

摄影课

郑志强

编著

Easy Photography Class

课

简单
摄影课

(精华版)



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

简单 摄影课

(精华版)

Easy Photography Class

郑志强 编著



人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

简单摄影课：精华版 / 郑志强编著. — 北京：人民邮电出版社，2018.2
ISBN 978-7-115-46617-4

I. ①简… II. ①郑… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第203839号

内 容 提 要

学习摄影，入门很容易，但要拍出好照片，却有一定难度。本书的目的，是让读者能够尽快了解、熟悉和掌握摄影基本知识，实现真正入门；之后读者可借助作者多年实拍经验的总结和倾情分享，尽快提高自己的拍摄水平。

本书的内容主要分为这样几个部分：第1章介绍相机相关知识，进而让你完成从拍照到摄影的转变；第2~7章介绍摄影的技术要点、构图、影调、色彩等知识；第8章“学会分析照片”介绍了照片常见的问题，以及应该怎样改进；最后，第9章总结了多种题材的实拍经验，可以帮助读者快速提高自己的实拍水平。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影入门知识体系，从拍照到摄影、从技术到美学、从照片分析到实拍，相信读者在学习过本书之后，可以真正实现摄影的入门和提高。

本书内容非常全面，适合摄影新手从入门开始，循序渐进地学习，也适合摄影培训机构用作教材。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京富诚彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：9

2018年2月第1版

字数：185千字

2018年2月北京第1次印刷

定价：39.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广登字 20170147号

CONTENTS

目 录

第1章 认识相机，开始拍照

1.1 当前主要相机的分类	14	1.3 画幅：大、中、全、APS	
DC 卡片机	14	画幅形式	17
数码单反相机	14	1.4 正确的姿势与操作	20
微单相机	14	持机与拍照姿势	20
手机	14	光学或电子取景	20
1.2 相机取景与拍摄原理	15	开始拍摄	22
摄影成像的原理	15	1.5 针对不同场景的拍摄	24
取景原理	16		
拍摄成像的原理	16		

第2章 摄影的视界

2.1 画面的5大摄影要素	26	前景	28
主体	27	背景	29
陪体	27	留白	30



2.2 突出重点的 4 种方法	31	2.5 色不过三	36
2.3 主题与主体	33	2.6 拍好片的时机	37
2.4 画面要干净	35		

第3章 学好摄影的8大基础

3.1 清晰度：对焦	40	最大与最小光圈	49
自动对焦与手动对焦的差别	40	最佳光圈	49
单点对焦与多点对焦	42	恒定与非恒定光圈	50
自动对焦的 3 种模式	43	3.3 快门：动静	50
需要额外注意的几点对焦常识	44	认识快门——动静的选择	50
3.2 光圈：虚实	46	依据对象的运动情况设置快门速度	51
认识光圈	46	快门速度与防抖技术	53
光圈的两个作用	46	3.4 ISO 感光度：画质	54
光圈大小之间的联系	47	ISO 和感光度是两个概念	54
什么是景深	47	不同的感光度与画质的关系	54
活用 3 个条件对景深进行控制	48	手持相机拍摄弱光环境	55

CONTENTS

目 录

降噪功能：感光度降噪功能设定	56	色温	65
3.5 测光与曝光	57	精通白平衡控制的5大核心技巧	66
什么是曝光	57	3.7 创意性拍摄	69
曝光三角	57	求快——P曝光模式	69
曝光补偿及包围曝光	57	表现动静——Tv曝光模式	70
测光原理与白加黑减	58	最常用——Av曝光模式	71
测光方式详解及拍摄	59	高手驾驭——M曝光模式	72
是否所有测光模式都需要		B门之必杀技	74
寻找测光点	62	3.8 镜头与效果	75
怎样寻找测光点	62	镜头分类形式一：定焦镜头与 变焦镜头	75
锁定曝光：点测联动与锁定曝光	62	镜头分类形式二：广角、标准、 长焦镜头	77
3.6 色彩准确：色温与白平衡	64	特殊镜头的特点及使用	79
白色的作用	64		
白平衡调整	64		

第4章 摄影附件的扩展与使用

4.1 摄影背包选择要点	82	4.2 四种滤镜的用途	84
--------------	----	-------------	----



UV 保护镜	84
CPL 偏光镜	85
渐变镜	86
ND 中灰镜	87

4.3 三脚架与快门线	87
三脚架的结构	88

三脚架的选择要点	89
快门线	90

4.4 照片的传输	91
存储卡的选购和应用	91
读卡器的选择和应用	92

第5章 构图

5.1 提炼画面——最重要的构图环节	94
---------------------------------	-----------

5.2 透视与画面意境	95
几何透视	95
影调透视与风光摄影	96

5.3 构图规律及审美	96
黄金构图及其应用	96
照片要有对比	98
构图是一种减法	98

构图是一种加法	99
---------------	----

5.4 掌握常规的构图形式	100
高机位俯拍获得更开阔、深远的画面	100
低机位仰拍表现景物雄伟的气势	101
平拍更接近人眼的视觉规律	101
水平线构图获得平稳的画面效果	102
竖直线构图更善于塑造主体形象	102

5.5 常见的几何构图技巧	103
----------------------------	------------

CONTENTS

目 录

第6章 影调

6.1 光线的属性与照片效果	106
直射光摄影的特点及应用	106
散射光摄影的特点及应用	107
反射光摄影的特点及应用	107
6.2 光线的方向与照片效果	108
顺光场景怎样拍	108
侧光场景怎样拍	109
斜射光场景怎样拍	109
逆光场景怎样拍	110
顶光场景怎样拍	110
6.3 一天中的光线与适用的摄影题材	111
早晨的光线	111
上午的光线	112
中午的光线	113
下午的光线	114
黄昏的光线	115



夜晚的光线 116

第7章 色彩

- 7.1 懂一点儿色彩** 118
- 色彩的要素 118
 - 黑色系照片的特点 119
 - 摄影作品中灰调的作用 119
 - 白色系照片的特点 120
 - 其他主流色系照片的特点 120
- 7.2 艺术领域常见的配色技巧** 121
- 互补色与照片画面 121
 - 相邻色与照片画面 121
 - 照片冷暖怎样搭配 122
- 7.3 最亮丽的色彩** 122
- 使用鲜明的整块色彩 123
 - 突出单一的主色调 123

CONTENTS

目 录

丰富多彩的色彩控制	124
-----------------	-----

第8章 学会分析照片

8.1 3种模糊	126
抖动模糊	126
对焦失败	126
对焦错误	127
8.2 4种曝光问题	128
高光溢出	128
轻微过曝或欠曝	128
曝光不足	129
关键位置欠曝	129
8.3 照片的6大美学问题	130
缺少视觉中心（主体）	130
构图不紧凑	130
画面不干净	131



构图不完整	131
缺乏影调变化	132
没有拍摄价值	132

第9章 摄影实拍经验总结

9.1 风光摄影	134
设定趣味中心	134
尽量站得高一点	134
利用线条的力量	135
画面不要太满	135
不必拘泥于经典构图方式	136
9.2 人像摄影	136
横拍人像与竖拍人像的选择技巧	136
虚化背景让人物形象更醒目	137
选择简洁的背景突出主体人物	138
给视线留有空间，让画面不再拥挤	138

CONTENTS

目 录

尽量避开正面，稍稍的侧面照更漂亮	139
人物眼睛在画面上方 1/3 处最自然	139
现代小清新人像	140
9.3 花卉摄影	141
手动选择对焦点：找准焦平面	141
拍摄时间的选择：找到最佳拍摄时间	142
设定单点单次自动对焦，提升画质	142
光圈设定：少用极大和极小光圈	143
手持相机拍摄花卉，快门速度越快越好	143

简单 摄影课

(精华版)

Easy Photography Class

郑志强 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

简单摄影课：精华版 / 郑志强编著. — 北京：人民邮电出版社，2018.2
ISBN 978-7-115-46617-4

I. ①简… II. ①郑… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第203839号

内 容 提 要

学习摄影，入门很容易，但要拍出好照片，却有一定难度。本书的目的，是让读者能够尽快了解、熟悉和掌握摄影基本知识，实现真正入门；之后读者可借助作者多年实拍经验的总结和倾情分享，尽快提高自己的拍摄水平。

本书的内容主要分为这样几个部分：第1章介绍相机相关知识，进而让你完成从拍照到摄影的转变；第2~7章介绍摄影的技术要点、构图、影调、色彩等知识；第8章“学会分析照片”介绍了照片常见的问题，以及应该怎样改进；最后，第9章总结了多种题材的实拍经验，可以帮助读者快速提高自己的实拍水平。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影入门知识体系，从拍照到摄影、从技术到美学、从照片分析到实拍，相信读者在学习过本书之后，可以真正实现摄影的入门和提高。

本书内容非常全面，适合摄影新手从入门开始，循序渐进地学习，也适合摄影培训机构用作教材。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京富诚彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：9

2018年2月第1版

字数：185千字

2018年2月北京第1次印刷

定价：39.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广登字 20170147号

前言

创作一本厚厚的摄影教程容易，但将一本書寫“薄”却很难。

这需要对大量摄影知识进行总结和压缩，去伪存真；与此同时，还要兼顾初学者轻松阅读和学习的需求，起点太高、跨度太大都会让人望而却步。

这本书概括和总结了非常重要的相机操控知识、从拍照到摄影的转变知识、摄影基本技术、摄影美学理念、摄影作品分析能力、摄影实拍等内容，是笔者多年从事摄影创作和教学工作的总结。

这本书涉及的知识点非常全面，而且经过笔者认真的筛选和整理，建立了一种由浅入深、逻辑层层推进的摄影教学体系。广大读者只要跟随本书认真学习，就一定能实现摄影的入门和提高。

书中部分知识点可能会不够全面和深入，但限于有限的图书篇幅很难将摄影这门“手艺”讲得全无漏洞。如果读者在学习过程当中发现不妥之处，或是对数码后期等知识点有进一步学习需求，可以加入我们的摄影教学QQ群 240653226、8572839，与笔者进行一对一的沟通和交流；也可以关注我们的微信公众号深度行摄（ID：shenduxingshe），学习摄影知识。

CONTENTS

目 录

第1章 认识相机，开始拍照

1.1 当前主要相机的分类	14	1.3 画幅：大、中、全、APS	
DC 卡片机	14	画幅形式	17
数码单反相机	14	1.4 正确的姿势与操作	20
微单相机	14	持机与拍照姿势	20
手机	14	光学或电子取景	20
1.2 相机取景与拍摄原理	15	开始拍摄	22
摄影成像的原理	15	1.5 针对不同场景的拍摄	24
取景原理	16		
拍摄成像的原理	16		

第2章 摄影的视界

2.1 画面的5大摄影要素	26	前景	28
主体	27	背景	29
陪体	27	留白	30



2.2 突出重点的 4 种方法	31	2.5 色不过三	36
2.3 主题与主体	33	2.6 拍好片的时机	37
2.4 画面要干净	35		

第3章 学好摄影的8大基础

3.1 清晰度：对焦	40	最大与最小光圈	49
自动对焦与手动对焦的差别	40	最佳光圈	49
单点对焦与多点对焦	42	恒定与非恒定光圈	50
自动对焦的 3 种模式	43	3.3 快门：动静	50
需要额外注意的几点对焦常识	44	认识快门——动静的选择	50
3.2 光圈：虚实	46	依据对象的运动情况设置快门速度	51
认识光圈	46	快门速度与防抖技术	53
光圈的两个作用	46	3.4 ISO 感光度：画质	54
光圈大小之间的联系	47	ISO 和感光度是两个概念	54
什么是景深	47	不同的感光度与画质的关系	54
活用 3 个条件对景深进行控制	48	手持相机拍摄弱光环境	55