

MOBILE
PHOTOGRAPHY

龙飞 姚恒 编著

手机摄影 从入门到精通

拍出赞爆朋友圈的大片
很简单



50万

摄影爱好者汇聚的

玩转手机摄影 公众号

倾情推荐



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn





手机摄影 从入门到精通

拍出赞爆朋友圈的大片很简单 **下**

龙飞 姚恒 编著



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhep.com.cn

内容简介

本书是为广大手机用户量身打造的手机摄影宝典，共分为上下两册。书中介绍了 12 种手机相机常用的参数设置、18 种打破照片平庸的小诀窍、19 种不同场合下手机拍摄的秘诀、21 种手机曝光与对焦的技巧、22 种手机摄影构图的技巧、24 种手机摄影光影的运用技巧，再加上 14 种可与专业摄影师比肩的手机摄影附件，让您一书精通手机摄影！书中通过众多手机实拍案例，从持机姿势、手机相机设置、手机拍视频、手机曝光、测光模式、手机白平衡、对焦模式、构图取景、光源类型、光线特性、拍照 App、特效镜头模式，再到不同对象、不同距离、不同天气、不同主题的拍摄技巧，将理论融入到日常手机摄影实践中，让读者快速掌握手机摄影的高超技法！

图书在版编目 (CIP) 数据

手机摄影从入门到精通：拍出赞爆朋友圈的大片很简单 / 龙飞，姚恒编著. — 北京：北京希望电子出版社，2017.12

ISBN 978-7-83002-569-4

I. ①手… II. ①龙… ②姚… III. ①移动电话机—摄影技术 IV. ① J41 ② TN929.53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 264794 号

出版：北京希望电子出版社

地址：北京市海淀区中关村大街 22 号中科大厦 A 座 9 层

邮编：100190

网址：www.bhp.com.cn

电话：010-82620818 (总机) 转发行部

010-82702675 (邮购)

传真：010-62543892

经销：各地新华书店

封面：马羊羊

编辑：安源

校对：王丽锋

开本：880mm×1230mm 1/32

印张：8

字数：160 千字

印刷：北京市雅迪彩色印刷有限公司

版次：2018 年 3 月 1 版 1 次印刷

定价：55.00 元 (共两册)

Chapter 01

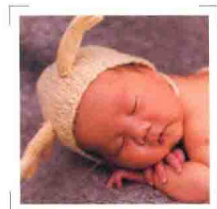
摄影之美：用手机呈现别样之美



1.1 影调色彩之美	011
● 色彩之美	011
● 虚实之美	013
● 光线之美	014
● 光影之美	016
● 黑白之美	017
● 光绘之美	018
1.2 构图角度之美	019
● 对称之美	019
● 曲线之美	021
● 形状之美	023
● 局部之美	024
● 俯瞰之美	025
● 仰视之美	026
● 极简之美	027
1.3 画面特效之美	028
● 景深之美	028
● 模糊之美	030
● 抽象之美	031
● 噪点之美	032
● 素描之美	032

Chapter 02

人像专题：拍出人像大片的诀窍

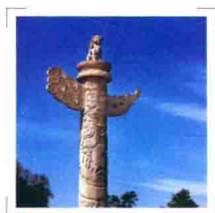


2.1 人像摄影，必须掌握的基础技巧	034
◎ 做好准备：前期准备是基础	034
◎ 人像模式：手机也能拍出单反效果	035
◎ 变焦双摄：拍人更美	037
◎ 柔光双摄：自拍背景虚化，你就是焦点	038
2.2 角度解密：为何别人拍的人像那么美	039
◎ 人像摄影角度构图之横画幅拍法	039
◎ 人像摄影角度构图之竖画幅拍法	040
◎ 人像摄影角度构图之俯拍法	041
◎ 人像摄影角度构图之仰拍法	041
2.3 分享人像构图技法，快速提升摄影水平	042
◎ 三分构图：拍摄画面简洁的人像	042
◎ 曲线构图：拍出人像的曲线美	043
◎ 斜线构图：画面整体更有活力	044
◎ 局部特写：展现人物细节之美	046
◎ 以物喻人：表达自己心中所想	047
2.4 不同脸型的人，怎样用手机自拍	047
◎ 圆脸MM自拍	047
◎ 长脸与方脸型自拍	048
◎ 瓜子脸与梨形脸自拍	049
2.5 1分钟学会摆自拍姿势	050
◎ 剪刀手与猫爪式自拍	050
◎ 托下巴与性感式自拍	051
◎ 斜肩式与遮阳式自拍	051
◎ 眨眼式与秘密式自拍	052

2.6 手机人像摄影，如何让她看起来更美	053
◎ 景别调整：远景、中景、近景如何选	053
◎ 光线运用：教你如何把人像拍得漂亮	054
◎ 找到最美的拍摄角度	054
◎ 用手机拍出漂亮的剪影或半剪影人像	055
◎ 夜景人像，曝光有技巧	056
◎ 户外人像，选择好背景很重要	056

Chapter 03

旅行街拍：让照片美出“新高度”



3.1 旅游摄影必备的构图小技巧	059
◎ 突出主体、吸引视线	059
◎ 视觉平衡、稳定和谐	060
◎ 虚实相映、表现意境	060
3.2 解密旅行摄影中的“用光”艺术	061
◎ 寻找最佳的光线质量	061
◎ 把握最佳的光线时机	063
◎ 使用合适光线表现景物	064
◎ 用手机小道具改善光线	065
3.3 教你怎么拍出好的旅行照片	066
◎ 当地的特色景观	066



	当地的特色建筑	068
	当地的特色美食	069
	当地的特色人物	072
	与经典标志的合照	073
	记录途中的风光	073
	记录途中的小动物	074
3.4	手机街拍的5大实用技巧	075
	学会预知可以出现的画面	075
	抓住大街上的“视觉符号”	075
	独特、难见的拍摄视角	076
	给街景加点“夸张”效果	077
	容易引起共鸣的生活万象	077
3.5	手机街拍的错误和注意事项	078

Chapter 04

美景拍摄：可与单反PK的题材



4.1	观日出日落，看云卷云舒	080
	日落后的火烧云	080
	展现彩霞的剪影	080
	水面反射金光	081
	黄昏时分的温暖阳光	082
	明镜空灵的夕阳水面	082
4.2	灯火辉煌的夜晚，别有一番景象	084
	繁华灿烂的城市灯光	084
	夜晚的车流灯轨	084
	五彩缤纷的焰火	085
4.3	美不胜收的山景	085

	● 明暗对比突出山顶的光芒	085
	● 夕阳下的山岳剪影	086
	● 增强秋的色彩表现	086
	● 抓住细节表现山脉	087
	● 丘陵抽象简洁的纯粹美	088
4.4	醉人的云雾风光	088
	● 用雾表现山水美景	088
	● 云雾中的高山	089
	● 在飞机上拍摄的云层	089
4.5	清新自然的水景	090
	● 夕阳下的海景	090
	● 展现浪花翻滚	091
	● 高山峡谷河流	091
	● 刻画瀑布全景	092
	● 水面倒影之美	092
	● 波光粼粼的湖面	092
4.6	寒冬雪景，一切都银妆素裹	093
	● 漫天的雪花，浪漫的雪景	093
	● 冰雪中的枯树	094
	● 冰雪交融的湖岸	095
4.7	彰显不平凡的植物花卉	096
	● 逆光表现花卉	096
	● 不起眼的小花细节	097
	● 花丛的颜色组合	098
	● 花蕊的细节美感	099
	● 极具诱惑的荷花	100
	● 充满灵性的桃花	101
4.8	空旷辽远的大草原	102
	● 横画幅展现辽阔的草原风光	102
	● 加入陪体使草原画面富有生机	103

Chapter 05

App后期：将照片做出大片范儿



5.1 大师级的摄影师都在使用的后期软件	105
● Snapseed——众多不可思议的先进功能	105
● PS Touch——手机版的Photoshop	106
● MIX滤镜大师——轻松调出视觉大片	107
● VSCO Cam——提供丰富的胶片色调	108
● 天天P图——瞬间打造出精致美图	109
● 海报工厂——让照片瞬间“高大上”	110
5.2 基本后期技能，让手机照片美丽、动人	111
● 二次构图——让你的照片变废为宝	111
● 影调调节——调整照片的对比度、亮度、饱和度	112
● 手机拼图——美出个性，原来照片还能这么玩	113
● 虚化背景——让画面中的主体更加突出	114
● 用手机给照片添加暗角超简单	115
● 手机后期修图——简单几步调出耐看的电影色调	116
● 美美哒照片——调出可爱甜美的小清新色调	117
● 照片加字“玩”出独属于自己的特有模板	118
5.3 高级后期技能，教你用手机修出大片	119
● 替换天空——轻松合成不同的天空效果	120
● 强烈动感——轻松打造运动模糊滤镜效果	121
● 画中画特效——随手拍，马上变艺术照	122
● 如何用手机把照片转换为素描、黑白效果	123
● 自己的照片可以做明信片啦！满满文艺范儿	124
● 手机拍照用好这些技巧，轻松改善天气光线问题	125
● 添加炫光——原来太阳光照特效是这么做出来的	126
● 人像美容——打造完美的炫丽冷色彩妆人像照	127



手机摄影 从入门到精通

拍出赞爆朋友圈的大片很简单 **下**

龙飞 姚恒 编著



北京希望电子出版社
Beijing Hope Electronic Press
www.bhp.com.cn

内容简介

本书是为广大手机用户量身打造的手机摄影宝典，共分为上下两册。书中介绍了 12 种手机相机常用的参数设置、18 种打破照片平庸的小诀窍、19 种不同场合下手机拍摄的秘诀、21 种手机曝光与对焦的技巧、22 种手机摄影构图的技巧、24 种手机摄影光影的运用技巧，再加上 14 种可与专业摄影师比肩的手机摄影附件，让您一书精通手机摄影！书中通过众多手机实拍案例，从持机姿势、手机相机设置、手机拍视频、手机曝光、测光模式、手机白平衡、对焦模式、构图取景、光源类型、光线特性、拍照 App、特效镜头模式，再到不同对象、不同距离、不同天气、不同主题的拍摄技巧，将理论融入到日常手机摄影实践中，让读者快速掌握手机摄影的高超技法！

图书在版编目 (CIP) 数据

手机摄影从入门到精通：拍出赞爆朋友圈的大片很简单 / 龙飞，姚恒编著. — 北京：北京希望电子出版社，2017.12

ISBN 978-7-83002-569-4

I. ①手… II. ①龙… ②姚… III. ①移动电话机—摄影技术 IV. ① J41 ② TN929.53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 264794 号

出版：北京希望电子出版社

地址：北京市海淀区中关村大街 22 号中科大厦 A 座 9 层

邮编：100190

网址：www.bhp.com.cn

电话：010-82620818 (总机) 转发行部

010-82702675 (邮购)

传真：010-62543892

经销：各地新华书店

封面：马羊羊

编辑：安源

校对：王丽锋

开本：880mm×1230mm 1/32

印张：8

字数：160 千字

印刷：北京市雅迪彩色印刷有限公司

版次：2018 年 3 月 1 版 1 次印刷

定价：55.00 元 (共两册)

Chapter 01

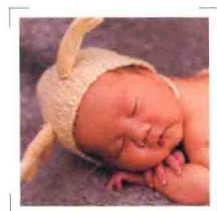
摄影之美：用手机呈现别样之美



1.1 影调色彩之美	011
● 色彩之美	011
● 虚实之美	013
● 光线之美	014
● 光影之美	016
● 黑白之美	017
● 光绘之美	018
1.2 构图角度之美	019
● 对称之美	019
● 曲线之美	021
● 形状之美	023
● 局部之美	024
● 俯瞰之美	025
● 仰视之美	026
● 极简之美	027
1.3 画面特效之美	028
● 景深之美	028
● 模糊之美	030
● 抽象之美	031
● 噪点之美	032
● 素描之美	032

Chapter 02

人像专题：拍出人像大片的诀窍

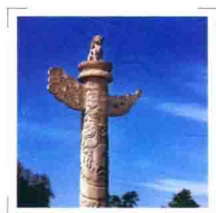


2.1 人像摄影，必须掌握的基础技巧	034
◎ 做好准备：前期准备是基础	034
◎ 人像模式：手机也能拍出单反效果	035
◎ 变焦双摄：拍人更美	037
◎ 柔光双摄：自拍背景虚化，你就是焦点	038
2.2 角度解密：为何别人拍的人像那么美	039
◎ 人像摄影角度构图之横画幅拍法	039
◎ 人像摄影角度构图之竖画幅拍法	040
◎ 人像摄影角度构图之俯拍法	041
◎ 人像摄影角度构图之仰拍法	041
2.3 分享人像构图技法，快速提升摄影水平	042
◎ 三分构图：拍摄画面简洁的人像	042
◎ 曲线构图：拍出人像的曲线美	043
◎ 斜线构图：画面整体更有活力	044
◎ 局部特写：展现人物细节之美	046
◎ 以物喻人：表达自己心中所想	047
2.4 不同脸型的人，怎样用手机自拍	047
◎ 圆脸MM自拍	047
◎ 长脸与方脸型自拍	048
◎ 瓜子脸与梨形脸自拍	049
2.5 1分钟学会摆自拍姿势	050
◎ 剪刀手与猫爪式自拍	050
◎ 托下巴与性感式自拍	051
◎ 斜肩式与遮阳式自拍	051
◎ 眨眼式与秘密式自拍	052

2.6 手机人像摄影，如何让她看起来更美	053
◎ 景别调整：远景、中景、近景如何选	053
◎ 光线运用：教你如何把人像拍得漂亮	054
◎ 找到最美的拍摄角度	054
◎ 用手机拍出漂亮的剪影或半剪影人像	055
◎ 夜景人像，曝光有技巧	056
◎ 户外人像，选择好背景很重要	056

Chapter 03

旅行街拍：让照片美出“新高度”



3.1 旅游摄影必备的构图小技巧	059
◎ 突出主体、吸引视线	059
◎ 视觉平衡、稳定和谐	060
◎ 虚实相映、表现意境	060
3.2 解密旅行摄影中的“用光”艺术	061
◎ 寻找最佳的光线质量	061
◎ 把握最佳的光线时机	063
◎ 使用合适光线表现景物	064
◎ 用手机小道具改善光线	065
3.3 教你怎么拍出好的旅行照片	066
◎ 当地的特色景观	066



● 当地的特色建筑	068
● 当地的特色美食	069
● 当地的特色人物	072
● 与经典标志的合照	073
● 记录途中的风光	073
● 记录途中的小动物	074
3.4 手机街拍的5大实用技巧	075
● 学会预知可以出现的画面	075
● 抓住大街上的“视觉符号”	075
● 独特、难见的拍摄视角	076
● 给街景加点“夸张”效果	077
● 容易引起共鸣的生活万象	077
3.5 手机街拍的错误和注意事项	078

Chapter 04

美景拍摄：可与单反PK的题材



4.1 观日出日落，看云卷云舒	080
● 日落后的火烧云	080
● 展现彩霞的剪影	080
● 水面反射金光	081
● 黄昏时分的温暖阳光	082
● 明镜空灵的夕阳水面	082
4.2 灯火辉煌的夜晚，别有一番景象	084
● 繁华灿烂的城市灯光	084
● 夜晚的车流灯轨	084
● 五彩缤纷的焰火	085
4.3 美不胜收的山景	085

● 明暗对比突出山顶的光芒	085
● 夕阳下的山岳剪影	086
● 增强秋的色彩表现	086
● 抓住细节表现山脉	087
● 丘陵抽象简洁的纯粹美	088
4.4 醉人的云雾风光	088
● 用雾表现山水美景	088
● 云雾中的高山	089
● 在飞机上拍摄的云层	089
4.5 清新自然的水景	090
● 夕阳下的海景	090
● 展现浪花翻滚	091
● 高山峡谷河流	091
● 刻画瀑布全景	092
● 水面倒影之美	092
● 波光粼粼的湖面	092
4.6 寒冬雪景，一切都银妆素裹	093
● 漫天的雪花，浪漫的雪景	093
● 冰雪中的枯树	094
● 冰雪交融的湖岸	095
4.7 彰显不平凡的植物花卉	096
● 逆光表现花卉	096
● 不起眼的小花细节	097
● 花丛的颜色组合	098
● 花蕊的细节美感	099
● 极具诱惑的荷花	100
● 充满灵性的桃花	101
4.8 空旷辽远的大草原	102
● 横画幅展现辽阔的草原风光	102
● 加入陪体使草原画面富有生机	103

Chapter 05

App后期：将照片做出大片范儿



5.1 大师级的摄影师都在使用的后期软件	105
● Snapseed——众多不可思议的先进功能	105
● PS Touch——手机版的Photoshop	106
● MIX滤镜大师——轻松调出视觉大片	107
● VSCO Cam——提供丰富的胶片色调	108
● 天天P图——瞬间打造出精致美图	109
● 海报工厂——让照片瞬间“高大上”	110
5.2 基本后期技能，让手机照片美丽、动人	111
● 二次构图——让你的照片变废为宝	111
● 影调调节——调整照片的对比度、亮度、饱和度	112
● 手机拼图——美出个性，原来照片还能这么玩	113
● 虚化背景——让画面中的主体更加突出	114
● 用手机给照片添加暗角超简单	115
● 手机后期修图——简单几步调出耐看的电影色调	116
● 美美哒照片——调出可爱甜美的小清新色调	117
● 照片加字“玩”出独属于自己的特有模板	118
5.3 高级后期技能，教你用手机修出大片	119
● 替换天空——轻松合成不同的天空效果	120
● 强烈动感——轻松打造运动模糊滤镜效果	121
● 画中画特效——随手拍，马上变艺术照	122
● 如何用手机把照片转换为素描、黑白效果	123
● 自己的照片可以做明信片啦！满满文艺范儿	124
● 手机拍照用好这些技巧，轻松改善天气光线问题	125
● 添加炫光——原来太阳光照特效是这么做出来的	126
● 人像美容——打造完美的炫丽冷色彩妆人像照	127