

完美摄影 191法则

数码摄影实战 技巧精粹

黑瞳 / 编著

191

- 认识摄影构图
- 十字形构图
- 利用光线表现质感
- 拍摄中的色彩配置
- 合理构图展现花朵特点
- 三角形构图拍摄坐姿人像
- 巧妙构图进行城市街拍

- 拍摄出焦外成像的朦胧美
- 前侧光打造人物明暗层次
- 甩动头发捕捉动感画面
- 直射光拍摄湖边小景
- 小光圈使晚霞更迷人
- 选择适当的画幅拍摄山景
- 逆光低角度表现波光层次
- 怎样拍出星芒效果
- 直线构图让树林更有仪式感
- 用反射光拍摄玻璃制品



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中青雄狮

律师声明

北京市中友律师事务所李苗苗律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由著作权人授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

侵权举报电话

全国“扫黄打非”工作小组办公室
010-65233456 65212870
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社
010-50856028
E-mail: editor@cypmedia.com

图书在版编目(CIP)数据

完美摄影 191 法则：数码摄影实战技巧精粹 / 黑瞳编著. — 北京：中国青年出版社，2018.1

ISBN 978-7-5153-4969-5

I. ①完… II. ①黑… III. ①数字照相机—摄影技术 IV. ①TB86 ②J41

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2017）第 262404 号

完美摄影191法则：数码摄影实战技巧精粹

黑瞳 / 编著

出版发行：中国青年出版社

地 址：北京市东四十二条 21 号

邮政编码：100708

电 话：(010) 59521188 / 59521189

传 真：(010) 59521111

企 划：北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

策划编辑：张 鹏

责任编辑：张 军

印 刷：北京建宏印刷有限公司

开 本：889×1194 1/16

印 张：13.5

版 次：2018 年 2 月北京第 1 版

印 次：2018 年 2 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5153-4969-5

定 价：69.90 元

本书如有印装质量问题，请与本社联系 电话：(010) 50856188 / 50856199

读者来信：reader@cypmedia.com 投稿邮箱：author@cypmedia.com

如有其他问题请访问我们的网站：<http://www.cypmedia.com>

基础讲座篇

- 法则01 认识数码单反相机
- 法则02 认识单反的常用附件
- 法则03 了解镜头
- 法则04 不同焦距对画面视角的影响
- 法则05 认识画幅
- 法则06 了解光圈变化对画面的影响
- 法则07 善于运用快门捕捉精彩瞬间
- 法则08 合理设置感光度
- 法则09 灵活运用白平衡
- 法则10 选择正确的测光方式
- 法则11 准确对焦把握拍摄机会
- 法则12 使用包围曝光把握拍摄机会
- 法则13 单张拍摄和连续拍摄模式
- 法则14 自拍模式
- 法则15 反光板预升模式
- 法则16 色温的选择

镜头选择篇

- 法则17 广角变焦镜头拍摄全画幅风景
- 法则18 广角变焦镜头表现特殊人物照
- 法则19 标准变焦镜头捕捉风景
- 法则20 利用标准变焦镜头进行不同场景拍摄
- 法则21 中长焦变焦镜头营造具有压缩感的照片
- 法则22 用中长焦变焦镜头选择合适焦距拍摄人像
- 法则23 用长焦变焦镜头远距离拍摄风景画面
- 法则24 广角定焦镜头的透视效果获得近大远小画面
- 法则25 广角定焦镜头拍摄置身不同环境中的人物
- 法则26 移轴镜头拍摄欧式高大建筑物
- 法则27 鱼眼镜头获得变形的画面
- 法则28 标准定焦镜头虚化背景衬托人物主体
- 法则29 长焦定焦镜头营造梦幻之旅
- 法则30 中焦定焦镜头营造画面立体感
- 法则31 微距镜头细致刻画微小画面
- 法则32 定焦镜头加大背景虚化效果突出被摄体
- 法则33 长焦变焦镜头拍摄鸟类最好的器材之一
- 法则34 超长焦定焦镜头拍摄不易靠近的动物

构图掌握篇

- 法则35 认识摄影构图
- 法则36 单点式构图
- 法则37 水平线构图
- 法则38 对称式构图
- 法则39 对角线构图
- 法则40 垂直线构图
- 法则41 曲线构图
- 法则42 C形构图
- 法则43 汇聚线构图
- 法则44 S形构图
- 法则45 十字形构图
- 法则46 圆形构图
- 法则47 三角形构图
- 法则48 框架式构图

光线色彩篇

- 法则49 直射光
- 法则50 散射光
- 法则51 反射光
- 法则52 顺光
- 法则53 前侧光
- 法则54 侧光
- 法则55 逆光
- 法则56 侧逆光
- 法则57 顶光
- 法则58 人造光
- 法则59 自然光
- 法则60 阴天柔和的散射光线
- 法则61 晴天下的直射光线
- 法则62 清晨时分的光线
- 法则63 日落时分的光线
- 法则64 利用光线表现质感
- 法则65 利用光线创建丰富的影调
- 法则66 色彩三要素
- 法则67 拍摄蔚蓝的天空
- 法则68 拍摄中的色彩配置

生态摄影篇

- 法则69 拍摄花朵用好自然光
- 法则70 合理构图展现花朵特点
- 法则71 把握好画面的影调与层次
- 法则72 拍摄动物的注意事项
- 法则73 鸟类的拍摄
- 法则74 昆虫微距摄影
- 法则75 拍摄野生动物

人像实践篇

- 法则76 九宫格构图巧妙安排人物所处位置
- 法则77 人像模式，拉开人物和背景距离
- 法则78 虚化前景或后景拍摄模特
- 法则79 S形构图展现模特S形身材
- 法则80 三角形构图拍摄坐姿人像
- 法则81 直立型构图和三分法构图拍摄站姿人像
- 法则82 利用街道两旁建筑形成的汇聚线突出中间人物效果
- 法则83 利用背景线条彰显人物个性
- 法则84 中景拍摄人物
- 法则85 近景拍摄人物
- 法则86 全景拍摄人物
- 法则87 躺姿拍摄美女模特
- 法则88 低机位拍坐姿
- 法则89 拍摄舞台人像时，画面构图要到位
- 法则90 巧妙构图进行城市街拍
- 法则91 框架式构图表现儿童的欢乐生活
- 法则92 集中呼应构图抓拍人物照片
- 法则93 拍摄出焦外成像的朦胧美
- 法则94 顺光打造美丽女子
- 法则95 前侧光打造人物明暗层次
- 法则96 侧光表现人物强烈的明暗对比效果

- 法则102 以窗户为背景利用自然光
法则103 主光+辅光+轮廓光布光法
法则104 选择合适的前景和背景,突出人物主体
法则105 甩动头发捕捉动感画面
法则106 在白天拍摄人像剪影
法则107 注重眼神的表现
法则108 体育运动的拍摄技巧

风光实践篇

- 法则109 均衡构图使画面更具故事性
法则110 顺光拍摄沙丘
法则111 前侧光表现建筑物凹凸有致的立体感
法则112 侧光拍摄错落有致的丛林树木
法则113 建筑物的逆光剪影轮廓使画面更加深邃
法则114 逆光拍摄金色湖面呈现律动感波纹
法则115 顶光拍摄高原风景
法则116 直射光拍摄湖边小景
法则117 散射光拍摄独特的建筑物风景
法则118 透射光使海面远方散射出迷人的光线
法则119 自然光拍摄水中美丽倒影
法则120 利用灯光拍摄华丽的夜景
法则121 点测光拍摄日出和日落
法则122 巧妙运用光线强调局部风景
法则123 拍摄时合理安排被摄体的位置
法则124 利用虚实对比营造百花争艳的纵深感
法则125 使用滤镜增强色彩
法则126 小光圈拍摄星状太阳或灯光增添画面神秘感
法则127 小光圈使晚霞更加迷人
法则128 小光圈表现明月高挂的效果
法则129 逆光下使用大光圈虚化背景得到圆形光斑
法则130 控制快门速度拍摄雨滴坠落屋檐
法则131 B门表现烟花易冷
法则132 增加曝光补偿拍摄白雪皑皑的画面
法则133 选择适当的画幅拍摄山景
法则134 拍摄山景时选用最佳焦距
法则135 保持好画面平衡表现山间景物的质感
法则136 利用线条增加画面的感染力
法则137 耐心等待光线的变化
法则138 准确曝光
法则139 利用周围景物烘托气氛
法则140 合理用光展现山中山景
法则141 逆光拍摄日出日落时分的山景
法则142 使用快门速度表现水流的动感
法则143 使用慢速快门表现水流的柔美
法则144 低角度仰拍水流
法则145 高速快门拍出流水的奔涌之势
法则146 利用清晨的光线和前景拍出宁静的湖泊
法则147 逆光低角度表现波光层次
法则148 大幅度虚化背景重点突出花朵主体
法则149 拍摄雪景的技巧
法则150 怎样拍好美丽的车流
法则151 怎样拍出星芒效果

- 法则152 怎样拍好五彩缤纷的烟花
法则153 抓住准确时机拍摄动物
法则154 利用微距摄影器材拍摄昆虫
法则155 拍摄动物时要保证对焦准确
法则156 自动对焦+高速快门拍飞鸟
法则157 长曝光表现绚丽夜空
法则158 运用三角形构图加强画面的形式感
法则159 旅行时使用自动模式拍摄
法则160 利用运动模式定格运动物体
法则161 在适当时机拍花卉
法则162 逆光表现花的纹理质感
法则163 斜线构图表现植物生长
法则164 利用窗户光拍摄美食
法则165 利用中央构图保证昆虫的主体位置
法则166 保持画面的平衡感
法则167 汇聚线构图表现纵深感的建筑
法则168 把握好整体色调
法则169 大胆构图
法则170 对称构图表现建筑特色
法则171 直线构图让树林更有仪式感
法则172 用反射光拍摄玻璃制品
法则173 侧光让美食有艺术感
法则174 散射光令食物色彩鲜艳
法则175 虚焦拍梦幻夜景

赏析篇

- 法则176 拍摄人像的照片中,令人印象深刻的是哪张?
法则177 哪张照片将瀑布水流表现得最为优美?
法则178 虚化画面背景的照片中,最有美感的是哪一张?
法则179 哪张照片的平衡感较好?
法则180 哪一张照片的人物位置最合理?
法则181 烟花照片中哪张表现力最好?
法则182 构图最稳定的是哪张?
法则183 阳光下的花朵照片给人柔和印象的是哪一张?
法则184 拍摄水面的照片,最美的是哪张?
法则185 低速快门下光的表现,印象最深刻的是哪张?
法则186 静物拍摄,最有吸引力的是哪张?
法则187 能完美呈现海边风光的是哪张?
法则188 水珠露珠拍摄效果最好的是哪张?
法则189 夜景人像最美的是哪张?
法则190 前景使用效果最好的是哪一张?
法则191 将可爱的儿童表现得最好的是哪张?

完美摄影

191

法则

Contents

完美摄影

191

法则

基础讲座篇

- | | | | | | |
|-------|----------------|---------|-------|----------------|---------|
| 法则 01 | 认识数码单反相机—— | P.03 | 法则 09 | 灵活运用白平衡—— | P.12-14 |
| 法则 02 | 认识单反的常用附件—— | P.04 | 法则 10 | 选择正确的测光方式—— | P.14-16 |
| 法则 03 | 了解镜头—— | P.05 | 法则 11 | 准确对焦把握拍摄机会—— | P.16-17 |
| 法则 04 | 不同焦段对画面视角的影响—— | P.06 | 法则 12 | 使用包围曝光把握拍摄机会—— | P.17-18 |
| 法则 05 | 认识画幅—— | P.07-08 | 法则 13 | 单张拍摄和连续拍摄模式—— | P.18-19 |
| 法则 06 | 了解光圈变化对画面的影响—— | P.09 | 法则 14 | 自拍模式—— | P.19 |
| 法则 07 | 善于运用快门捕捉精彩瞬间—— | P.09-11 | 法则 15 | 反光板预升模式—— | P.20 |
| 法则 08 | 合理设置感光度—— | P.11-12 | 法则 16 | 色温的选择—— | P.21-22 |

认识数码单反相机

数码单反相机是指单镜头反光的数码相机，是指使用单镜头取景对景物进行拍摄的一种相机。单反相机利用位于相机背后的光学取景框进行取景，通过安装在相机前端的镜头进行拍摄。数码单反相机的全称是单镜头反光型数码相机（Digital Single Lens Reflex Camera，缩写为DSLR），是一种运用数码方式来记录成像的照相机。

数码单反相机最大的特点就是可以根据不同的拍摄环境，所

需的拍摄效果来选用不同类型的镜头，这也是家用数码卡片机、大变焦相机和便携式相机不能比拟的。数码单反相机的另外一个特点就是其感光元件比其他类型的数码相机感光元件的尺寸大，并且感光元件的品质也要好很多，所以单反相机在成像质量方面比其他数码相机好。

常见的数码单反相机品牌有佳能、尼康、奥林巴斯、索尼、宾得等。



佳能数码单反相机



尼康数码单反相机



奥林巴斯数码单反相机



索尼数码单反相机

要想学好摄影这门知识，除了要了解相机的机身、镜头之外，还要注意摄影中的其他配件的选择，如三脚架、快门线、滤光镜等等，这些都是营造良好拍摄环境，保证摄影作品画面质量的基本因素。

Technique 01

三脚架

三脚架的作用在摄影中是不可忽视的，主要用来稳定相机。尤其是在一些夜景拍摄等需要长时间曝光的场合，三脚架更是必不可少的。

三脚架主要分为两个部分，脚架部分和云台部分。脚架部分是用于支撑站立的，云台是用于连接相机并调整拍摄角度的。

摄影者在购买三脚架的时候要注意以下几点：首先，要注意三脚架所具备的功能和购买三脚架的目的；其次，就是要注意三脚架所能承载的重量；再者，考虑三脚架的价格，千万不要购买低于自己拍摄需求的三脚架或者购买很昂贵的三脚架造成无谓的浪费。



三脚架

Technique 02

快门线

摄影者在按下快门时或多或少会因为用力过大而导致相机抖动、歪斜，从而使画面的完整性被破坏。快门线是一种

可以控制相机快门、防止接触相机而导致抖动的相机配件，可以避免因人为触碰而导致画面的完整性被破坏。



快门线

Technique 03

滤光镜

滤光镜是安装在数码相机镜头前端的一种辅助光学器件。它可以分为颜色滤光镜和光学滤光镜两大类，颜色滤光镜能够改变画面的色彩。光学滤光镜又称效果滤光镜，是一种能够改变画面几何形状或构成的器件。

UV镜又称紫外线镜，是一种接近透明的滤光镜，也有略带微黄的。UV镜的作用主要是过滤紫外线，防止画面因

受到过量紫外线的照射而曝光过度，提高远景色反差与色彩的饱和度。

除了UV镜是摄影者需要购买的滤镜之外，偏振镜也是摄影必备的滤镜之一。偏振镜又称偏光镜，简称PL镜。偏振镜不仅有过滤光线的作用，还可以在风光摄影中使用，常用来表现强反光处物体的质感、过滤镜面反光、压暗天空和表现蓝天白云等。



UV镜



偏振镜

数码单反相机在销售时一般都配有标准的变焦镜头，但这些自带的标准镜头的性能一般不能满足特殊摄影的需要，因此还需要一些不同功能、焦段的镜头以满足不同拍摄。

Technique 01

标准镜头

标准镜头是指焦距在50mm左右的镜头。50mm的镜头视角跟人眼最接近，因此被称为“标头”。它不像超广角或者微距镜头那样，能拍出人眼无法感受到的画面。如

50mm的定焦镜头就是一款常见的标准镜头。85mm的镜头则一般是人像镜头。



标准镜头

Technique 02

广角镜头

广角镜头是指焦距在35mm以下的镜头，如28mm、24mm的镜头。24mm以下的镜头称为超广角镜头。市面上绝大多数数码单反都不是全幅的数码单反，镜头焦距要乘以1.5或者1.6，所以，对于这类

单反来说，16mm以下才能算超广角镜头。广角镜头视角广，景深大，能强调画面的透视效果，出片很具有感染力。



广角镜头

Technique 03

中长焦镜头

中焦镜头的焦距一般在100mm左右，焦距在200mm以上的则为长焦镜头。长焦镜头视角小，能把远处的景物拉近，景深范围小，

用以突出主体部分。可以拍摄风景、人像、生态摄影。这类镜头通常又大又沉，使用起来不太方便。一般都要配合三脚架一起使用。



中长焦镜头

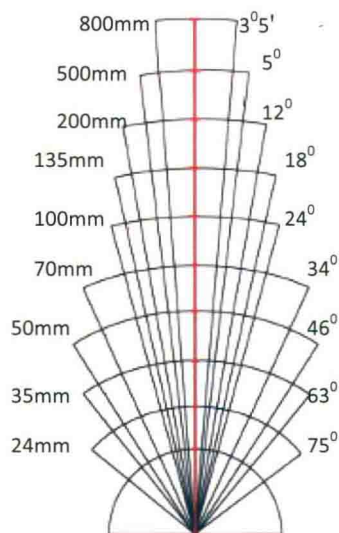
小贴士

购买镜头时，一定要做好检查工作，从包装开始，包装盒不能有挤压和拆过的痕迹；保修卡和镜头的商品编号应该是一致的；镜头不能有任何受损痕迹；调节变焦环手感是否舒适；打开至最大光圈，将镜头对着光源，看镜头内部的玻璃上是否有明显的灰尘和污物。

不同焦距对画面视角的影响

不同焦距的镜头所拍摄画面的视角范围也完全不同。简单地说焦距就是变焦镜头焦距的变化范围。焦距在50mm左右的镜头称为标准镜头，其视角在 46° 左右。当焦距越长时，使用长焦端时视角范围会越小。广角镜头则相反，焦距越短，视角越广，可呈现的画面范围越大。通过右侧的示意图可使我们了解不同焦距的镜头，其画面视角的变化规律。

镜头视角可以决定画面中纳入景物的多少，镜头焦距可以决定画面中景深的深浅。在实际拍摄中，应根据不同的拍摄对象选择适合的镜头来进行拍摄。这样不仅能够使画面构图合理，而且适合的镜头还可以使画面影像更清晰。



镜头焦距对应图



光圈: f/8 快门: 1/640s 焦距: 20mm ISO: 200

拍摄者选取合适焦距的镜头表现画面的宽广性，模特站在江边，自然恬静。

传统的胶片相机的感光材料是胶片，画幅就是底片的大小，而对于数码单反相机来说，它的感光材料是感光元件，所以它的画幅就是感光元件的大小。底片越大，画幅越大。同理，感光元件越大，画幅也越大。目前市面上的数码单反相机感光元件有很

多种规格，这也就使数码单反相机的画幅也存在多种类型，主要有全画幅、APS画幅和4/3系统。下面我们一起来了解数码单反相机各种画幅的情况。

Technique 01

全画幅

全画幅定位于专业摄影市场。全画幅的尺寸与传统相机所使用的135胶卷的尺寸相对应，传统135相机的底片尺寸为36mm×24mm，当数码单反相机的感光元件与135胶卷的尺寸接近或相等，则采用该尺寸感光元件的数码单反相机就是全画幅相机。全画幅的数码单反相机镜头的焦距转换率为1:1，这意味着没有焦距转换系数，因此全画幅数码单反相机获得的画面细节比较丰富和清晰，其画面质量是所有画幅里最好的，其感光范围也更大。

即使在同样镜头同样焦距的情况下，由于感光元件的尺寸不同，不同画幅相机所拍摄的画面范围也不一样。为了更直观地对比各种画幅在拍摄时的不同视角范围，我们可以参照下图来了解。

由于全画幅数码单反相机所拍摄的画面范围最大，因此在它和广角镜头配合使用时，可以拍摄更广阔的空间，同时还可以有效减少广角镜头端的透视变形，这使得全画幅数码单反相机非常适合于拍摄风光和建筑类题材，以表现一种宏大、广阔、雄壮的气势。



光圈: f/5.6 快门: 1/250s 焦距: 300mm ISO: 100

上图用全画幅拍摄，画面范围比较广，且画面的细节比较清晰，色彩鲜明细腻，画面质量较高。

APS画幅

APS画幅定位于业余消费市场。APS是“Advance Photo System”的缩写，意思是先进摄影系统，是小于135规格的一种新型胶片，有H、C、P三种尺寸。数码相机出现后，数码单反相机开发人员借用APS尺寸的概念，开发出了有APS画幅的数码单

反相机。现如今的数码单反相机大都采用小于135规格的感光元件，除了奥林巴斯的4/3系统和尼康、佳能的全画幅以外，感光元件几乎都是和APS-C型胶片一样大小。

APS三种画幅具有以下特点。

类 型	尺 寸	特 点
APS-H	30.3mm × 16.6mm	长宽比为16:9，整个感光元件同时感光
APS-C	24.9mm × 16.6mm	长宽比为3:2，人们把这种大小的感光元件称为“APS-C规格”
APS-P	30.3mm × 10.1mm	长宽比为3:1，被称为全景模式，适合拍风景照片



光圈：f/8 快门：1/200 s 焦距：100mm ISO：200

上图使用APS-C画幅拍摄，画质细腻，成像清晰，其画面效果与全画幅拍出的效果相近。

4/3系统

4/3系统采用的是“4/3型规格感光元件”，是由奥林巴斯、柯达和富士胶片共同开发出的数码单反相机新标准。“4/3”是指长方形的边长比是4:3，而并不是指感光元件的实际大小。推出拥有这种系统的数码单反相机，是为了让不同生产厂商生产的镜头产品可以自由组合使用。此系统所用的传感器面积比APS-C

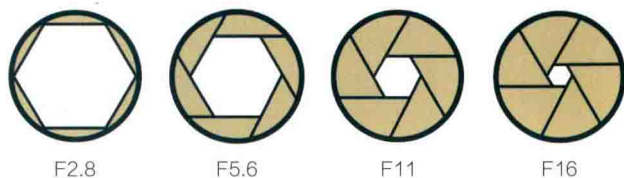
画幅的传感器尺寸还小，只相当于小幅110规格胶片大小（110规格胶片大小约为13mm × 17mm，而APS-C尺寸则为21.5mm × 14.4 mm）。4/3系统能实现数码单反相机的小型化，可以将数码单反相机做得像普通数码相机那么大，但其成像质量则明显好于普通数码相机，操作性能也接近数码单反相机。

了解光圈变化对画面的影响

光圈是相机镜头中控制进光量的装置，投射到感光元件的光量多少由光圈大小来进行调节。我们用数值大小的变化来表示光圈中心开口的大小，通常用F来表示。数值越小，表示光圈越大，也就表示进光量越多；数值越大，表示光圈越小，进光量越少。常见的光圈值如下：f1、f1.4、f2、f2.8、f4、f5.6、f8、f11、f16、f22、f32、f44、f64。

拍摄时所说的“开大光圈”，是指把光圈的数值调小，如从F8调大一级就到了F5.6。同样，“调小光圈”是指把光圈的数值

调大，如从F5.6调小一级就到了F8。所以，光圈大小与数值是相反的，注意不要弄错。



在其他设置都相同的情况下，光圈的大小会影响到画面的明暗。光圈越大，曝光量越大，画面会越明亮。反之，光圈越小，画面会越暗。

除此之外，光圈变化还对快门速度产生影响。光圈和快门是

共同控制曝光的组合。在其他数据都相同的情况下，二者是成反比的。即光圈大了，进光量也就越大，快门速度就快一些。反之，如果光圈开得小，进光量就小了，曝光时间就要长一些。



光圈：f/9 快门：1/640s 焦距：20mm ISO：200

根据上面两幅图的拍摄参数可以看出，在其他参数都相同时，光圈开得越大，画面越明亮。



光圈：f/5.6 快门：1/640 s 焦距：20mm ISO：200

善于运用快门捕捉精彩瞬间

快门是数码单反相机上一个控制曝光时间的重要组成部分，由几片金属片组成，它安装在感光元件前面，以开启时间的长短来控制曝光量的多少。

数码单反相机采用的是帘幕式快门，这种快门自身分为前帘和后帘两部分，前帘主要负责打开快门让感光元件曝光，后帘主要负责关闭快门以结束曝光。

快门以秒为单位，用数字大小来表示其速度，数字越大，表示快门速度越慢，曝光时间也越长；数字越小，则快门速度越

快，曝光时间越短。

此外，数码单反相机还设计了B档快门功能，简称B门。这个功能可以使快门速度不受时间限制，可以达到30s或以上的曝光时间。B档快门功能使拍摄具有极大的灵活性，摄影师在拍摄时只要把相机调到手动模式即可使用B档快门功能。同时由于B档快门功能使相机能长时间曝光，因此为了保证画面的清晰，在拍摄时最好使用三脚架固定相机。

高速快门

因为快门速度越快，通过镜头的光线在感光元件上停留的时间就越短，因此能把瞬间的动作记录下来。正因为这个原理，摄影师可以利用高速快门捕捉到高速运动物体的瞬间动作，并有效避免画面出现模糊的问题。运动物体的速度越快，所用的快门速度就应该越高。

常见的高速快门速度有1/500s、1/1000s、1/2000s、1/4000s、1/8000s、1/10000s等。在拍摄运动场面或者奔驰的汽车、天空中飞翔的鸟儿等高速移动的拍摄对象时可以使用高速快门。



光圈: f/5.7 快门: 1/2048s

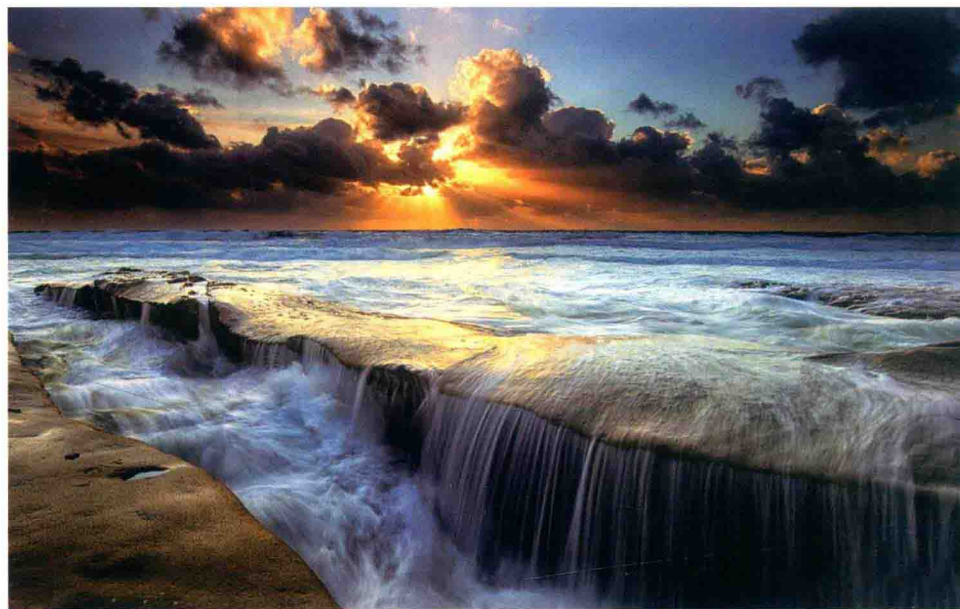
焦距: 250mm ISO: 200

拍摄者使用高速快门拍摄公路上的骑行者，摩托车的速度较快，高速快门的使用保证了画面的清晰，营造出画面的动感状态。

低速快门

快门速度越慢，通过镜头的光线在感光元件上停留的时间就越长，因此能记录下移动物体的流动轨迹。正是由于这个原理，使得低速快门适合用于表现运动物体的运动状态和轨迹，从而使画面出现动静结合的效果。相对于高速快门，低速快门也可使画

面更加柔和。常用的低速快门包括1/60s、1/45s、1/30s、1/20s、1/8s、1/5s、1/4s、1/2s、1s等。低速快门常用于拍摄夜晚的车流、流水、瀑布等。



光圈: f/22 快门: 1/8s

焦距: 90mm ISO: 200

左图使用低速快门进行拍摄，很好地表现了流水的流动感，水流如丝般柔滑。

B门拍摄

当在相机上设置了B门后，快门速度可以不受时间限制，使相机达到30s或以上的曝光时间。当持续完全按下快门按钮时，快门就处于开启状态，而当松开快门按钮时，快门就会关闭，因

此曝光时间是由快门按钮按下的时间长短来决定的，摄影师可以由此自由控制曝光时间。B门主要用于夜景、烟花、星空等需要长时间曝光的场合。

小贴士

在使用B门时需要使用三脚架和快门线，以保证相机在长时间曝光的拍摄过程中不会因为抖动而影响画面的清晰度。此外，长时间曝光容易使画面出现噪点，致使画面变得粗糙，呈现颗粒状，而且由于色温的变化，画面色彩的偏差也会比较明显。

光圈：f/10 快门：2s

焦距：25mm ISO：200

拍摄者使用B门模式配合三脚架拍摄烟花，快门时间不受限制，经过长时间的曝光，将烟花绽放的姿态展现了出来，三脚架的使用保证了画面的稳定性。



法则

08

合理设置感光度

ISO感光度是指使用数字来表示感光元件对光线的敏感度，通过调节不同的ISO感光度，能使相机在拍摄时适应不同环境的光线情况，从而拍摄出理想的照片。当ISO提高时，照片的颗粒

感会变得比较严重，也就是噪点较多。所以我们要根据实际情况灵活掌握ISO，以便拍摄出满意的照片。

Technique 01

低感光度使画面更细腻

ISO值在400以下通常都称为低感光度。ISO感光度的值越高，画面噪点也越多，画面会比较粗糙，因此在一般拍摄中虽然没有追求最低感光度的要求，但是为了保证画面的质量、饱和度和清晰度，我们还是应该选用较低的感光度。较低的感光度可以保证画面质感的细腻。

Technique 02

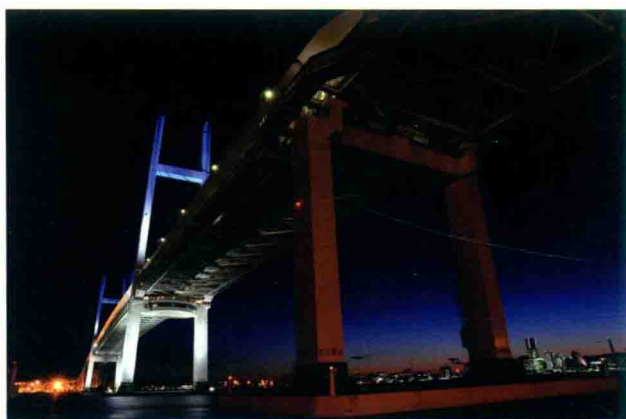
高感光度拍摄暗部景象

通常把ISO值在400以上的感光度都称为高感光度。在光线昏暗或抓拍快速运动物体的情况下，最好使用较高感光度对拍摄对象进行拍摄，以提高画面亮度，同时防止手抖造成画面模糊，保证获得更清晰锐利的效果。



光圈: f/6.4 快门: 1/550s 焦距: 19mm ISO: 200

上图在阳光充足的情况下使用低感光度ISO200进行拍摄,花瓣的质感和边缘都得到清晰细腻的表现。画面层次过渡平顺,色彩准确,没有噪点,画质细腻。



光圈: f/4.5 快门: 1/30s 焦距: 24mm ISO: 1000

上图在光线较为昏暗的情况下使用高感光度ISO1000进行拍摄,防止了画面因为光线不足和手部抖动而出现模糊的状况,同时还提升了画面的亮度,保证了画面的清晰。

法则

09

灵活运用白平衡

白平衡顾名思义就是白色的平衡。调节白平衡可以让数码单反相机在不同色温下都将白色物体还原为白色,同时还能校正特定光源下拍摄时出现的偏色现象。当我们用肉眼去看景物时,在不同的光线下,对相同颜色的感觉基本是相同的。由于感光元件输出的不平衡性,相机会随着光线色温的变化而产生色偏,此

时就需要使用白平衡系统来校正色彩,确保被摄对象的色彩得到准确地还原。为了获得正确的色彩,摄影师在拍摄时要根据不同的色彩选择正确的白平衡模式。常见的白平衡模式可以分为以下几种:自动白平衡、钨丝灯白平衡、荧光灯白平衡、闪光灯白平衡、室内白平衡、自定义白平衡、手动调节白平衡等。

Technique 01

自动白平衡模式

自动白平衡是数码单反相机的默认设置。使用自动白平衡时相机可以通过镜头和白平衡感应器获得光线情况,并自动探测出被摄对象的色温值。自动白平衡可以应对多种拍摄场景,准确率

较高。但是在多云天气时,许多自动白平衡系统的效果并不太准确,画面的色调可能会偏蓝。



光圈: f/8 快门: 1/550s 焦距: 28mm ISO: 320

上图中,拍摄者在拍摄时使用了自动白平衡模式,将画面的真实色彩表现了出来,清新自然。



光圈: f/2.8 快门: 1/400s 焦距: 60mm ISO: 200

上图使用自动白平衡拍摄坐在长椅上的模特,将模特的肤质、衣服等细节自然地表现了出来。

钨丝灯白平衡模式

钨丝灯白平衡模式一般用于由灯泡照明的环境或是晴天阳光充足的室外。如果选择了钨丝灯白平衡模式，相机的白平衡功能会增加图像的白色，来保证画面色彩的真实还原。



光圈: f/1.4 快门: 1/100s

焦距: 50mm ISO: 100

右图摄影师拍摄由灯泡照明的画面时，使用了钨丝灯白平衡，画面的色彩十分真实而且浓郁。

荧光灯白平衡模式

荧光灯白平衡模式适合在有荧光灯的环境中使用。在荧光灯模式下白色景物会呈现出淡淡的蓝色。在摄影实践中，荧光灯的种类有很多种，所以摄影师在拍摄时要确定环境中的荧光灯属于

哪一种。如果不能确定，摄影师可以使用不同的荧光灯模式先试拍几张，然后再选择一张效果最好的。



小贴士

在所有的设置当中，“荧光”设置是最难决定的。例如有一些办公室和学校使用多种荧光类型的组合，这里的“荧光”设置就非常难以处理，最好的办法就是多“试拍”。

光圈: f/9 快门: 1/125s 焦距: 28mm ISO: 200

上图，拍摄者使用荧光灯白平衡模式拍摄儿童，画面的色彩得到了很好地还原，儿童的皮肤显得细腻、光滑。

Technique 04

阴天白平衡模式

阴天白平衡模式又称为多云白平衡模式，适合在昏暗处使用。阴天白平衡可以还原在阴天拍摄时的景物色彩。需要注意的是，阴天时用自动白平衡模式拍摄会使拍出来的照片色调偏蓝，而使用阴天白平衡模式可以让静物的色彩变得更加自然、真实。



光圈：f/8.0 快门：1/400s 焦距：48mm ISO：200

上图，拍摄者使用闪光灯白平衡模式拍摄儿童，画面的色彩得到了很好地还原，儿童的皮肤显得细腻、光滑。

Technique 05

闪光灯白平衡模式

在使用闪光灯白平衡模式拍摄的过程中，摄影师要确保开启闪光灯。因为相机的闪光灯会发出亮度较高的闪光，使用闪光灯白平衡模式可以提升照片的色温，对照片的色彩进行补偿，避免照片过白过亮。



光圈：f/2.8 快门：1/320s 焦距：50mm ISO：200

上图中，拍摄者使用了闪光灯白平衡模式，有效提升了画面的色温，让人物的皮肤变得更自然，给人一种真实的感觉。

光影秘籍

白平衡模式	适用的场合	优势
自动白平衡	适用于大多数拍摄场合	真实再现被摄对象的色彩
钨丝灯白平衡	适用于室内钨丝灯环境下或阳光充足的室外	一般的钨丝灯会发出橙黄色的光，此模式会纠正这种暖色的光线，画面不会偏色
荧光灯白平衡	适用于荧光灯的场景光使用	此模式会补偿画面偏绿的色调
阴天白平衡	适用于阴天、黎明、黄昏	阴天空蓝色会比晴天稍重，此模式会稍微增加一些黄色调来补偿蓝色调
闪光灯白平衡	适用于开启闪光灯的拍摄状态	虽然闪光灯类似于阳光，但是它带有一点蓝色调，所以此模式会对此加以纠正

法则

10

选择正确的测光方式

相机的测光系统可以测定被摄对象反射回来的光线亮度，然后计算出画面所需要的曝光值。正确的曝光取决于正确的测光，通过总结，我们将测光模式分为四种，分别是评价测光、局部测光、中央重点测光和点测光。

Technique 01

评价测光

评价测光是将整个画面分割成多个区域，然后对各个区域的测光结果进行计算，取得一个平均值，这种方式适合在光线比较平均，没有强烈的明暗反差时使用，也适合大场景拍摄，应用比较广泛。在风光摄影中，往往运用这种测光模式，可以得到较为准确的曝光。使用评价测光的重要前提是不能对着太阳等强烈光源拍摄，也不能在画面中有大面积反光面，因为这样会导致计算的曝光值不准确。