

# 数码单反 摄影圣经

◎ 广角势力 著

实战  
精华版

## 摄影与器材

解读优秀摄影作品 了解数码单反相机

## 光线与曝光

学会阅读复杂光线 巧用各种曝光手法

## 构图与视角

熟知摄影构图原则 展现完美影像视角

## 场景与实战

人像、风光、建筑、夜景 植物、静物、美食、宠物

## 秘笈与禁忌

完美照片10大秘笈 摄影作品10大禁忌

## 后期与分享

掌握必备后期技巧 展示分享你的作品



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



## 图书在版编目(CIP)数据

数码单反摄影圣经：实战精华版 / 广角势力著. --  
北京：人民邮电出版社，2012.11  
ISBN 978-7-115-28764-9

I. ①数… II. ①广… III. ①数字照相机—单镜头反  
光照相机—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第144473号

## 内 容 提 要

这是一本摄影基础入门书，特别适合初级的摄影爱好者。本书从什么是好照片开始，让读者首先找准目标，然后再开始有目的地进行摄影学习，最终达到随心记录、艺术表达的目标。在这个过程中，熟悉手中的器材，掌握一定的摄影基础知识，了解一些常规的构图、用光技巧，是基本功。随后，本书利用海量实拍案例，分别从人像摄影、风光摄影、建筑与夜景摄影、花卉摄影、静物与美食摄影、昆虫摄影等方面入手，结合构图、光线、曝光等方面，综合讲解各种实拍技巧。

掌握基础知识与理论是拍好作品的第一步，灵活运用各种实拍技巧会给以后的摄影创作打下良好的基础。基本功扎实了之后，你便能从艺术的角度，去发现、提炼生活中的美，让脑海中美好的景象呈现在照片上。

本书适合使用数码单反相机的摄影爱好者，特别是希望快速提升摄影技术的朋友们阅读。

### 数码单反摄影圣经（实战精华版）

- ◆ 著 广角势力
- 责任编辑 李 际
- 执行编辑 陈伟斯
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号  
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
- ◆ 开本：787×1092 1/16  
印张：20  
字数：460千字 2012年11月第1版  
印数：1-4000册 2012年11月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-28764-9

定价：69.00元

读者服务热线：(010)67132692 印装质量热线：(010)67129223

反盗版热线：(010)67171154

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号



# 目录



## 第1章 什么是好照片 ..... 16

- 1.1 好照片要有主题 ..... 18
- 1.2 好照片要有主体 ..... 20
- 1.3 好照片要与众不同 ..... 22
- 1.4 好照片要能产生共鸣 ..... 24
- 1.5 好照片没有统一标准 ..... 25

## 第2章 初识数码摄影 ..... 26

- 2.1 数码相机各系统功能简介 ..... 28
- 2.2 数码相机基本工作原理 ..... 30
- 2.3 数码摄影优势之一：可随时查看拍摄效果 ..... 31
- 2.4 数码摄影优势之二：便捷多样的数码暗房 ..... 32
- 2.5 数码摄影优势之三：数码照片可便捷分享交流 ..... 33

## 第3章 摄影的镜头 ..... 34

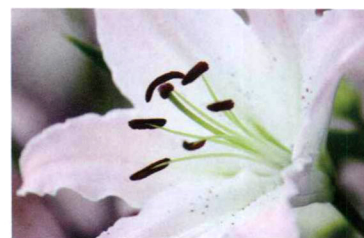
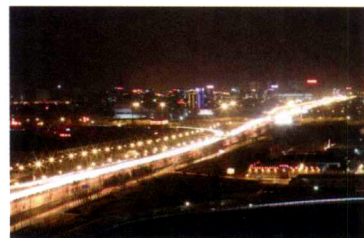
- 3.1 焦距 ..... 36
- 3.2 光圈 ..... 37
- 3.3 最佳光圈 ..... 38
- 3.4 景深 ..... 39
- 3.5 变焦镜头与定焦镜头 ..... 42
- 3.6 广角镜头 ..... 43
- 3.7 标准镜头 ..... 46
- 3.8 长焦镜头 ..... 49
- 3.9 微距镜头 ..... 52
- 3.10 移轴镜头 ..... 55





## 第4章 光线与曝光 .....58

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 4.1 摄影与光线.....          | 60 |
| 4.1.1 顺光.....           | 61 |
| 4.1.2 侧光.....           | 62 |
| 4.1.3 逆光.....           | 63 |
| 4.1.4 软光.....           | 64 |
| 4.1.5 硬光.....           | 65 |
| 4.2 数码单反相机的曝光原理.....    | 66 |
| 4.2.1 曝光与光圈 .....       | 67 |
| 4.2.2 曝光与快门速度 .....     | 68 |
| 4.2.3 曝光与感光度 .....      | 69 |
| 4.2.4 感光度对图像质量的影响 ..... | 70 |
| 4.3 获得正确曝光.....         | 71 |
| 4.4 测光 .....            | 72 |
| 4.5 自动包围曝光.....         | 74 |
| 4.6 手动曝光模式.....         | 75 |
| 4.7 自动曝光模式.....         | 76 |
| 4.8 曝光补偿 .....          | 78 |
| 4.9 直方图 .....           | 80 |
| 4.10 向右曝光与向左曝光 .....    | 81 |
| 4.11 什么是对比度.....        | 82 |
| 4.12 什么是 HDR .....      | 83 |
| 4.13 高调摄影 .....         | 84 |
| 4.14 低调摄影 .....         | 85 |
| 4.15 闪光灯摄影 .....        | 86 |
| 4.16 弱光摄影 .....         | 90 |
| 4.17 剪影 .....           | 92 |







## 第5章 摄影的构图 .....94

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 5.1 摄影构图的基本原则 .....    | 96  |
| 5.2 画面的均衡 .....        | 97  |
| 5.3 俯拍和仰拍的奇特视觉 .....   | 98  |
| 5.4 选择合适的前景和背景 .....   | 100 |
| 5.5 黄金分割法构图 .....      | 102 |
| 5.6 井字形构图 .....        | 103 |
| 5.7 三分法构图 .....        | 104 |
| 5.8 对角线构图 .....        | 105 |
| 5.9 对称式构图 .....        | 106 |
| 5.10 水平线构图 .....       | 107 |
| 5.11 垂直线构图 .....       | 108 |
| 5.12 曲线构图 .....        | 109 |
| 5.13 散点式构图 .....       | 110 |
| 5.14 汇聚线构图 .....       | 111 |
| 5.15 框架式构图 .....       | 112 |
| 5.16 三角形构图 .....       | 113 |
| 5.17 陪体在构图中的作用 .....   | 114 |
| 5.18 对比法 .....         | 116 |
| 5.19 封闭式构图与开放式构图 ..... | 118 |
| 5.20 线条对视线的引导 .....    | 120 |
| 5.21 留白构图 .....        | 121 |

## 第6章 摄影的色彩 .....122

|                  |     |
|------------------|-----|
| 6.1 色彩的三要素 ..... | 124 |
| 6.2 光线的色彩 .....  | 125 |



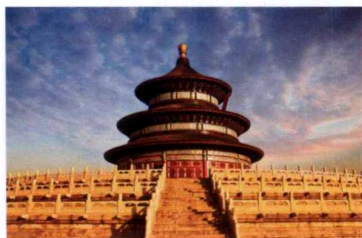




|                   |     |
|-------------------|-----|
| 6.3 色相环 .....     | 126 |
| 6.4 协调色 .....     | 127 |
| 6.5 对比色 .....     | 128 |
| 6.6 色温 .....      | 129 |
| 6.7 白平衡 .....     | 130 |
| 6.8 色彩的感情 .....   | 131 |
| 6.9 色彩的相互影响 ..... | 132 |
| 6.10 黑白摄影 .....   | 133 |

## 第7章 人像写真 ..... 134

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 7.1 人像写真需要的镜头和附件 ..... | 136 |
| 7.2 拍摄计划与服装造型 .....    | 137 |
| 7.3 摄影师与模特的沟通技巧 .....  | 138 |
| 7.4 人像写真的景别 .....      | 139 |
| 7.5 拍摄视角对人像的影响 .....   | 141 |
| 7.6 人像写真光线的运用 .....    | 143 |
| 7.7 人像写真的摆姿 .....      | 146 |

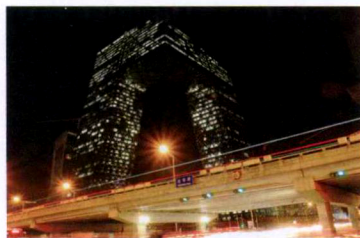


## 第8章 婴儿与儿童 ..... 150

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 8.1 拍摄婴儿合适的相机与镜头 .....  | 152 |
| 8.2 营造温馨舒适的拍摄环境 .....   | 153 |
| 8.3 巧妙搭配道具和服饰 .....     | 154 |
| 8.4 喜怒哀乐都不放过 .....      | 155 |
| 8.5 在游乐园或公园拍摄儿童照片 ..... | 157 |
| 8.6 使用连拍模式抓拍儿童照片 .....  | 159 |







## 第9章 自然风光 .....162

- 9.1 拍摄自然风光需要的镜头 ..... 164
- 9.2 拍摄自然风光需要的附件 ..... 166
- 9.3 溪流瀑布的实拍技巧 ..... 168
- 9.4 大海湖泊的实拍技巧 ..... 170
- 9.5 日出日落的实拍技巧 ..... 172
- 9.6 山川的实拍技巧 ..... 174
- 9.7 草原的实拍技巧 ..... 176
- 9.8 沙漠的实拍技巧 ..... 178
- 9.9 长城的实拍技巧 ..... 180
- 9.10 雪景的实拍技巧 ..... 182
- 9.11 春天——盎然的绿 ..... 184
- 9.12 夏天——欢快的节奏 ..... 186
- 9.13 秋天——金色的收获 ..... 188
- 9.14 冬天——黑与白的萧条 ..... 190

## 第10章 建筑和夜景 .....192

- 10.1 拍摄建筑物的角度 ..... 194
- 10.2 拍摄建筑的景别选择 ..... 195
- 10.3 现代建筑的实拍技巧 ..... 197
- 10.4 古典建筑的实拍技巧 ..... 199
- 10.5 拍摄夜景的时机选择 ..... 201
- 10.6 夜景拍摄的三大法宝 ..... 203
- 10.7 夜晚车流的实拍技巧 ..... 205
- 10.8 如何得到星芒效果的夜景照片 ..... 207
- 10.9 焰火的实拍技巧 ..... 208
- 10.10 星空与闪电的实拍技巧 ..... 210





## 第 11 章 花卉植物 .....212

- 11.1 拍摄花卉植物的镜头和附件 .....214
- 11.2 虚化前景和背景的效果 .....215
- 11.3 高调花卉和低调花卉 .....217
- 11.4 花卉的拍摄角度 .....219
- 11.5 拍摄花卉的光线运用 .....221
- 11.6 利用对比拍摄花卉 .....223
- 11.7 拍摄微距花卉 .....225
- 11.8 荷花实拍技巧 .....227
- 11.9 油菜花实拍技巧 .....229
- 11.10 郁金香实拍技巧 .....231
- 11.11 向日葵实拍技巧 .....233
- 11.12 桃花与樱花实拍技巧 .....235
- 11.13 菊花实拍技巧 .....237
- 11.14 红叶与银杏实拍技巧 .....239

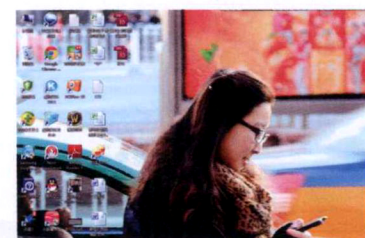


## 第 12 章 静物和美食 .....242

- 12.1 拍摄静物需要的镜头 .....244
- 12.2 专业静物摄影器材 .....245
- 12.3 利用家中现有的器具拍摄静物 .....246
- 12.4 透明材质的实拍技巧 .....247
- 12.5 反光金属的实拍技巧 .....249
- 12.6 珠宝首饰的实拍技巧 .....251
- 12.7 数码产品的实拍技巧 .....253
- 12.8 美食的实拍技巧 .....254







## 第 13 章 宠物昆虫 ..... 260

- 13.1 使用高速快门和连拍模式拍摄宠物 ..... 262
- 13.2 宠物狗的实拍技巧 ..... 263
- 13.3 宠物猫的实拍技巧 ..... 266
- 13.4 微距昆虫的实拍技巧 ..... 268

## 第 14 章 完美照片的 10 秘笈 ..... 270

- 14.1 使用大光圈拍摄人像 ..... 272
- 14.2 稍稍过曝美化人像皮肤 ..... 273
- 14.3 利用反光板或闪光灯给逆光人像补光 ..... 274
- 14.4 高调人像表现唯美的视觉效果 ..... 275
- 14.5 使用减光镜实拍丝状流水 ..... 276
- 14.6 利用前景来增加画面的纵深感 ..... 277
- 14.7 使用偏振镜让天空更蓝 ..... 278
- 14.8 超广角镜头制造夸张效果 ..... 279
- 14.9 使用实时取景精确手动对焦 ..... 280
- 14.10 在安全快门下拍摄 ..... 281

## 第 15 章 完美照片的 10 禁忌 ..... 282

- 15.1 人像写真中禁止截裁的部位 ..... 284
- 15.2 人像摄影时应避免视线受阻 ..... 285
- 15.3 不要在正午时分外出拍摄 ..... 286
- 15.4 拍摄婴儿禁止使用闪光灯 ..... 287
- 15.5 避免地平线在画面正中央 ..... 288
- 15.6 避免一味使用自动白平衡 ..... 289
- 15.7 拍摄雪景不能完全依赖相机的自动测光 ..... 290
- 15.8 拍摄建筑切忌画面倾斜 ..... 291





|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 15.9 不要等天完全黑了才拍摄夜景 ..... | 292 |
| 15.10 不要使用过高的感光度 .....   | 293 |

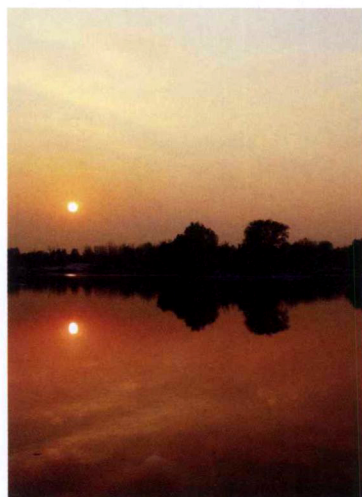
## 第 16 章 必须掌握的数码暗房技巧..... 294

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 16.1 方便快捷的光影魔术手 .....        | 296 |
| 16.2 丰富多彩的美图秀秀 .....         | 297 |
| 16.3 专业强大的 Photoshop .....   | 298 |
| 16.4 如何美化人像照片 .....          | 300 |
| 16.5 如何制作虚化的背景效果.....        | 302 |
| 16.6 如何让照片更加锐利清晰.....        | 304 |
| 16.7 如何去掉画面多余元素 .....        | 306 |
| 16.8 如何让倾斜的画面变水平.....        | 307 |
| 16.9 如何调整偏色的照片 .....         | 308 |
| 16.10 如何打造全景照片 .....         | 310 |
| 16.11 采用什么软件处理 RAW 格式照片..... | 312 |



## 第 17 章 展示与分享你的照片..... 314

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 17.1 数码照片的导入和查看 .....    | 316 |
| 17.2 数码照片的存放和管理 .....    | 316 |
| 17.3 批量缩小照片的大小 .....     | 317 |
| 17.4 批量对照片进行重命名 .....    | 317 |
| 17.5 如何参加在线影展和摄影比赛 ..... | 318 |
| 17.6 在摄影论坛中交流作品 .....    | 318 |
| 17.7 制作网上相册展示摄影作品 .....  | 319 |
| 17.8 在微博上分享照片 .....      | 319 |







# 数码单反 摄影圣经

◎ 广角势力 著



人民邮电出版社

北京

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)



















PREFACE

# 前言

记得十多年前，我在一个专业摄影杂志当编辑，刚去的时候做的第一件事，就是跟着杂志社的老师学习如何评选照片。照片评选要经过好几轮的选拔，才最终分出胜负。首先会对海量的图片进行初选，大量的照片在初选中被淘汰。

当时作为一名刚刚接触摄影的新人，从我的角度来看，那些画面非常唯美的花卉、人像、风景等照片，是我眼中的好照片。但很奇怪的是，大量这样的照片，在初选中就被老师们直接淘汰。我印象深刻的是一幅雪中的红梅作品，那幅照片的内容我现在依然清晰记得，是冰天雪地里一朵含苞未放的红梅骨朵，被晶莹的雪包裹着，红白相间，画面清晰锐利，非常漂亮，但即便是这样的照片，也都没有通过初选。反而是一些在我看来画面黑乎乎的、并不怎么美观的照片，被老师们当宝贝一样留下了。

现在明白，当初我认为的“黑乎乎”的照片，是逆光下拍摄的，要么具有一定的拍摄难度，要么有一定的深刻含义，或者是某些地方比较另类和独特。对参赛作品而言，这样的几个要素，要比画面唯美重要得多。

所以，对于什么是好照片，不同的人、不同的用途、不同的场合，的确会有完全不同的答案。那么，对于刚刚拿起单反相机开始接触摄影的人，什么样的照片才是好照片呢？这个问题，我觉得要比怎么拍摄好照片来得更重要一些。因为首先要明确目标，才好瞄准。如果目标不清晰，或者目标本来就偏离，我们越努力，会距离目标越远。

这本书，首先从什么是好照片开始，让读者第一步先找准目标，之后，再来学习





如何瞄准，最终能直指靶心，甚至达到百发百中的境地。这其中，熟悉手中的器材，掌握一定的摄影基础知识，了解一些常规的构图、用光技巧，是基本功。基本功扎实了之后，再从艺术的角度，去发现、提炼生活中的美。

本书针对刚刚拿起数码单反相机，无论是技术还是艺术都迫切需要提升的用户的一本摄影百科全书，本书结构清晰、内容实用、图文并茂，全面解决了数码单反摄影中所能遇到的各种问题。并循序渐进、从基础到深入，全面系统地讲解了所有跟数码单反摄影相关的知识。

当您翻开本书的时候，也许会感觉书中的作品和人物离您还很遥远，但是当您读完本书的时候，您也能像摄影师一样拍摄出精美、专业的摄影作品来。本书能让您在最短时间内，完成从“新手”到“高手”，从“入门”到“精通”的过程。

广角势力工作室，是一家致力于摄影图书选题策划与内容编写的专业图书工作室。工作室的主力成员，或在专业的摄影媒体担任过主编及资深编辑职务，对国内影友的阅读需求有长期密切的跟踪与调研，并拥有畅销摄影图书的策划经验；或是来自不同领域的摄影发烧友，擅长人像、静物、旅游等拍摄主题或摄影后期等。

本书能在既定时间顺利完稿，首先感谢白頔、黎金岳、逍遥、王逸飞对本书文字的编写，感谢董帅对所有图片的整理，对于各位辛勤的付出，在此表示感谢。此外，还要感谢以下摄影师为本书提供精美作品，他们是（排名不分先后）：陈丹丹、白頔、董帅、王瑜、张韬、王军、李玉华、庄华、李晟、孙立、陈磊等。

我们在完成书稿的过程中，对技术细节力求严谨准确，对文字的表述核对力求通畅易读，但书中仍难免存在疏漏，欢迎读者指正。请将您的宝贵意见或建议发送至邮箱：770627@126.com。

广角势力出版总监 陈丹丹

2012年6月