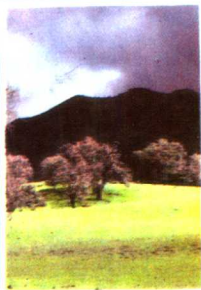


SHEYING

摄影万象



浙江摄影出版社

摄影万象

于芦笛 金维东 选编

浙江摄影出版社

责任编辑 余 谦

封面设计 邱东皓

摄影万象

于芦笛 金维东 选编

浙江摄影出版社出版发行 浙江新华印刷厂印刷

(杭州葛岭路1号)

(杭州环城北路天水桥境)

浙江省新华书店经销

开本 787×1092 印张 7.625 字数 150 千 印数 00001—10,000

1989 年 2 月 第 1 版

1989 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 7—80536—036—7/J·11 定价: 3.00 元

前 言

摄影，自它被人类发明创造出来之后，在百余年的时间里，以惊人的速度向前发展。摄影的发展进程，一是和科学技术的更新紧密联系在一起；一是始终体现着人类的主动精神。摄影技法，正是这两点交叉体现的一个具体层次。人们运用着各种各样的摄影技法，在不断开拓、充实着摄影这一独特而又有趣的领域。记录着生活，表现着时代，描绘着未来……

本书所选编的 61 种拍摄技法，均是国外摄影名家在近年著文介绍的，我们从各有关刊物上辑录整理而成。技法新颖、简要实用，所涉及的范围极为广泛。对于多种摄影题材，本书都能提出具体的拍摄方法和技巧。使业余摄影爱好者受益匪浅，对有经验的摄影家亦颇具参考价值。它不单单是技法指导，而且能丰富读者的想象力，唤起更多更新的创作灵感。这也正是我们编选此书的旨趣所在。

限于水平，在编选过程中难免疏漏之处，希望读者不吝指正。对于外文原著的译者，在此也深表谢意。

编 者

目 录

前 言

人像摄影基础	1
人像摄影的角度	5
室外人像摄影	7
怎样抓拍人物	12
肖像摄影的五种手法	18
柔焦肖像摄影	22
团体照的拍摄	26
拍摄儿童的基本技巧	29
儿童摄影中的眼睛与手	34
花卉摄影的基本方法	38
彩色花卉摄影	42
野外花卉摄影	46
室内花卉摄影	51
家庭动物摄影	55
野生动物摄影	60
昆虫摄影常识	63
昆虫近摄技巧	67
阴天摄影	72
怎样拍摄雨景	75
怎样拍摄闪电	77
怎样拍摄云景	79
怎样拍摄雾景	83

怎样拍摄雪景	88
怎样拍摄霜景	93
怎样拍摄日出	95
怎样拍摄日落	97
室外夜间摄影	99
自然光下的彩色摄影	101
夜间彩色摄影	104
夜间焰火摄影	109
静物摄影	112
玻璃器皿摄影技术	119
广告摄影基础	122
广告摄影用光	126
无投影摄影法	131
淡调物体拍摄法	134
小件物品的拍摄	136
模型摄影	139
时装照片的拍摄	143
建筑摄影	151
怎样拍摄体育照片	157
室内体育照片的拍摄	162
田径比赛的拍摄	164
足球比赛的拍摄	173
排球比赛的拍摄	176
游泳比赛的拍摄	180
舞台摄影的曝光	184
拍摄舞蹈的技巧	187
闪光摄影常识	192

彩色闪光摄影	199
反射闪光摄影	202
闪光摄影方法四种	204
用闪光灯表现动感	208
用闪光灯拍摄鱼缸中的鱼	210
旅游摄影常识	212
旅行途中的摄影	214
用普通相机拍摄全景照片	216
电视屏幕拍摄技法	221
连续摄影	224
拍摄你周围的各种图案	227
追拍技术	230

人像摄影基础

最富于感染力的人物照片常常是在被摄者无拘无束的情况下拍摄的。

设备 一般说来，拍摄人物所选用的镜头焦距应稍长于标准镜头，光圈在 $F/2$ 到 $F/2.8$ 之间。如果你用的是 35 毫米相机，镜头的焦距以 85 毫米到 105 毫米为宜。选用中等远摄镜头的主要理由是：①透视关系较好，尤其在拍摄距离较近的对象时。②可以通过虚化背景的办法来突出主体。③可以保持一个适当的拍摄距离，便于抓拍。使用标准或广角镜头时因过于靠近被摄者，容易使对象不自然。这一点在给儿童拍照时更为重要。

接近你的对象 要使周围的一切显得轻松自然，你应当尝试着与被摄者之间展开一种特殊的交流，提高他们的兴致。简短的交谈往往能诱导出优美自然的表情。对模特儿在姿势、眼神以及表情等方面给予一些指导是有帮助的。

专业摄影师们都很清楚，和其他一切花费比较，胶卷相对而言是最便宜的。因此他们总是尽量多拍几张。拍了几张之后，你的模特儿会对相机快门声音开始习惯并在相机前面显得自然起来。如果你能拍下被摄者所有姿态和表情变化的话，就可以有更多的选择余地，其中一定不乏人物摄影的佳作。

室外摄影用光 室外人物照片应该在逆光或完全没有直射阳光(类似阴天的光线)的情况下拍的。这样做的主要原因是,大多数人在阳光直射下都会眯起眼睛来,根本就谈不上再有什么理想的表情了。此外,用辅助光去消除直射阳光所造成的阴影是比较麻烦的。明亮阳光的光线反差很大。同一画面中高光处和阴影部分的光比往往超过了胶卷的表现能力。除非减少被摄体的反差,否则肯定要损失掉高光或阴影部分的细节,或二者皆有所失。

拍逆光照时,可以使用柔和的辅助光照明。白毛巾、白纸等都可以用来反射光线,白伞的反光面就更大了。有时候,可以有意识地利用白色的房屋或人行道,或者一块岩石表面的反射光线作辅助照明。当然,用闪光灯作辅助照明,对人物摄影是很有用的。让被摄者背朝阳光以免刺眼,表情也能轻松自然些,然后用闪光灯照亮阴影处。

背景的处理 有很多人物照片失败的原因往往在于摄影者忽视了背景的处理。相机把所有的东西都摄入镜头,使画面中各种成分平分秋色。

要认真选择相机的拍摄位置。从画面中去掉那些会分散人们注意力的多余部分。找到最佳位置之后,还要考虑不同的拍摄角度。是高一些还是低一些更富于表现力,或者是一个正常角度显得更加自然?

这里又一次显示出长焦距镜头的优越性来。你可以用它比较容易地控制背景。当你需要主体清晰时,建议所使用的光圈不能小于 $F/4$ 或 $F/5.6$ 。这样可以将其他部分都虚掉,因为焦点之外的背景是模糊和分辨不出细节的。毫无疑问,你的趣味中心就能够强调出来。请记住,要尽可能使背景上的物体协调些。色斑模糊了,它们之间的对比就不会过

分强烈。

前景的处理 相当多的给人印象深刻的照片，在前景处理上都是下了功夫的。摄影室的行家们常常在镜头前面加上一只晕化镜以柔化前景，让人们的视线自然而然地集中到趣味中心上去。在室外，也可以使用同样的技巧。可爱的灌木丛、花朵、树枝，几乎所有的东西都能为你要拍摄的人物形成一个边缘柔化的框子。和处理背景一样，所用的光圈必须足够大，以保证框形前景处于焦点之外。

无论大雨滂沱还是滴水成冰的天气里，都不要把相机放在包里不用。不少人在摄影上靠天吃饭；事实上坏天气能够提供机会让你拍出不同寻常的人物作品来。这种情况下的光线十分利于表现人物的面部。雪花、雨滴以及冬季的服装都能增加特殊而又真实的气氛。

室内自然光摄影 随着照相机和胶卷制造水平的不断发展，我们拥有了越来越大的创作自由。几乎在任何环境下都能进行拍摄。当夜幕降临或气候恶劣的时候，在室内也能拍出优秀的人物作品来。

过去的一些杰出的肖像画家，象伦勃朗以及他的同行们，常常将人物安排在窗口或天空的散射光下进行绘画创作。今天，专业摄影室也还在仿效这一方法，采用类似的非直射光来照明被摄体。为了取得这种美妙的照明效果，需要具备大孔径($F/2.8$ 或更大一些)的中等焦距远摄镜头、三脚架以及白色反光板。将被摄者安排在门口或窗旁，用反光板给暗部补上一些光，就可以拍摄了。室内的散射光线是一种最自然和逼真的光源。

室内人工光摄影 一天中日照时间是有限的。假如你想利用室内自然光为一个母亲和婴儿拍照，但天色已晚，该怎

么办?这时可以把闪光灯同步延长线连接起来,再用白色反光板反射闪光光线。这样形成的照明效果极似白天从窗外投进的光线。

反光伞对于控制光线十分有用。它不会影响色温,反射率高达 80%,可以通过张开或合拢来调节照明范围和强度,便于携带。

结 论 要拍摄生动自然的人物照片,请记住以下几个要点:

- (1) 对自己的摄影器材要完全熟悉和掌握。
- (2) 利用柔和的散射光。
- (3) 用热情友好的方法接近你的拍摄对象。
- (4) 认真选择拍摄场地,其中包括背景和前景,不同的拍摄角度和相机位置。
- (5) 集中精力抓取最佳表情。在最后分析照片时,人物表情的好坏是衡量一张作品成败的主要标准。

(司大字 译)

人像摄影的角度

确定正确的拍摄角度和选择最佳画面同等重要。没有一个人是适合从任何角度拍照的。有的人从这个角度拍出来可能表情呆板，而从另一个角度拍摄，却能取得你所梦寐以求的那种效果。给人拍正面照还是侧面照，是蹲下去拍还是踮起脚来拍，这决不是无关紧要的事。改变相机位置，从而改变了透视关系，这就意味着你已采取决定性步骤解决了如何表现被摄者体型特征的问题。你可以利用被摄者身上特别吸引人的地方，象漫画家那样去夸张它；也可以对不上照的面部特征加以修饰，甚至干脆避开它。只知道用相机平视拍摄正面照的摄影者，往往会错过塑造被摄者形象和性格的机会。实际上，拍摄角度也不一定能脱离照明因素，然而，有些规则还是有用的。

正面照 经常见到一种呆板的照片，给人的印象是拍摄者和被摄者之间大眼瞪着小眼。正面照最突出的特点是：圆圆的头部，大而阔的嘴巴、眼睛和耳朵，宽而高的前额，大鼻子，方下颌和突出的下巴。

四分之三 四分之三的头像看上去比较自然而不太做作。如果被摄者正看着相机，照片能给人以彬彬有礼的感觉。如果可能的话，身体上部应当凑近相机，这样的造型能给人以较深的印象，更吸引人一些。四分之三的头像照片最

突出的特点是：头小，前额高而窄并且比较突出，鼻子、脖颈和颧骨突出或者较大。

侧面照 不是每个被摄者都适合拍成值得个人保存的具有特征的侧面照片。由于不能眼对眼地观察，这种照片往往缺乏个性。如果被摄者在向上看，会给人以谦恭的印象，但也可能是优越感的表现。如果眼睛向下看，被摄者就显得是在沉思，或者可能显得傲慢。如果被摄者在向右看，他会显得积极、有决心；而注视左边，就会产生驯服、内向的印象。侧面照最突出的特点是：下巴翘起或向后缩，上下嘴唇、鼻子、下巴和耳朵的轮廓都较突出，喉结明显。

仰 摄 相机从较低的位置拍摄能使被摄者显得高大、有力、意志坚强。如果眼睛直视着相机，能使被摄者看上去具有挑衅性，比较鲁莽。拍全身像时，如果你想让被摄者的腿显得长一些、仰摄最为适宜。仰摄照片的特点是：圆型的头部，凸起的下嘴唇，鼓起的眼，低而向后缩的前额，大而翘起的鼻子，突出的颧骨，有力的方形下颌，双下巴和长脖子。

俯 摄 俯摄的照片适宜于强调端庄自持。这一角度使得被摄者显得谦恭，甚至缺乏独立精神，但也能给人以柔弱和含有深情的印象。俯摄的照片有以下特点：额头高而窄（用短焦距拍近照时），鼻子长，下巴向后缩，脖颈短，耳朵突出。

（林 云 译）

室外人像摄影

胶片的选择 拍摄户外人像，最好根据所要拍摄的人像性质，挑选最为适合的胶片。采用感光度慢，乳剂膜薄的胶片，常可获得极好的效果。成像清晰，纹理细腻。高度的分辨力能使须发毕露，每一细微毛孔，每条特性皱纹，皆能显现无遗。并且皮肤呈均匀的灰色，看不到颗粒斑痕。问题在于这类胶片太细、太清晰了，以致于皮肤上的瑕疵、疤痕须根等等都会显示出来。对于一张特写作品，这是可以的，但对于一个漂亮的青少年来讲，就不适宜了。

一个快速的胶片，可改善这些缺点，但也将减弱你所需要的细部的效果。更坏的是在中间色调较多的脸部，颗粒开始变粗，因而破坏了皮肤的匀滑感。

因此，一个折衷的办法是用中等感光速度的胶片。这种胶卷介于慢速片和快速片之间，具有足够细腻的颗粒，以保证均匀的色调，同时也有足够的分辨力，能表现出所需要的清晰细节。如拍摄彩色照片，无论是负片，还是正片，最好也使用中速乳剂的胶片。

曝光 一个照明良好的脸部，色调层次是很丰富的，既有明亮的强光部分，又有深暗的阴影部分，还有一系列的中间色调。这些色调反映到胶片上，既不要曝光过头，显得太白；也不要不足，显得黑沉沉。

最理想的办法，是对每一个色调进行测光，并按照灰色级谱适当处理。但如没有一个视角小而精确的点式测光表，这几乎是不可能办到的。利用直射光测光表，把它放在投向被摄体的同一光线内，即可进行测光。测出的度数可以略加调整，以便更好地照顾阴影部分或强光部分。但如果你想进行细微的色调控制，最好用反射光测光表。

如果你测定的是一个单独色调，那你可以很精确地对它进行控制。比如脸部，根据直接测定的数值，曝光将差一级光圈。因此，测光以后，须把光圈放大一级，以资补偿。

不管脸部是在明亮的光线之下，还是在阴影之中，这个原则都适用。诚然，从色调的正确表现来说，对阴影的要求并不那么严格。在胶片上，阴影显得比眼睛所观察到的为深。这必须加以补救。把光圈开大一级，甚至二级，将使阴暗部分更为悦目，并且保证细部能分别表现出来。

除非脸部是全部在阴影中，脸部的理想的明暗比例，对黑白照片而言，应为4：1(相差二级光圈)，对彩色照片，应为2：1(相差一级光圈)。应尽一切可能，利用诸如反光板和闪光灯等手段来把这个脸部明暗对比控制在上述范围内，以保证得到满意的结果。

应记住，进行测光时，如采用的感光材料为负片，曝光应以阴影部分为主，而不管强光部分。如为反转片则相反，应根据强光测光而不管阴影部分。

设 备 拍摄人像照片，必须充分利用画面。事实上，只要精心拍摄，任何相机都能拍好。

一个比正常焦距长的镜头，非但能帮助你扩大画面，突出主体对象，而且能使你拍摄时不致过分靠近被摄对象。如果使用标准镜头，想充分利用画面，你必须过分地靠近被摄

对象。因此而产生的被夸大了的透视，将使脸部的最近部分——鼻子发生变形。一个焦距过长的远摄镜头会带来很多问题。脸部将给人以特殊的扁平感。同时，为了要把整个头部放入画面，你将不得不和被摄对象保持相当远的距离。因此在空间不大的地方，工作起来很不方便。对于大半身和全身照片，用标准镜头或广角镜头比较合适。

正面光 这种光线不是最理想的。被摄者正对阳光，不易安详自若。脸部缺乏阴影，毫无立体感。

“伦勃朗”式用光 自背后四分之三的角度投射而来的光线，仅照亮了被摄者脸部的四分之一。脸部的其余四分之三均在阴影中。这种用光方式，如运用得当，极为悦目。但反差很强，需要用闪光灯或反光屏进行补光。

侧光 这种光线十分动人。当太阳的位置较低时，可以经常遇到。这种光线的特点在于能突出皮肤的纹理。如认为皮肤纹理过于明显，可用反光屏或闪光灯进行补光。但必须注意，补光不当，会减弱反差。

发光 使脸部处于阴影之中，让直接投射的阳光仅仅照亮头发，其效果甚为优美。当然，太阳位置宜高，并自后方射来，而偏向一侧。如阳光透过树叶或类似物体投射而来，往往显得更为美观。

逆光 逆光是从上述两种光线发展而来的，而且用得更为普遍。由于光线自背后射来，因此无论光线如何强烈，也无重大关系。在阴影中的脸部才是最重要的。应根据阴影部分测光，并把光圈加大一级，这样，将产生一种轻松的夏天气氛；把光圈加大二级，就会成为高调照片。

剪影 按明亮的背景曝光，前景中的人物将因感光不足而成为黑色剪影。全身侧影像效果最好。假如背影是一片

落日景色或闪烁发光的波浪水景，加一片“十字滤镜”则使点点波光更具风采。

早晚阳光 利用早晨或傍晚的阳光，无论是注视着太阳的侧面像，还是正面像或3/4侧脸像，均可拍出柔和的、暖调的、十分动人的人像。

这类照片和逆光照片都可用闪光灯补助办法来减弱反差。如是彩色片，须注意太阳光线的色温，必要时可用一枚81A滤镜使色温稍稍偏冷一些。不过，也可以不加滤镜，有时这种暖调光线是很悦目的。

姿态及构图 优美姿态的产生，依靠一个主要因素——和被摄者建立融洽的关系，使他(或她)因之而产生轻松情绪。

可以从闲谈开始，并鼓励对方与你答话。你将发现，这种平易近人的谈话，会使被摄者趋于轻松而开始显露个性。要倾听回答，注意姿态、注意身体和手的动作及面部的表情等。在被摄者未真正进入角色前，不妨非正式地随便拍摄几张。同时，保持一连串的鼓励：“那很好！”“好极了！”要不厌其烦地、千方百计地树立被摄者的信心。不要试图安排那种不安适的姿态，除非有丰富经验的专业摄影者才能这样做。如认为原来的构思需要修正，就大胆修正。可以让被摄者提出修正的建议，这将有助于他摆脱不安情绪。即使安排比较安适的姿态，也要与他开开玩笑，以免对方显得生硬与不安。与其向对方发出一整套复杂的摆布指示，不如叫对方做个小游戏，让姿态和表情在愉快的乐趣之中产生。

应避免脸部正对相机的正面像，最好是四分之三侧面，眼睛可直视镜头。这样，在观赏照片时，与照片上的目光接触，会产生一种特殊的亲切感。