

领略索尼微单魅力，参透好片拍摄之道！

SONY

全新
畅销
升级版

索尼 微单摄影 从新手到高手

曹照 编著



同时适用于索尼α5000

α5100 | α6000 | α6300 | α7

α7R | α7R II | α7S

α7S II 等机型

最新机型解密

找到真正属于自己的那个「它」

实用功能剖析

挖掘出每台索尼微单的拍摄潜力

实际操作详解

展现出拍片技巧的精髓所在

进入光影世界

◎大拍摄题材体会光影表现技法



扫一扫，下载学习索尼
微单相机实践教学视频
访问密码：0072

中国青年出版社
CITY YOUTH PRESS



全新
畅销
升级版

索尼 微单摄影

从新手到高手

曹照 编著

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

索尼微单摄影从新手到高手：全新畅销升级版 / 曹照编著. —北京：中国青年出版社，2016.6

ISBN 978-7-5153-4238-2

I. ①索… II. ①曹… III. ①数字照相机-单镜头反光照相机-摄影技术 IV. ①TB86.2J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第138860号

索尼

全新
畅销
升级版

微单摄影

从新手到高手

曹照 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) 50856188 / 50856199

传真：(010) 50856111

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：刘冰冰

印刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

开本：787×1092 1/16

印张：17.5

版次：2016年10月北京第1版

印次：2016年10月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5153-4238-2

定价：79.90元(附赠实践教学视频)

本书如有印装质量问题，请与本社联系

读者来信：reader@cypmedia.com

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

电话：(010) 50856188 / 50856199

投稿邮箱：author@cypmedia.com

Part 01

索尼
微单的魅力

▶ Chapter 01 认识索尼微单相机

1.1 什么是微单相机	14
1.2 索尼微单相机的组成结构	14
1.3 索尼微单相机的特点	15
1.3.1 优良电子取景器	15
1.3.2 高分辨率使画质有保证	15
1.3.3 丰富的镜头选择	16
1.4 索尼微单相机相关名词	17
1.4.1 相机画幅	17
1.4.2 感光元件	18
感光元件的尺寸	18
感光元件对光线的灵敏程度	18
1.4.3 像素	19
1.4.4 取景器	19
1.4.5 液晶屏	20
1.4.6 图像的存储格式	21
1.4.7 短片录制格式	21
1.5 索尼微单相机	22
1.5.1 α5000/α5100/α6000/α6300相机	22
α5000相机	22
α5100/α6000相机	24
α6300相机	26
1.5.2 αQX1相机	27
具备P/A/S拍摄模式	27
多种操控手段	27
1.5.3 α7/α7R/α7S/α7 II/α7R II/α7S II相机	27
α7相机	27
α7R相机	28
α7S相机	28
α7 II相机	29
α7R II相机	30
α7S II相机	31

▶ Chapter 02 索尼微单相机的众多 实用功能

2.1 直观的操作——控制拨轮和前后转盘	34
2.1.1 控制拨轮	34
2.1.2 前后转盘功能	34
2.2 灵活好用的液晶屏	35
2.2.1 翻转屏的使用方法	35
2.2.2 触摸屏的使用方法	35
2.3 5轴防抖系统	36
2.4 “DRO/自动HDR”功能适应明暗 反差较大的场景	37
2.5 “扫描全景”功能拍摄大场景	38
2.6 “创意风格”轻松设置照片风格	40
2.7 “动作防抖”保证昏暗场景下的 手持拍摄	42
2.8 “速度优先连拍”胜任运动场景拍摄	43
2.9 “笑脸/人脸检测”使人像拍摄快速准确	44
2.10 “S-Log伽马”功能丰富视频影调	45
2.11 专业动态影像录制	46
2.12 便捷而灵活的视频录制方式	46
2.13 便捷的无线传输功能	47
Wi-Fi功能	47
NFC一触功能	48



Part 02

索尼微单
功能与操控

▶ Chapter 03

索尼微单相机各部件名称 及菜单设置

3.1 相机各部件名称及标识含义	50
3.1.1 机身正面详解	50
3.1.2 机身背面详解	50
3.1.3 机身侧面详解	51
3.1.4 机身顶部及底部详解	52
3.2 看懂显示屏图标是设置相机的前提	52
3.3 熟记菜单结构使设置更快速	53
3.4 掌握菜单的设置方法	54
3.5 常用菜单设置很重要	55
3.5.1 DISP按钮(液晶屏)控制显示功能	55
3.5.2 影像尺寸决定照片存储量	56
3.5.3 影像质量用于设置图像存储	56
3.5.4 纵横比决定照片的构图	56
3.5.5 丰富多彩的照片效果任君选择	57
3.5.6 善用“图片配置文件”营造画面氛围	59
3.5.7 观看模式(静态/动态影像选择)决定 回放方式	60
3.5.8 网格线是构图的好帮手	60



▶ Chapter 04

索尼微单相机实际操控

4.1 拍摄的第一步:了解曝光	62
4.1.1 快门决定曝光时间	62
快门速度的设置方法	62
快门与亮度	62
快门速度与影像清晰度	63
4.1.2 光圈控制镜头进光量	64
光圈值的设置方法	64
光圈与亮度	64
4.1.3 曝光不可或缺的元素:感光度	65
感光度的设置方法	65
感光度与亮度	65
感光度与画质	65
4.2 掌握曝光模式	66
4.2.1 曝光模式的设置方法	66
4.2.2 智能自动:乐得清闲	66
4.2.3 场景选择:各具特色	67
4.2.4 手动模式:随心所欲	70
4.2.5 快门优先:捕捉决定性瞬间	71
4.2.6 光圈优先:控制背景表现	72
4.2.7 程序自动:拍摄成功的保证	73
4.3 决定曝光的操作:测光	74
4.3.1 测光模式的设置方法	74
4.3.2 多重测光使画面整体曝光更合理	74
4.3.3 中心测光更侧重于中央主体	75
4.3.4 点测光强调主体曝光	75
4.4 曝光补偿用于修正测光数据	76
4.5 曝光锁定使拍摄更方便	77
4.6 决定影像清晰度:对焦	78
4.6.1 自动对焦设置	78
4.6.2 选择合适的自动对焦模式	78
4.6.3 对焦区域	79
设置方法	79
广域对焦覆盖对焦点最多	80
区对焦利于拍摄动态主体	80
中间对焦利于快速对画面中央的主体对焦	81
自由点对焦使对焦更为灵活	81
确保对焦的扩展自由点	82
适合跟踪动态主体的锁定AF	83
4.6.4 DMF功能	84
4.6.5 AF/MF控制	85
4.6.6 手动对焦弥补自动对焦之不足	85
设置方法	86



4.7.8 单拍阶段曝光：每次拍摄1幅不同曝光的画面	95
4.7.9 白平衡阶段曝光得到不同色调照片	96
4.7.10 DRO阶段曝光	97
4.7.11 遥控拍摄更自由	97
4.8 控制画面的色彩表现：白平衡	98
4.8.1 轻松设置白平衡	98
设置方法	98
4.8.2 丰富多彩的白平衡预设	99

Part 03
索尼微单配件
选购与使用

▶ Chapter 05 索尼微单相机的镜头体系

4.6.7 对焦设置	87
在自动对焦或DMF时	87
在手动对焦时	87
4.6.8 “AF微调”使α卡口镜头的使用更方便	87
设置方法	87
4.6.9 相位检测区域	88
设置方法	88
4.6.10 锁定AF	89
设置方法	89
4.6.11 数码变焦便于查看对焦效果	90
设置方法	90
4.6.12 “AF辅助照明”在暗光环境中辅助对焦	90
设置方法	90
4.7 摄影中的用兵之道：拍摄模式	92
4.7.1 拍摄模式的设置	92
设置方法	92
4.7.2 单张拍摄最常用	92
4.7.3 连拍适合拍摄主体动作较和缓的画面	93
4.7.4 定时连拍/自拍定时连拍表现不动的主体	93
4.7.5 速度优先连拍的连拍速度最快	94
4.7.6 自拍功能用途广泛	94
4.7.7 连续阶段曝光：得到多张不同曝光的画面	95

5.1 索尼微单镜头体系	102
5.2 镜头标识名称	102
5.3 镜头影响景深的表现	103
5.3.1 光圈对景深的影响	103
5.3.2 焦距对景深的影响	104
5.3.3 拍摄距离对景深的影响	104
5.4 镜头常识	105
5.4.1 镜头焦距对视角的影响	105
标准镜头	105
广角镜头	106
长焦镜头	106
5.4.2 定焦与变焦	107
5.5 索尼微单全画幅镜头	108
5.5.1 蔡司标准变焦镜头Vario-Tessar T* FE 24-70mm F4 ZA OSS (SEL2470Z)	108
5.5.2 蔡司标准变焦镜头FE 24-240mm F3.5-6.3 OSS (SEL24240)	109
5.5.3 FE 28mm F2(SEL28F20)	110
5.5.4 全画幅微距镜头FE 90mm F2.8 微距 G OSS(SEL90M28G)	112
5.5.5 蔡司广角变焦镜头Vario-Tessar T* FE 16-35mm F4 ZA	113
5.5.6 适合拍摄视频的FE PZ 28-135mm F4 G OSS	114



5.5.7 成像优异的人文镜头Distagon T* FE 35mm F1.4 ZA	115
5.5.8 蔡司人文镜头Sonnar T* FE 35mm F2.8 ZA (SEL35F28Z)	116
5.5.9 蔡司标准定焦镜头 Sonnar T* FE 55mm F1.8 ZA (SEL55F18Z)	117
5.5.10 长焦变焦镜头FE 70-200mm F4 G OSS (SEL70200G)	118
5.5.11 经济型标准变焦镜头FE 28-70mm F3.5-5.6 OSS(SEL2870)	119
5.6 索尼微单APS-C画幅镜头	120
5.6.1 广角变焦镜头E 10-18mm F4 OSS (SEL1018)	120
5.6.2 电动变焦镜头E PZ 16-50mm F3.5-5.6 OSS (SELP1650)	121
5.6.3 大倍率变焦镜头E 18-200mm F3.5-6.3 OSS (SEL18200)	122
5.6.4 中长焦变焦镜头E 55-210mm F4.5-6.3 OSS (SEL55210)	123
5.6.5 纤薄饼干头E 20mm F2.8 (SEL20F28)	124
5.6.6 适合拍摄人像的E 50mm F1.8 OSS (SEL50F18)	125
5.6.7 适合多种题材的E 35mm F1.8 OSS (SEL35F18)	126
5.6.8 微距镜头E 30mm F3.5 (SEL30M35)	127
5.6.9 蔡司镜头E Sonnar T* E 24mm F1.8 ZA (SEL24F18Z)	128

▶ Chapter 06 相机配件及摄影附件 使照片更完美

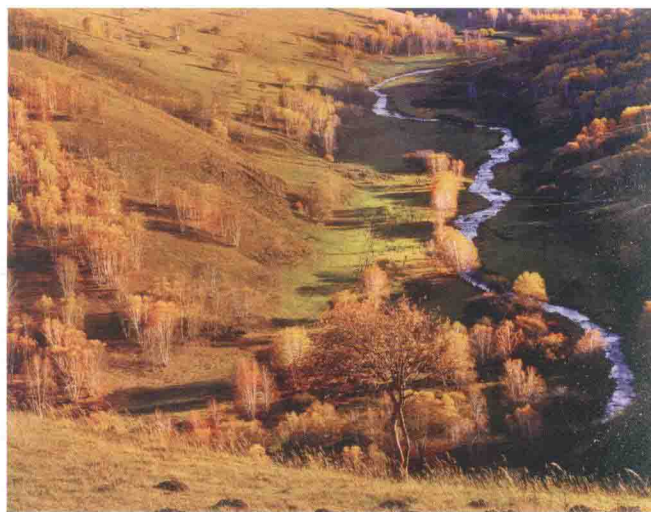
6.1 应了解的存储卡知识	130
6.2 索尼微单系列电池：NP-FW50	130
6.3 灵活使用脚架使拍摄更自如	131
独脚架使用姿势	132

作为支撑架使用	132
作为三脚架使用	132
作为小型脚架使用	132

6.4 滤镜使拍摄更具趣味性	133
6.4.1 UV滤镜有效保护镜头	133
6.4.2 偏振镜滤除偏振光使画面更通透	134
6.4.3 中灰滤镜调节镜头通光量	135
6.4.4 中灰渐变镜平衡画面明暗	135
6.5 卡口适配器大大扩展可用镜头组	136
安装步骤	136
LA-EA2	136
LA-EA4	136
6.6 外接闪光灯辅助照明	137
6.7 反光板是简易的补光工具	139
6.8 摄影包使摄影器材更安全便携	140
6.9 清洁用具使相机常新	140

▶ Chapter 07 提升拍摄成功率的必备技巧

7.1 拍摄前——准备工作至关重要	142
7.1.1 检查电池和存储卡	142
7.1.2 根据拍摄需要配备镜头	142
7.1.3 配备辅助器材	142
滤镜的准备	142
遮光罩的准备	143
脚架的准备	143
补光用具和掩体的准备	143
摄影包及相机必备配件的准备	143



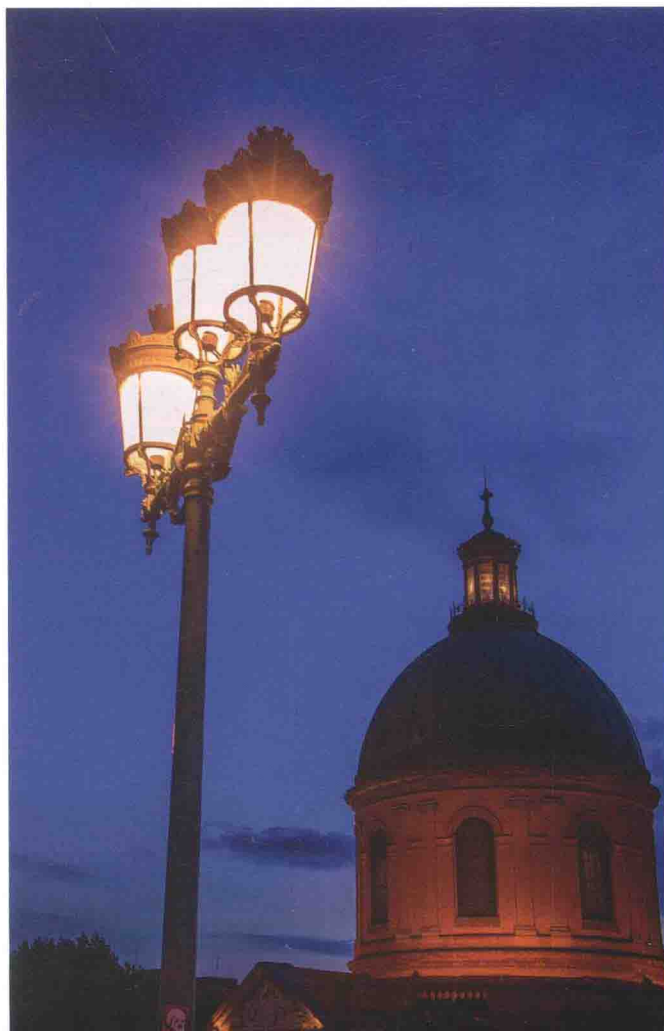
7.2 拍摄中——有条不紊地工作	144
7.2.1 实时取景显示和FINDER/LCD选择设置	144
7.2.2 设置影像质量、纵横比和影像尺寸	144
7.2.3 拍摄设置	144
设置方法	145
7.2.4 在手持拍摄时设置SteadyShot	145
7.3 拍摄后——细心收拾	145
7.3.1 回放照片进行检查	145
设置方法	146
7.3.2 照片的存储	146

Part 04
拍摄时的构图及
光色表现技法

“线”起引导作用	162
“面”确立构图比例	162
8.3.2 黄金分割构图使画面更完美	163
8.3.3 散点构图使画面更具整体感	165
8.3.4 对称构图注重形式美	165
8.3.5 水平线构图更具平衡感	166
8.3.6 垂直线构图强调被摄体高度	167
8.3.7 斜线构图活跃画面气氛	168
8.3.8 曲线构图以节律造气势	169
8.3.9 辐射线构图营造视觉冲击力	170
8.3.10 V字形构图使画面层次分明	170
8.3.11 三角形构图营造视觉重心	171
8.3.12 框架构图引导观者视线	172
8.3.13 大气透视展现空间层次	172
8.3.14 线性透视再现立体空间	173
8.3.15 对比构图深化主题	174
冷暖对比突出主体	174
动静对比使画面更灵动	174
疏密对比使主次分明	175
黑白对比表现简约之美	175
虚实对比令画面气韵生动	176

► Chapter 08 取景与构图提高拍摄水准

8.1 掌握摄影构图的基本知识	148
8.1.1 主体与陪体的不同作用	148
8.1.2 前景与背景对构图的影响	149
8.2 景别与机位体现拍摄者的视角	150
8.2.1 选择景别以确定纳入镜头的画面	150
远景擅长表现宽广的画面空间	150
全景体现主体全貌	151
中景突出画面情节	152
近景展现主体细节	153
特写强调局部细节	154
8.2.2 机位体现拍摄者的独特视角	155
正面拍摄更能表现被摄体整体面貌与特征	155
侧面拍摄强调侧面轮廓	156
背面拍摄制造深远感	156
斜侧面拍摄更立体	157
平拍更具现场感	158
仰拍强调被摄体高度	159
俯拍更易表现高远的视角	160
8.3 善用多种构图形式	161
8.3.1 点线面是最基本的构图元素	161
“点”可大可小	161



▶ Chapter 09 光线与色彩展现精彩世界

Part 05

索尼微单
实拍技巧

9.1 微妙的光线	178
9.1.1 光位决定照片的影调表现	178
顺光擅长表现被摄体色彩	178
前侧光使被摄体色彩及立体感都得到体现	179
侧光擅长表现被摄体的立体感	179
侧逆光强调画面的空间感	180
顶光擅长表现建筑及平原	180
逆光更加强调整被摄体轮廓	181
9.1.2 光质体现被摄体质感	182
直射光擅长表现明快的画面	182
散射光忠实再现被摄体细节	182
9.1.3 利用色温确立画面色调	183
9.1.4 软调与硬调的不同表现	184
9.2 利用光线表现影调节奏	185
9.2.1 高调擅长营造轻松雅致的氛围	185
9.2.2 低调易于表现沉稳的意境	186
9.2.3 中间调的画面温和朴实	186
9.3 照片以色彩传递精彩	187
9.3.1 色彩三要素的功能表现	187
色相的表现	187
明度和饱和度对色彩的影响	187
9.3.2 色彩的冷暖决定画面氛围	188
冷色	188
暖色	188
9.3.3 色彩的搭配技巧	189
协调色使画面色调统一	189
互补色使画面更精彩	190
金银色及黑白灰在配色中的作用	190
9.4 色调决定照片整体印象	191
9.4.1 暖调传达温馨	191
9.4.2 冷调体现静美	191
9.4.3 中性色调体现经典	192

▶ Chapter 10 在旅途中拍摄风光

10.1 季节、气候、时段对风光摄影的影响	194
10.1.1 掌握四季风光的特点	194
10.1.2 不同气候下景物表现各异	196
10.1.3 不同时段阳光使画面千变万化	199
10.2 拍摄风光照片时取景的学问	202
10.2.1 不同长短的镜头焦距展现不同视野	202
10.2.2 独特视角呈现别样风采	203
10.3 各类风光题材的拍摄技巧	204
10.3.1 表现山的质感与气势	204
10.3.2 展现水景之美	206
展现湖泊的宽广宁静	206
表现河流与小溪的流动之势	206
定格大海的浩渺与激越	207
10.3.3 拍摄静美的草原	208
10.3.4 展现田园风情	208
10.4 体现建筑之魂	210
10.4.1 恰当的视角体现建筑之美	210
10.4.2 合理取景表现建筑特色	213
10.4.3 体现建筑立体感的手段	216
10.5 展现树林原始风貌	217
10.6 在旅途中拍摄的准备工作及注意事项	218





▶ Chapter 11 拍摄人像与人文纪实

11.1 人像摄影基本表现形式	220
11.1.1 特写人像以形传神	220
正面人像	220
侧面人像	221
七分面人像	221
三分面人像	222
局部特写	222
11.1.2 半身人像更易体现人物性格	222
11.1.3 七分身人像体现人物身材	224
11.1.4 全身人像注重情景交融	225
11.2 表现人像不同的姿态	226
11.2.1 站姿注重人像姿态	226
11.2.2 坐姿表现静态人像	227
11.2.3 躺姿展现人物性感之美	228
11.2.4 捕捉人物动态	229
11.3 视角对人像的影响	231
11.3.1 不同机位下人像的表现	231
11.3.2 不同拍摄角度下人像的表现	233
11.4 用光是人像摄影的灵魂	235
11.4.1 户外人像注重自然光线的把握	235
11.4.2 室内人像用光是重点	237

11.5 人文纪实	239
11.5.1 拍摄纪实人像的要求	239
11.5.2 选择合适的镜头	240
35mm镜头是人文摄影利器	240
变焦镜头令拍摄更机动	240
长焦镜头利于远距离拍摄	240
11.5.3 在旅途中拍摄街景表现民风民俗	241

▶ Chapter 12 拍摄璀璨的夜景

12.1 城市夜景	244
12.1.1 在夜间表现璀璨灯光	244
12.1.2 利用相机的高感光度拍摄夜景	245
12.1.3 利用手持夜景模式拍摄	245
12.1.4 延长曝光时间拍摄车流	246
12.2 夜景人像	248
12.2.1 利用现场光源拍摄人像	248
12.2.2 利用闪光灯和高感光度捕捉动态人像	249
12.2.3 利用反光板为人物补光	250
12.2.4 选择合适的背景营造画面氛围	250

▶ Chapter 13 生活随拍

13.1 静物摄影的基本原则	252
13.1.1 背景的选择	252
13.1.2 光线的安排	253
13.1.3 质感的表现	254
13.1.4 构图的技巧	255
13.1.5 美食的拍摄	257
13.2 花卉摄影技巧	259
13.2.1 微距镜头和长焦镜头是拍花利器	259
13.2.2 季节对花卉摄影的影响	260
13.2.3 清晨和傍晚的光线适宜拍摄花卉	261
13.2.4 灵活利用从上午到下午的光线	262
13.2.5 根据主体特点构图	263
13.3 家庭装饰拍摄技巧	265
13.3.1 器材的选用	265
13.3.2 实际拍摄中的操作	266
13.4 拍摄唯美风格小物	267

13.5 拍摄可爱宠物	268
13.5.1 必要的准备工作	268
13.5.2 捕捉宠物玩耍时的清晰影像	269
13.5.3 活用构图表现宠物	269
13.5.4 利用侧光和逆光表现毛茸茸的宠物	270

▶ Chapter 14 动态影像的拍摄

14.1 拍摄前的设置决定动态影像表现	272
14.1.1 根据需要设置文件格式和记录设置	272
14.1.2 “新文件夹”有利于视频文件的存储	273
设置方法	273
14.1.3 动态影像录音设置对于视频的录制	
至关重要	273
设置方法	273
14.1.4 “减少风噪声”适用于风大的拍摄环境	274
设置方法	274
14.2 拍摄时的操作应随机应变	274
14.2.1 第一步：设置好相机各项参数	274
在拍摄之前设置好各项参数	274
14.2.2 第二步：在拍摄中设置各项参数	275



在拍摄过程中改变参数设置	275
标记设置	275
在拍摄过程中自动对焦和结束	
动态影像录制	275

14.3 动态影像的回放	275
通过“观看模式”选项查看影像	276
在回放期间，可设置音量，以及暂停、	
进行快退、快进等操作	276
14.4 动态影像的删除	276
利用“播放”菜单中的“删除”选项	
删除影像	276
在播放期间删除动态影像	276

14.5 利用Picture Memories Home管理编辑	
影像	277
14.5.1 智能检索，灵活管理	277
日历视图使视频查找更准确	277
搜索功能方便文件的查找	277
14.5.2 利用“编辑工具”处理图像	278
14.5.3 视频剪辑提取使视频更完美	279
简易的视频剪辑操作	279
“保存帧”方便保存瞬间动态画面	280



全新
畅销
升级版

索尼 微单摄影 从新手到高手

曹照 编著

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

索尼微单摄影从新手到高手：全新畅销升级版 / 曹照编著. —北京：中国青年出版社，2016.6

ISBN 978-7-5153-4238-2

I. ①索… II. ①曹… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—摄影技术 IV. ①TB86.2J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第138860号

索尼

微单摄影

从新手到高手

全新
畅销
升级版

曹照 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) 50856188 / 50856199

传真：(010) 50856111

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：刘冰冰

印刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

开本：787×1092 1/16

印张：17.5

版次：2016年10月北京第1版

印次：2016年10月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5153-4238-2

定价：79.90元(附赠实战教学视频)

本书如有印装质量问题，请与本社联系

读者来信：reader@cypmedia.com

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

电话：(010) 50856188 / 50856199

投稿邮箱：author@cypmedia.com



Preface

微单相机既具备卡片机轻巧时尚的优势，又能像数码单反相机一样更换镜头，得到高画质画面。其小巧的外观、高品质的画质、多样化的功能、时尚的造型，以及较数码单反相机较低廉的价格，受到了众人的追捧。索尼微单相机发展异常迅速，实现了从NEX系列到 α 系列的跃进。目前在售的机型功能各有千秋，既有适用于大众的 $\alpha 5100$ ，符合摄影爱好者需求的 $\alpha 6300$ ，也有针对专业人士的 $\alpha 7$ 系列，满足了不同人群对摄影的需求。

随着索尼微单系列相机的日益庞大，其专业的操作系统及不断扩充的镜头群使其更具系统性，同时形成了一套越来越庞杂的知识体系。因此，人们迫切需要有一些专业的参考书来指导相机操作，以便快速入门。本书就是专为使用索尼微单系列相机的人群量身定做的。

本书作为一本工具书，旨在帮助读者学会使用相机，并且能够用好相机。使索尼微单相机的功能得到有效发挥，进而拍摄出好照片来。书中就索尼微单相机的特点及其操作方法进行了系统的分析和讲解，针对各个菜单功能，全程配以优秀的照片做示范，对菜单的设置步骤以及为什么这样设置也进行了详细的说明。通过本书的学习，读者将逐步学会使用索尼微单系列相机，掌握各个题材的拍摄方法，真正领略摄影的美妙之处，并能够根据所学知识进行有创造性的摄影创作，迅速地从一名摄影新手成长为一名摄影高手！

本书是《索尼NEX微单摄影从新手到高手》、《索尼微单摄影从新手到高手（畅销升级版）》的继续更新升级版，针对 $\alpha 5000$ 、 $\alpha 5100$ 、 $\alpha 6000$ 、 $\alpha 6300$ 、 $\alpha 7$ 、 $\alpha 7 II$ 、 $\alpha 7R$ 、 $\alpha 7R II$ 、 $\alpha 7S$ 、 $\alpha 7S II$ 等机型做详尽讲解，使之更适合于广大索尼微单相机使用者的需求。

赵楠、江湖大虾、靳明、刘玉玺等摄影师提供了大量优秀的摄影佳作，模特谢雨婷、许靖洁、杨小龙、胡玮玮、伊娜、圆圆、陈瑾、雨珊、孙凝、田洋、八喜、卢喻吟、佟欣、耿向笛等为本书付出了辛勤努力，特此鸣谢。

目录

Contents



Part 01

索尼
微单的魅力

▶ Chapter 01 认识索尼微单相机

1.1 什么是微单相机	14
1.2 索尼微单相机的组成结构	14
1.3 索尼微单相机的特点	15
1.3.1 优良电子取景器	15
1.3.2 高分辨率使画质有保证	15
1.3.3 丰富的镜头选择	16
1.4 索尼微单相机相关名词	17
1.4.1 相机画幅	17
1.4.2 感光元件	18
感光元件的尺寸	18
感光元件对光线的灵敏程度	18
1.4.3 像素	19
1.4.4 取景器	19
1.4.5 液晶屏	20
1.4.6 图像的存储格式	21
1.4.7 短片录制格式	21
1.5 索尼微单相机	22
1.5.1 α5000/α5100/α6000/α6300相机	22
α5000相机	22
α5100/α6000相机	24
α6300相机	26
1.5.2 αQX1相机	27
具备P/A/S拍摄模式	27
多种操控手段	27
1.5.3 α7/α7R/α7S/α7 II/α7R II/α7S II相机	27
α7相机	27
α7R相机	28
α7S相机	28
α7 II相机	29
α7R II相机	30
α7S II相机	31

▶ Chapter 02 索尼微单相机的众多 实用功能

2.1 直观的操作——控制拨轮和前后转盘	34
2.1.1 控制拨轮	34
2.1.2 前后转盘功能	34
2.2 灵活好用的液晶屏	35
2.2.1 翻转屏的使用方法	35
2.2.2 触摸屏的使用方法	35
2.3 5轴防抖系统	36
2.4 “DRO/自动HDR”功能适应明暗 反差较大的场景	37
2.5 “扫描全景”功能拍摄大场景	38
2.6 “创意风格”轻松设置照片风格	40
2.7 “动作防抖”保证昏暗场景下的 手持拍摄	42
2.8 “速度优先连拍”胜任运动场景拍摄	43
2.9 “笑脸/人脸检测”使人像拍摄快速准确	44
2.10 “S-Log伽马”功能丰富视频影调	45
2.11 专业动态影像录制	46
2.12 便捷而灵活的视频录制方式	46
2.13 便捷的无线传输功能	47
Wi-Fi功能	47
NFC一触功能	48



Part 02

索尼微单
功能与操控

▶ Chapter 03

索尼微单相机各部件名称 及菜单设置

3.1 相机各部件名称及标识含义	50
3.1.1 机身正面详解	50
3.1.2 机身背面详解	50
3.1.3 机身侧面详解	51
3.1.4 机身顶部及底部详解	52
3.2 看懂显示屏图标是设置相机的前提	52
3.3 熟记菜单结构使设置更快速	53
3.4 掌握菜单的设置方法	54
3.5 常用菜单设置很重要	55
3.5.1 DISP按钮(液晶屏)控制显示功能	55
3.5.2 影像尺寸决定照片存储量	56
3.5.3 影像质量用于设置图像存储	56
3.5.4 纵横比决定照片的构图	56
3.5.5 丰富多彩的照片效果任君选择	57
3.5.6 善用“图片配置文件”营造画面氛围	59
3.5.7 观看模式(静态/动态影像选择)决定 回放方式	60
3.5.8 网格线是构图的好帮手	60



▶ Chapter 04

索尼微单相机实际操控

4.1 拍摄的第一步:了解曝光	62
4.1.1 快门决定曝光时间	62
快门速度的设置方法	62
快门与亮度	62
快门速度与影像清晰度	63
4.1.2 光圈控制镜头进光量	64
光圈值的设置方法	64
光圈与亮度	64
4.1.3 曝光不可或缺的元素:感光度	65
感光度的设置方法	65
感光度与亮度	65
感光度与画质	65
4.2 掌握曝光模式	66
4.2.1 曝光模式的设置方法	66
4.2.2 智能自动:乐得清闲	66
4.2.3 场景选择:各具特色	67
4.2.4 手动模式:随心所欲	70
4.2.5 快门优先:捕捉决定性瞬间	71
4.2.6 光圈优先:控制背景表现	72
4.2.7 程序自动:拍摄成功的保证	73
4.3 决定曝光的操作:测光	74
4.3.1 测光模式的设置方法	74
4.3.2 多重测光使画面整体曝光更合理	74
4.3.3 中心测光更侧重于中央主体	75
4.3.4 点测光强调主体曝光	75
4.4 曝光补偿用于修正测光数据	76
4.5 曝光锁定使拍摄更方便	77
4.6 决定影像清晰度:对焦	78
4.6.1 自动对焦设置	78
4.6.2 选择合适的自动对焦模式	78
4.6.3 对焦区域	79
设置方法	79
广域对焦覆盖对焦点最多	80
区对焦利于拍摄动态主体	80
中间对焦利于快速对画面中央的主体对焦	81
自由点对焦使对焦更为灵活	81
确保对焦的扩展自由点	82
适合跟踪动态主体的锁定AF	83
4.6.4 DMF功能	84
4.6.5 AF/MF控制	85
4.6.6 手动对焦弥补自动对焦之不足	85
设置方法	86