

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

上



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.bhep.com.cn



创客工场



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機摄影宝典，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

轻松玩转：手机摄影中的必备技能



1.1 手机将我们带入全民拍照时代	014
☉ 手机摄影带来的巨大改变	014
☉ 摄影达人的手机选择	016
☉ 从“拍照”到“摄影”更进一步	018
1.2 稳定至上：新手必学的持机姿势	019
1.3 手机按快门有方法	020
☉ 定时拍摄	020
☉ 遥控快门	021
☉ 单击音量键拍照	022
☉ 人脸/笑脸识别	022
☉ 声控拍照	023
1.4 手机相机设置作用大	024
☉ 选择画幅：横拍、竖拍还是全景	024
☉ 关闭快门提示音，使用静音拍摄	026
☉ 手机摄影，也要懂得调光圈、快门	026
☉ 水平仪，防止拍出的图片倾斜	029
☉ 光学防抖 + 电子防抖，怎么拍都清晰	029



☉ 存储照片，切记要保存原图	030
----------------	-----

1.5 用手机拍好视频的两个建议	031
------------------	-----

☉ 手机视频的拍摄技巧	031
-------------	-----

☉ 手机视频的处理技巧	031
-------------	-----

Chapter 02

摄影玩法：手机摄影的曝光、对焦



2.1 玩转手机曝光，打造极致摄影体验	033
---------------------	-----

☉ 恰当曝光，防止画面细节丢失	033
-----------------	-----

☉ “自动曝光/自动对焦锁定”功能	034
-------------------	-----

☉ 使用“曝光补偿”功能避免曝光不足	034
--------------------	-----

☉ 调整合适感光度，确保画面亮度	035
------------------	-----

☉ 使用手机自带的闪光灯进行补光	035
------------------	-----

2.2 测光模式怎么用才合适	036
----------------	-----

☉ 点测光：画面效果变化更丰富	036
-----------------	-----

☉ 中心重点测光：人像拍摄的经典测光方式	037
----------------------	-----

☉ 平均测光：适用于明暗反差小的场景	038
--------------------	-----

2.3 妙用手机白平衡，营造不同画面效果	039
----------------------	-----

☉ 只要会用白平衡，废片秒变大片	039
------------------	-----

☉ 解读常见手机的白平衡模式	040
----------------	-----

2.4 8种对焦模式，手机能当相机用	041
--------------------	-----

☉ 触摸对焦：自由选择画面的焦点	041
------------------	-----

☉ 手动对焦：实现清晰的对焦方式	042
------------------	-----

☉ 相位对焦（PDAF）：准确对焦到目标	042
----------------------	-----

☉ Focus Pixel：快速的自动对焦技术	043
-------------------------	-----

☉ 激光对焦：极大地缩短对焦时间	043
------------------	-----



- ☉ 红外对焦：比普通自动对焦技术快2倍..... 044
- ☉ 双摄像头：自由选择照片的焦点及光圈..... 044
- ☉ 反差对焦：手机对焦技术的基石 045

2.5 焦光分离，点按可分别进行对焦和测光.....045

2.6 利用手机变焦功能将对象拉近拍摄.....046

2.7 开启HDR功能，拍摄高动态范围画面.....046

Chapter 03

构图必学：手机摄影也要懂的构图



3.1 构图取景的3个常用角度..... 048

- ☉ 平视：展现画面的真实细节..... 048
- ☉ 仰视：强调高度和视觉透视感..... 049
- ☉ 俯视：体现纵深感和层次感..... 050

3.2 构图拍摄的3种常用方向..... 051

- ☉ 正面：符合视觉习惯的观察模式..... 051
- ☉ 侧面：拍出美的轮廓线..... 052
- ☉ 背面：留给观众无限的遐想空间..... 053

3.3 构图的元素如何安排..... 054

- ☉ 主体：主要强调的对象..... 054
- ☉ 陪体：让主体更有美感..... 055
- ☉ 环境：对主体进行说明..... 055

3.4 设计构图的基础元素——点、线、面	056
☉ 点构图：可以快速找到主体	056
☉ 线构图：划分画面的结构	057
☉ 面构图：传达情绪的视觉符号	058
3.5 10种构图技巧让照片脱颖而出	059
☉ 九宫格：拍出主次分明的照片效果	059
☉ 黄金比例构图：拍出完美照片	060
☉ 框架式构图：体现透视效果与纵深感	062
☉ 三分线构图：使画面赏心悦目	063
☉ 对称式构图：平衡、稳定、相呼应	064
☉ 斜线构图：富有韵律感和节奏感	065
☉ 圆形构图：让照片效果魅力多姿	066
☉ 三角形构图：安定、均衡且不失灵活	067
☉ 透视构图：带来身临其境的现场感	067
☉ 对比构图：让作品更吸睛	068

Chapter 04

光影流转：用光影塑造出优美影像



4.1 “光从哪里来”，3种不同的光源类型	070
☉ 自然光：容易被观众所接受	070
☉ 人造光：光影视觉冲击力强	071
☉ 现场光：找到高质量的光源	071

4.2 了解光线特性，玩转9种用光技巧	072
----------------------------	-----



☉ 直射光：产生强烈的立体感	072
☉ 散射光：画面平淡反差较小	073
☉ 顺光：拍出颜色亮丽的画面	074
☉ 侧光：展现层次感和立体感	075
☉ 逆光：产生漂亮的剪影效果	076
☉ 顶光：突出对象的顶部形态	077
☉ 底光：强调高大及冲击力	077
☉ 炫光：营造特殊的画面效果	078
☉ 耶稣光：神圣静谧感的光线	078
4.3 如何更有效地利用不同时段的光线	079
☉ 呈柔和暖色调的早晨和黄昏的光线	079
☉ 通透的上午光线	079
☉ 色彩明亮的午间或接近午间的光线	080
☉ 可以展现五彩霓虹灯光的夜晚光线	080
4.4 运用光影渲染表现不同的影调风格	081
☉ 粗犷的画面影调	081
☉ 柔和的画面影调	081
☉ 细腻的画面影调	082
☉ 高调画面	083
☉ 中间调画面	084
☉ 低调画面	085
4.5 手机摄影如何让画面中的光线更有意境	085
4.6 光线暗的夜晚也要拍出美美的照片	086



Chapter 05

常见拍法：不同场合的拍摄秘诀



5.1 尝试多角度拍摄同一场景	088
5.2 如何用手机拍摄不同的对象	089
☉ 旅行纪念照的拍摄	089
☉ 合影的拍摄	090
☉ 天空的拍摄	091
☉ 生活中小写意的拍摄	093
☉ 隧道的拍摄	094
5.3 不同距离，手机如何拍	095
☉ 小景拍摄	095
☉ 远景拍摄	096
☉ 微距拍摄	097
5.4 不同天气，手机如何拍	100
☉ 晴天的拍摄	100
☉ 阴天的拍摄	101
☉ 雨天的拍摄	101
☉ 多云的拍摄	102
☉ 雪天的拍摄	102
5.5 不同主题，手机如何拍	104
☉ 拍摄情侣	104
☉ 拍摄宝宝	105
☉ 拍摄动物	106
☉ 拍摄花草	108
☉ 拍摄建筑	109

Chapter 06

专业拍法：打破照片平庸的小诀窍



6.1 4种超实用的拍照App，为摄影加分	111
☉ 相机360——丰富滤镜与情景相机功能	111
☉ 百度魔拍——简单实用的拍照应用	112
☉ 水印相机——为照片快速添加水印	112
☉ POCO相机——多款专业的镜头模式	113
6.2 特效镜头模式，让你的照片脱颖而出	113
☉ 方形画幅：更有艺术范儿	113
☉ 圆形画幅：灵活的视觉感受	114
☉ 黑白滤镜：表现年代沧桑感	115
☉ 色彩焦点：保留画面中的一种色彩	116
☉ 美颜滤镜：轻轻一按，颜值逆天	117
☉ 严重偏色：让色彩具有强烈的情感倾向	119
6.3 拍出好照片的“高大上”手机摄影技巧	120
☉ 雨中水珠，学会从糟糕的天气中拍出好风光	120
☉ 如何用手机拍出漂亮的夜景画面	122
☉ Camera FV-5，手机也能拍出慢速快门照片	124
☉ 很简单！一分钟学会用手机拍“光轨”	125
☉ 多重曝光，手机摄影也可以轻松实现	126
6.4 教你用手机拍出全景震撼大片	127
☉ 手机全景大片的拍摄方法有哪些	127
☉ 如何用手机拍出美丽的全景照片	128
☉ 高端玩法之VR球形全景	128





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



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

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

内 容 简 介

本书是为广大手机用户量身打造的手機摄影宝典，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）

现今手机摄影已经风靡全球，很多人都喜欢这种简单方便的拍照方式，而且还可以随时分享到朋友圈。可以说，大家已经在不知不觉中成为了手机摄影的忠实用户，手机将我们带入了一个全民摄影的时代。但很多人都只是停留在手机拍照的阶段，照片的美观度还有很大的提升空间。

至于如何提升？从哪里提升？这就是本书的写作初衷了。

笔者尝试使用不同的手机进行拍摄，一步步摸索、一张张实拍，有幸在这些年积累了大量的实拍经验。基于这个爱好还创建了“手机摄影构图大全”公众号，在上面分享了400多种构图技法+500多种场景，以及物品构图拍法+5000多张作品展示，希望能够帮助更多的手机摄影爱好者掌握和提高手机摄影技术。

编写本书花费了很多时间，是专为入门或准备进入手机摄影领域的爱好者所撰写的入门书籍，希望帮助初学者解决一些关于手机摄影理论与附件等的基本问题，如持机姿势、快门速度、参数设置、曝光对焦、光线运用等，以及不同场合使用手机进行拍摄的方法，同时还讲解了摄影必须要掌握的构图理论。

本书的主要特点如下：

● **原创实拍，技巧全面：**书中选取的都是最具典型的手机摄影作品实例，贴近实际。用生活诠释艺术，从理论到实战，让读者从中找到每一种摄影题材的拍摄技法，并且可以快速查询。

● **题材丰富，拍出牛片：**书中介绍了在生活中各种题材的拍摄方法，并对手机摄影作品进行图示解析，将生活与拍摄实战相结合，从而使读者可以一目了然地掌握生活中各种题材的拍摄技巧，强化读者对手机摄影的认识。

● **全程图解，深度分析：**通过300多个精彩的手机拍摄实例，采用图片+拍摄技巧的方式，告诉读者如何拍摄身边的精彩瞬间，无须再为深奥的摄影理论而头痛。

参与本书编写的人员还有苏高、刘嫔、刘胜璋、刘向东、刘松异、刘伟、卢博、周旭阳、袁淑敏、谭中阳、杨端阳、李四华、王力建、柏承能、刘桂花、柏松、谭贤、谭俊杰、徐茜、柏慧等人。

由于笔者水平有限，书中难免有不足之处，恳请广大读者指正，可联系笔者微信（157075539）。

Introduction

简介

上册：针对手机摄影的基础知识进行介绍。包括手机摄影必学的技巧、手机摄影的曝光对焦、手机摄影需要懂得的构图、用光影塑造优美影像、不同场合的拍摄秘诀、打破照片平庸的小诀窍等。

上册

针对入门基础

轻松玩转：手机摄影中的必备技能

摄影玩法：手机摄影的曝光、对焦

构图必学：手机摄影也要懂的构图

光影流转：用光影塑造出优美影像

常见拍法：不同场合的拍摄秘诀

专业拍法：打破照片平庸的小诀窍

下册：针对手机实战拍摄的秘诀进行讲解。包括发现摄影之美、拍出人像大片的诀窍、旅行与街拍、美景拍摄以及如何通过App将照片做出大片范儿。

下册

针对拍摄实战和后期效果

摄影之美：用手机呈现别样之美

人像专题：拍出人像大片的诀窍

旅行街拍：让照片美出“新高度”

美景拍摄：可与单反PK的题材

App后期：将照片做出大片范儿

致谢

一本真正出色且实用，可以帮助手机摄影爱好者绕过拍摄黑洞，拍出漂亮、时尚照片的手机摄影教程书籍，需要大量的知识技巧讲解，包括哪些场景是经常会拍摄到的，哪些光影是可以捕捉运用的，哪些角度更适于展示主题，哪些构图可以打破画面的平庸……这些都是要依靠数量庞大且质量精美的手机摄影照片作为素材展示配合讲解的。

在这里要特别感谢以下摄影师友情提供作品，为帮助读者快速掌握拍摄技能提供了大量的精美照片，每一幅作品都是生活中美好瞬间的定格。

唐丽丽	徐必文	黄建波	王甜康	刘伟	罗健飞
颜信	卢博	黄海艺	王群	谭文彪	谭俊杰
包超锋	夏洁	张志科	黄玉洁	彭爽	杨婷婷
唐艳梅	胡杨	常丽	猫猫	马羊羊	唐怡然
海玲	喜洋洋	李昕航	影子	肘子	豆豆
赵大琰	多多	胡子墨	胡子乔	张钰	壮壮
爱啃西瓜皮的西西		Capricorn			

（以上排名不分先后顺序）

再次感谢大家给予的无私支持和帮助！

Chapter 01

轻松玩转：手机摄影中的必备技能



1.1 手机将我们带入全民拍照时代	014
☉ 手机摄影带来的巨大改变	014
☉ 摄影达人的手机选择	016
☉ 从“拍照”到“摄影”更进一步	018
1.2 稳定至上：新手必学的持机姿势	019
1.3 手机按快门有方法	020
☉ 定时拍摄	020
☉ 遥控快门	021
☉ 单击音量键拍照	022
☉ 人脸/笑脸识别	022
☉ 声控拍照	023
1.4 手机相机设置作用大	024
☉ 选择画幅：横拍、竖拍还是全景	024
☉ 关闭快门提示音，使用静音拍摄	026
☉ 手机摄影，也要懂得调光圈、快门	026
☉ 水平仪，防止拍出的图片倾斜	029
☉ 光学防抖 + 电子防抖，怎么拍都清晰	029



☉ 存储照片，切记要保存原图	030
1.5 用手机拍好视频的两个建议	031
☉ 手机视频的拍摄技巧	031
☉ 手机视频的处理技巧	031

Chapter 02

摄影玩法：手机摄影的曝光、对焦



2.1 玩转手机曝光，打造极致摄影体验	033
☉ 恰当曝光，防止画面细节丢失	033
☉ “自动曝光/自动对焦锁定”功能	034
☉ 使用“曝光补偿”功能避免曝光不足	034
☉ 调整合适感光度，确保画面亮度	035
☉ 使用手机自带的闪光灯进行补光	035
2.2 测光模式怎么用才合适	036
☉ 点测光：画面效果变化更丰富	036
☉ 中心重点测光：人像拍摄的经典测光方式	037
☉ 平均测光：适用于明暗反差小的场景	038
2.3 妙用手机白平衡，营造不同画面效果	039
☉ 只要会用白平衡，废片秒变大片	039
☉ 解读常见手机的白平衡模式	040
2.4 8种对焦模式，手机能当相机用	041
☉ 触摸对焦：自由选择画面的焦点	041
☉ 手动对焦：实现清晰的对焦方式	042
☉ 相位对焦（PDAF）：准确对焦到目标	042
☉ Focus Pixel：快速的自动对焦技术	043
☉ 激光对焦：极大地缩短对焦时间	043