

人人都是摄影师 手机也能出大片



李强 / 著

TAKE GREAT PHOTOS
BY CELL PHONE

手机拍出好照片

一学就会的手机摄影秘笈
刷爆朋友圈摄影高手进阶



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

TAKE GREAT PHOTOS
BY CELL PHONE

手机拍出好照片

李强 / 著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内 容 提 要

手机不仅是通信工具，也是非常便捷的拍摄工具，手机摄影不仅是简单的休闲娱乐，更重要的是它能让人们停下脚步，用摄影的方法观察身边的人和事，用全新的角度来欣赏生活，用一种更平和、更细腻、更朴实的心态来观察并记录生活中的点点滴滴。

如何用手机拍摄出好照片，是许多摄影爱好者和街拍一族迫切需要了解。要想用手机拍摄出满意的摄影作品，也需要注重一些技术操作——如何取景构图，如何用光，如何运用色彩，如何把握瞬间，如何拍摄不同的题材等。

本书针对上述摄影爱好者关心的事儿，阐述了不同题材的拍摄构思，分享手机摄影之美。本书由中国摄影家协会会员、摄影专业高级教师、资深摄影书作者李强老师编写，全书构思独特，文字凝练，所选用的手机摄影作品内涵丰富、造型优美，具有较强的艺术感染力和吸引力，有利于开阔人们手机摄影的思路，普及手机摄影文化。

图书在版编目（CIP）数据

手机拍出好照片 / 李强著. —北京：中国电力出版社，2018.1

ISBN 978-7-5198-0805-1

I. ①手… II. ①李… III. ①移动电话机—摄影技术

IV. ①TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第128170号

出版发行：中国电力出版社

地 址：北京市东城区北京站西街19号（邮政编码100005）

网 址：<http://www.cepp.sgcc.com.cn>

责任编辑：莫冰莹 010-63412526

责任校对：闫秀英

装帧设计：王英磊

责任印制：杨晓东

印 刷：北京九天众诚印刷有限公司

版 次：2018年1月第一版

印 次：2018年1月北京第一次印刷

开 本：880毫米×1230毫米 32开本

印 张：4.875

字 数：160千字

印 数：0001—3000册

定 价：45.00元

版权专有 侵权必究

本书如有印装质量问题，我社发行部负责退换。



目录 CONTENTS

第1章 取景与构图 1

- 1.1 景别..... 2
- 1.2 主体..... 7
- 1.3 陪体..... 8
- 1.4 前景..... 10
- 1.5 背景..... 11
- 1.6 高调..... 13
- 1.7 低调..... 14
- 1.8 空白..... 16
- 1.9 拍摄方向..... 18
- 1.10 拍摄高度..... 21



第2章 光线的应用 26

- 2.1 光的性质..... 27
- 2.2 光的强度..... 28
- 2.3 光的方向..... 31
- 2.4 现有光..... 37



第3章 色彩构成..... 40

- 3.1 暖调..... 41
- 3.2 冷调..... 42
- 3.3 重彩..... 43
- 3.4 淡彩..... 46
- 3.5 对比..... 47
- 3.6 和谐..... 49
- 3.7 消色..... 52
- 3.8 重点色块..... 53





第4章 拍摄题材 58

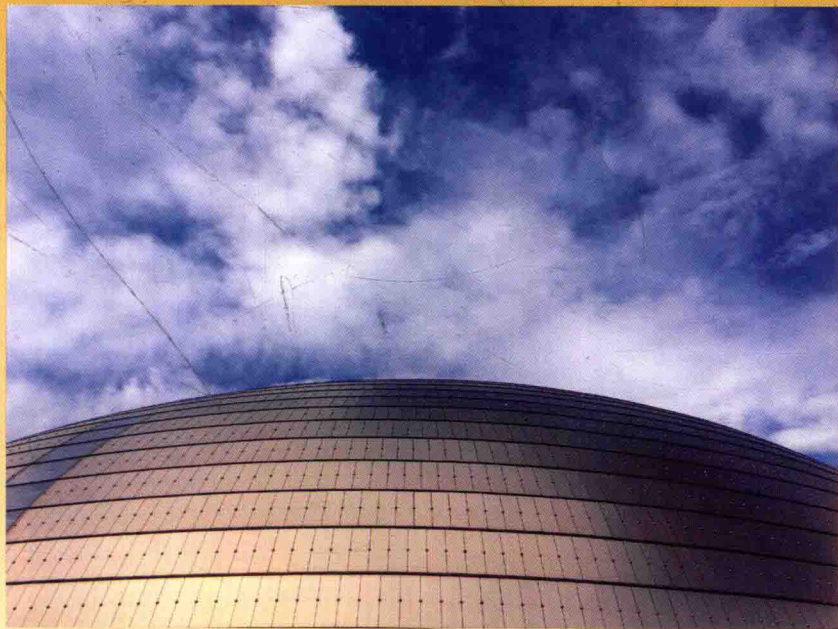
4.1 森林	59
4.2 花草	62
4.3 红叶	64
4.4 海滨	65
4.5 江河	67
4.6 湖泊	68
4.7 溪流	69
4.8 山川	71
4.9 朝阳	74
4.10 落日	77
4.11 雾景	80
4.12 冰雪	82
4.13 雾松	84
4.14 流云	86
4.15 古城	87
4.16 古村	91
4.17 老街	93
4.18 长城	97
4.19 火车	98
4.20 胡同	100
4.21 标语	105
4.22 梯田	108
4.23 水乡	109
4.24 静物	112
4.25 习俗	117
4.26 组照	119

第5章 拍摄技巧 121

5.1 提高照片清晰度的要领	122
5.2 全景模式的使用	126
5.3 曝光补偿的应用	130
5.4 手机抓拍技巧	134
5.5 通过改变拍摄距离变化画面的景别	135
5.6 当拍摄环境的明暗对比比较大时启用 HDR	137
5.7 让画面变得简洁	137
5.8 善于表现被摄物体的质感	140
5.9 随手记录生活中的精彩瞬间	141

第 1 章

取景与构图



1.1 景别

景别是指由于镜头与被摄物体的距离不同，而造成所呈现出的范围大小的区别。根据画面范围的大小，摄影景别可分为远景、全景、中景、近景和特写几种形式，不同景别的特点和表现力各不相同。

1. 远景

远景画幅包括的景物范围很广，它能显示出宽阔的场景和广大的空间。结构远景画面要从大处着眼，注意整体气势。远景画面有利于向观众展现出被摄场景总的印象，表现大的气势和气氛，但不能明显表现被摄主体的细部。



▲ 江南之春

从观景台俯拍的远景画面表现了水乡油菜花的整体场景

2. 全景

全景是以完整的包容某一事物或某一具体对象，并由适当空间环境组成的画面。它的特点是事物或具体对象有完整的形象，环境也能得到体现。拍全景照片，不论拍人或拍物，要拍出全貌，即人物要拍全身，建筑物要拍整体等。



▲ 耸立

全景画面完整表现了古塔的特征



▲ 独立

夏天的坝上草原天高路远，一棵独立的白桦树在蓝天的映衬下引人注目，画面简洁生动，是一棵树的全景表现

3. 中景

中景只包容某一事物或某一具体对象的局部范围的画面。比如拍人物时，膝盖以上范围的画面为中景。中景画面的特点是以表现某一事物的主要部分为中心，常常以动作情节取胜，环境表现降到次要地位。

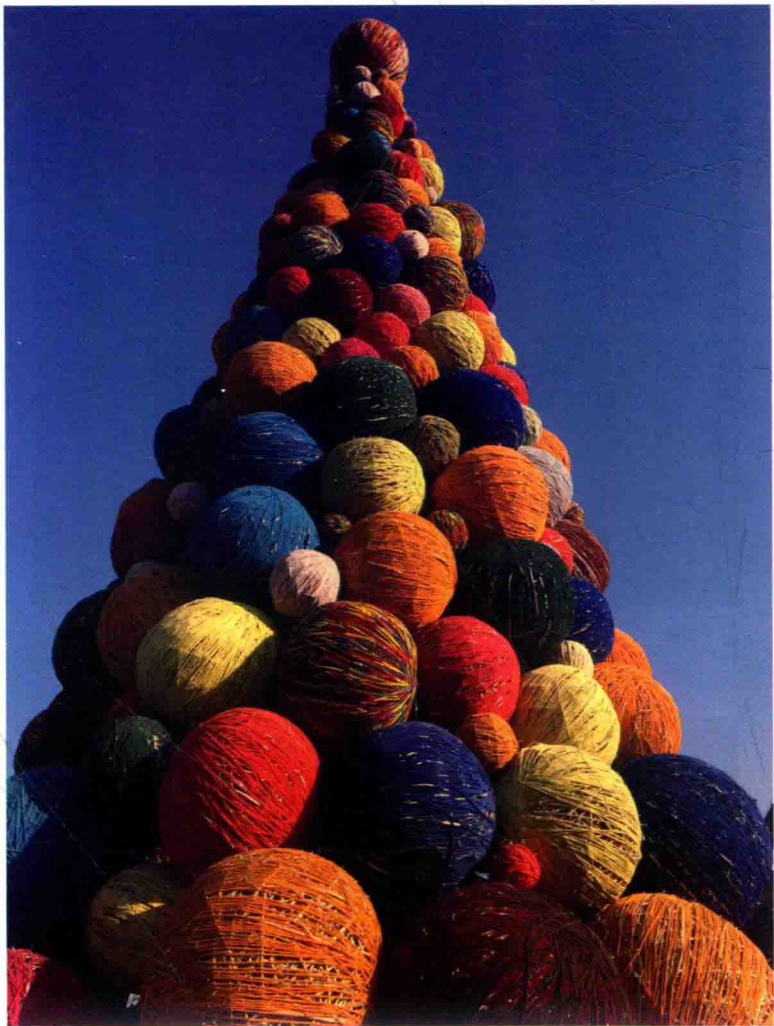


▲ 巢

中景画面表现了蓝天映衬下的树木的一个部分

4. 近景

近景画面包括的景物范围很小，被摄对象能表现出更多的细部，容易给观众留下具体而深刻的印象，不易表现环境背景的特点。拍人物时，通常表现胸部以上相貌的画面为近景，能很好地表现出人物的面貌与表情。

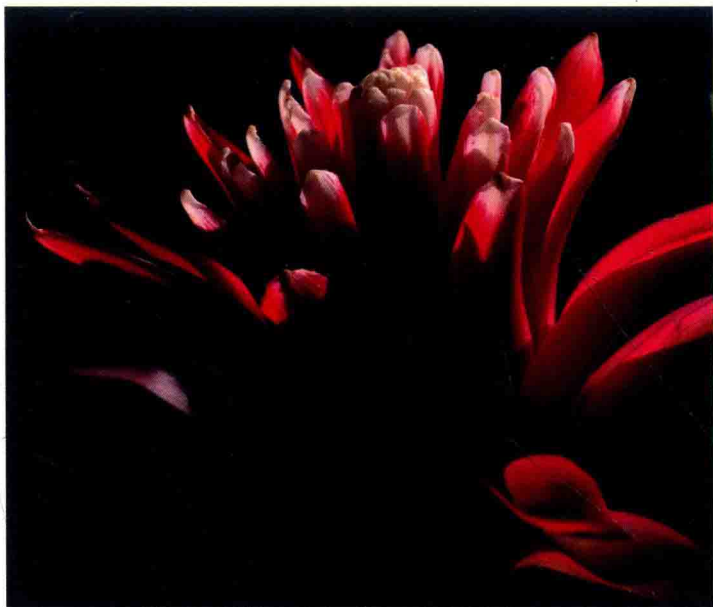


▲ 向上

近景画面表现了被摄体的细部特征

5. 特写

特写较近景更进一步，让被摄对象的某一局部充满画面，只表现被摄对象的某一细部，从细微处揭示物体的特点，会给观众留下很深的印象。比如只拍摄人物的眼睛或双手，通过眼神或手的动作来表现人物的内心情感，就属于特写画面。



▲ 绽放

一个非常简洁的花卉特写画面



▲ 雨荷

经过雨水的洗礼，荷花及花蕊簇拥在了一起，这个荷花的特写画面较好地表现了荷花的质感

1.2 主体

主体是摄影画面中要表现的主要对象，也是摄影画面的兴趣中心，是画面表现内容的主要体现者，是组织画面的主要依据。一幅画面中只能有一个主体，它可以是一个人或物，也可以是一群人或一组物体。

主体在画面中的作用：主要有两个，即体现主题思想和集中观众的视线。

(1) 主体是主题思想的体现者，突出主体能给观众鲜明的印象，使观众正确理解照片的内容。

(2) 主体是画面的结构中心，有利于集中观众的视线。

既然主体是画面的结构中心，就应突出主体。突出主体的方法如下：

(1) 给主体以位置上的优势。可将主体安排在画面的正中偏左或偏右，较小的主体可以安排在黄金分割点上。

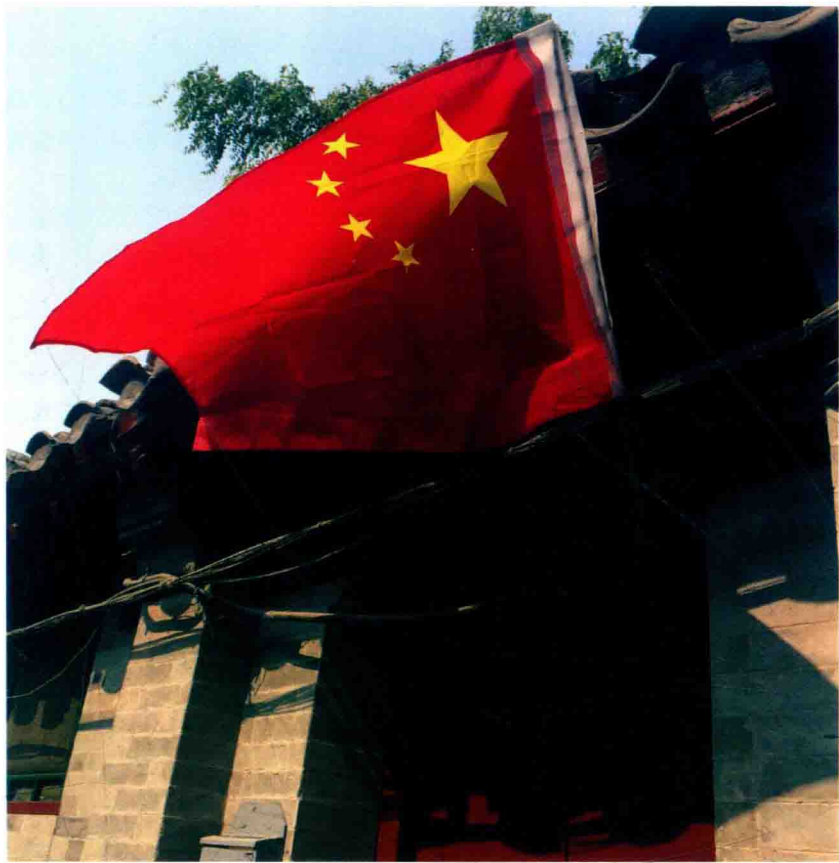
(2) 利用视线指向突出主体。观众的注意力可以通过画面中人物的视线集中到主体上面，视线起到间接突出主体的作用。

(3) 通过对比手法突出主体。常用的对比手法有：明暗对比、色彩对比、大小对比和虚实对比等。



▲ 秋白

通过对比使得画面的主体非常突出



▲ 国庆

国庆日的北京胡同挂满了五星红旗，这是一家门前迎风飘扬的红旗，在位置和色彩方面使得主体突出

1.3 陪体

陪体是拍摄者选取的用以辅助主体表达内容的人或景物。在摄影画面中作为陪体的对象，是处在与主体相对应的次要位置，与主体相呼应。画面中恰当的陪体对于主体特征及内涵的表达起着重要作用，画面语言也会因此而更加生动。

陪体在摄影画面构成中的作用主要表现在以下几个方面。

(1) 与主体共同完成主题思想的表达。

(2) 增加画面信息量，使画面更自然、更生动。

(3) 使画面造型更丰富，更具感染力。

陪体的安排应以不削弱主体表现为原则，主体与陪体不能均衡，以防主次不分。在画面中主体应突出醒目，陪体应简洁适度，陪体在画面所占面积、色调安排、线条走向等方面都要与主体配合，不能喧宾夺主。



▲ 露珠

陪体使得该画面的形式感更强

1.4 前景

被场景中靠镜头最近的景物叫作前景。前景一般处在主体的前面，有明显突前的特点。前景是摄影构图的重要因素，它能使画面富有多样性的变化。前景的形式和位置是多样的，可以分布在画面的四周，也可以遍布画面，可以是实像，也可以是虚像。

前景在画面构成中的作用如下。

(1) 渲染主题，具有概括性。比如采用桃花、迎春花作前景，画面便充满春意；用菊花、红叶作前景，秋色就洋溢画面；用冰挂、雪枝作前景，北国冬日的景象如在眼前。

(2) 增强空间感，强化主观地位。

(3) 均衡画面。

(4) 加强装饰性。一些有规则排列的物体，以及一些有图案形状的物体，用来作前景，可以使画面显得生动而有美感。



▲ 春光

以窗户为前景增强了画面的空间感



▲ 春讯

颐和园的春天桃红柳绿，画面以树枝和花儿为前景，采用前景体现了春天的讯息

1.5 背景

背景是指处在主体后面，衬托主体的景物。一幅照片是否成功，与主体的背景优劣有关。良好的背景能有效地起到烘托主体的作用，不良背景则会减弱主体的光彩，一切造型艺术家都很重视背景的作用。

背景的作用如下。

- (1) 烘托主体，使主体形状、轮廓更加突出。
- (2) 交代环境、点化中心。

比如，许多人像摄影师都利用大景别，环境包容多，将背景与人物的职业、性格特征结合起来。

- (3) 帮助构图，使画面具有空间感、均衡感等。

对于背景，有以下几种处理方式。

- (1) 当背景能点化主题时可强调背景使其醒目。
- (2) 当背景无助于点化主题时可简化背景、突出主体。

(3) 注意主体与背景的明暗、色彩、动静、虚实等对比，使主体形象鲜明突出。

- (4) 当背景无法优化，还可采用从根本上更换背景的办法。



▲ 电视塔

亮的背景使得暗的主体显得非常突出



▲ 敖包

合适的背景有利于主体的表现，画面中简洁的天空突出了前面的敖包，在色彩方面也颇具感染力