

★ 内涵丰富

将摄影知识归类并细分，以简单、轻松、易懂的语言，配合精美、典型的实例，充分阐述每个知识点的核心内涵，帮助读者快速、准确地掌握从器材到使用、从理论到实拍的核心知识。

★ 外延广阔

随书附赠 4 本电子书，《佳能流行镜头全解》、《尼康流行镜头全解》、《数码单反摄影常见问答 150 例》、《时尚人像摄影摆姿宝典》，共计 **537 页**。

★ 学习灵活

通过扫描图书相关位置二维码，可以在移动设备上观看佳能、尼康、索尼等近 20 款相机的器材使用及摄影理论、摄影后期处理视频，总时长近 **30 小时**。

★ 服务完善

可以通过400电话、摄影微信群、微信公众号、微博、万人QQ群获得完善的售后服务，加入我们，更有超过**30GB**摄影资源免费赠送。

再复杂的理论都可以讲得很纯粹

极简摄影

再烦琐的技法都可以讲得很简单

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

极简摄影

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

本书从摄影理念入手，逐步讲解了相机和镜头的特性、用法等基础知识，让读者从器材使用入手，掌握相机的用法，然后进一步讲解了用光与构图知识，让读者能够利用相机技术充分发挥光影与构图的力量。为了将理论与实践结合起来，本书的最后对人像、风光、花朵、昆虫、鸟类、动物、建筑、夜景、人文及旅游等多种常见摄影题材的拍摄技法及拍摄要点进行了深入剖析。

本书语言简洁，图片丰富、精美，即使是接触摄影不长时间的读者，也能够通过阅读本书在较短的时间内掌握摄影技能，提升摄影水平，拍摄出令人满意的摄影作品。

本书素材下载地址：<http://www.fecit.com.cn/files/download/28988.rar>。

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

极简摄影 / 先锋影像编著. -- 北京：电子工业出版社，2016.8
ISBN 978-7-121-28988-0

I. ①极… II. ①先… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第126064号

责任编辑：田 蕾

文字编辑：赵英华

印 刷：天津市银博印刷集团有限公司

装 订：天津市银博印刷集团有限公司

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：787×1092 1/16 印 张：19.75 字 数：505.6千字

版 次：2016年8月第1版

印 次：2016年8月第1次印刷

定 价：89.00元（含附件1份）

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 zltz@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。

减——少就是多

“摄影是减法的艺术”，这几乎是所有摄影爱好者都知道的一句话。通过对画面做“减法”，让画面的内容变得简洁，更容易吸引浏览者的目光，在传递的信息量上反而可以更多、更聚焦、更能切中核心。在学习、理解和实践时，也能够借鉴上述经典理论，形成更直接、更简单、更有效的学习过程。

简——学习摄影并不难

绝大多数初学者无法有效学好摄影，是因为在初次接触相机、镜头、参数设置、构图、光影等这些知识时，在千头万绪之间无法找到合适的学习路径，更遑论实践拍摄时的相互融合与运用了。

本书正是以上述理念为核心，将摄影知识归类并细分，摒弃长篇大论的说明，以简单、轻松、易懂的语言，配合精美、典型、直观的摄影佳作，充分阐述每个知识点的核心内涵，以帮助读者快速、准确地掌握从器材到使用、从理论到实拍的核心知识。

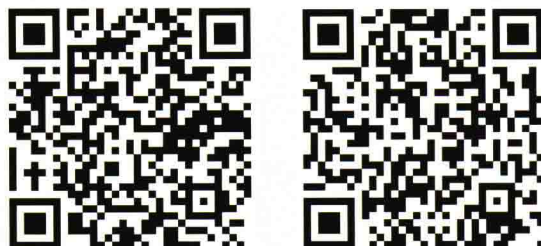
从本书的内容结构划分来看，从第1章的摄影理念入手，在第2~3章讲解了相机和镜头的特性及用法等基础知识，在第4~9章讲解了拍摄模式、菜单设置、测光与对焦、景深控制、白平衡设置及曝光设置等相机参数，让读者从器材使用入手，掌握相机的用法，为实际拍摄打下坚实的基础。本书在第10~11章着重讲解了用光与构图知识，对于前者，摄影是“光”与“影”的艺术，不懂光影运用技巧只能停留在“拍照”的层次；而“构图”则是照片的骨架，构图完美是好照片的标准之一，这两部分知识也是本书的重点内容之一。本书在第12~18章讲解了人像、风光、花朵、昆虫、鸟类、动物、建筑、夜景、人文及旅游类等多种常见摄影题材的拍摄技法及拍摄要点，能够让读者充分利用前面所学的知识，配合相应的拍摄技巧，拍摄出更精彩的摄影作品。

此外，本书还附赠以下4本电子书，同样可以通过扫码下载阅读，这无疑极大地提升了本书的性价比。

- 《佳能流行镜头全解》电子书（46页）
- 《尼康流行镜头全解》电子书（38页）



- 《数码单反摄影常见问答150例》电子书（353页）
- 《时尚人像摄影摆姿宝典》电子书（100页）



为了方便及时与笔者交流与沟通，欢迎读者朋友加入光线摄影交流QQ群（群7：493812664，群8：494474732，群9：494765455）。关注我们的微博<http://weibo.com/leibobook> 或微信公众号FUNPHOTO，每日接收最新、最实用的摄影技巧。



书中附赠大量视频资料，如遇到链接失效或视频无法观看等问题，请通过以上方式及时与笔者取得联系。

编者

2016年5月



目录 CONTENTS



1 Chapter 1 摄影入门 先学习这些理念

- 2 摄影人要具备的5个摄影理念
- 6 什么样的照片大家都说好
- 10 快速提高自身拍摄水准的两大措施

13 Chapter 2 必须知道的基础摄影知识

- 14 什么是画幅
- 15 全画幅的优点
- 17 全画幅的缺点
- 18 APS-C (DX)画幅的优点
- 19 APS-C (DX)画幅的缺点
- 20 要清楚地知道完整的拍摄流程
- 21 了解镜头焦距对视角、画面产生的影响
- 22 了解定焦镜头与变焦镜头对取景的影响
- 23 深入了解变焦镜头
- 24 了解恒定光圈与浮动光圈镜头对拍摄的影响
- 25 学会换算等效焦距
- 26 避免在低于安全快门时拍摄

27 Chapter 3 认识相机参数和掌握基础操作

- 28 必知的两种相机取景方式
- 30 认识相机光学取景器参数
- 31 认识相机液晶监视器参数
- 32 熟练掌握四大操作玩转相机功能设置
- 34 回放照片不只是用于欣赏那么简单

37 Chapter 4 不同阶段用不同的拍摄模式

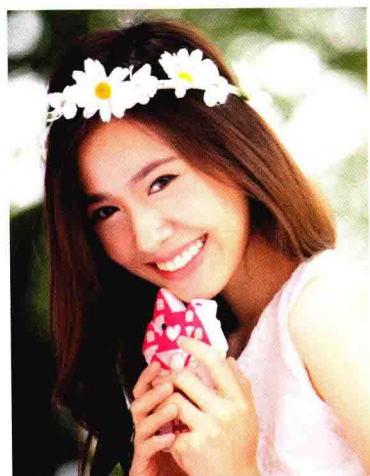
- 38 利用全自动、场景智能自动曝光模式练构图
- 39 严肃的场合一定要用闪光灯关闭曝光模式
- 40 利用场景模式掌握不同题材的拍摄特点
- 44 高手创作用创意曝光模式

51 Chapter 5 设置常用菜单让摄影更简单

- 52 设置未装存储卡释放快门功能——避免浪费感情
- 53 设置文件编号——以便后期照片归类

- 54 设置色彩空间——让照片色彩更符合用途
- 55 设置照片大小——根据用途设置照片尺寸
- 56 设置照片格式——RAW+JPEG是最佳选择
- 57 设置照片风格——赋予画面不同的色彩风格
- 58 清洁图像传感器——获得更清晰的照片
- 59 暗角控制——纠正镜头缺陷
- 60 设置自动关闭电源节省电量——节约电池电量
- 60 设置网格显示功能——避免画面东倒西歪
- 61 设置高光色调优先(佳能)——避免画面中出现纯白无细节区域
- 62 利用动态 D-Lighting(尼康)使画面细节更丰富
- 63 设置提示音——用耳朵就能确认对焦是否成功
- 64 设置自动旋转照片——让回放时欣赏照片更舒适
- 64 设置删除图像——快速删除废片
- 65 设置保护图像——好照片的保护

目录 CONTENTS



66 设置曝光等级增量——获得更精确的画面曝光

67 Chapter 6 拍摄时先测光后对焦

- 68 为什么要测光
- 68 相机是怎么知道应该用什么参数拍摄对象的
- 69 一组曝光参数都包括什么?
- 70 相机能一直准确地给出拍摄参数吗?
- 71 相机也测不准光线,该怎么正确曝光?
- 72 场景再复杂也只需掌握这4种测光模式
- 75 什么是对焦
- 75 为什么要对焦
- 76 如何对焦
- 77 不管对象动不动这3种自动对焦模式就够了
- 79 什么是自动对焦区域模式
- 81 捋清自动对焦与自动对焦区域模式的关系
- 83 手选对焦点
- 84 快门释放模式与对焦功能的搭配使用

86 8种情况下手动对焦比自动更好

89 Chapter 7 根据拍摄意图控制画面景深

- 90 景深的概念
- 91 小景深——景虚人不虚
- 91 大景深——人景都不虚
- 92 前景深与后景深对画面的影响
- 93 影响画面景深的三大因素
- 95 拍出小景深的诀窍——“大长今”
- 96 拍出大景深的诀窍——“小超人”

99 Chapter 8 白平衡对于画面色彩很重要

- 100 白平衡——拍出不偏色照片的秘密
- 101 色温是不是色彩的温度
- 102 色温与白平衡的关系
- 103 自动白平衡——从最常用的预设白平衡学起
- 104 手选色温——当预设白平衡失效时使用
- 105 自定义白平衡——让画面远离偏色
- 107 白平衡偏移——让画面故意偏色获得异样情调

108 巧用白平衡让画面效果加分

111 Chapter 9 如何实现精确的曝光

- 112 光圈——从究竟能“看”清多远学起
- 116 快门速度——从究竟能“抓”多快学起
- 120 感光度——从究竟能多敏感开始了解
- 126 曝光补偿——让画面想亮就亮想暗就暗
- 130 包围曝光——摄影初学者也能获得准确曝光的杀手锏
- 131 拍出画面明暗处均有丰富细节的HDR照片

135 Chapter 10 用好光影成就好照片

- 136 两种常见光线概述
- 138 不同时间段自然光的特点
- 141 找到最完美的光线方向
- 144 利用光线塑造不同的画面影调
- 146 用光线表现细腻、柔软、温婉的感觉

目录 CONTENTS



147 用光线表现出坚硬、明快、光洁的感觉

148 用光线表现出物体的立体感

149 用光线表现出物体的质感

150 神秘好看的斑驳光影其实就是局域光

153 Chapter 11 画面美不美基本看构图

154 摄影构图的基本原则是保持画面的简洁

155 主体与陪体的基本概念

156 构图中常用的3种视角

159 构图中常用的5种景别

162 掌握这10种构图法可以无惧任何题材

169 Chapter 12 拍好人像就用这些器材和27招

170 人像摄影镜头推荐

173 人像摄影时常用附件及使用技巧

178 人像摄影的构图技巧

181 人像摄影中要避免的构图误区

184 人像摄影用光技巧

189 模特的造型与摆姿要点

191 儿童摄影技巧

197 Chapter 13 拍好风光就用这些器材和27招

198 风光摄影镜头推荐

199 不同焦距镜头在风光摄影中的空间感比较

202 风光摄影时常用附件及使用技巧

208 山景的拍摄技巧

210 水景的拍摄技巧

213 太阳的拍摄技巧

216 云雾的拍摄技巧

218 雪景的拍摄技巧

220 树木的拍摄技巧

223 Chapter 14 拍好花卉与昆虫就用这些器材和11招

224 花卉与微距摄影镜头推荐

226 微距摄影时常用附件及使用技巧

229 拍摄花卉的技巧

235 拍摄昆虫的技巧

239 Chapter 15 拍好鸟类与动物就用这些器材和13招

240 动物摄影镜头推荐

241 动物摄影时常用附件及使用技巧

243 拍摄鸟类的技巧

248 拍摄动物的技巧

251 Chapter 16 拍好城市建筑与夜景就用这些器材和20招

252 夜景摄影时常用附件及使用技巧

254 拍摄建筑的技巧

258 拍摄夜景的技巧

268 使用 Photoshop 堆栈合成星轨

273 Chapter 17 体育、人文纪实与旅游摄影

274 拍摄体育类题材的技巧

276 拍摄人文纪实类题材的技巧

278 体现现场气氛

279 利用自动感光度功能拍摄婚礼现场

281 旅游摄影

目录 CONTENTS



285 Chapter 18 常用 数码照片修饰与处理技法

286 使照片旧貌换新颜的裁切技巧

287 使照片层次更加细腻的调整
技巧

291 使照片眼前一亮的调色技巧

300 使画面更清晰的锐化技巧



Chapter

1

摄影入门先学习这些理念



摄影人要具备的5个摄影理念

拍摄主题要明确

主题是摄影作品的灵魂，是摄影师希望通过画面表达呈现给观众的核心。照片是否有主题，或者其主题是否有意义，是判断摄影作品价值的关键。

美的、优秀的摄影作品不仅要使观者感觉到画面之美，更应当有内涵，即“画里有话”，能够通过美的景色来表达摄影师的思想、抒发情怀，从而“借景抒情，寓情于景”。这样的照片不仅使观者对照片本身的美感有所感悟，更能产生联想，给人以“画有穷而意无尽”的感受。



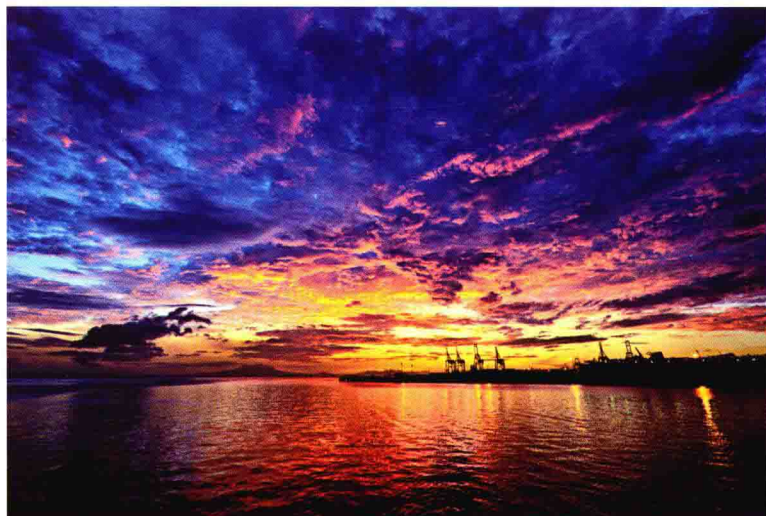
这是一幅美食主题的摄影作品，画面简洁、主体突出，在令观者赏心悦目的同时，又很好地呈现出了味觉上的刺激

焦距：90mm 光圈：F6.3 快门速度：1/160s 感光度：ISO125

认真拍好每一张照片

除了拍摄技术、拍摄思想外，我们还需要做到端正态度、认真拍摄。虽然现在的数码相机可以随拍随看，不喜欢可以删掉重新拍摄，但还是需要对我们所拍摄的照片负责，拍一张就要确认一张，这张就是我们最初想要的，而不是随便拍摄的。

在拍摄大海之前，要考虑好拍摄的时间与角度，选择在太阳刚刚消失在地平线之际时拍摄，可以让冷色调渲染画面气氛。构图时将水平线置于画面偏下的位置，目的是以此更好地表现天空和云彩



焦距：18mm 光圈：F10 快门速度：1/100s 感光度：ISO200

要具有发现美的能力

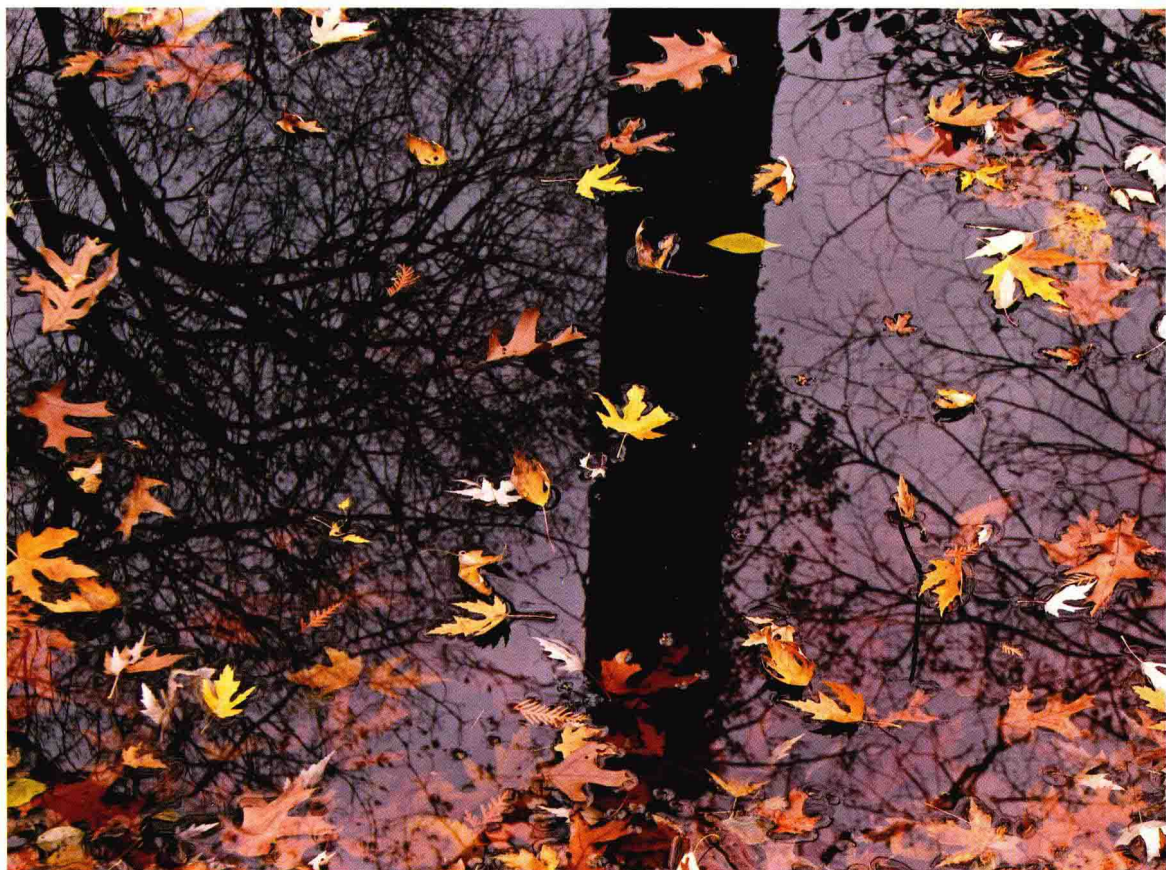
世上不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛，因此在摄影时必须培养发现美、体会美的能力。其实只要细心观察，努力寻找，总会从身边的人、景、物、事中发现瞬间的美。

画家郑板桥曾在一幅画的题跋中写道：江馆清秋，晨起看竹，烟光日影露气，皆浮动于疏枝密叶之间，胸中勃勃遂有画意。其实胸中之竹，并不是眼中之竹也。因而磨墨展纸，落笔倏作变相，手中之竹又不是胸中之竹也。这段话道出了郑板桥画竹的心得，这里提到的“眼中之竹”“胸中之竹”“手中之竹”，生动形象地概括了他的创作心理和审美思维的三个阶段。正如前文所讲述的，绘画与摄影具有很多相似之处，以下所列举的三个创作阶段也是如此。

- 1.美的发现和感知。
- 2.美的提炼和酝酿。
- 3.美的创造与加工。

其中，第一个阶段“美的发现和感知”靠眼力，第二个阶段靠个人的美学修养，第三个阶段靠创作技巧。这三个阶段中以第一个阶段最为重要，因为，只有能看出美，才有可能拍到美。

好的摄影师必须练就一双慧眼，才能对其他人习以为常的人、事、物有全新的观察角度，也才能够从别人忽略的地方捕捉到美。



摄影师独具匠心地拍摄小水洼中的倒影，深暗色的树木倒影与色彩明亮的水中落叶形成强烈的明暗对比，而两者之间一实一虚相互堆叠交错，使画面有落叶归根的意境

焦距：16mm 光圈：F3.5
快门速度：1/79s 感光度：ISO100

独立思考很重要

很多摄影爱好者都喜欢对着被摄对象猛按快门，认为拍了很多张总有一张满意的，这样做其实就完全失去摄影的乐趣了。

摄影是一门艺术，拼的是思想和技术，而不是体力，只有用心思考了，有了想法再结合摄影技法，才能拍出优秀的照片。

一定要养成独立思考的习惯，例如，去影展参观大师们拍摄的作品时，思考为什么大师这样拍，这样拍好在哪里，我该怎么拍等，这样才会有进步且进步更快。



摄影师选择太阳正好在海边岩石洞中的时候进行拍摄，并且海水形成的线条也将观者的视线引向太阳处，天空的云彩形成的线条正好与地面的线条相呼应。合理的构图和拍摄时机，可见摄影师在拍摄这张照片前是经过深思的

焦距：18mm 光圈：F14
快门速度：1/2s 感光度：ISO100



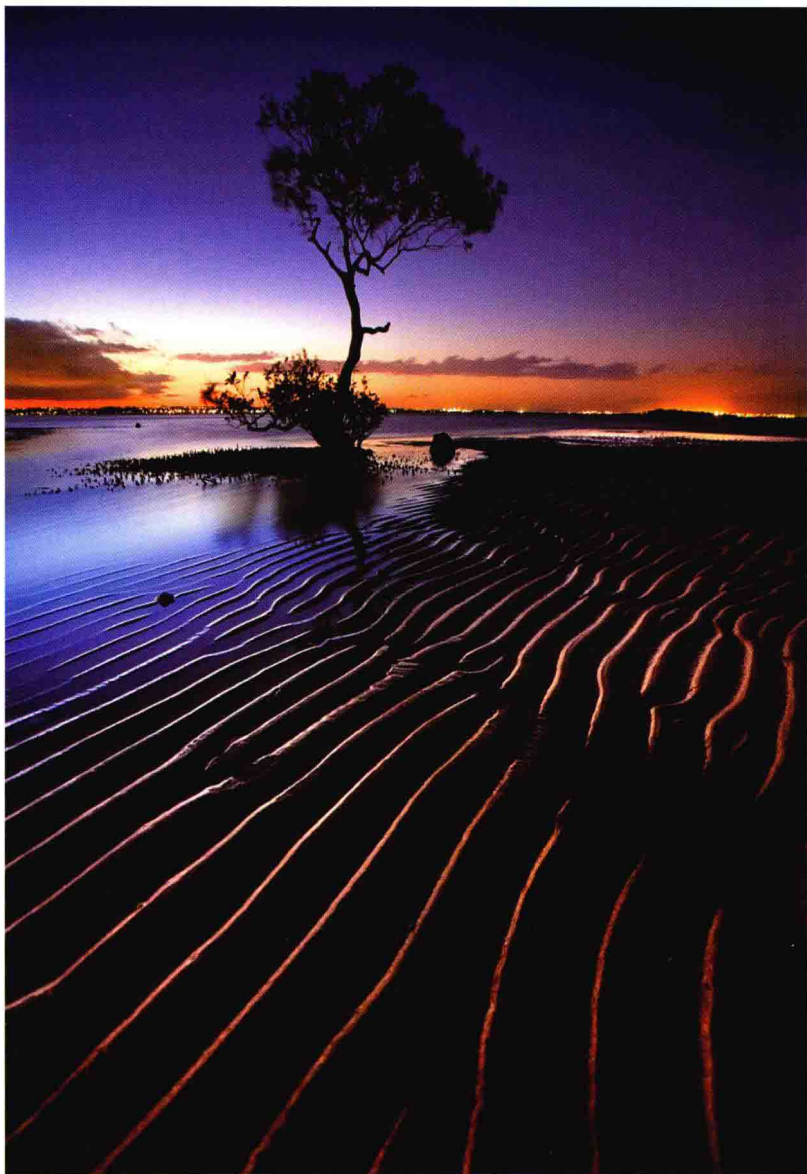
365拍摄计划

好镜头不等于能拍出好照片

要拍出牛片是否一定要使用“牛头”，这个问题经常被“器材党”与“技法派”所争论。现在看来，大多数摄影爱好者都认为，要拍出牛片不一定要使用“牛头”，因为牛片与题材、思想内涵有关，也与构图、用光有关，而这些基本上都与镜头是否是牛头无关。因此，在摄影领域，镜头的优劣不是决定照片质量的第一要素。总之，牛片与摄影器材的关系并不是很紧密。

反过来看这个问题，则如影友所说，狗头给了你拍废片的借口，而牛头则剥夺了你拍废片的借口。

如果手持牛头仍然拍不出比较优秀的照片，就只能从自身找原因了。



焦距：24mm 光圈：F8
快门速度：1/8s 感光度：ISO200

摄影师采用竖画幅拍摄这张风光照片，巧妙地利用被水冲击形成的沙滩纹理增加了画面的空间纵深感，并且将观者的视线引向远处的孤树，使画面产生动感效果。这些都是摄影师通过合理的构图与恰当的曝光得到的，与镜头的好坏基本无关，因此使用“狗头”也同样可以拍摄出具有震撼效果的画面

什么样的照片大家都说好

曝光正确

摄影界对曝光不讲求非常准确，但要求非常正确。换言之，在曝光时摄影师可以取得自己所希望获得的曝光量。例如，为了使拍摄的场景有高调的感觉，可以适当地加大曝光量使画面轻微过曝一点，而为了使画面体现低暗阴沉的感觉，则可以适当地减少曝光量使画面轻微欠曝一点。相对于相机本身而言，这两种拍摄手法都不够准确，但相对于摄影师所希望获得的画面，这种拍摄手法可以获得正确的曝光量。

所以，摄影师必须掌握用光的技术与曝光的技巧，从而使自己能够在各种不同的拍摄环境下，灵活组合运用各项曝光技术，使每一次曝光都是正确的，从而获得自己所希望呈现的画面。



好照片的双重标准

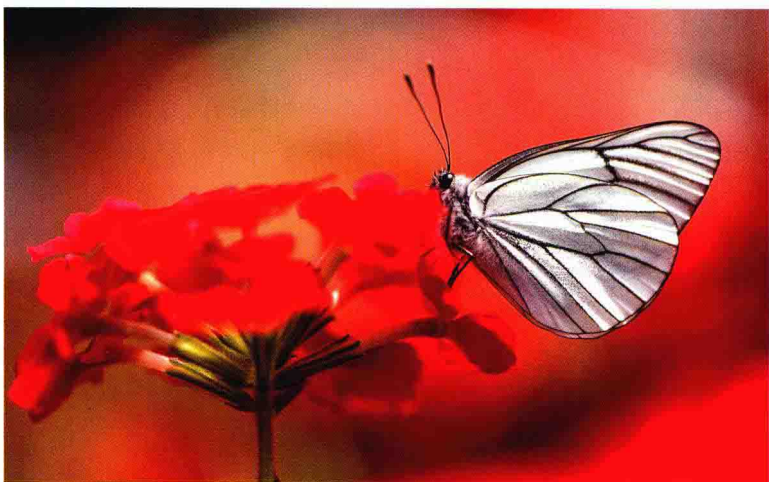
以天空为背景仰视拍摄的树冠，可以看出无论是天空的云彩还是树干的背光处层次都很细腻，这是一张曝光正确的照片

焦距：185mm 光圈：F5.6
快门速度：1/400s 感光度：ISO200

构图完美

完美的构图是保证照片有形式美的重要手段，每一个摄影师都应该具有从客观的混乱表象中找出秩序，并利用摄影手段在画面中重组构成摄影画面的元素，最终使要表达的内容以较为美观的形式展现出来的能力。

完美的构图除了能够保证画面具有最基本的美感外，还能够有效地将画面的元素组织起来，使画面的形式为内容所服务。例如，在拍摄夕阳海面风光时，通过构图使海边的长桥指向落日，则不仅能够使画面因为存在长桥的线条而具有线条美感，而且还利用长桥将观众的目光吸引到了落日。



这是常见的蝴蝶照片，将蝴蝶置于画面的1/3处，这样画面看起来在视觉上非常舒服

焦距：200mm 光圈：F4
快门速度：1/640s 感光度：ISO100

光影丰富

摄影是用光的艺术，没有光及由此产生的影，就没有摄影创作活动，也就没有照片给人带来的视觉享受。

但摄影作品不能仅仅满足于有光，还必须要丰富合理的影。因为光影在摄影中传递着各种各样的信息，如被摄体的形状、体积、质感、色彩、明暗关系、空间深度和自然状态等，光影效果不正确，则无法正确反映出被拍摄对象的真实状态，而丰富的光线利用恰到好处的表现手法，则可以很准确地反映被拍摄对象的存在状态和内在状态。



利用对称式构图拍摄的海边日落，海天一色的画面给人一种大气的宁静之美，两个垂钓归来的人则为画面增添了生机，这是一幅构图完整又不失活泼的作品

焦距：40mm 光圈：F9
快门速度：1/60s 感光度：ISO200