

实拍精通

Canon EOS 70D

摄影圣经

第一视觉 编著



将官方手册没讲明白的内容，通过实拍案例的形式清晰地展现出来。

采用图示全面介绍相机的按钮和菜单，让您快速熟悉自己的相机。

✱ 详细讲解EOS 70D相机的基本操作以及拍摄模式、白平衡、光圈、快门速度等参数的设置，让您快速掌握使用EOS 70D相机进行拍摄的方法和技巧。

✱ 从拍摄目标、器材准备、实拍过程以及经验技巧总结4个方面深入讲解人像、风光、花卉、静物、动物等常见题材的拍摄方法。



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS



实拍精通

Canon EOS 70D

摄影圣经

第一视觉 编著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内容提要

本书从佳能 EOS 70D 数码单反相机的功能与设置开始,全面细致地介绍了 EOS 70D 相机的操作与拍摄方法,接着通过大量实例深入讲解了使用它拍摄人像、风光、静物、花卉、动物等常见题材的方法与技巧,最后介绍了 EOS 70D 丰富的镜头和附件搭配。

本书图片精美,题材全面,技法实用,非常适合购买了佳能 EOS 70D 相机的摄影爱好者阅读学习。

图书在版编目(CIP)数据

实拍精通Canon EOS 70D摄影圣经 / 第一视觉编著. —北京:
中国电力出版社, 2015.3

ISBN 978-7-5123-6816-3

I. ①实… II. ①第… 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(2014)第276665号

中国电力出版社出版、发行

(北京市东城区北京站西街19号 100005 <http://www.cepp.sgcc.com.cn>)

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2015年3月第一版 2015年3月北京第一次印刷

787毫米×1092毫米 16开本 11.5印张 322千字

印数 0001—4000册 定价 49.00元

敬告读者

本书封底贴有防伪标签,刮开涂层可查询真伪
本书如有印装质量问题,我社发行部负责退换

版权专有 翻印必究









目 录

前 言

第 1 章 佳能 EOS 70D 外观按钮详解 1

1.1 机身正面	2	1.5 机身底部	8
1.2 机身背面	4	1.6 模式拨盘	8
1.3 机身侧面	6	1.7 显示屏	9
1.4 机身顶部	6	1.8 取景器显示	10

第 2 章 佳能 EOS 70D 功能详解 11

2.1 佳能 EOS 70D 拍摄模式选择	12	2.2.5 静音连拍	20
2.1.1 全自动曝光	12	2.2.6 10 秒 / 遥控、2 秒 / 遥控自拍	20
2.1.2 程序自动曝光	12	2.3 佳能 EOS 70D 测光系统详解	21
2.1.3 快门优先自动曝光	13	2.3.1 63 区 TTL 全开光圈测光	21
2.1.4 光圈优先自动曝光	13	2.3.2 评价测光	21
2.1.5 手动曝光	14	2.3.3 局部测光	22
2.1.6 B 门曝光	14	2.3.4 点测光	23
2.1.7 创意自动	15	2.3.5 中央重点平均测光	24
2.1.8 闪光灯禁用	15	2.4 佳能 EOS 70D 对焦系统详解	25
2.1.9 场景模式	16	2.4.1 对焦类型：TTL 辅助影像重合， 相位检测	25
2.2 佳能 EOS 70D 释放模式	18	2.4.2 自动对焦点：19 点	25
2.2.1 单拍	18	2.4.3 非实时显示拍摄对焦模式	26
2.2.2 高速连拍	18	2.4.4 手动对焦（M）	29
2.2.3 低速连拍	19	2.4.5 实时显示拍摄	30
2.2.4 静音单拍	19		



第3章 开机前不得不做的佳能 EOS 70D 相机设置..... 31

3.1 相机 MENU 菜单设置.....	32	3.1.17 设置自动关闭电源.....	39
3.1.1 设置照片画质.....	32	3.1.18 设置日期和时间.....	40
3.1.2 关闭未装卡释放快门.....	32	3.1.19 设置语言.....	40
3.1.3 图像确认.....	33	3.1.20 设置触摸控制.....	40
3.1.4 设置反光镜预升.....	33	3.2 机身按钮设置.....	41
3.1.5 设置曝光补偿.....	34	3.2.1 调节屈光度.....	41
3.1.6 灵活运用“自动亮度优化”.....	34	3.2.2 设置对焦模式.....	41
3.1.7 设置 ISO 自动.....	35	3.2.3 设置释放模式.....	41
3.1.8 设置白平衡.....	35	3.2.4 设置感光度.....	42
3.1.9 选择色彩空间.....	36	3.2.5 设置测光模式.....	42
3.1.10 设置照片风格.....	36	3.3 实时显示过程之中的设置.....	42
3.1.11 关闭长时间曝光降噪.....	37	3.3.1 Q 键设置详解.....	43
3.1.12 根据具体拍摄题材选择 “高 ISO 感光度降噪”功能.....	37	3.3.2 设置触摸快门.....	45
3.1.13 灵活运用“高光色调优先”.....	37	3.3.3 光圈.....	45
3.1.14 开启与关闭实时显示拍摄功能.....	38	3.3.4 快门.....	45
3.1.15 选择合适的网格线.....	38	3.3.5 曝光补偿.....	45
3.1.16 创意滤镜的选择与使用.....	39	3.3.6 感光度.....	46
		3.3.7 放大.....	46

第4章 佳能 EOS 70D 人像摄影实战..... 47

4.1 背景虚化、主体突出的人像.....	48	4.7 逆光剪影人像.....	60
4.2 自然唯美的人像.....	50	4.8 室内清晰明亮的可爱人像.....	62
4.3 清新唯美的高调人像.....	52	4.9 拍摄初生婴儿.....	64
4.4 身材突出的中景人像.....	54	4.10 为宝宝拍摄百日纪念照.....	66
4.5 突出表情和妆容的特写人像.....	56	4.11 为宝宝拍摄一岁生日照.....	68
4.6 逆光金黄发丝的人像.....	58	4.12 户外抓拍好动的孩子.....	69

第5章 佳能EOS 70D 风光摄影实战 71

5.1 纯洁的白雪	72	5.9 一望无际的草原	89
5.2 明媚的朝阳	74	5.10 绵绵山脉	91
5.3 美妙的夕阳	76	5.11 古典建筑	93
5.4 潺潺的溪流	78	5.12 现代建筑	95
5.5 如丝如雾的瀑布	80	5.13 城市夜景	97
5.6 巍巍长城	82	5.14 夜景车流	99
5.7 平静的湖泊	84	5.15 烟花焰火	101
5.8 澎湃的大海	86	5.16 趣味光绘	103

第6章 佳能EOS 70D 静物摄影实战 105

6.1 如何让静物照片显得更加专业—— 静物箱	106	6.4 如何使用微距镜头拍摄静物	113
6.2 如何让静物照片获得准确的色彩	109	6.5 如何在家使用台灯拍摄静物	115
6.3 如何控制拍摄静物的光圈	111	6.6 如何在饭店拍摄美食	117
		6.7 如何拍好家里的美食	119

第7章 佳能EOS 70D 花卉摄影实战 121

7.1 春光烂漫的樱花和桃花	122	7.5 姿态优雅的郁金香	131
7.2 高洁饱满的荷花	125	7.6 金灿灿的油菜花	133
7.3 形态各异的菊花	127	7.7 微距花蕊	135
7.4 热情洋溢的向日葵	129	7.8 二次曝光拍摄创意花卉	137

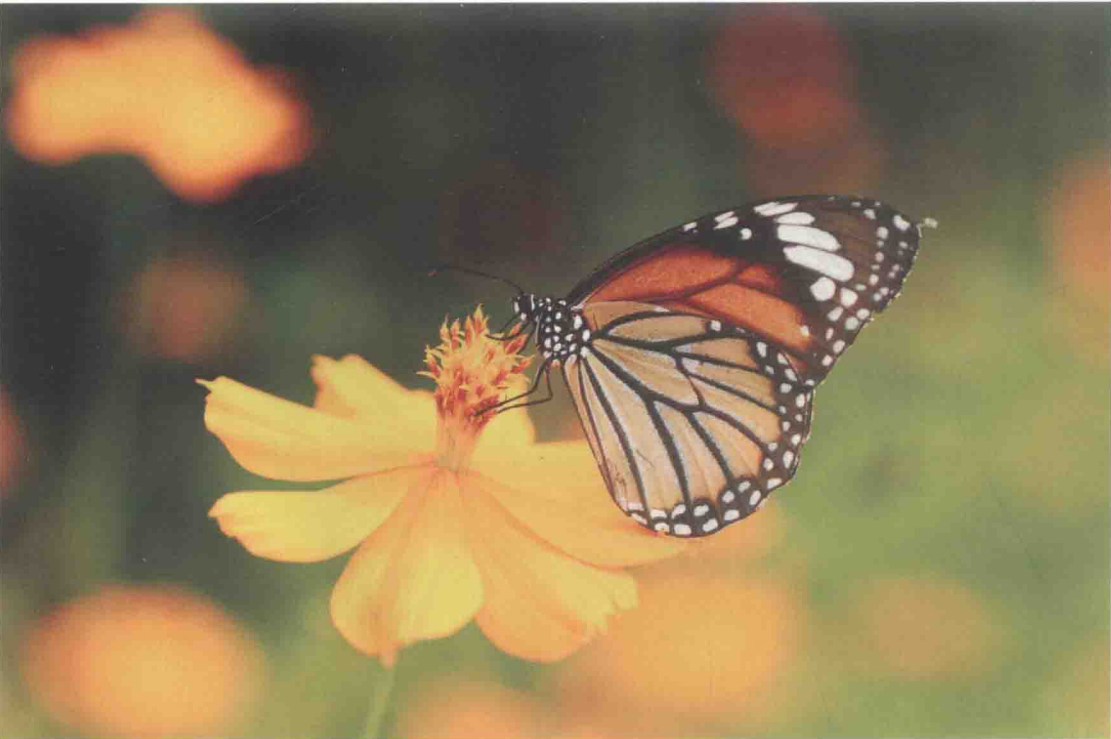


第 8 章 佳能 EOS 70D 动物摄影实战 139

8.1 室内宠物拍摄	140	8.6 动物园室外动物拍摄	152
8.2 室外宠物拍摄	143	8.7 蝴蝶和蜻蜓的拍摄	154
8.3 与宠物合影	146	8.8 蜘蛛的拍摄	156
8.4 观赏鱼的拍摄	148	8.9 微距拍摄昆虫	158
8.5 动物园室内动物拍摄	150	8.10 鸟类的拍摄	160

第 9 章 佳能 EOS 70D 搭配的高性能镜头 163

9.1 佳能镜头的命名规则及其技术特点	164
9.2 佳能大三元	165
9.2.1 广角镜头佳能 EF 16-35mm f/2.8L II USM	165
9.2.2 标准镜头佳能 EF 24-70mm f/2.8L USM	166
9.2.3 长焦镜头佳能 EF 70-200mm f/2.8L IS II USM	167
9.3 佳能小三元	168
9.3.1 广角镜头佳能 EF 17-40mm f/4L USM	168
9.3.2 标准镜头佳能 EF 24-105mm f/4L IS USM	169
9.3.3 长焦镜头佳能 EF 70-200mm f/4L IS USM	170
9.4 长焦镜头佳能 EF 100-400mm f/4.5-5.6L IS USM	171
9.5 普通定焦镜头	172
9.5.1 标准定焦镜头佳能 EF 50mm f/1.4 USM	172
9.5.2 长焦定焦镜头佳能 EF 85mm f/1.8 USM	173
9.6 微距镜头	174



第1章

佳能 EOS 70D 外观按钮详解

我们拿到新相机，首先要了解机身外部不同按钮的功能，并且对常用按钮要熟悉其操作方法，这样在实拍过程中才能更好地发挥相机本身的作用。



1.1 机身正面

相机正面有机身和镜头的结合处，从而实现数码单反相机可更换镜头的功能。如果你刚接触佳能 EOS 70D 相机，可以先重点了解镜头释放按钮、

镜头安装标志、快门按钮、手柄 / 电池仓。其他部分的功能可以随着对相机的熟悉逐步掌握。



1 快门按钮

快门按钮有半按快门和完全按下快门两种方式。

半按快门时，相机可以实现自动对焦和自动测光。

完全按下快门时，相机开始感光拍摄。

另外，当相机处于浏览模式或菜单设置状态时，半按快门可以让相机开始测光，并进入准拍摄模式。

2 减轻红眼/自拍指示灯

它的主要功能有三个：**自拍指示灯**、**自动对焦辅助照明灯**和**防红眼指示灯**。

(1) **自拍指示灯**：当使用相机的自拍模式时，按下快门后该指示灯会一直闪烁，直到开始拍摄前的 2s。

(2) **自动对焦辅助照明灯**：当光线不足时，该指示灯自动亮起照亮被摄体，帮助我们对焦。（有效范围为 0.5 ~ 3.0m）

(3) **防红眼指示灯**：当闪光灯的闪光模式为“防红眼”时，该指示灯会在闪光前自动亮起，已减轻或消除由于闪光而引起的“红眼”。

3 内置闪光灯

拍摄时光线不足或者需要给被摄对象的暗部补光时，可以使用内置可收回、自动弹起的闪光灯。它的闪光指数约为 GN13，闪光覆盖范围约 17mm 镜头视角，回电时间约 3s。

4 EF镜头安装标志

安装 EF 镜头时，需将镜头上的红点对准机身上的红点。

5 EF-S镜头安装标志

安装 EF-S 镜头时，需将镜头上的白点对准机身上的白点。

6 镜头释放按钮

按下此按钮并旋转镜头的镜筒，就可以进行镜头的安装或拆卸。

7 镜头固定销

将安装好的镜头固定，在拍摄时可以防止镜头与相机机身脱离。

8 镜头卡口

佳能 EOS 70D 支持所有 EF 和 EF-S 卡口镜头，EF-M 镜头除外。

9 反光镜

反光镜可以将由镜头射入的光线反射进相机中的五棱镜，然后即可通过五棱镜后的取景器观察到镜头中的影像。

10 触点

用于相机和镜头交换数据。

11 直流电连线孔

使用额外的附件可以利用普通家用插孔为相机提供电源。

12 手柄/电池仓

防滑设计的手柄，具有优良的握持感，可以在内部安装相机电池。

13 景深预览按钮

用于拍摄照片时使光圈缩小到实际大小。

14 遥控感应器

用于接收遥控信号，遥控器 RC-6 需另外购买。

1.2 机身背面

相机的背面在拍摄时正对着拍摄者，是相机功能的主要操作界面之一，使用这些操作按钮可以快速访问菜单、进行图像/视频回放、删除控制项、查看曝光信息等。

在相机背面的操作界面中，主要了解液晶显示屏、菜单按钮、主指令拨盘、图像回放按钮等，其他的按钮可以随着学习的深入逐渐掌握。



1 菜单按钮

该按钮用于显示和退出设置菜单，配合使用主拨盘和十字按键可以进行各项菜单设置。

2 信息按钮

在拍摄状态下，按下该按钮可以对相机拍摄界面的显示方式进行切换；在回放状态下，按下该按钮可以对回放图像时的信息显示方式进行切换。

3 取景器目镜

拍摄时可以通过它观察拍摄对象进行构图。

4 眼罩

使用自拍、B 门或快门线而没有注视取景器时，进入取景器的杂散光可能会导致图像显得较暗。所以，应该配合连接在相机背带上的目镜遮光挡片进行挡光。

5 屈光度调节旋钮

调整目镜屈光度，使视觉效果更清晰。

6 实时显示拍摄/短片拍摄开关

在照片拍摄状态下，按下此按钮，可以开启相机的实时取景功能；在短片拍摄状态下，按下此按钮，可以进行短片录制。

7 自动对焦启动按钮

拍摄状态下可以使用这个按钮代替相机的快门，进行对焦。

8 自动曝光锁/索引/缩小按钮

在拍摄状态下，按住此按钮可以锁定相机的曝光，在回放状态下，按下此按钮可以将照片缩小。

9 自动对焦点选择/放大按钮

在拍摄状态下，按下此按钮后可以配合相机的上、下、左、右键选择相机的对焦点。在回放状态下，按下此按钮可以将照片放大。

10 数据处理指示灯

数据处理指示灯亮起或者闪烁时，表示图像正在写入存储卡或正在从存储卡读取图像，在此期间不要打开存储卡插槽盖取出存储卡，也不要取出电池或摇晃相机，避免损坏存储卡中的数据。

11 速控按钮

速控按钮可以直接选择和设定显示在肩屏上的拍摄功能。

12 回放按钮

按下此按钮，会显示之前拍摄的照片效果。

13 速控拨盘

拍摄模式下，可以通过速控拨盘直接设置相机的曝光补偿。在回放模式下可以进行上一张/下一张的照片查看。

14 多功能锁开关

多功能锁开关锁上时，可以防止主拨盘、速控转盘和多功能控制钮移动，避免误操作意外地改变相机的设置。

15 多功能控制钮

可以在实时显示拍摄期间选择自动对焦点、矫正白平衡、移动自动对焦点或放大框，在回放期间滚动放大的图像等。

16 删除按钮

在回放模式下，使用该按钮可以对拍摄不满意的照片进行删除。

17 设置按钮

进行菜单设置时，应该按下这个按钮对选择的功能进行确定。

18 液晶显示屏

可显示文件信息，同时用于查看照片和视频。

1.3 机身侧面

相机右侧面是摄影师手握持相机的部位，设计较简单。而相机左侧提供了一些数据线连接接口。比如，拍摄数据的输入和输出功能。在相机

侧面的操作界面中，主要了解端子盖中的 PC 端子和遥控端子就可以了，其他的可以随着学习的深入逐渐掌握。



1 背带环

用于安装相机背带。

2 扬声器

播放视频时，扬声器会播放录制下来的声音。

3 外接麦克风输入端子

通过此端子可连接外置麦克风，进行立体声录制。

4 遥控端子

可连接相机的 RS-60E3 快门线进行拍摄。

5 HDMI mini 遥控输出端子

可以使用另购的 HTC-100 连接线将照相机连

接到高清电视等视频设备上观看图像和视频。

6 音频/视频输出/数码端子

通过此可将相机连接到电视机上以观看图像和短片；通过此端子还可以将相机连接至计算机或者打印机。

7 闪光灯按钮

在使用创意拍摄区的拍摄模式时，按下该按钮，即可弹起位于相机顶部的内置闪光灯。

8 存储卡插槽盖

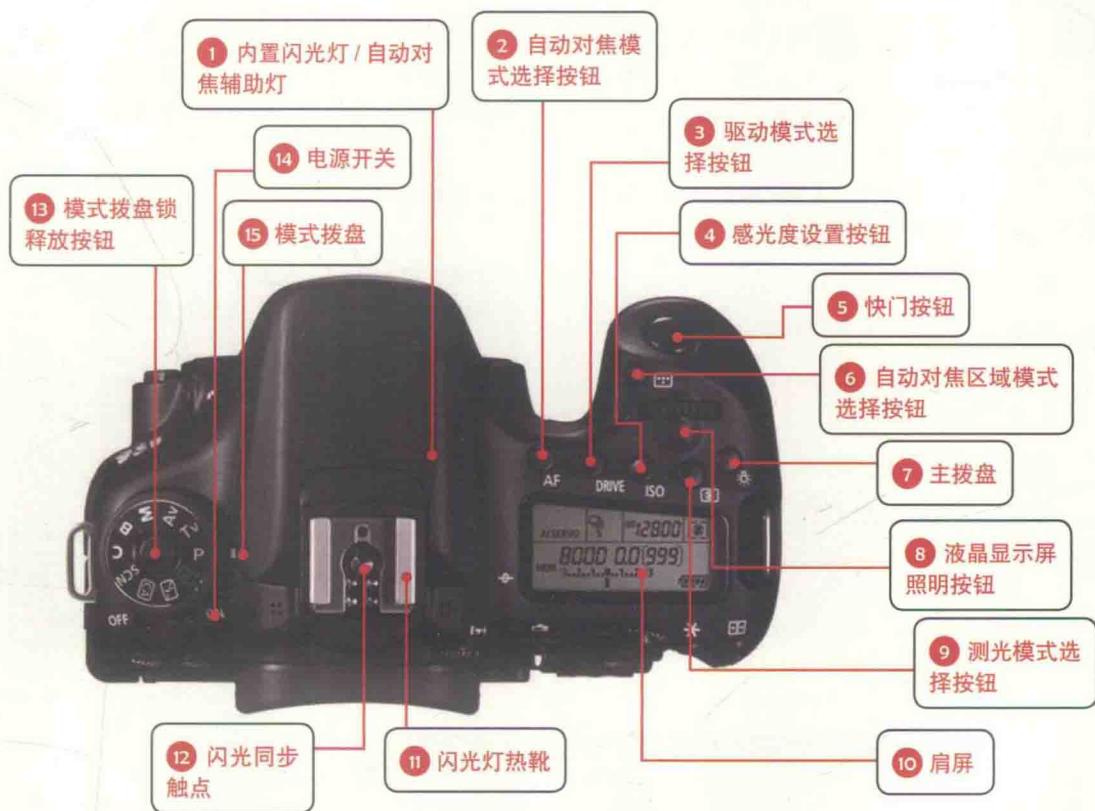
向外滑动存储卡仓门盖即可打开，放入存储卡后相机的照片会存储在里面。

1.4 机身顶部

佳能 EOS 70D 相机顶部的操控界面非常人性化，我们可以在拍摄时方便地设置相机的拍摄参数。比如，我们可以使用左右手的大拇指和食指在保持拍摄姿势的情况下进行快门、光圈、感光度等

的调整。

在相机顶部的操作界面中，主要了解模式拨盘、释放模式拨盘就可以了，其他的可以随着学习的深入逐渐掌握。



1 内置闪光灯/自动对焦辅助灯

在光线较暗时给拍摄对象补光，或者照亮主体辅助对焦。

2 自动对焦模式选择按钮

该按钮可以将相机的对焦模式在单次对焦、人工智能自动对焦、人工智能伺服自动对焦三种模式间进行切换。

3 驱动模式选择按钮

按下该按钮，可以设置相机的自拍、单拍、连拍、遥控拍摄等。

4 感光度设置按钮

根据环境光的不同亮度，设置合适的感光度可以得到更好的照片效果。

5 快门按钮

半按快门可以对焦、测光，完全按下快门进行拍摄。

6 自动对焦区域模式选择按钮

该按钮可以更改相机的对焦区域。比如，单点自动对焦、区域自动对焦。

7 主拨盘

单独旋转时，可以设定相机的光圈和快门，配合其他按钮使用时，可以选择相应的功能。

8 液晶显示屏照明按钮

光线较暗时，无法很好地查看拍摄参数，照明按钮可以打开显示屏上的灯，使我们的视线更加清晰。

9 测光模式选择按钮

可以在点测光 / 评价测光 / 中央重点测光直接进行切换。

10 肩屏

可以方便地查看、更改拍摄时的数据。例如，感光度、拍摄模式、曝光补偿等。

11 闪光灯热靴

连接外置闪光灯给拍摄对象补光。

12 闪光同步触点

保证闪光灯的光线和相机的快门速度同步。

13 模式拨盘锁释放按钮

按下该按钮才能改变相机的拍摄模式。

14 电源开关

打开或者关闭相机的电源。

15 模式拨盘

选择相机的拍摄模式。例如，P 挡、手动挡、光圈优先、快门优先等。