

[日] 上田晃司，河野鉄平，杉本恭子，種清豊，中川文作，並木隆，ナイスク 著 安釗 译

32 / 个摄影构图基本技法 150 / 个摄影构图实战技巧

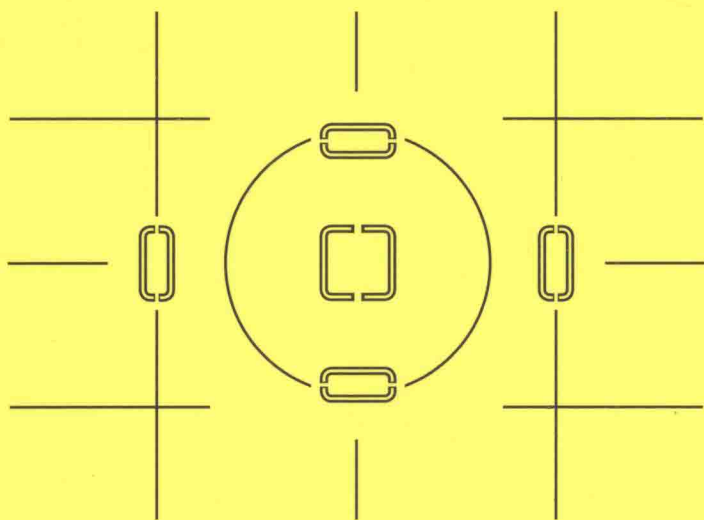


# 摄影构图

迅速提升照片水平的

# 150

个关键技法



 中国工信出版集团

 人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

## 图书在版编目 (C I P) 数据

摄影构图：迅速提升照片水平的150个关键技法 /  
(日) 上田晃司等著；安钊译. — 北京：人民邮电出版社，2016.8  
ISBN 978-7-115-42722-9

I. ①摄… II. ①上… ②安… III. ①摄影构图  
IV. ①J406

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第129490号

## 版权声明

DIGITAL ICHIGAN KOZU NO KYOKASHO by Koji Ueda, Teppei Kono, Kyoko Sugimoto, Yutaka Tanekiyo, Bunsaku Nakagawa, Takashi Namiki, and NAISG, Ltd.

Copyright © 2013 Koji Ueda, Teppei Kono, Kyoko Sugimoto, Yutaka Tanekiyo, Bunsaku Nakagawa, Takashi Namiki, and NAISG, Ltd.

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Gijyutsu-Hyoron Co., Ltd., Tokyo

This Simplified Chinese language edition published by arrangement with Gijyutsu-Hyoron Co., Ltd., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo through Beijing Kareka Consultation Center, Beijing

- 
- ◆ 著 [日] 上田晃司 河野鉄平 杉本恭子  
種清豊 中川文作 並木隆 ナイスク
- 译 安 钊  
责任编辑 张 贞  
责任印制 周昇亮
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷
- ◆ 开本：690×970 1/16  
印张：10.25 2016年8月第1版  
字数：219千字 2016年8月北京第1次印刷
- 著作权合同登记号 图字：01-2016-0757号

---

定价：59.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316  
反盗版热线：(010)81055315

Part 1

构图基础知识 ..... 11

[INTRO 1]

考虑如何构图 ..... 12

[INTRO 2]

考虑构图方式 ..... 14

[STEP 1]

相机的表现方法

- 1 横拍/竖拍 ..... 15
- 2 水平拍摄/倾斜拍摄 ..... 17
- 3 聚焦拍摄/全景拍摄 ..... 18
- 4 从高位进行拍摄/从低位进行拍摄 ..... 19
- 5 变换角度进行拍摄 ..... 20
- 6 带有构图意识地使用三脚架 ..... 21
- 7 更换镜头进行拍摄 ..... 22
- 8 改变光圈进行拍摄 ..... 24
- 9 调整快门速度进行拍摄 ..... 26

[STEP 2]

构图

- 1 考虑照片主次 ..... 28
- 2 加法法则 ..... 30
- 3 减法法则 ..... 32
- 4 四角构图法则 ..... 34
- 5 色彩法则 ..... 36
- 6 考虑视线 ..... 38

[STEP 3]

## 活用范例

1	活用构图范例	42
2	三分构图法	43
3	二分构图法	44
4	对角线构图	44
5	圆心构图	45
6	山型构图	45
7	垂直水平构图	46
8	斜线构图	46
9	对称构图	47
10	对比构图	47
11	曲线构图	48
12	放射线构图	48
13	三角形构图	49
14	框架式构图	49
15	重复构图	50
16	点构图	50
17	组合使用构图元素	51
	[实践篇] 摄影师的观点 构图流程 ①	52
	[实践篇] 摄影师的观点 构图流程 ②	54
	专栏 纵横比与拍摄方法的不同	56

## Part 2

## 构图技巧实战 57

[Nature]

## 自然风光

1	使用放射线构图，强调樱花枝头垂落的震撼感	58
---	----------------------	----

2	通过重复构图法表现散落的樱花瓣	59
3	通过对比构图发现变化, 引发想象	59
4	使用前景散景, 形成框架式构图, 突出主题	60
5	通过焦点和颜色两次把画面分割, 突出花丛的华丽	61
6	通过二分法构图塑造美感, 突出主体	61
7	通过曲线表现花朵的美丽	62
8	通过前景散景演绎出花海的感觉	63
9	通过改变向日葵花田的面积改变给人的印象	63
10	大胆截取山的局部, 使湖面变得生动	64
11	将山以三角形配置, 营造出稳定感	65
12	灵活截取堤坝的部分曲线, 营造出不可思议的空间感	65
13	使用三分法构图, 明确主题	66
14	通过对比荚状云和树木的剪影, 营造出距离感	67
15	通过对称构图表现宇宙般的氛围	67
16	通过二分法和三分法构图诠释大海的要素	68
17	把水平面放在三分法参考线下部, 表现出天空的高远	69
18	灵活利用海岸线的曲线, 强调壮丽雄伟	69
19	通过对角线构图表现山岳风光的动感	70
20	通过V型构图进一步强调山峰的存在感	71
21	使用三分法构图表现宏大风景的层次感	71
22	通过山型构图的稳定感刻画瀑布的魄力	72
23	通过流水的曲线表现溪流的清凉感	73
24	使用斜线构图形成对比, 表现出水的流动	73
25	利用放射线构图捕捉枝繁叶茂的场景	74
26	通过山型构图使木质建筑物和红叶形成对比	75
27	灵活使用重复和曲线构图表达落叶之美	75
28	通过对角线构图突出主角的存在感	76
29	通过将叶片的排列组成图案产生规律感	77
30	通过相反的颜色进一步突出红叶的色调	77
31	利用三分法构图拍摄夕阳美景	78
32	使用山型构图将只有天空和树木的风景变得鲜明	79
33	巧妙地利用点缀反衬云彩的壮美	79
34	利用冰瀑的动感姿态营造出规律感	80
35	使用垂直构图, 精确对焦拍摄冰棱的黑白世界	81



36	通过斜线和重复构图表现冬季田埂的广袤	81
37	通过对角线和三分法构图营造动与静	82
38	从低角度拍摄使雪花如同波浪一般	83
39	通过三角形构图拍摄河流，表现两岸的宽广	83
40	用广角镜头和放射线构图强调光影的延伸	84
41	去掉多余元素，强调影子的存在感	85
42	通过三分法构图营造曲线稳定之美	85
43	使用山型构图让引导视线在山脊中移动	86
44	通过二分法构图进一步强调雪景的壮美	87
45	使用二分法构图引导视线至主角	87

## [Animal]

### 动物

46	利用斜线引导视线	88
47	使用广角镜头表现出猫咪独特的柔美	89
48	用好圆心构图法，活用背景	89
49	使用二分法构图强调猫咪的睡姿	90
50	使用二分法构图突出身体的局部	91
51	适当模糊周围刻画热闹市场中的猫咪	91
52	使用放射线构图强调狗的存在	92
53	使用二分法和三分法构图表现出环境的美好	93
54	使用二分法构图同时刻画主角和背景	93
55	使用对角线构图和前景散景来强调蝴蝶	94
56	在拍摄物体面对的方向留下空间，营造出展翅欲飞的效果	95
57	使用对角线构图中的动线营造动感	95
58	注意四个角落的空间，表现出动物的气势	96
59	通过树叶和猫头鹰的对比演绎出隐藏在茂密林间的风光	97
60	截取身体线条凸显出横纹的美好	97
61	模糊背景，使用三分法构图突出主角	98
62	通过圆心构图和框架式构图突出面部特征	99
63	截取身体线条表现凶猛气势	99
64	通过稳定头部曲线展现优雅	100
65	通过山型构图展现出羽毛的舒展	101

66	留意企鹅脸部的位罝并留出空间	101
67	通过圆心构图和对比构图表达出鲨鱼的巨大	102
68	水母重复出现营造出如梦如幻的空间	103
69	通过圆心构图和黑白色调强调鲨鱼的造型	103
70	通过三分法和二分法构图使风景更加稳定	104
71	羊群重复出现引导视线向远处移动	105
72	使用圆心构图配合背景演绎出不可思议的空间感	105

### [Portrait]

## 人物

73	使用广角镜头对比牛和小孩	106
74	使用框架式构图进一步强调女孩的表情	107
75	通过平缓的斜线构图表现出照片的柔美	107
76	倾斜画面表现出卡丁车的速度感	108
77	低角度仰拍记录天空,表现出高远的感觉	109
78	灵活利用曲线和立体感演绎出欢快氛围	109
79	倾斜画面进行拍摄,强调孩子的活泼	110
80	通过圆心构图法强调孩子活泼的表情和动作	111
81	采用低角度捕捉孩子自然的表情	111
82	通过垂直水平构图拍摄人物特写	112
83	采用高角度俯拍捕捉孩子的成熟	113
84	通过平缓的山型构图营造出稳定感	113
85	采用竖向拍摄,有效利用背景空间	114
86	通过三分法构图营造寂寥的氛围	115
87	通过加法构图拍摄街道风格	115
88	通过三分法和放射线构图表现自然的表情	116
89	通过逆光 and 低角度拍摄出寂寥的氛围	117
90	通过三分法构图突出服装这一主题	117
91	通过放射线构图使照片演绎出故事感	118
92	通过二分法构图突出女性形象,激发观众想象力	119
93	为了突出女性形象,创造出框景效果	119
94	通过斜线构图突出女性存在感	120
95	使用广角镜头,通过低角度拍摄出女性时尚魅力	121
96	通过二分法构图,利用对比效果大胆表现女性	121

[City & Town]

## 街拍

97	通过放射线构图表现小巷的氛围	122
98	通过对称构图突出稳定的氛围	123
99	通过二分法构图平衡主角和背景的关系	123
100	通过斜线构图表现环境的广阔	124
101	通过二分法构图，使用长焦镜头拍摄列车穿行花田的场景	125
102	通过点构图演绎出列车驶过后的恬静气氛	125
103	通过三角形构图营造出明快的空间	126
104	通过二分法构图，均衡布置场景让人对红色墙壁印象深刻	127
105	通过低位拍摄和放射线构图表现出大厦的高峻	127
106	留意四角的要素，使照片拥有绘画般效果	128
107	考虑画面的平衡，突出水滴的主角地位	129
108	通过曲线构图表现水中倒影	129
109	通过对角线 and 对比构图突出街道的模样	130
110	通过对称构图的稳定性表现街道的活力	131
111	尽最大可能利用光影形成的线条	131
112	活用曲线构图，表达跃动感	132
113	使用水平的山型构图表现建筑物的稳定	133
114	利用放射线状分布的火烧云表现寂寥氛围	133
115	增加配角，调整画面平衡	134
116	将主角安排在三分法的交点位置，通过斜线构图营造出动感	135
117	通过曲线和放射线构图演绎出不可思议的异度空间	135
118	通过放射线构图强调不断笔直延伸的道路	136
119	使用框景效果突出露珠的可爱	137
120	通过圆心构图使自然形成的空间让人印象深刻	137
121	将拍摄对象组成三角形，营造画面的深度	138
122	通过对称构图灵活表现图案之美	139
123	通过三分法构图最大程度发挥影子效果	139
124	通过广角镜头和圆心构图强调汽车的存在感	140
125	将车置于宽阔的背景之下，向观众传递该场景	141
126	通过直线装饰条，突出边缘、强调车身曲线	141

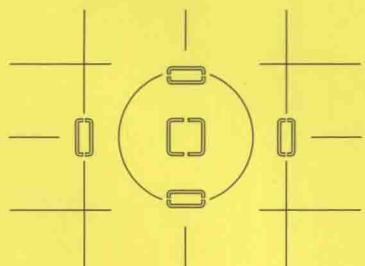


## [Table photo & Interior]

### 静物装饰景

127 使用三分法构图的交点来突出菜肴	142
128 通过桌面上的线条引导观众视线关注水果的形状	143
129 灵活使用曲线构图表现菜肴的美味	143
130 大胆取舍, 表现食物的质感	144
131 有意识地布置照片元素, 刻画出身临其境之感	145
132 利用交叉的构图参考线使食物让人印象深刻	145
133 通过形状与色彩的对比演绎出甜点的华丽	146
134 使用三角形构图完美安排蛋糕的位置	147
135 使用色彩和斜线构图营造动感, 演绎流行元素	147
136 通过平滑的线条表现杂物的可爱	148
137 利用三角形构图和四角原则表现乐趣	149
138 俯拍出照片的立体感并烘托热闹景象	149
139 使用二分法构图演绎历史感	150
140 留意物体的水平, 使目光聚焦在正常的主题上	151
141 通过俯拍强调拍摄物体的曲线, 使其更加立体	151
142 使用三角形构图表现灯具曲线的动感效果	152
143 使用对角线构图表现图片中直线交错的效果	153
144 通过圆心构图和对称构图强调光影	153
145 灵活使用斜线表达出房间氛围	154
146 利用书架的斜线线条增强照片立体感	155
147 通过白色墙壁的线条与家具的对比增强存在感	155
148 使用S曲线突出玫瑰的美丽	156
149 灵活使用散景效果强调花的美好氛围	157
150 通过圆心构图和流行手法强调花朵特征	157
名词解释	158
作者简介	162

[日] 上田晃司，河野鉄平，杉本恭子，種清豊，中川文作，並木隆，ナイスク 著 安钊 译



# 摄影构图

迅速提升照片水平的

# 150

个关键技法

人民邮电出版社  
北京

# 内容提要

本书是众多摄影专业人士的构图经验总结，通过引导读者考虑构图方式来挖掘其拍摄动机，并从相机的表现方法、构图、活用案例这三个方面培养读者的构图意识，树立个人的作品风格，拍摄出新颖、独特的照片。书中不仅介绍了常规的点、线、面、图形等构图元素，还讲述了如何将各个元素融合运用以获得绝美摄影作品的方法。除了基本技法的介绍外，书中还精选了风光、人像、街拍、动物、静物领域的150个实战案例，详尽讲述了构图在不同场景和主题中的应用。

本书适合摄影爱好者，尤其是在构图方面遇到瓶颈的摄影爱好者参考阅读，对于有一定经验的摄影师，本书也同样适用。



# 前言

坦率地讲，构图就是与眼前的场景对峙的行为。无论所处的场景多么微不足道，亦或熟悉，其实都能触发心底的那份感动。想象着这份感动，再将自己感受到的画面通过一种更为有效的方式表现出来，这就是构图。拥有这种构图意识才能提高你观察事物的眼光，更容易为照片创作出新的“价值”。对于摄影师来说，即便精通相机技术方面的知识，也未必能拍出优秀的照片。最重要的素质应该是增强“观察事物的眼力”。归根结底，构图跟摄影师的个性息息相关。不能仅仅模仿构图的经典案例，而应该积极探索更加适合自己的构图方式。只有领会属于自己的构图方式，摄影才会更加有趣。



Part 1

构图基础知识 ..... 11

[INTRO 1]

考虑如何构图 ..... 12

[INTRO 2]

考虑构图方式 ..... 14

[STEP 1]

相机的表现方法

- 1 横拍/竖拍 ..... 15
- 2 水平拍摄/倾斜拍摄 ..... 17
- 3 聚焦拍摄/全景拍摄 ..... 18
- 4 从高位进行拍摄/从低位进行拍摄 ..... 19
- 5 变换角度进行拍摄 ..... 20
- 6 带有构图意识地使用三脚架 ..... 21
- 7 更换镜头进行拍摄 ..... 22
- 8 改变光圈进行拍摄 ..... 24
- 9 调整快门速度进行拍摄 ..... 26

[STEP 2]

构图

- 1 考虑照片主次 ..... 28
- 2 加法法则 ..... 30
- 3 减法法则 ..... 32
- 4 四角构图法则 ..... 34
- 5 色彩法则 ..... 36
- 6 考虑视线 ..... 38



[STEP 3]

## 活用范例

1	活用构图范例	42
2	三分构图法	43
3	二分构图法	44
4	对角线构图	44
5	圆心构图	45
6	山型构图	45
7	垂直水平构图	46
8	斜线构图	46
9	对称构图	47
10	对比构图	47
11	曲线构图	48
12	放射线构图	48
13	三角形构图	49
14	框架式构图	49
15	重复构图	50
16	点构图	50
17	组合使用构图元素	51
[实践篇] 摄影师的观点 构图流程 ①		52
[实践篇] 摄影师的观点 构图流程 ②		54
专栏 纵横比与拍摄方法的不同		56

## Part 2

## 构图技巧实战 57

[Nature]

## 自然风光

1	使用放射线构图，强调樱花枝头垂落的震撼感	58
---	----------------------	----

2	通过重复构图法表现散落的樱花瓣	59
3	通过对比构图发现变化, 引发想象	59
4	使用前景散景, 形成框架式构图, 突出主题	60
5	通过焦点和颜色两次把画面分割, 突出花丛的华丽	61
6	通过二分法构图塑造美感, 突出主体	61
7	通过曲线表现花朵的美丽	62
8	通过前景散景演绎出花海的感觉	63
9	通过改变向日葵花田的面积改变给人的印象	63
10	大胆截取山的局部, 使湖面变得生动	64
11	将山以三角形配置, 营造出稳定感	65
12	灵活截取堤坝的部分曲线, 营造出不可思议的空间感	65
13	使用三分法构图, 明确主题	66
14	通过对比荚状云和树木的剪影, 营造出距离感	67
15	通过对称构图表现宇宙般的氛围	67
16	通过二分法和三分法构图诠释大海的要素	68
17	把水平面放在三分法参考线下部, 表现出天空的高远	69
18	灵活利用海岸线的曲线, 强调壮丽雄伟	69
19	通过对角线构图表现山岳风光的动感	70
20	通过V型构图进一步强调山峰的存在感	71
21	使用三分法构图表现宏大风景的层次感	71
22	通过山型构图的稳定感刻画瀑布的魄力	72
23	通过流水的曲线表现溪流的清凉感	73
24	使用斜线构图形成对比, 表现出水的流动	73
25	利用放射线构图捕捉枝繁叶茂的场景	74
26	通过山型构图使木质建筑物和红叶形成对比	75
27	灵活使用重复和曲线构图表达落叶之美	75
28	通过对角线构图突出主角的存在感	76
29	通过将叶片的排列组成图案产生规律感	77
30	通过相反的颜色进一步突出红叶的色调	77
31	利用三分法构图拍摄夕阳美景	78
32	使用山型构图将只有天空和树木的风景变得鲜明	79
33	巧妙地利用点缀反衬云彩的壮美	79
34	利用冰瀑的动感姿态营造出规律感	80
35	使用垂直构图, 精确对焦拍摄冰棱的黑白世界	81

36	通过斜线和重复构图表现冬季田埂的广袤	81
37	通过对角线和三分法构图营造动与静	82
38	从低角度拍摄使雪花如同波浪一般	83
39	通过三角形构图拍摄河流，表现两岸的宽广	83
40	用广角镜头和放射线构图强调光影的延伸	84
41	去掉多余元素，强调影子的存在感	85
42	通过三分法构图营造曲线稳定之美	85
43	使用山型构图让引导视线在山脊中移动	86
44	通过二分法构图进一步强调雪景的壮美	87
45	使用二分法构图引导视线至主角	87

## [Animal]

### 动物

46	利用斜线引导视线	88
47	使用广角镜头表现出猫咪独特的柔美	89
48	用好圆心构图法，活用背景	89
49	使用二分法构图强调猫咪的睡姿	90
50	使用二分法构图突出身体的局部	91
51	适当模糊周围刻画热闹市场中的猫咪	91
52	使用放射线构图强调狗的存在	92
53	使用二分法和三分法构图表现出环境的美好	93
54	使用二分法构图同时刻画主角和背景	93
55	使用对角线构图和前景散景来强调蝴蝶	94
56	在拍摄物体面对的方向留下空间，营造出展翅欲飞的效果	95
57	使用对角线构图中的动线营造动感	95
58	注意四个角落的空间，表现出动物的气势	96
59	通过树叶和猫头鹰的对比演绎出隐藏在茂密林间的风光	97
60	截取身体线条凸显出横纹的美好	97
61	模糊背景，使用三分法构图突出主角	98
62	通过圆心构图和框架式构图突出面部特征	99
63	截取身体线条表现凶猛气势	99
64	通过稳定头部曲线展现优雅	100
65	通过山型构图展现出羽毛的舒展	101

66	留意企鹅脸部的位罝并留出空间	101
67	通过圆心构图和对比构图表达出鲨鱼的巨大	102
68	水母重复出现营造出如梦如幻的空间	103
69	通过圆心构图和黑白色调强调鲨鱼的造型	103
70	通过三分法和二分法构图使风景更加稳定	104
71	羊群重复出现引导视线向远处移动	105
72	使用圆心构图配合背景演绎出不可思议的空间感	105

### [Portrait]

## 人物

73	使用广角镜头对比牛和小孩	106
74	使用框架式构图进一步强调女孩的表情	107
75	通过平缓的斜线构图表现出照片的柔美	107
76	倾斜画面表现出卡丁车的速度感	108
77	低角度仰拍记录天空,表现出高远的感觉	109
78	灵活利用曲线和立体感演绎出欢快氛围	109
79	倾斜画面进行拍摄,强调孩子的活泼	110
80	通过圆心构图法强调孩子活泼的表情和动作	111
81	采用低角度捕捉孩子自然的表情	111
82	通过垂直水平构图拍摄人物特写	112
83	采用高角度俯拍捕捉孩子的成熟	113
84	通过平缓的山型构图营造出稳定感	113
85	采用竖向拍摄,有效利用背景空间	114
86	通过三分法构图营造寂寥的氛围	115
87	通过加法构图拍摄街道风格	115
88	通过三分法和放射线构图表现自然的表情	116
89	通过逆光 and 低角度拍摄出寂寥的氛围	117
90	通过三分法构图突出服装这一主题	117
91	通过放射线构图使照片演绎出故事感	118
92	通过二分法构图突出女性形象,激发观众想象力	119
93	为了突出女性形象,创造出框景效果	119
94	通过斜线构图突出女性存在感	120
95	使用广角镜头,通过低角度拍摄出女性时尚魅力	121
96	通过二分法构图,利用对比效果大胆表现女性	121