

河北传媒学院学术文库



人像摄影

RENXIANG
SHEYING

王福战 ◇ 主编

河北出版传媒集团
河北教育出版社



河北传媒学院学术文库

人像摄影

RENXIANG
SHEYING

丛书主编：李锦云 张玉柯

主 编：王福战

副 主 编：高贺胜 杜宏艳

河北出版传媒集团

河北教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人像摄影 / 王福战主编. -- 石家庄 : 河北教育出版社, 2014.4

ISBN 978-7-5545-1089-6

I. ①人… II. ①王… III. ①人像摄影—摄影艺术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第049578号

书 名 人像摄影

作 者 王福战

责任编辑 何春雅 崔 丽

出版发行 河北出版传媒集团

河北教育出版社 [http: // www. hbep. com](http://www.hbep.com)

(石家庄市联盟路705号, 050062)

印 制

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 9.5

字 数 110千字

版 次 2014年8月第1版

印 次 2014年8月第1次印刷

印 数 1—3000

书 号 ISBN 978-7-5545-1089-6

定 价 58.00元

前 言

《人像摄影》是河北传媒学院摄影专业、摄影摄像技术专业、制作专业的必修课，作为河北传媒学院影视学院的主打课程，已伴随河北传媒学院历经十余年的发展，在多年的教学中，总结出大量的经验与方法。2000年，该课程为专科层次教学；2007年，随着传媒学院升本，《人像摄影》课程实现了从专科层次到本科层次的跨越；2008年，摄影教研室再次对该课程的教学大纲做了调整，进一步细化了课程内容，使其更具针对性和专业性；至2013年，《人像摄影》课程已经基本成熟，教学与实践都得到了学院领导与学生的认可，成为学院特色课程及校内精品课程。

本书主编王福战教授为国家一级摄影师，有着丰富的实践拍摄经验以及深厚的摄影教学指导经验。在十余年的教学过程中，始终有一个问题困扰着他——教材。初授此课程，王福战教授便发现市面上根本找不到一本能够真正适用于学生学习且兼顾实用的人像摄影教材，遂决定以自己多年的拍摄经验及丰富的教学成果为基础，编写一本真正属于学生的《人像摄影》教材。

本教材涵盖面广。以人像种类分，有证件人像、艺术人像、婚纱人像、儿童人像；从拍摄环境分，有户外人像、室内不同环境人像、摄影室人像；从光线看，有室外自然光人像、室内自然光人像、摄影室灯光人像；从摄影基调分，有高调人像、低调人像、中间调人像、硬调人像、软调人像、暖调人像、寒调人像；按人的数量分，有单人肖像和多人合影；从颜色角度分，有黑白人像和彩色人像。本教材对人像摄影面部缺陷归纳了29种类型，提出了用摄影角度和光线纠偏的方法。

本教材来源于一线实践，汇集多方多年的经验总结，文字朴实，图文并茂，易懂易学；用实例指导教学，在实践中检验理论，注重学生动手实践能力的培养。统观全书，在每一个实践操作环节，每章都增加了针对本章节重点、难点问题的实践拍摄作业内容，让学生有明确的方向和足够的空间进行人像摄影的专项练习，在实践中锻炼、提升技能。教材中选用照片图例近三百幅，其中90%为王福战教授所摄，易学易懂，有助于提高学习者的鉴赏能力，这也是使学生形成自己独特风格的关键所在。

《人像摄影》一书既可作为教材供一般高校摄影专业课堂教学及函授所用，也适用于广大非摄影专业爱好者自学练习。全书每章都设置了思考题及实践操作题，可帮助学习者检查学习效果、巩固所学知识、提高操作技能。在学习人像摄影的过程中一定要多看作品，对于书中所讲到的理论、技巧等多加练习，学以致用，真正提高自己在人像摄影方面的实际操作能力与水平。

本教材在编写过程中参考借鉴了大量专家、学者的理论专著及优秀成果，使用了学院相关教师及历届毕业生的优秀摄影作品，在此特别表示感谢！

由于时间和水平所限，书中疏漏在所难免，为使本书进一步完善，恳请各方专家、学者及广大读者不吝赐教，批评指正。

杜宏艳

2014年1月1日

目 录

第一章 人像摄影的基础知识 / 1

第一节 人像摄影的定义及分类 / 1

第二节 人像摄影的画面格式 / 3

第三节 确定理想机位 / 5

第四节 基本光线的运用 / 12

第二章 人像摄影的光线处理 / 18

第一节 光线方向 / 18

第二节 光线性质 / 21

第三节 光线作用 / 24

第三章 室外自然光人像摄影 / 30

第一节 室外直射光照明 / 30

第二节 室外散射光照明 / 34

第三节 室外自然光摄影对环境的选择 / 36

第四章 室内自然光人像摄影 / 40

第一节 室内自然光的定义及特点 / 40

第二节 室内现有光照明 / 41

第三节 室内现有光加辅助光照明 / 48

第五章 摄影室灯光人像摄影 / 51

第一节 姿势与神态 / 51

第二节 布光 / 55

第三节 几种不同的照明效果 / 61

第四节 两种布光方法 / 63

第六章 纠正人脸缺陷 / 69

第一节 一般人像摄影处理的方法 / 69

第二节 避免和纠正人脸缺陷的方法 / 70

第七章 灯光人像的基调处理 / 74

第一节 高调人像摄影 / 74

第二节 低调人像摄影 / 76

第三节 中间调、软调、硬调人像摄影 / 78

第四节 人像摄影的色调处理 / 80

第八章 纪实类人像摄影 / 84

第一节 纪实类人像摄影的拍摄方法 / 84

第二节 纪实类人像摄影对环境背景的处理 / 86

第三节 纪实类人像摄影的光线处理 / 91

第九章 影楼人像摄影 / 103

第一节 艺术人像摄影 / 103

第二节 婚纱摄影与婚礼摄影 / 108

第三节 儿童人像摄影 / 117

第十章 合影人像的处理 / 124

第一节 安排被摄者的队列 / 124

第二节 多人合影照片的用光 / 128

第三节 拍多人合影所用的设备 / 133

第十一章 人像摄影的量光与定光 / 135

第一节 量光工具 / 135

第二节 量光、定光的方法 / 136

第一章 人像摄影的基础知识

人像摄影是被广大群众喜爱的一种摄影模式。无论男女老少，既喜欢给别人拍照，也喜欢让他人给自己照。现在摄影机已经普及，尤其是用数码相机拍摄的照片，可以马上在屏幕上看到效果，因而备受欢迎。但是，有的人拍得好，有的人拍得效果欠佳。要把人像照片拍好，必须对人像摄影的基础知识有深入了解，并且经常进行拍照练习。

第一节 人像摄影的定义及分类

所谓人像摄影，就是用摄影的方法在照片上表现被摄对象的姿态和神态，刻画人的外貌特征和性格特点，如图1-1-1。有些照片虽然也拍人，但是主要表现特定环境中的故事情节，不以表现人的姿态和神态为主，这样的照片属于人物摄影，如图1-1-2。虽然人



图1-1-1 人像摄影



图1-1-2 人物摄影

人像摄影作品有时也表现一定情节，但它主要还是表现人的外貌和神态。所以，当我们欣赏一幅表现人的摄影作品时，不论照片中是群像还是单人，不论哪种景别，判断是人物摄影还是人像摄影的根本标志就是：照片是表现故事情节还是表现人的外貌和神态。如果是

前者，就是人物摄影；如果是后者，就是人像摄影。虽然从广义上讲，人像摄影也属于人物摄影范畴，但两者还是有很大区别的。

人像摄影有以下几种分类方法：以人像种类分，有证件人像、艺术人像、婚纱人像、儿童人像；从拍摄环境分，有户外人像、室内不同环境人像、摄影室人像；从光线看，有室外自然光人像、室内自然光人像、摄影室灯光人像；从摄影基调分，有高调人像、低调人像、中间调人像、硬调人像、软调人像、暖调人像、寒调人像；按人的数量分，有单人肖像和多人合影；从颜色角度分，有黑白人像和彩色人像。

无论哪种人像摄影，其画面效果都应该比本人美且生动。人分男女老幼，他们的职业不同，胖瘦各异，在拍摄前要仔细观察，选择理想角度，调整好人的姿态，用光塑造人的外貌形象和皮肤质感。特别是拍好手的动作，注意眼神光的运用，抓好人的神态，纠正人脸缺陷。这样拍摄出的人像照片才比较理想。

第二节 人像摄影的画面格式

人像摄影画面格式的确定，主要依据被摄对象及其背景环境特点、主体的光影结构以及摄影师的表现意图决定，大致有横幅（图1-2-1）、竖幅（图1-2-2）、正方形（图1-2-3）、椭圆形（图1-2-4与图1-2-5）、圆形（图1-2-6）、扇面形（图1-2-7）等。不论采用哪种构图形式，只要画面构图美、被摄体形象生动，便是一幅好的人像摄影作品。

图1-2-1 横幅构图





图1-2-2 竖幅构图



图1-2-3 正方形构图



图1-2-4 椭圆形构图1



图1-2-5 椭圆形构图2



图1-2-6 圆形构图



图1-2-7 扇面形构图

第三节 确定理想机位

确定理想机位是指摄影者选择什么位置拍摄最理想，它包括确定拍摄距离、确定拍摄角度、确定拍摄高度三个方面。

一、确定拍摄距离

拍摄者应距离被摄者多远来进行拍摄？在摄影机镜头焦距不变的情况下，拍摄距离远，画面包括的范围大，景别就大；拍摄距离近，画面包括的范围小，景别就小。人像摄影的景别，一般分为全景（全身）、中景（半身）、近景、特写四级。景别的选择主要根据被摄对象自身的情况和周围环境的特点来确定。在画面中，人是主体，环境背景只起陪衬作用，在大景别的人像照片中，注意人物不要被环境背景所淹没。

（一）全景

全景人像要把被摄者的头和脚拍全，还包括较多的环境背

景。画面要既能表现出人的身材、勾画出人体的轮廓线条，又能容纳美丽的环境背景。拍摄时要选择好前景，处理好环境背景与人的平衡，从而达到人景交融的境界。全景人像应选用标准镜头，在不远的距离上拍摄较为理想。如图1-3-1。

（二）中景

中景人像摄影的范围是从头部到腰部或从头部到膝盖。中景能使观众看清人的表情和手的动作，也包括较多的环境背景，同时还能较好地表现出人体姿态。拍摄前要根据环境特点确定画幅格式，用标准镜头较为理想。如图1-3-2。

（三）近景

近景人像的范围是从头部到胸部，以人的面部形象为主，其余环境以背景的形式出现。摄影师通过选取最佳角度，用光线刻画以及抓拍神态和手势，表现被摄者的思想感情和性格特征，观众看后能留下深刻印象。拍近景人像用80mm左右的中长焦镜头比较理想。如图1-3-3。



图1-3-1 全景



图1-3-2 中景

（四）特写

特写人像的范围只包括人的头部和脖子，环境已基本没有，人的面部肌肉、眼神非常清晰。特写最能刻画人物的性格，表现其内心世界。当一个人的面部结构和轮廓形态都比较理想、背景比较简洁时，可选用特写进行表现。拍特写画面时一定要注意角度的选择，用光线对面部精雕细刻并注意对眼神光的运用，同时抓取其神态，以表现人物的思想感情。拍特写时，为防止人脸变形，可用100mm左右中长焦镜头拍摄，用横幅、竖幅画面均可。如图1-3-4。



图1-3-3 近景



图1-3-4 特写

二、确定拍摄角度

人像摄影中，改变拍摄角度可使被摄者的面部形象出现多种效果。在外景抓拍时，还能使被摄主体和环境背景发生变化，甚至影响画面构图。拍摄角度一般分为正面、七分面、三分面、侧面、背面几种。

（一）正面人像

五官端庄、脸型匀称、面部结构漂亮的被摄主体适合拍摄正面人像，如图1-3-5。证件照片也要求拍正面人像。



图1-3-5 正面人像



图1-3-6 七分面人像



图1-3-7 三分面人像



图1-3-8 侧面人像

（二）七分面人像

七分面人像，人脸正面占大部分，侧面只占小部分，既能表现人物的面部结构，又能使面部生动有变化，同时还能遮挡或纠正人脸的某些缺陷，使宽脸型显得稍窄些。但是，突颧骨的脸型不适宜用七分面拍摄，它会使颧骨更加明显和突出。如图1-3-6。

（三）三分面人像

三分面人像比七分面人像更侧一点，但鼻尖不能超出脸的轮廓外部。适合拍摄脸部两侧不对称的人物主体，可以把有缺陷的一侧遮挡掉，但不适合拍摄颧骨较高的人。如图1-3-7。

（四）侧面人像

侧面人像中，照相机光轴和被摄者的视线成90度角，被摄者的额头、鼻子、嘴和下巴的侧面轮廓鲜明。适合侧面轮廓非常好看的人，画面形象有种古典美。如图1-3-8。

（五）背面人像

背面人像一般从被摄者的侧背面拍其向后看的瞬间，表现其局部肩背形象非常

有力。如图1-3-9。

拍摄角度的确定，一般可以让被摄者从正面向侧面转动头部，拍摄者仔细观察，进行比较，从中找出最佳角度，同时确定理想的光线进行照明。