



赞爆 朋友圈的 手机摄影技巧

先锋影像 编著



中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



赞爆 朋友圈的 手机摄影技巧

先锋影像 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介

用手机也可以拍出大片，这已经成为摄影爱好者的共识。本书正是针对那些希望用手机拍出大片的爱好者编写的介绍有关手机摄影的技术与知识的图书。书中重点讲解了拍出好照片的8大思维习惯、9大难题破解方法、10大突出主体的技巧、9个手机特色视角。此外，还包括构图等手机摄影必备知识。

当然，本书还讲解了那些常见题材如人像、自拍、街拍、风光、建筑、花卉、美食的实用拍摄技法，以快速提高各位手机摄影爱好者的拍摄水准。最后本书讲解了手机摄影的乐趣之一——后期处理APP。

通过学习本书，读者能够掌握一定的摄影理论知识，快速提高自己的手机摄影水准，拍出手机摄影大片。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

赞爆朋友圈的手机摄影技巧 / 先锋影像编著. — 北京：电子工业出版社，2017.3

ISBN 978-7-121-30784-3

I. ①赞… II. ①先… III. ①移动电话机—摄影技术 IV. ①J41②TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第004550号

责任编辑：姜 伟

特约编辑：刘红涛

印 刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

装 订：北京利丰雅高长城印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：720×1000 1/16 印 张：12.75 字 数：326.4千字

版 次：2017年3月第1版

印 次：2017年3月第1次印刷

定 价：69.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888，88258888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88254161～88254167转1897。

本书主要针对喜欢使用手机进行拍照的爱好者，讲解了使用手机拍出大片必须要掌握的摄影理论、技巧、后期APP知识。

其中包括最基础的手机摄影理论，如光圈、感光度、连拍、HDR、全景、测光、白平衡等。此外，还讲解了拍出好照片的8大思维习惯、破解手机摄影9大难题、突出主体的10个技巧、9个手机特色视角等特别实用的手机摄影知识。

为了确保各位读者在学习后能够快速上手针对不同题材拍出大片，本书还针对手机摄影的常见题材如人像、自拍、街拍、风光、建筑、花卉、美食，讲解了数十种即学即用的技法，可以快速提高手机摄影爱好者的拍摄水准。

手机摄影的乐趣之一就是使用后期处理APP将照片处理成为各类有意思的照片，本书的最后两章专门针对此内容做了讲解。

通过学习本书，各位读者能够掌握一定的摄影理论知识，快速提高自己的手机摄影水准，拍出手机摄影大片。

需要指出的是，本书在撰写过程中得到了近百位手机摄影爱好者无私的帮助，他们为本书提供了自己拍摄的手机摄影佳片，这使得本书的照片形式多样，内容丰富，笔者在此一并表示感谢。

为了更好地服务读者，笔者开通了400电话，开设了摄影微信群、摄影QQ群、微信公众号、微博，以便各位读者在各个摄影社区中找到摄影好友，在学习遇到问题时可以咨询笔者。

下面是笔者的联系方式：

400电话：4008367388

QQ群：247292794 249730755

微博：weibo.com/Leibobook

微信：Leibodzwh（希望加入手机摄影微信群的，请加此微信，由笔者邀请入群）

微信公众号：好机友摄影

QQ公众号：北极光摄影



虽然，本书为读者提供了一个相对完整的手机摄影学习体系，任何有学习意愿的读者，都能够借助这个体系轻松掌握所需要的手机摄影知识，但仍然需要读者进行大量拍摄实践，并不断分析问题，只有这样才能够拍摄出令人满意的作品。

需要指出的是，本书在撰写过程中得到了近百位手机摄影爱好者无私的帮助，他们为本书提供了自己拍摄的手机摄影佳片，这使得本书的照片形式多样，内容丰富，笔者在些一并表示感谢，下面是这些网友的名字（排名不分先后）。

胡婷、刘娟、洛洛、童远、徐晓龙、刘玲、田馥颜、玲妹妹、张张、念中心、李文平、张宇鑫、朱文强、刘勇、谢仕林、卜泽、白静、黄陈美、陶欣、师瑶、乔晶明、雷老师、小卓的BB、许越美、任腾飞、魏子越、残灵、晶、李菲、陈维静、张宝玉、羊积鑫、李新月、林梓、付祺、发现、张保平、朱 琰、MajorTom、冰儿、马金岩、刘文飞、黄小二、李双洲、王芬、郭辉、楚福增、破破、刘文英、李建明、全亚文、璐铭、唐明、黄雨敏、金毓慧、黄翔、丁锦标、廖建云、王新、杜贝、郭亮、月亮粑粑、王小宁、张小跳、罗杰、何淑琪、莱展群、王莉、张博雯、任亚楠、金波、解春波、邬峰、罗伍达、舒磊、心上秋、张若辰、王婷。



目录 CONTENTS

Chapter 01 找到值得拍摄的主题

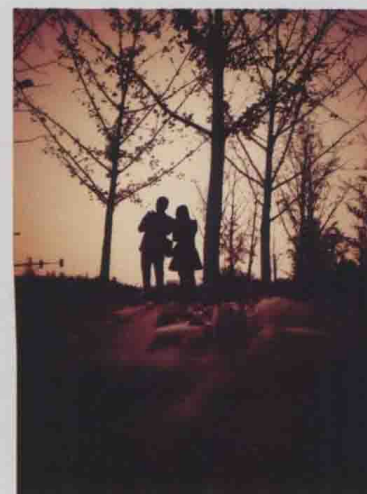
手机摄影与专业单反相机摄影的异同.....	2
从摄影的本质上来说.....	2
从拍摄难易程度来说.....	5
从两者的性能比较来说.....	3
从两者的相同之处来说.....	6
发现值得拍摄的题材.....	8
用 365 计划练习发现能力.....	9
欣赏大片学会仿拍.....	11

Chapter 02 能拍出好照片的8大思维习惯

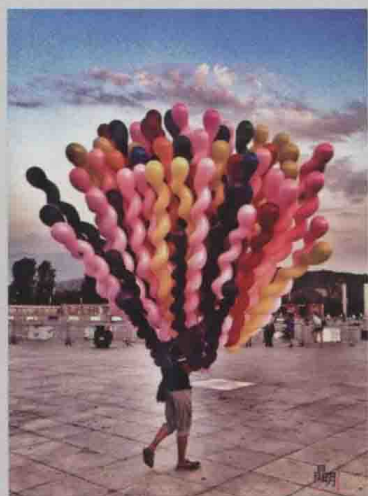
拍到比拍好更重要.....	14
有趣比好看更重要.....	15
黑白有时比彩色更耐看.....	16
局部比整体更耐看.....	17
让你的照片配得起一首诗.....	18
确保照片与众不同.....	19
重点区域时刻保持拍摄状态.....	20
大胆进行裁剪.....	21

Chapter 03 手机摄影也需要明白的理论

光圈与电子光圈.....	24
感光度.....	25
连拍.....	26
HDR.....	27
全景.....	28
全景大片拍摄方法.....	28
拍出有多个分身的全景大片.....	29
拍出天地相接的全景大片.....	29
白平衡.....	30
利用白平衡控制画面色彩.....	30
利用色温控制画面色彩.....	31
测光.....	32



目录 CONTENTS



Chapter 04 破解手机摄影的9大难题

照片歪·····	34	后期纠正·····	35
辅助线·····	34		
照片虚·····	36	后期锐化·····	37
姿势·····	36		
照片乱·····	38	后期裁剪·····	39
变焦·····	38		
照片暗·····	40	找对光线方向·····	41
曝光补偿·····	40		
闪光灯·····	41	后期调亮·····	42
照片亮·····	43	后期压暗·····	44
测光位置·····	43		
照片偏灰·····	45	后期加对比·····	46
滤镜·····	45		
色彩偏·····	47	后期纠色·····	48
调整白平衡·····	47		
背景实·····	49	使用后期 APP 处理·····	50
尽量靠近被拍摄对象·····	49		
手机拍照功能少·····	51		
提升苹果手机拍摄功能的		全能通用型	
APP——ProCam·····	51	APP——相机 360·····	53
		自拍专用 APP——美颜 APP·····	54

Chapter 05 运用10大技巧突出主体

大小对比·····	56
明暗对比·····	56
形状对比·····	57
方向对比·····	57
质感对比·····	58
颜色对比·····	58
冷暖对比·····	59
动静对比·····	59
利用有色与无色形成对比·····	60
内容与情绪对比·····	60

Chapter 06 9个技巧灵活运用手机摄影杀手锏——视角

横着拍	62
竖着拍	63
斜着拍	64
向上拍	65
向下拍	66
伸出去拍	67
靠近了拍	68
举起来拍	69
贴地面拍	70



Chapter 07 利用构图形式让照片变得好看、有趣

九宫格法	72
三分法	72
水平线构图	73
低水平线构图	73
高水平线构图	74
中水平线构图	74
垂直线构图	75
斜线构图	75
曲线构图	76
对称式构图	76
框式构图	77
散点式构图	77
透视牵引线构图	78
错视构图	78



Chapter 08 利用点、线、面赋予画面美感

摄影构图中的点	80
摄影构图中点的类型	80
摄影构图中点的塑造	81
摄影构图中点的作用	81
摄影构图中的线	82
线条的作用	82
寻找线条的6个方法	84



目录 CONTENTS



创造性地发现线条	87
摄影构图中的面	88
摄影构图中点、线、面的综合运用	88

Chapter 09 常见手机摄影题材的拍摄技巧

美食摄影	90
确保有光线的餐位	90
锦上添花的小配料	94
抓住色、香、味	91
美食里的艺术情趣	95
百搭的白色餐具	92
突出美食的意境之美	96
美味菜品的装盘秘诀	93
建筑	97
利用前景加强空间感和 透视感	97
用逆光塑造建筑的形体美	101
仰视拍摄直冲云霄的建筑	98
特写展现建筑的细节美	102
俯视拍摄感受都市之巅	99
转换角度,原来建筑可以 这样看	103
用侧光突出立体感	100
大小对比突出建筑体量	104
旅行摄影技巧	105
用心观察,时刻准备着	105
表现典型人物时应抓取 鲜活的表情	111
拍摄反映文化特色的细节	106
表现当地特色以表现生活 特点为主	112
拍摄富有地方特色的建筑	107
抓住拍摄良机——节庆	108
表现当地人以真实为前提	109
拍摄系列纪实照片	113
表现特色事件的决定性瞬间	110
人像摄影	114
别看镜头	114
拍出人物的情绪	119
在半遮半掩间	115
让人变小并留白	120
偶尔可以“不要脸”	116
风情,只在回头一瞬间	121
侧面一样美丽	117
“镜”中花,“水”中月	122
只拍手、脚	118
来个最佳自拍角度	123
仰头式	123
平视	125
低头式	124
侧脸式	125
自拍取景的选择	126
与景点相映成趣的取景	126
有情调的画面取景	127

自拍背景的选择.....	128
选择简单的背景	128
故意使背景过曝或欠曝	128
自拍姿势.....	130
开心的剪刀手与猫爪式自拍 ...	130
俏皮的托下巴与性感式自拍 ...	130
用手机记录下孩子的日常.....	132
摆拍也无可	132
拍摄孩子的系列动作	132
利用连拍模式拍摄玩耍中的	
孩子	133
用好道具	133
新颖的角度	134
宠物拍摄技巧.....	137
低下来——仰拍的画面	
更精彩	137
多引导——利用道具吸引	
宠物的注意力	138
要自然——自然光线下拍摄	
宠物更具真实感	138
多观察——捕捉宠物生动的	
表情	139
花卉拍摄技巧.....	142
学技巧——拍摄花卉的	
小技巧	142
用光线——充分利用自然光 ...	143
好背景——背景选择很重要 ...	144
用陪体——巧用花瓶为花卉	
增添鲜活感	145
添生机——利用昆虫增加画面	
生机	146
更娇艳——水滴使得花卉更加	
娇艳	146

Chapter 10 手机摄影高级进阶技巧

使照片具有情绪.....	148
利用颜色来传达情绪	148
利用线条来传递情绪	150



目录 CONTENTS



利用表情或肢体动作传递

情绪151

在照片中表现时间..... 152

利用颜色来表现年代感152 表现明天或者未来154

表现瞬息与永恒153

利用照片映照自己..... 155

通过照片表达自己155 与光影对话161

通过照片认识自己156 在通道中拍摄162

利用照片表现变化157 自己动手创建拍摄场景163

利用照片表现梦想 158 拍出柔光镜的效果164

我要跳得更高159 试一下甩动手机165

雾霾天也不要放弃拍照160 去除玻璃的反光166

Chapter 11 用后期APP让照片更有趣

文艺类 APP 168

黄油相机——自带表情的 足记——轻松拍出具有

汉字 168 大片感的图片173

留白——认真记录和发现

有意思的生活171

Blender——多次曝光的影像合成特效 175

相框与拼图类..... 176

玩图——景中景176 画中画——从构图、色彩

两方面彻底美化179

Chapter 12 让照片光影更迷人的后期APP

MIX 182

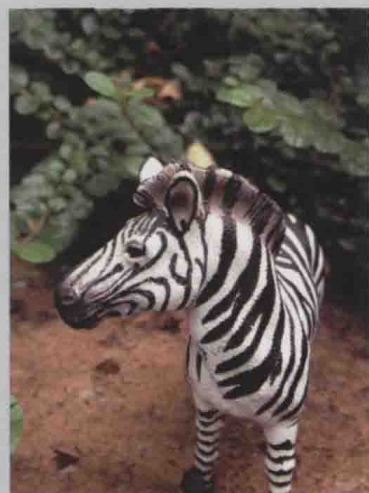
Snapseed 183

VSCO 184

VSCO 工作流程 184 使用 VSCO 滤镜..... 186

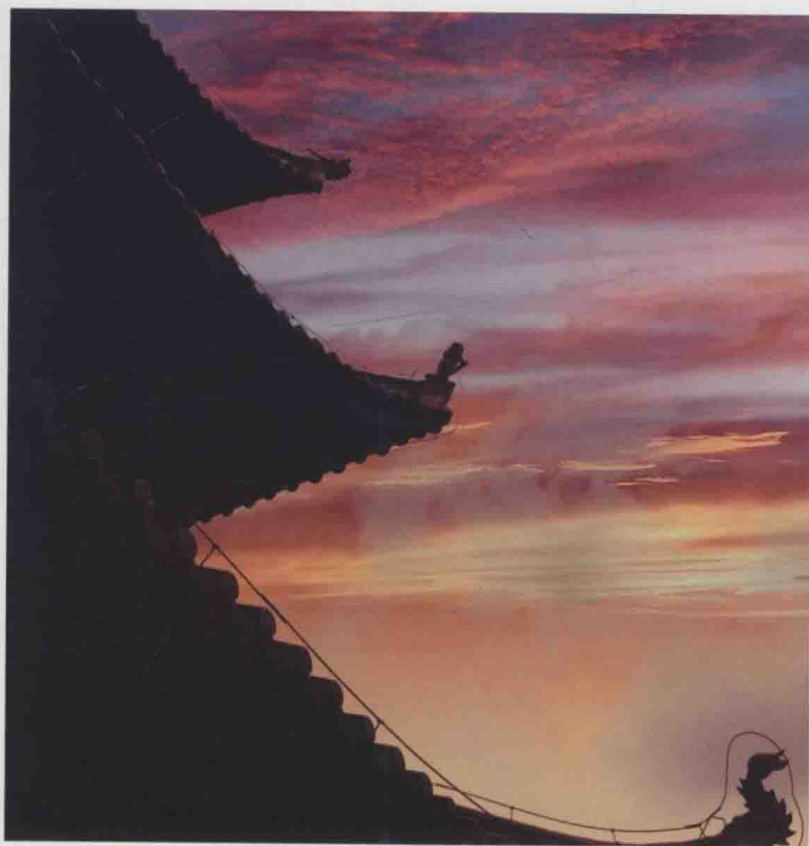
了解 VSCO 滤镜..... 185

泼辣修图.....	187		
基本调整	187	回退操作	189
控制范围	188	横屏操作	189
使用滤镜	188		



Chapter 01

找到值得拍摄的主题



远行 / 田馥颜摄

| 手机摄影与专业单反相机摄影的异同

从摄影的本质上来说

有许多人将使用数码专业相机拍照的行为称为摄影，而如果在拍照时用的是手机，大多数人认为它不是摄影，只是在照相。

其实从本质上来说，同一种行为使用不同的器材或者工具，这种行为本身通常不会因为器材或者工具发生了变化而产生质的变化。

摄影的本质就是记录影像、凝固瞬间，表达作者的意图、思想和情感。这跟使用什么器材、什么工具，其实并没有太多的关系。手机虽然与专业的数码单反相机或者微单相机相比，在性能上仍然无法匹敌，但是，比100年前那些摄影前辈们所使用的器材先进了很多，所以，既然在100年前那些摄影界的前辈们能够被尊称为摄影大师，那么今天能够使用手机拍摄出好照片的人们，也同样不应该被划分到摄影师行列之外。

下面分别展示了使用手机拍摄的风光与人像照片，这样的作品即使放在使用专业数码相机拍摄的领域亦属佳作。



从两者的性能比较来说

虽然在摄影本质上，使用数码专业相机拍摄与使用手机拍摄并没有区别，但是两者在功能上还是具有很大差异的。

从操作的便利性来说，手机当然远胜于专业的数码相机，随手拿起来就可以进行拍摄，而且隐蔽性非常强，因此是那些喜欢拍摄街头纪实类题材的摄影师最喜欢的拍摄器材之一。在拍摄这张照片的时候，笔者住在一个道观中，看见几个道士高兴地收取并拆开了一件快递，想来是在某电商网站上购买的货品到了，不禁感叹这个世界真是没有人不需要与时俱进的，于是用手机偷拍了这张照片。



从照片的质量来说，手机拍摄的远逊于专业的数码相机拍摄的，尤其是在弱光下使用手机所拍摄出来的照片，基本只能起到一个记录的作用，无法进入欣赏的层次。这是因为手机感光元件的面积远远小于专业的数码相机，以一部iPhone为例，其感光元件面积约是一部单反相机感光元件面积的1/25，所以成像质量无法与单反相机的相比。左侧展示的照片是笔者在景区游玩时，为了拍摄远处的建筑，通过缩放屏幕拍摄的，可以看出照片的画质明显只停留在看看的层次。

从反应的速度来说，使用专业的数码相机能够在0.5~1.5秒内完成所有拍摄，而手机从开机到打开相机，再到对焦按快门，平均需要3~5秒，如果选用安卓手机，可能还需要面对缓慢的系统运行速度。孰优孰劣一目了然。下面是一组使用连拍功能拍摄的照片，可以看出来，大部分照片由于手机无法在短时间内完成对焦，因此是模糊的。

从可玩性来说，专业数码相机的镜头可选择性远胜于手机，可以选择广角、长焦、微距等不同类型的镜头，来扩展拍摄的题材及效果，虽然手机也可以使用一些外接的附加镜头，但是，光学质量都比较差。

