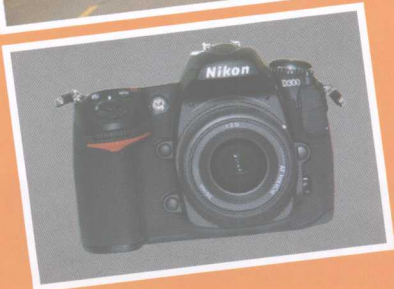
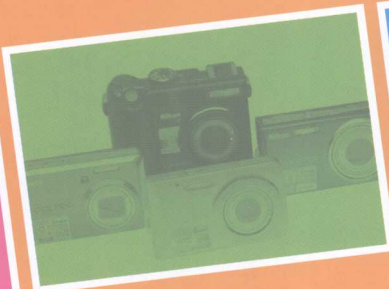
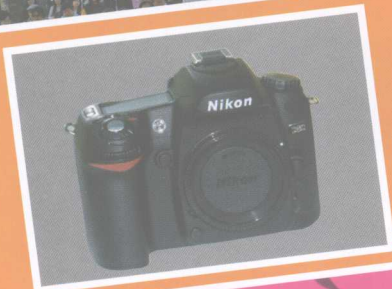
提升您的水准和品位—— 摄影礼仪

- 1 诚信守约，提前5~10分钟到达约定拍摄地点 / 148
- 2 正常情况下不及时回短信是对他人的轻视 / 148
- 3 衣着服饰要干净、整洁，与所处环境氛围和谐 / 148
- 4 交谈及交谈距离 / 148
- 5 掌心向上，不要用手指指点他人 / 149
- 6 步伐要轻盈 / 149
- 7 举止神态要端庄大方 / 149
- 8 就餐不要出声 / 149
- 9 泡茶不要用手捏茶叶 / 149
- 10 清理个人卫生要隐秘 / 149
- 11 乘车要文明 / 150
- 12 轻开、关门 / 150
- 13 吸烟损人害己 / 150
- 14 要顾及被摄者的感受 / 150
- 15 要遵守国家法律法规，涉密场景不要拍 / 150
- 16 要有环保意识 / 151
- 17 不要轻易承诺，承诺则必须及时兑现 / 151
- 18 共好双赢的合作理念 / 151

后记 / 152



ONE



第一招 准备好您的摄影器材

- 1 数码相机的种类及常见品牌
- 2 镜头的种类及常见品牌
- 3 镜头焦距及对被摄主体影像大小的影响
- 4 数码摄影器材的常规配置
- 5 怎样选购数码相机
- 6 到专业的摄影器材市场买相机最便宜



●单镜头反光式数码照相机

●数码卡片机



1 数码相机的种类及常见品牌

数码相机根据用途可分为两大类：专业数码相机和家用数码相机。

专业数码相机通常是单镜头反光式，简称“单反”。这种相机有两大特点：一是可以更换同一卡口的各种规格、型号镜头；二是存储速度快，适合抓拍、抢拍。

专业数码相机可更换镜头且有快速的存储速度，给拍摄带来极大的灵便与快感，能够满足日常工作、生活中的拍摄需求。

家用数码相机最大的特点就是小巧轻便、多功能。其体积小基本等同甚至小于扑克牌，俗称“卡片机”。不仅可以照相，还可以录像、录音。有些非专业生产数码相机的厂家甚至还增设了收音、MP4、通讯、卫星定位等功能，如高像素手机相机。

中、高档价位的家用数码相机的成像质量与专业数码相机拍摄的小尺寸照片成像质量没有显著区别。但家用数码卡片式相机不能更换镜头，存储速度相对较慢，尤其是在拍摄大尺寸照片时，这种现象更为明显。有许多专业摄影师除配有专业的摄影器材外，也携带卡片机以备。

❖ 数码照相机常见知名品牌

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. 尼康NIKON | 2. 佳能CANON |
| 3. 索尼SONY | 4. 松下PANASONIC |
| 5. 宾得PENTAX | 6. 徕卡LEICA |
| 7. 富士FUJIFILM | 8. 理光RICOH |
| 9. 卡西欧CASIO | 10. 奥林巴斯OLYMPUS |
| 11. 三星SAMSUNG | |

2 镜头的种类及常见品牌

从操作方式上分主要有定焦镜头和变焦镜头；从视角上分主要有标准镜头、短焦距（广角）镜头、中焦距镜头、长焦距镜头。

世界上生产镜头的厂家有很多，中国市场上比较常见的镜头品牌主要有：尼康、佳能、腾龙、图丽、适马等。

❖ 定焦镜头

指的是固定焦距的镜头。因在镜头制作工艺上镜片相对较少，镜头通光性能好，拍摄画面精度高，常用来拍摄人像、广告静物等。

❖ 变焦镜头

指的是镜头焦距在一定范围内可以随意变化的镜头。它独具的对画面的剪裁作用，使其在新闻、会议、旅游、大型活动等拍摄场景中，使用极其方便。

卡片机基本都配置变焦镜头，但因机型不同，其变焦范围也不相同。

变焦有光学变焦和数码变焦之分。

光学变焦指的是照相机依靠镜头光学镜片组的调整来实现焦距变化，在画面中获得放大或者缩小的被摄影像。

通过光学镜片组的调整获得被摄景物影像场景大小变化的影像是实像。画面精度是可以在后期应用时将影像放大的实际精度。

数码变焦指的是通过图像处理的插值方式把画面放大，在视觉上给人一种镜头把画面拉近了的感觉，但其影像是虚像。实际上显现出的放大画面只是在原有尺寸的画面上进行了局部放大，放大后的影像分辨率低于原始影像的分辨率。

随着科技的进步和制造工艺水平的提高，变焦镜头与定焦镜头所拍摄出来的影像质量区别用眼睛几乎看不出来。如果对画面没有极特殊的要求，一只焦距为18mm~200mm的变焦镜头就能基本满足日常生活和工作的拍摄需求。



●日本尼康公司生产的各种规格镜头



●50mm定焦标准镜头



●日本腾龙公司生产的24mm~135mm变焦镜头

经验分享：

定焦镜头中的大光圈，在光线较暗的环境中仍能拍摄出很好的画面效果。



● 135相机50mm标准镜头侧面



● 135相机50mm标准镜头正面



● 腾龙24mm~135mm广角到中焦的变焦镜头



● 卡片机上的广角到中焦变焦镜头



● 尼康70mm~200mmVR防抖动变焦镜头

❖ 标准镜头

对不同规格型号的相机（如135、120型照相机）其标准镜头的焦距各不相同。135相机的标准镜头焦距为50mm，120相机标准镜头的焦距为75mm。电影摄影机（4:3画幅）标准镜头的焦距是35mm，与我们目前常用的数码相机的标准镜头焦距相似。

上述焦距的镜头视角与人们眼睛所看到的景物视角基本一致。如果您想客观地记录、表现被摄主体的真实形态，这段焦距的镜头很适用。

我们目前常用的单反式数码相机大多是参照传统135相机设计的。

❖ 广角镜头

镜头焦距小于标准镜头焦距的镜头被称之为“广角镜头”。这种镜头的视角大于人们眼睛观看景物的视角，取景范围广。因此，广角镜头拍摄出来的影像具有视觉阔张感，甚至影像畸变。有些专业摄影师为了获取视觉上的冲击效果，也故意利用这种镜头特有的光学畸变产生的视觉效果去突出被摄主体或表现自己主观意向的情绪，在画面上营造夸张或广阔的视觉效果。

广角镜头常用于拍摄表现广大、辽阔、宽敞、夸张效果的拍摄题材，例如建筑造型、室内空间、会场全貌等。

❖ 中焦距镜头

我们常把大于标准镜头焦距的镜头称为“中长焦镜头”，也称之为“望远镜头”。这段焦距的镜头拍摄出的画面影像效果有压缩感，焦距越长，压缩效果越显著。常用于拍摄处于较远距离的被摄体近景或特写，例如拍摄人像、花卉、动物等。

习惯上我们把焦距为70mm~105mm之间的镜头，称之为“中焦距镜头”。

❖ 长焦距镜头

我们通常把焦距大于105mm的镜头，称之为“长焦距镜头”，简称“长焦镜头”。



●长焦镜头拍摄的画面效果



●广角镜头拍摄的画面效果



● 广角镜头拍摄的画面效果

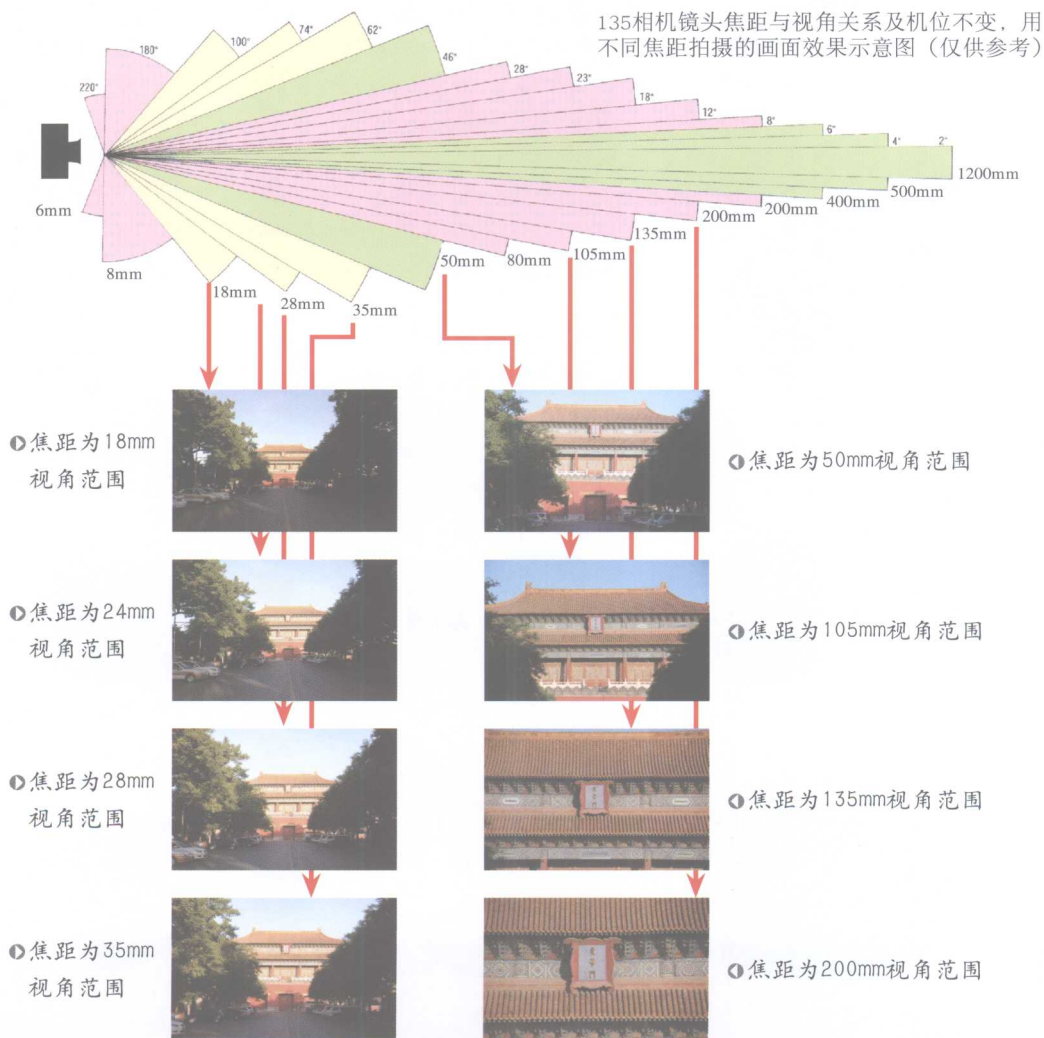
● 长焦镜头拍摄的画面效果



3 镜头焦距及对被摄主体影像大小的影响

我们通过照相机镜头焦距的变化，从视觉上感觉被摄景物好像被拉近或者被推远了。实际上，照相机的镜头并不是改变了我们的眼睛与被摄景物的距离，而是通过镜头光学镜片组的变化，改变了镜头的视角，从而达到视觉范围的变化，也就是被摄主体在画面中的大小变化。

镜头焦距与被摄主体影像大小之间的关系：镜头焦距越长，镜头视角越窄，镜头取景范围越小，被摄主体在画面中的影像越大；反之，镜头焦距越短，镜头视角越广，镜头取景范围越大，被摄主体在画面中的影像越小。





● 微型三脚架



● 专业闪光灯



● 袖珍摄影包



● 摄影包

4 数码摄影器材的常规配置

购买数码相机时，根据拍摄需求可同时购置以下附件：

- ① 备用原厂电池一块。
- ② 备用存储卡一个或多个。
- ③ 镜头刷一个，用于清理镜头上的灰尘。
- ④ 吹尘球一个，用于镜头去尘。
- ⑤ 保洁软布一块，用于擦拭机身。
- ⑥ 三脚架一个，用于在光线较暗的条件下及夜景拍摄。
- ⑦ 数码伴侣（可移动存储硬盘），用于在远途长期拍摄时存储影像用。大品牌原厂生产的数码伴侣性能较好，如爱国者数码伴侣等。

数码伴侣根据产品型号、价格及产地的不同，其性能也不同。选购时除了要考虑其硬盘存储空间外，还要问及是否能存储所有格式。有的数码伴侣不能存储RAW格式的影像，这对于需要保存高品质影像的影友来说就很不方便，这一点在选购时一定要注意。

数码单反相机还应配备：

- ① UV镜一个，用于保护镜头。
- ② 闪光灯一个，用于大场景的拍摄照明。
- ③ 摄影包一个，装数码相机及镜头、闪光灯等的摄影包应有防雨、防寒功能。



● 读卡器与存储卡



● 爱国者数码伴侣正面



● 镜头刷



● UV镜



● 原厂电池

5 怎样选购数码相机

❖ 确定拍摄用途

拍摄日常生活纪念照和工作资料照，卡片机比较适合。因为其轻巧、便携、功能多，而且使用灵活、方便，像素在500万以上的数码相机即可适应。市场售价在800元~2000元之间。

价位在1200元~1500元左右的尼康、佳能、索尼等大品牌卡片机性能就很不错，并且，像素可达800万以上。

准专业摄影：除了生活照，还想拍点有些特殊效果的摄影作品，那就购置单反相机。单反相机价位从人民币3500元~3.5万元甚至更高不等，镜头从1500元~2万元甚至更高。

这类相机可以根据拍摄需求更换同卡口的多种规格的镜头。要想拍出精彩照片，镜头很重要。

准专业的摄影爱好者可购买尼康D80数码相机机身，1020万像素，对暗部细节有很好的表现，北京、沈阳等城市摄影器材市场目前价格已降至5500元左右。尼康原厂生产的18mm~200mm防抖动变焦镜头（VR镜头），其售价也在5500元左右，可一镜走天下。

专业摄影：可购买单反或数码大后背相机。尼康D300、D3都不错，附配各种规格的专业镜头，在此不再赘述。

❖ 确定价位、款式及品牌

摄影者可以根据自己的经济条件、使用需求和喜好，决定想花多少钱，买何种品牌、规格、型号、款式的数码相机。

进口大品牌数码相机质量可靠，性能稳定，做工相对比较精致，价位也相对较高。

国产品牌数码相机犹如国产品牌彩电一样，价格便宜，质量也很不错。如爱国者数码相机，800万~1020万像素，不仅带有录像、录音功能，还带有MP4功能，其性价比也很高。

❖ 看CCD和像素

相机的CCD（电荷耦合器件Charge Coupled Device）越大、像素越高就越好，但其价格也相对较高。500万左右像素的数码相机拍摄出的影像，可以洗印出10寸（相当于A4打印纸）以上规格的清晰照片。

我们日常生活中洗印照片的尺寸一般都是5寸、6寸、7寸左右，除用于展示外，很少洗印10寸以上的照片。



可以调整显示屏角度的尼康数码相机



佳能数码卡片相机



爱国者数码卡片相机



镜头前的焦距及光圈数值