

北平影像 编著

玩转
微电影



WANZHUAN
WEIDIANYING

DAREN XIULIAN BAODIAN

达人修炼宝典



化学工业出版社

玩转
微电影

北平影像 编著

WANZHUAN
WEIDIANYING

DAREN XIULIAN BAODIAN

达人修炼宝典



化学工业出版社

· 北 京 ·

本书从方便快捷上来想、从实用有趣上来做。

本书分为四个篇章：第一是起步速成篇，引导大家只需五步学会快速简易拍摄微电影，跨进曾经非常复杂和神秘的电影电视大门；第二是技术精华篇，用来揭秘拍摄出彩必须掌握的六大绝招，帮助朋友们很快掌握让微电影画面出彩的六大拍摄技法；第三是实用宝典篇，结合摄影机上的主要功能，带领大家进行实拍演练；第四是后期编辑篇，通过常见的视频软件和操作，帮助朋友们掌握视频画面的加工合成。

本书适合于所有对微电影感兴趣的初学者以及热爱微电影和生活的人们！

让我们从今天开始，一起去轻松、幸福地拍摄吧！

图书在版编目（CIP）数据

玩转微电影——达人修炼宝典 / 北平影像编著. —北京：
化学工业出版社，2015. 11
ISBN 978-7-122-25460-3

I. ①玩… II. ①北… III. ①电影制作 IV. ①J93
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 250210 号

责任编辑：李彦玲
责任校对：宋 玮

文字编辑：张 阳
装帧设计：尹琳琳

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）
印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司
789mm×960mm 1/16 印张 9 $\frac{1}{2}$ 字数 150 千字 2016 年 2 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.00 元

版权所有 违者必究

人人微电影时代已经到来

——致广大读者的一封信

亲爱的朋友们：

你们好！

有位朋友说，现在是人人微电影了。人们手中都拿着这样那样的摄影机——从专业的摄像机、照相机、普通的家用傻瓜机，到最常用的手机和视频摄像头，随时随地拍摄一段视频影像，或者是“美食佳肴”，或者是“家庭聚会”，也可能是“旅游玩耍”，亦或是“重要资料”，用以自我欣赏、朋友交流、资料保存和工作记录等。的确，微电影以“微时间、微制作、微画面、微传播”为特点，用生动连续的影像、真实同步的声音、精彩感人的情节，拍出属于我们每个人都独立拍摄和传播的“小电影、小电视”。既大大方便了社会各行业的工作，也彻底改变了当今人们的日常生活，还帮助我们进入到独立拍摄微电影的自由天地。只要您想做，只要您愿意，您就可以开拍微电影，您就可以当上总导演，您就可以成为大明星……一个人人微电影的时代已经到来，一个自由微电影的天地已经展开。

说到微电影的拍摄和学习，其实有很多朋友都买了这样那样的摄影机（相机、手机和摄像机等），也想学一些有用实用的微电影技术，还买过一两本专业教程，但好多人觉得还是不好学、拍不好。为此，有很多朋友说想要一本简单实用的微电影书，一看就会拍。这正好与我们编写此书的意图相吻合，因为我们也有这样的需要，也经过这样的学习。对于一些简单实用的技法，我们一直在探索，一直在努力，这在本书中都有非常具体

的展示。比如说，在“怎样拍摄人物对话场景”一节里，就专门介绍了美国好莱坞经典模式“人物正反拍镜头”技法，而且细化到拍摄模式、人物大小和背景虚化等环节上。这样，您可以根据自己拍摄人物、风景、花草等各种需要时，现学现用。

为了成功地编写本书，众多作者汇集在一起，讨论切磋，修改完善，付出了很多。这些作者是陈勤、朱晓军、王萌、陈天龙、黄荣钦、佟志生、曲阜安、成冬冬、连中凯、陈玉臻、叶君备、叶鼎、许艳清、徐型、杨松柏等。同时，化学工业出版社领导和编辑也对本书的编著给予了极大的支持与帮助。

在本书的编写过程中，很荣幸得到了中国摄影金像奖获得者、原中国摄影家协会副主席陈勃先生，中国著名摄影理论家、北京电影学院教授杨恩璞先生和中国摄影大师、广东色色影像集团总裁李建成先生等前辈的关心指导，将在此致以崇高的敬意！此外，北京电影学院、华北电力大学、漳州科技学院、华光摄影学院、温州职业技术学院等院校师生给予了极大的支持与帮助，在此表示真诚的感谢！同时，书中引用了中央电视台、北京电视台等电视节目播放的精彩微电影画面，还引用了国内外影视片中一些精彩而经典的镜头画面，在此一并表示真诚的感谢！

最后，祝福朋友们在微电影中晋大喜奔！

北平影像 写于北京钟鼓楼下

2015年仲夏夜

现在开始微电影 1

起步速成篇——五步学会微电影 9

第一步 正确持拿机器很重要 12

1. 持拿机器要平稳 12
2. 左右手分工合作 13
3. 持拿机器姿势 13

第二步 开机之前准备好 15

1. 装好存储卡和电源 15
2. 检查清空内存卡 15
3. 先想一下要拍的场景 15

第三步 自动模式走天下 16

1. 选择什么拍摄模式 16
2. 画面清晰与防抖 17

第四步 取好景——看清楚——马上拍 18

1. 取景观察人和物 18
2. 长焦看得远、广角范围大 19
3. 人物位置安排好 23
4. 对焦保证人物清楚 25
5. 红灯亮——开拍了 26
6. 固定摄影与变焦摄影 27

第五步 回看、删除、下载、编辑 30

1. 回放检查好不好 30
2. 不好就要删除掉 30
3. 文件下载保存久 31
4. 后期编辑才完成 31

技术精华篇——掌握拍摄出彩的六大绝招 33

第一招 最核心的构图和用光知识 34

1. 构图景别安排好 34
2. 选择光线很重要 37
3. 拍摄角度有讲究 40

第二招 好效果来自好曝光 42

1. 正确曝光是根本 42
2. 光圈与快门决定曝光 43
3. 速度优先定曝光 44
4. 自动曝光与增益 46

第三招 好颜色来自白平衡 49

1. 色温——白平衡——颜色 49
2. 怎样匹配白平衡 50

第四招 虚实有趣靠景深 51

1. 景深原理是什么 51
2. 景深变化有规律 52
3. 一个案例就明白 52

第五招 精彩奇妙的摄影镜头 54

1. 先明白镜头的长度 54
2. 运动拍摄（运动镜头）很出彩 54
3. 固定拍摄（固定镜头）多静态 58
4. 神奇的“慢动作”与“快动作” 60

第六招 微电影的编导与设计 62

1. 怎样构思微电影 62
2. 要采用蒙太奇思维 64
3. 分镜头剧本与应用 66
4. 单机拍摄与多机拍摄 69



实用宝典篇——摄人摄物、影花影草，六大圣经宝典全学会 71

第一会 拍摄多彩人物生活的皇家宝典 72

一、拍摄人物生活的重要基础 72

1. 镜头选用有奥妙 72
2. 用光切合需要 74
3. 中心构图与三分构图常转换 74
4. 拍摄人物活动的两种形式 75

二、怎样拍摄人物对话场景 76

1. 拍摄模式——自动模式、人脸模式、逆光模式 76
2. 虚化背景突出人物 76
3. 表现人物要考虑景别、角度和方向 77
4. 正反拍“人物对话”镜头——好莱坞经典模式 78
5. 对话镜头最好用多机拍摄 81

三、怎样拍摄人物大场面 82

1. 拍摄模式——自动模式、手动模式、逆光模式 82
2. 巧用推拉变焦 82
3. 摇移拍摄全景大场面 83

四、画面赏析《读书公益广告》 85

第二会 拍摄漂亮风景建筑的无上圣经 86

一、拍摄风景建筑的重要基础 86

1. 高位侧光最常用 86
2. 小光圈广角镜大景深 87
3. 美化要用前景 87
4. 空间透视有大用 88
5. 压缩时间、转换时空 88

二、怎样拍摄小范围风景建筑 90

1. 拍摄模式——自动模式、风景模式、手动模式 90
2. 大小变化用变焦 90
3. 地平线与三分法 91
4. 上下运动摇移拍摄 92

三、怎样拍摄大场面风景建筑 92

1. 拍摄模式——自动模式、风景模式、手动模式 92
2. 摇移镜头拍全景 92
3. 远处机位+广角镜头=大全景 93

四、画面赏析《北京风光》 95



第三会 拍摄花鸟鱼虫的至尊法宝 96

一、拍摄花鸟鱼虫的重要基础 96

1. 好角度就有好造型 96
2. 红花要配绿叶美 97
3. 定点守候、长焦镜头、耐心拍摄 97
4. 逆光让花透亮醒目 98

二、怎样拍摄花草鱼虫 99

1. 拍摄模式——自动模式、微距模式 99
2. “动”又“活”才是好效果 100
3. 焦点转换、虚实有趣 101
4. 延时摄影——花朵速开 102

三、画面赏析《天鹅舞曲》 102

第四会 拍摄热门新闻体育的必杀绝技 103

一、拍摄新闻体育的重要基础 103

1. 以人为主抓事件 103
2. 景别要多、镜头要周全 104
3. 正面机位要多抢 104
4. 自然生动靠抓拍 105
5. 新闻报道要有文字配音 106

二、怎样拍摄新闻体育对象 106

1. 拍摄模式——自动模式、运动模式（高尔夫、体育课） 106
2. 跟随拍摄运动人物 107
3. 新奇画面靠高低机位 108
4. 长焦镜头不能少 108

三、画面赏析《入水》 109

第五会 拍摄常见日用物品的实用诀窍 110

一、拍摄静物用品的重要基础 110

1. 主体放中间、背景要单一 110
2. 室内多用柔和散射光 111
3. 虚实对比不能忘 112
4. 加上环境有内涵 113

二、怎样拍摄日常用品 113

1. 拍摄模式——自动模式、微距模式 113
2. 拍摄奖状字画用固定镜头 113
3. 让静物动起来 114
4. 要想商品亮丽、曝光可以略多 116

三、画面赏析《肯德基早餐广告》 117

第六会 拍摄精彩夜景的秘传口诀 118

一、拍摄夜景的重要基础 118

1. 选择最佳时间是关键 118
2. 夜景对焦处理要注意 119
3. 大光圈+增益 120
4. 动静对比才鲜活 120

二、怎样拍摄夜景视频 121

1. 拍摄模式——自动模式、夜景模式、逆光模式、手动模式 121
2. 白平衡一定要调整好 122
3. 固定镜头+广角镜头+稳定支撑 122
4. 定时、间隔拍摄星空 123

三、画面赏析《混战》 124

后期编辑篇——拍了还要编、后期合成片 125

第一学 后期编辑基础 126

一、电脑配置和软件 126

1. 电脑硬件不要低 126
2. 编辑软件多样化 126
3. 编辑流程分三步 127

二、镜头组接有规律 127

1. 影片统一协调 127
2. 动接动、静接静 128
3. 遵守“轴线规律” 129

三、常用转场方法 130

1. 无技巧转场 130
2. 技巧转场 133

第二学 微电影视频编辑操作 135

一、会声会影软件界面与功能 135

1. 菜单栏 136
2. 素材库 136
3. 预览窗口和导览面板 136
4. 视频编辑区（时间轴） 137

二、视频文件的编辑加工 137

1. 采集捕获视频素材 137
2. 视频画面的剪切修饰 138
3. 视频画面的切割分开 139
4. 视频画面的合成 139
5. 配音与字幕 140
6. 镜头转场和特技效果制作 140

三、微电影影片的创建完成 141



现在开始微电影

现在,我开始学拍微电影(图1)。



▲ 图1 学拍微电影

我喜欢、我开心、我快乐（图2）。



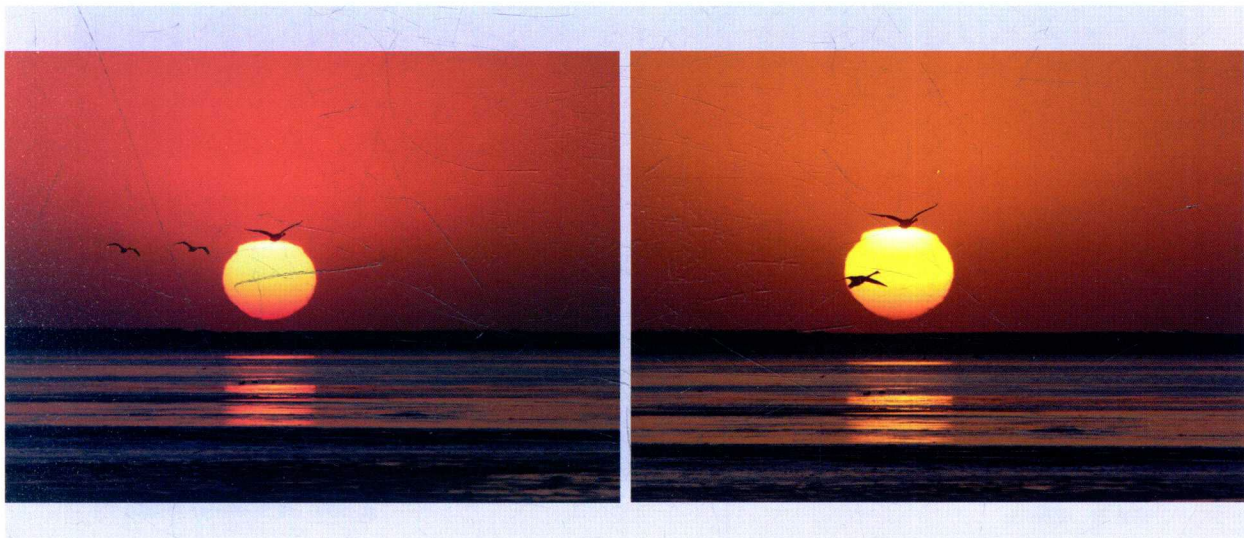
▲ 图2 开心的瞬间

微电影，我将与你一起走遍天涯海角（图3）。



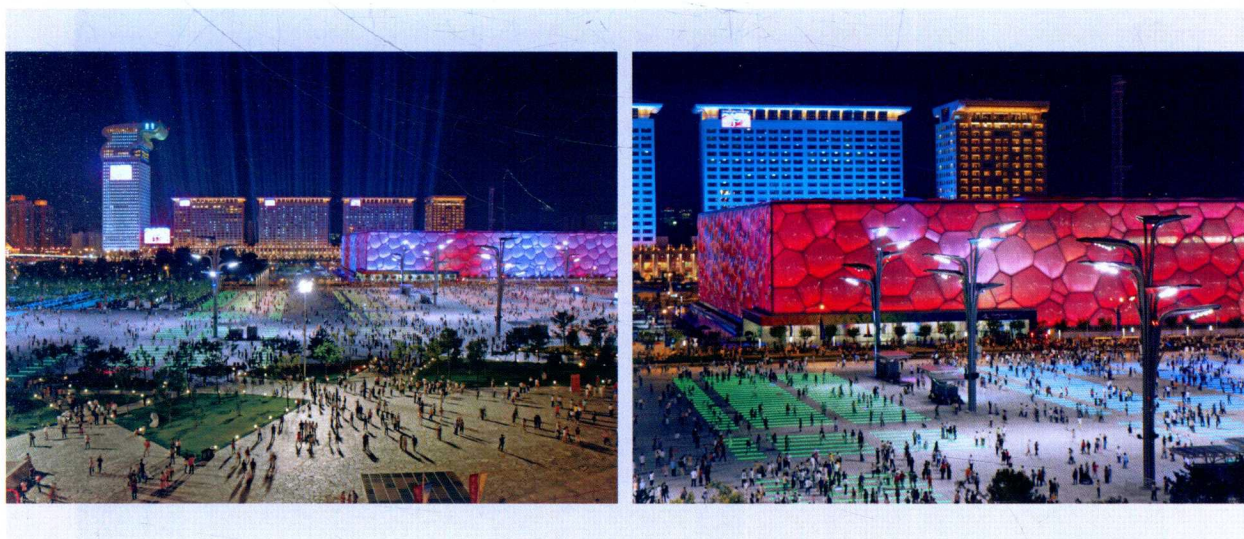
▲ 图3 摄影无极限

红日在这里升起（图4）。



▲ 图4 旭日东升

彩灯在这里闪亮（图5）。



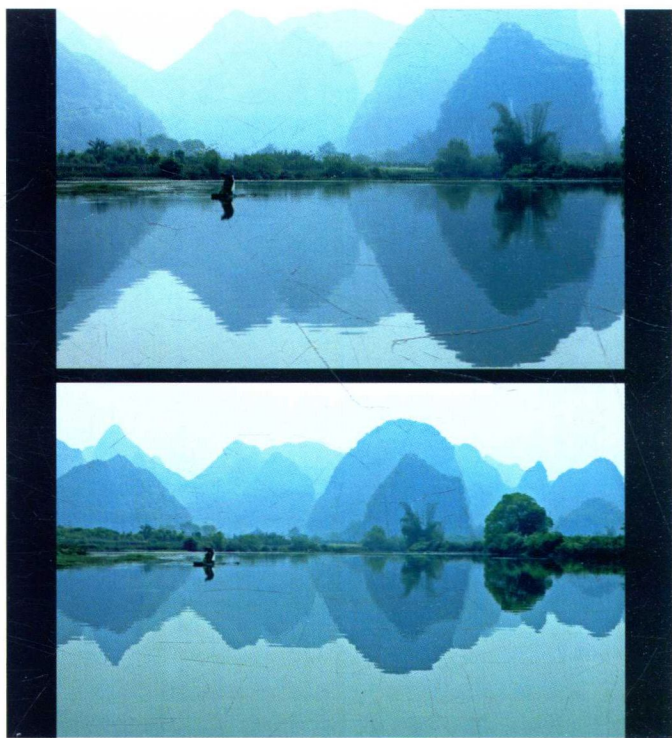
▲ 图5 七彩水立方

高山在这里耸立（图6），



▲ 图6 最美冰川四姑娘山

大河在这里流淌（图7）。



▲ 图7 漓江山水甲天下

鲜花在这里开放（图8），



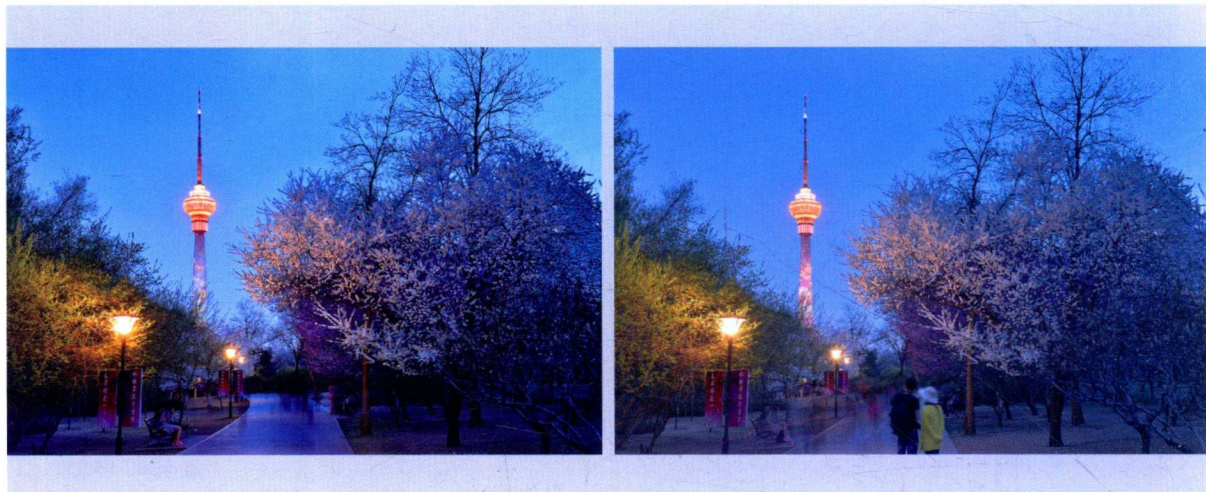
▲ 图8 郁金香

百鸟在这里歌唱（图9）。



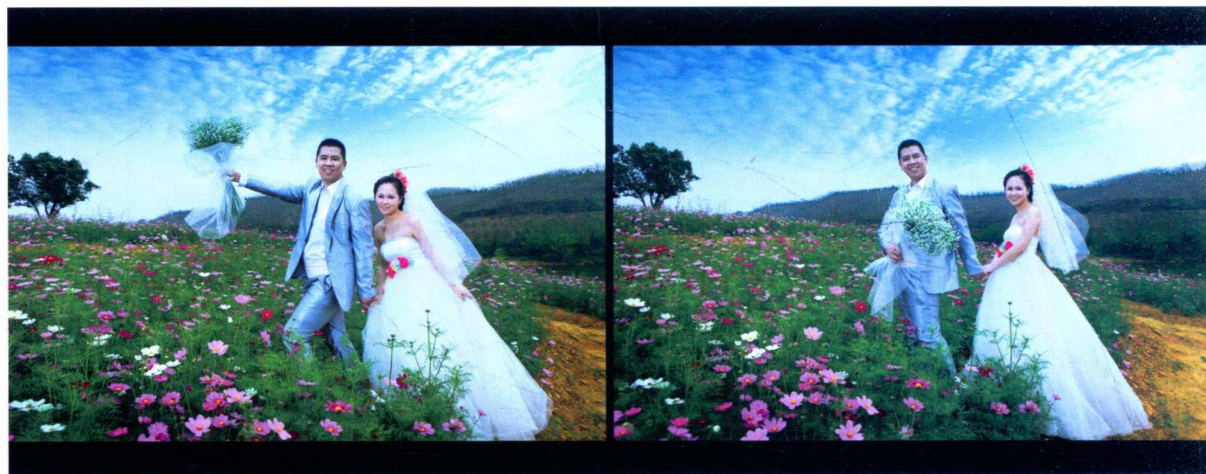
▲ 图9 百鸟的乐园

生活在这里开始（图10），



▲ 图10 玉渊潭公园

幸福在这里拥有（图11）。



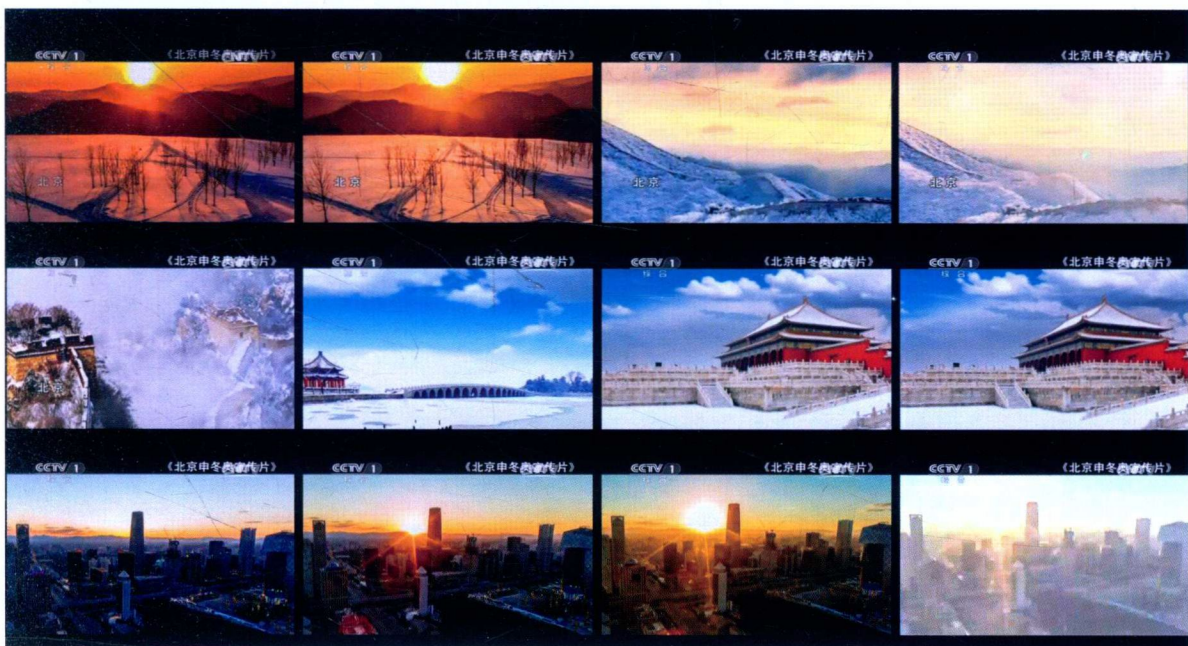
▲ 图11 幸福时光

微电影，我将与你共同描绘人间天堂（图 12），



▲ 图12 彩霞梯田

微电影，我要用你创造最美好的世界（图 13 ~ 图 15）……



▲ 图13 北京申奥宣传（1）



▲ 图14 北京申奥宣传 (2)



▲ 图15 北京申奥宣传 (3)