



一本读图知意，手把手引领读者走进摄影世界的书

单反摄影 超级入门手册

数码创意 编著

50 个拍摄实例引领读者感受摄影魅力，并实时接受摄影创作训练

9 大主题呈现精湛的拍摄技法，通过不同的摄影题材实例，拓展艺术创作空间

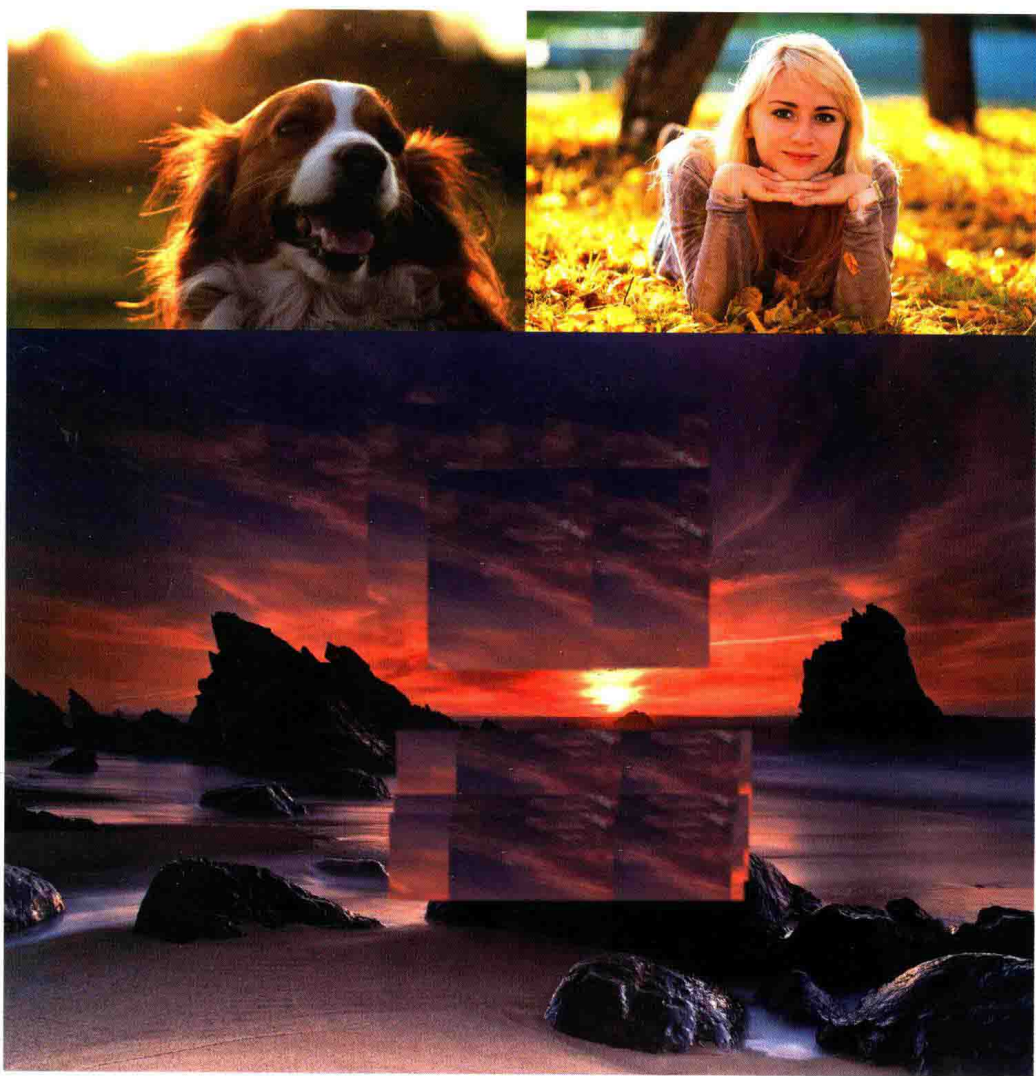


ARGENTINE
时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

单反摄影 超级入门手册

数码创意 编著



APETINE
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

单反摄影超级入门手册 / 数码创意编著. --合肥:安徽科学技术出版社, 2017.8
ISBN 978-7-5337-7275-8

I. ①单… II. ①数… III. ①数字照相机-单镜头
反光照相机-摄影技术-技术手册 IV. ①TB86-62
②J41-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 137360 号

内 容 提 要

本书为想学习数码摄影的广大读者提供了全面的入门指导。全书共分 9 章,不同章节之间既彼此独立又相互联系,由浅入深、深入浅出地讲解了数码摄影的全部内容。前两章全面介绍数码相机的基础设置以及各种使用技巧;第 3 章、第 4 章分别介绍如何运用光线和多种构图方法;第 5 章~第 8 章分别结合人像、风景、静物等不同摄影题材讲解如何拍出优秀的照片,并结合实例介绍大量的拍摄技巧,让读者能轻松地学到更多的摄影知识;第 9 章介绍数码摄影器材的相关知识。本书适合摄影初学者及想提高摄影水平的广大读者,也适合作为摄影课程教材使用。

DAN-FAN SHEYING CHAOJI RUMEN SHOUCE

单反摄影超级入门手册

数码创意 编著

出版人:丁凌云 选题策划:王勇 责任编辑:王勇
责任校对:盛东 责任印制:李伦洲 封面设计:数码创意
出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>
(合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场,邮编:230071)
电话:(0551)63533330

印 制:合肥华云印务有限责任公司 电话:(0551)63418899
(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

开本:787×1092 1/16 印张:12 字数:288 千
版次:2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5337-7275-8

定价:48.00 元

版权所有,侵权必究



前言

PREFACE

世界在不停地变化发展，近几年数码技术不断更新更是引人注目，随之而来的就是数码相机迅猛发展。数码相机改变了传统的摄影模式，使拍照不再是专业摄影师的专利，而是每一个拥有数码相机的人都可以做的事情。如今，数码相机开始走进千家万户，大街上、公园里随处可见手拿相机兴致勃勃拍照的人。

市面上的数码相机种类很多，不同牌子的，不同等级的，不同外形的，可谓是琳琅满目。不同的数码相机拥有不同的优势，适合不同的使用人群，因此我们在选择的时候必须了解各种相机的特点和区别，根据自己的拍摄需要选择最适合的相机。

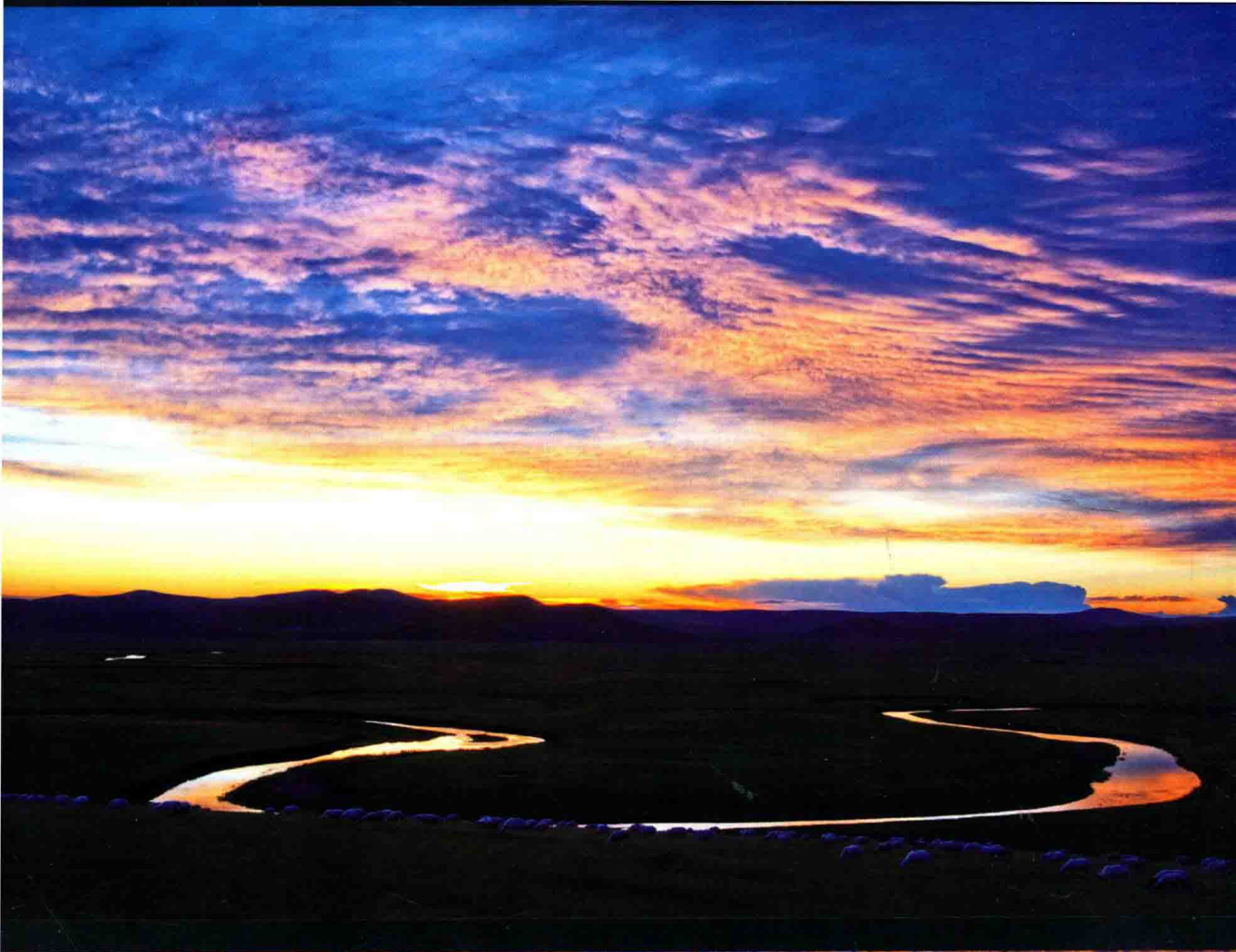
有了数码相机，如何拍出好的照片呢？这就需要充分掌握数码相机的设置、使用方法及拍摄技巧，懂得什么时候用什么模式拍，什么时候设置什么样的参数。只有这样，拍照的时候才会得心应手，不会因为失去精彩的瞬间而惋惜。

本书详细讲解数码相机不同种类的特点和区别；基础的设置和使用方法、使用技巧；数码相机的技术原理、光学原理；用光、构图；人像、风景、静物等不同题材的拍摄方法。由易到难、循序渐进是本书的最大特点。这是一本让读者从对数码相机知之甚少到入门精通的书；是使读者学习书中的知识能一步步提高摄影水平的书；是使读者了解不同的摄影题材，不断拓展视野，拓宽创作空间的书。

实践出真知，本书的知识只有应用在实践中才能发挥它的最大作用。实践也是提高摄影水平的最重要、最有用的方法，所以我们不仅要学习书中的知识，而且要把知识不断地应用到实践中去。只有多拍、多看、多比较，才能不断地发现我们的不足，并不断地纠正完善。当我们按快门的时候，不单单是简单地按下去，要想好构图、用光、色彩、参数设置等，认真思考，让自己的作品不留下遗憾。

总之，这是一本让读者真正进入摄影世界的书，是让读者拍出满意照片的书，是让读者欣赏到唯美的摄影世界而不断学习的书。摄影的世界无限宽广，让我们一起去领略它的风采吧。

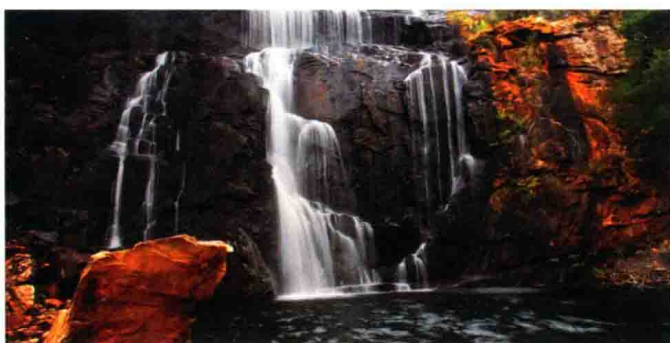
由于编者水平有限，书中难免会有一些不足之处，敬请广大读者予以批评指正。





目录

CONTENTS



第1章 数码相机入门技巧

1.1 拍出好照片的必要准备	2
1.1.1 检查电池是否有电及如何充电	2
1.1.2 新买相机的初步设定	2
1.1.3 常用菜单的设置和使用	3
1.2 掌握正确的拍摄姿势	4
1.2.1 正确的持机姿势	4
1.2.2 正确的拍摄姿势	6
1.3 不同的情景模式	7
1.3.1 新手入门的全自动模式 (AUTO挡)	7
1.3.2 可控的程序模式 (P挡)	7
1.3.3 可控景深的光圈优先模式 (Av挡)	9
1.3.4 展现动态物体的速度优先模式 (Tv挡)	9
1.3.5 完美的全手动模式 (M挡)	10
1.3.6 拍人物时所用的夜景人像模式	12
1.3.7 拍动态物体时所用的运动模式	13
1.3.8 让细微处纤毫毕现的微距模式	14

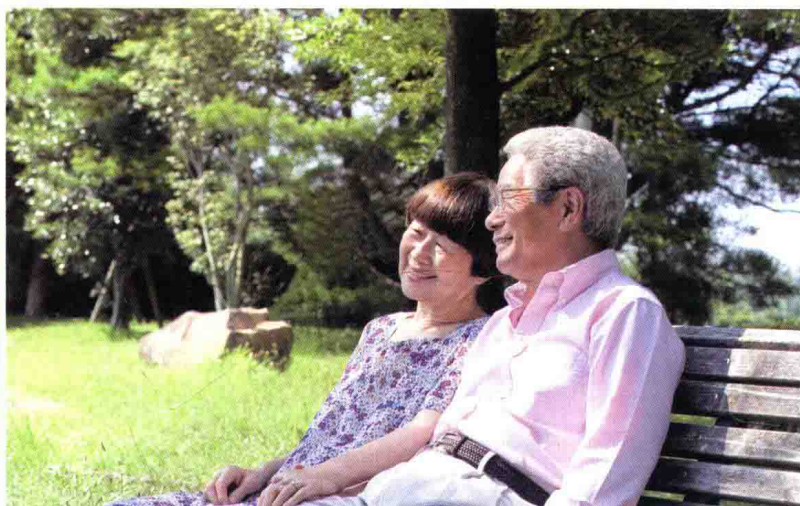
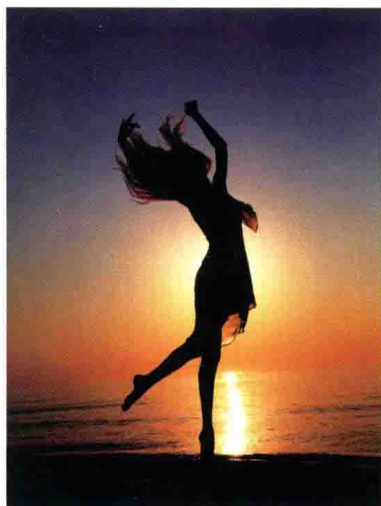
第2章 深入了解数码单反相机

2.1 如何使用光圈	16
2.1.1 什么是光圈	16
2.1.2 光圈的大小	16
2.1.3 光圈和景深的关系	17
2.1.4 根据内容选择光圈	18
2.2 如何使用快门	20

2.2.1 什么是快门	20
2.2.2 快门的大小	20
2.2.3 快门速度的应用	20
2.2.4 快门的工作原理	21
2.3 感光度的调节	22
2.3.1 什么是感光度	22
2.3.2 感光度的大小	22
2.3.3 高感光度对画面的影响	23
2.4 如何设置正确的白平衡	24
2.4.1 可以改变照片色彩的色温	24
2.4.2 如何调整白平衡	24
2.5 如何正确测光	25
2.5.1 测光的意义	25
2.5.2 数码相机内部的测光模式	25
2.6 曝光补偿的使用	30
2.7 选择对焦方式和对焦模式	32
2.7.1 对焦方式	32
2.7.2 对焦模式	34
2.8 利用直方图查看曝光	35

第3章 光线的运用

3.1 光的含义	38
3.2 光的特性分类	38
3.2.1 直射光	39
3.2.2 对比弱的散射光	39



3.2.3 反射物产生的反射光	40
3.3 光的方向分类	40
3.3.1 使物体受光均匀的顺光	41
3.3.2 易产生立体感的侧光	41
3.3.3 会产生漂亮轮廓的逆光	43
3.3.4 顶光	45
3.4 不同时段光的差异	45
3.4.1 黎明和黄昏	45
3.4.2 清晨和傍晚	47
3.4.3 上午和下午	48
3.4.4 中午	49

第4章 掌握完美的构图方法

4.1 构图的重要性	52
4.2 重点突出主体	53
4.2.1 增加主体在画面中的面积	53
4.2.2 将主体安排在画面中醒目的位置	53
4.2.3 利用背景突出主体	54
4.2.4 利用线条引导	55
4.2.5 利用明亮的光线	55
4.3 协调画面中的主体与陪体	56
4.4 “留白”留出意境美	57
4.5 横画幅和竖画幅的不同选择	58
4.5.1 横画幅	58
4.5.2 竖画幅	59

4.6 丰富多彩的构图形式	59
4.6.1 九宫格构图法	59
4.6.2 稳定的三角形构图	61
4.6.3 动感强烈的C形构图和S形构图	62
4.6.4 对角线构图	63
4.6.5 曲线构图	64
4.6.6 竖线条构图	65
4.6.7 框景式构图	65
4.6.8 封闭式构图与开放式构图	67
4.6.9 具有集中力的中央构图	68
4.7 摄影的减法艺术	69
4.7.1 景深减法	69
4.7.2 广角减法	70
4.7.3 阻挡减法	71
4.8 摄影的对比艺术	72
4.8.1 明暗对比	72
4.8.2 大小对比	73
4.8.3 色彩对比	73
4.8.4 动静对比	74

第5章 拍出最美的人像

5.1 美女人像的拍摄	76
5.1.1 突出人物	76
5.1.2 把握最美的神态	77
5.1.3 横画幅制造意境	77



5.1.4 展现美女的S形曲线	78
5.1.5 夕阳下逆光拍摄	78
5.1.6 捕捉人物的动态	79
5.1.7 利用道具	80
5.1.8 酷劲十足的美女照片	80
5.1.9 学会抓拍	82
5.1.10 从下往上的仰拍	83
5.1.11 从上往下的俯拍	83
5.1.12 对角线构图拍摄	85
5.1.13 室内人像	85
5.1.14 场景和服装搭配	86
5.1.15 高调人像	86
5.1.16 低调人像	87
5.1.17 手的搭配艺术	88
5.2 儿童摄影	90
5.2.1 善于引导孩子的情绪	90
5.2.2 善于捕捉孩子的每一个动作	91
5.2.3 家长参与	91
5.2.4 记录每一个表情	92
5.3 老年人的拍摄	93
5.3.1 拍摄角度	93
5.3.2 把握老人的年龄特点	94
5.3.3 神态和韵味的捕捉	95
5.3.4 增加故事情节	95
5.4 运动人像	96
5.4.1 角度强化气势	96
5.4.2 跟踪对焦保证清晰	97

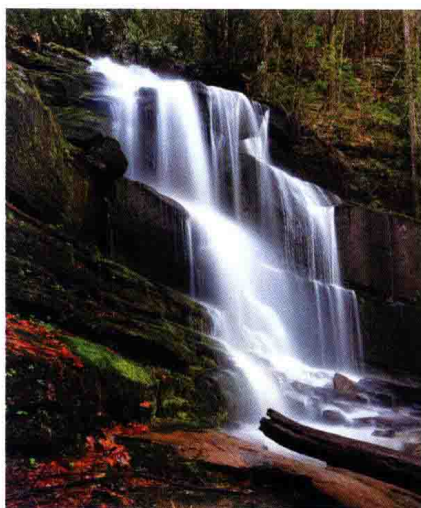
5.4.3 高速快门定格瞬间	97
5.4.4 连拍模式完整记录每个瞬间	99
5.4.5 独特的表情特写	100

第6章 亲近自然——风景摄影

6.1 日出日落的拍摄技巧	102
6.2 拍摄独特的山景	104
6.3 海景拍摄技巧	106
6.4 拍摄瀑布	107
6.5 拍摄森林	109
6.6 拍摄红叶	111
6.7 拍摄湖泊与倒影	112
6.8 拍摄雪景	114
6.9 拍摄出仙境般的雾景	116
6.10 四季美景 风光无限	117
6.10.1 万物复苏的春天	117
6.10.2 枝繁叶茂, 骄阳似火的夏天	121
6.10.3 天气晴朗的秋天	122
6.10.4 山寒水冷的冬天	123

第7章 微观探索——静物摄影

7.1 器材的准备	126
7.1.1 影棚	126
7.1.2 影棚灯	127
7.1.3 静物台	128



7.1.4 各种附件和道具	128
7.2 各种静物的布光与拍摄	130
7.2.1 常规物体的布光与拍摄	130
7.2.2 反光物体的布光与拍摄	131
7.2.3 透光物体的布光与拍摄	132
7.3 合理地取景构图	133
7.4 色调控制情景的表达	135
7.5 有比较的虚实对比	137
7.6 质感的展现	138

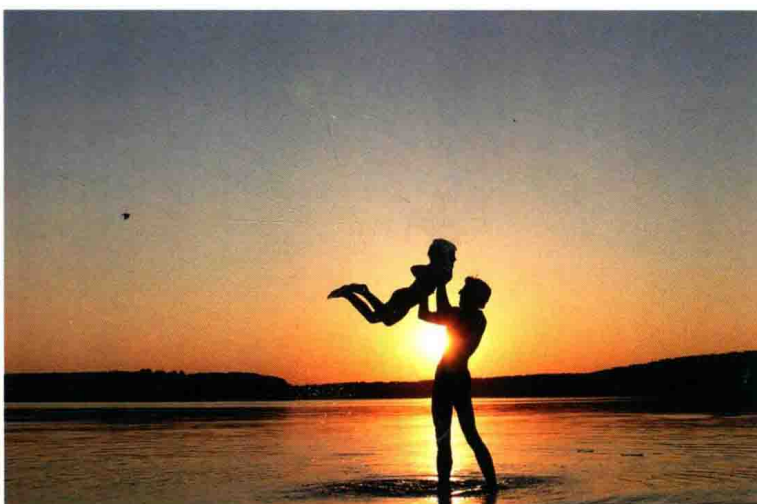
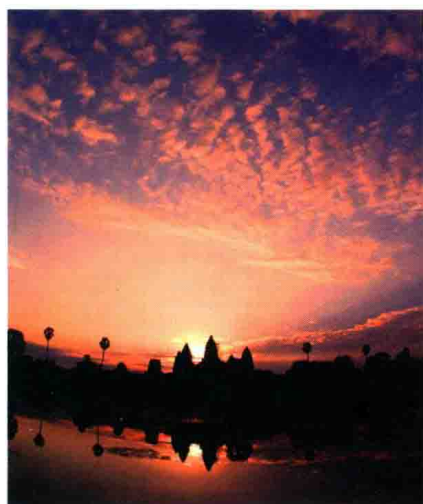
第8章 其他类题材摄影

8.1 建筑摄影	142
8.1.1 仰拍	142
8.1.2 俯拍	142
8.1.3 挖掘建筑的结构美	143
8.1.4 拍摄时间的选择	144
8.2 城市夜景的拍摄技巧	145
8.2.1 正确的夜景曝光	146
8.2.2 流光溢彩的车灯	146
8.2.3 拍摄烟花	147
8.3 花卉摄影	149
8.3.1 多角度拍摄	149
8.3.2 对比拍摄	150
8.4 宠物摄影	151
8.4.1 拍摄宠物的瞬间表情	151

8.4.2 抓拍运动中的宠物	152
8.5 城市影像	153
8.5.1 街头人像的拍摄	153
8.5.2 富有特色的建筑物	155
8.5.3 美丽的橱窗与漂亮的店铺商品	156
8.6 展会活动拍摄	157
8.6.1 拍摄需要的相机、镜头、附件	157
8.6.2 展会活动的拍摄环境	158

第9章 数码单反相机器材全攻略

9.1 数码相机及应用领域	160
9.2 数码相机的工作原理及核心部件	161
9.3 数码相机的分类	162
9.3.1 消费类数码相机	162
9.3.2 微单和单电类数码相机	162
9.3.3 单反类数码相机	163
9.4 数码单反相机的优势	163
9.4.1 先进的感光元件	163
9.4.2 可更换的镜头	163
9.4.3 机身功能完备	164
9.4.4 敏捷的反应速度	164
9.4.5 丰富的附件	165
9.5 数码单反相机的类别	165
9.5.1 入门级数码单反相机	165
9.5.2 中级数码单反相机	166

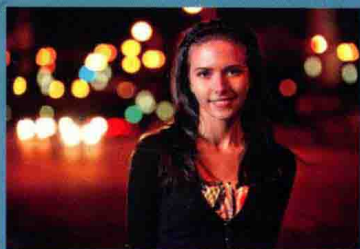


9.5.3 准专业级数码单反相机	168	9.8.4 长焦镜头	175
9.5.4 专业级数码单反相机	169	9.8.5 微距镜头	177
9.6 如何选择最适合自己的相机	170	9.8.6 移轴镜头	178
9.7 各显其才的不同镜头	171	9.9 数码单反相机常用附件	179
9.7.1 卡片机的镜头	171	9.9.1 闪光灯	179
9.7.2 长焦相机的镜头	171	9.9.2 三脚架	180
9.7.3 数码单反相机的镜头	171	9.9.3 存储卡	181
9.8 数码单反相机镜头的分类	172	9.9.4 读卡器	181
9.8.1 标准镜头	172	9.9.5 滤镜	181
9.8.2 广角镜头	172	9.9.6 摄影包	182
9.8.3 鱼眼镜头	174	9.9.7 其他附件	182

第1章

数码相机入门技巧

当您手里拿着心爱的数码相机，是不是迫不及待地想一显身手呢？先别急，您是否做好了拍摄前的准备工作呢？是否认真了解了相机里的设置和各项功能呢？如果无意识地盲目拍摄，那么结果可能很糟糕。



1.1 拍出好照片的必要准备

当我们拿着相机兴奋地拍照时，突然发现相机没电了，或者说忘了带内存卡，还有可能发现新的相机跟老相机设置不一样等突发问题，总是让人很无奈。但是，如果我们在拍照之前，好好做一些准备工作，好好检查一些必备的配件，那就会达到事半功倍的效果。另外，对于一些没有使用过数码单反相机的摄影者，准备工作就更重要了。使用之前必须好好看一下相机说明书，了解一下规范的操作，这对于自己和相机都是有好处的。

下面就详细介绍拍照前必要的准备工作。

1.1.1 检查电池是否有电及如何充电

拍照之前首先应检查电池是否有电，电量是否够用，并及时充电。

卡片机的电池用得很快，所以检查电池是必需的。数码单反相机使用的是高性能锂离子电池，随机附送一块电池和配套的充电器。这种锂离子电池容量较大，适合单反相机长时间拍摄。锂离子电池在耐寒性能上也非常出色，在一些温度较低的环境下仍然可以为相机提供电能。

使用充电器给电池充电的时候，应仔细了解该产品的电压设定，一般的充电器提供100~220V的电压适用范围。充电时要注意电池与充电器接触的金属部分是否对位，当充电指示灯亮起时则说明这是有效的接触，并开始充电。记好相机开始充电的时间，在规定的时间内将其拔下。新电池最好在使用前持续充电12小时，等电池电量使用彻底耗尽，再次充电12小时，依次循环3次，以后便可以按照正常的充电指示进行充电。



卡片机的电池和内存卡、电池充电器



数码单反相机的电池充电器



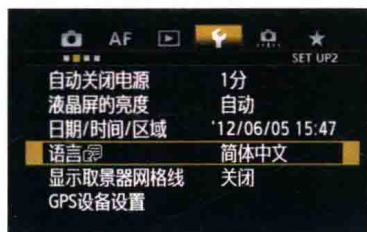
数码单反相机的电池

1.1.2 新买相机的初步设定

数码相机有着丰富的可操作性能，本身带有多项功能调节和菜单设置选项。在拿到相机后，需要做一些基本的初始化设定，这些是开始拍摄的基础。调整好初始化设定在拍摄中会得到很大的便利。

1. 语言的设定

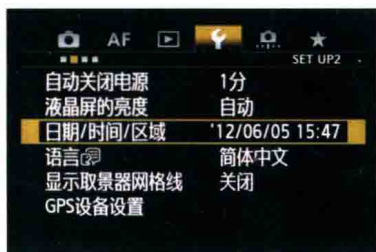
相机厂商所生产的产品是针对全球销售的，所以它里面集成了多个国家的语言。在数码相机的菜单设置里可以找到语言设置的选项，然后选择自己的语言。以佳能相机为例，按下相机的MENU按钮，相机会显示菜单界面，旋转轮盘，调整到语言设置选项上，即可进行设置。



语言菜单的设置

2. 设置日期和时间

设置正确的时间和日期，对于日后的照片整理工作有很大的帮助。因为相机通常都会按照时间顺序排列照片。



设置日期和时间（一）



设置日期和时间（二）

3. 设定休眠时间

电池和相机的关系，就好像汽油和汽车的关系，二者缺一不可。数码相机的拍摄续航能力，直接影响到摄影者的工作量是否能够完成。除了在电池品牌和容量上的选择外，还可以通过相机的一些设置来节约电能。比如：LCD屏幕的显示时间，还有亮度的挡位，相机多长时间休眠等。

使用好这些功能，无疑对相机的续航能力有很大提升。



电源管理设置成省电模式



拍摄时间设置成省电模式



设置相机休眠时间

1.1.3 常用菜单的设置和使用

数码相机有丰富的内置菜单供摄影者选择和设置，摄影师了解这些设置可以更好地完成拍摄工作。下面讲解常用菜单的设置方法。

1. 存储卡的格式化

格式化是一种迅速清空存储卡的方式，这样可以一次性将卡内所有文件删除，使存储卡从空白状态下开始拍摄。所以，在使用格式化命令的时候，一定要确认自己卡内的图片是否已经输出到电脑或者有备份。注意有些相机有特殊的要求，假如存储卡曾经在别的相机上使用过，在使用前必须将存储卡格式化一遍。



当我们想全部删除照片的时候，就可以使用格式化功能

2. 文件格式的选择

使用数码相机拍摄的时候，一定要想到自己将来的照片要做什么用途，需要多大的文件量。现在的数码相机大多支持RAW格式和JPG格式。假如是拍留念照或者照片作为一般用途使用，选择JPG格式即可。RAW格式是一种原始的未经处理的数码文件，它为摄影者提供最大的尺寸，在后期的操作调整上也有很大的余地。倘若对图片将来的用途有要求，最好使用这种格式拍摄。

3. 白平衡

白平衡的设置主要是为了让数码相机在任何光线条件下都可以正确地还原色彩。调节白平衡可以产生不同的效果，摄影者可以根据自己的意图创作出偏冷或者偏暖色调的画面。



白平衡菜单



各种白平衡模式

4. 照片风格的应用

照片风格选项是一种内置的、既定的，适合不同拍摄物体设定的参数选择。它就像是胶片对于传统相机的关系，有风光、人像等风格。一般来说，数码相机有以下几种风格：标准、人像、风光、中性等。除了这些既定的设置，用户还可以根据自己的需求进行细微的调整。可操纵的选项有：反差、锐度、饱和度等。



照片风格的选择

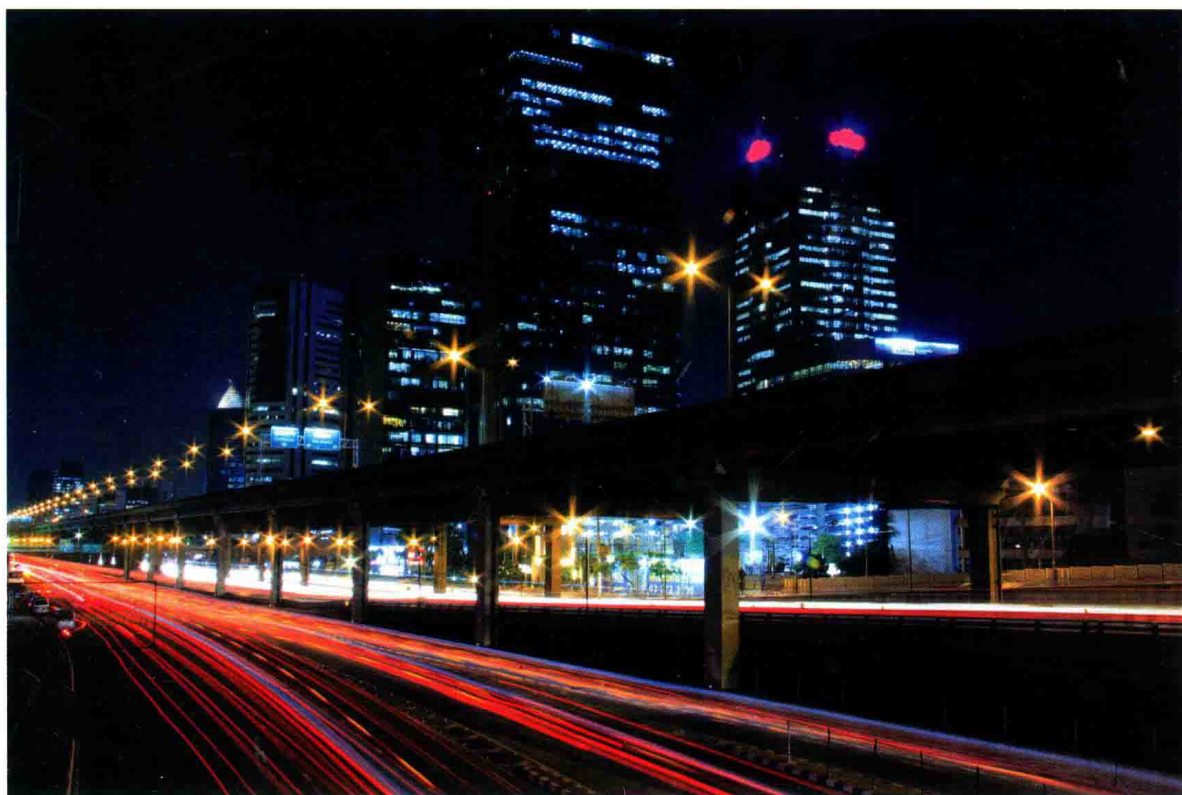
1.2 掌握正确的拍摄姿势

走在大街上，可以看到各式各样的拍照姿势，但是有没有想过，哪一种姿势才是专业的、正确的？所谓站有站姿坐有坐姿，拍照也有自己独特的姿势。正确的姿势不但可以使摄影者舒适地完成工作，更是一张照片是否清晰的保证。所以每一个摄影者都应该养成正确的拍摄姿势。

1.2.1 正确的持机姿势

正确的拍摄姿势第一步就是拿稳拿好手里的相机，这样不仅能保护相机不会摔在地上，也可以保证画面的清晰度。“稳定”是检验拍摄者合不合格的基本功之一。试想，如果有一个千载难逢的好画面出现，曝光、构图等都非常好，但是由于摄影者没有端稳相机，因相机晃动导致画面模糊，那将是多大的遗憾啊。所以，在拍摄的时候，摄影者一定要拿稳自己手中的相机。同时，相机的设计都很符合人体工程学原理，会在手握的部位安装一些胶皮之类的物质，增加它的摩擦系数，我们必须好好利用这些特殊设计。

首先，对于那些卡片机，必须把相机的腕带绕在手上。然后，用右手紧紧握住相机，而左手托住相机作支撑，增加相机的稳定系数。手持相机时不要握得太紧，以免引起相机的抖动。按快门的时候不要太用力，由于卡片机有快门滞留时间，按下快门时要保持姿势不变片刻，等相机完成自动曝光时再变换姿势。拍照时要注意，急促的呼吸会产生细微的震动，导致画面模糊，所以按快门的时候最好屏住呼吸。



拍夜景的时候一定要保证相机的稳定，条件允许的话最好用三脚架，用慢快门就可以把车流拍成线条



光圈：F16 快门速度：5s 焦距：35mm 感光度：ISO 100

其次，对于专业的数码单反相机，非特殊情况下都应该把相机拿到眼前拍摄。用右手的拇指握住相机的后部，其余3个手指握住相机的正面，并将食指放在快门上面，这样拇指在后面可以很方便地操纵机身后面的按钮。将左手放到镜头的下方，左手手掌托稳相机底部，并尽量分担相机的大部分重量。拇指和食指放在对焦环位置，方便随时调整焦距。



错误的持机姿势：一只手拿相机稳定性差，相机易抖动



正确的持机姿势：两只手稳稳地抓住相机，相机不易产生抖动

1.2.2 正确的拍摄姿势

在保证相机稳定的前提下，为了拍摄需要，常常会摆一些不一样的拍摄姿势。

1. 站立拍摄

手持相机站立拍摄是最常用的一种拍摄方式。拍摄时要把双脚分开一定角度，两脚分前后，这样身体的重量将平均分配到双脚，更加稳定。双手端稳相机，手肘最好夹紧身体，然后将相机置于双眼取景的位置进行拍摄。



站立拍摄时手肘夹紧身体，可以减轻相机的抖动

2. 半跪式拍摄

在拍摄低矮的被摄物体时，可能会采用一些低机位的拍摄姿势。半跪着拍摄时，将右腿弓起，脚掌着地，左腿膝盖和左脚脚尖点地，这样会形成一个稳定的三角形，给相机提供一个稳定的支点。左臂支撑在左膝上稳定相机，然后拍摄。

3. 倚靠式拍摄

有些拍摄环境不好，可以采用倚靠式拍摄姿态。用身体的某部位倚靠在墙体或者树干上，这样身体会比较稳定，减少相机的抖动。



半跪式腿部动作，左臂支撑相机，与腿之间形成一个稳定的三角形，减少相机的抖动



倚靠式拍摄姿势，减少相机的抖动