

SHU MA DAN FAN LE XUE TANG

# DSLR乐学堂

## 构图与曝光 轻松入门

[韩] 赵玉熙 崔有利 著

拍摄独特感性照片的  
构图与曝光的54种方法



浙江摄影出版社  
ZHEJIANG PHOTOGRAPHIC PRESS

全国百佳图书出版单位  
国家一级资质出版企业

감성사진을 위한 구도와 노출  
For More Emotional Photos Composition & Exposure  
Copyright © Cho Ok-Hee, Yuri Choi  
2008, Printed in Korea

责任编辑 夏 晓  
装帧设计 任惠安  
责任校对 程翠华

Chinese simplified language translation rights arranged with  
Gilbut Publishing Co. Ltd. through Imprima Korea Agency  
Simplified Chinese Translation Rights © 2010  
By Zhejiang Photographic Press  
ALL RIGHTS RESERVED.

浙江摄影出版社拥有中文简体版专有出版权，盗版必究。

浙江省版权局  
著作权合同登记章  
图字：11-2009-32号

### 图书在版编目 (CIP) 数据

构图与曝光轻松入门 / (韩) 赵玉熙, (韩) 崔有利  
著; 赵颖, 孙长亮译. —杭州: 浙江摄影出版社, 2010. 1  
(DSLR乐学堂)  
ISBN 978-7-80686-830-0

I. 构… II. ①赵…②崔…③赵…④孙… III. ①数字照  
相机—摄影构图②数字照相机—曝光—摄影技术 IV. TB8  
J4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第227639号

DSLR乐学堂

## 构图与曝光轻松入门

[韩] 赵玉熙 崔有利 著  
赵颖 孙长亮 译

全国百佳图书出版单位  
国家一级资质出版企业

浙江摄影出版社出版发行  
(杭州体育场路347号 邮编: 310006)

电 话 0571-85159646  
网 址 <http://www.photo.zjcb.com>  
制 版 杭州美虹电脑设计有限公司  
印 刷 浙江影天印业有限公司  
开 本 710×1000 1/16  
印 张 14.5  
2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-80686-830-0  
定 价 45.00元

# DSLR乐学堂

## 构图与曝光 轻松入门



拍摄独特感性照片的构图与曝光  
的54种方法

[韩] 赵玉熙 崔有利 著  
赵颖 孙长亮 译



浙江摄影出版社  
ZHEJIANG PHOTOGRAPHIC PRESS



## 前言

我偶尔会有发痒的时候，不是脚也不是背，而是跟着眼睛走的神经组织——通过头脑而产生的心痒。那就是，如果此时我的手里有相机，一定会心痒难耐地按下快门；想要捕捉让我心跳的画面。

照片帮助我们熟悉这个世界。但是，也会有看着以前拍的照片感觉到不满意的时候。因为让我激动的那一瞬间似乎消失了，留下的只有这样一个画面：既无哲理，也非感动，像乏味的语言。看着连自己都毫无感觉的照片，遇到这种情况，重新拍摄一次的欲望尤为强烈。

与画画和雕刻相比，单纯地按下快门会更容易吗？拍摄画面尤其是处理照片，比想象要难上许多。学习拍照是一个很好的体验过程，会让人有成就感。这本书中介绍的构图与曝光知识能够帮助大家更好地使用相机。理解多样性的构图与曝光会让自己产生视觉和感性的喜悦。在讲解构图与曝光的基本要素的同时，让读者熟悉单反相机（DSLR）的基本知识，以基本训练为主，通过人物、静物、风景等拍出带有自我风格的照片。这是一本很好的书，教大家透过相机，找到观察世界的新视角。

2008年7月少雨的雨季  
赵玉熙、崔有利





# 目录



## PART 01 为摄影而疯狂

### 01 什么是照片

- 01 | 为什么要拍照 / 012
- 02 | 如何拍好照片 / 013
- 03 | 拍照的十个阶段 / 014



## PART 02 通过构图学习 DSLR 摄影

### 02 基本构图

- 04 | 点、线、面的构图 / 024
- 05 | 按照角度构图 / 026
- 06 | 远近距离感的构图 / 030
- 07 | 选择构图方式 / 032
- 08 | 按均衡的法则构图 / 034
- 09 | 给人以律动感的构图 / 036
- 10 | 色彩构图 / 038
- 11 | 以局部展现整体的构图 / 040
- 12 | 框架构图法 / 042
- 13 | 明确展现主体的构图 / 044
- 14 | 利用背景完成构图的建筑照片 / 050
- 15 | 与背景相和谐的构图 / 053
- 16 | 选择氛围的构图 / 054
- 17 | 创意构图 / 058





## PART 03 通过曝光学习 DSLR摄影

### 03 曝光基础

- 18 | 曝光与光圈 / 066
- 19 | 曝光与快门速度 / 068
- 20 | 景深 / 070
- 21 | 选择合适的曝光 / 072
- 22 | 光的方向 / 074
- 23 | 按光照的比率（照明比）曝光 / 076
- 24 | 根据拍摄对象曝光 / 077
- 25 | 记录时间流逝的曝光——长时间曝光 / 078
- 26 | 建筑物摄影的秘诀 / 080
- 27 | 利用闪光灯曝光 / 082
- 28 | 色温和白平衡的基本概念 / 084
- 29 | 天气变化和色温 / 086
- 30 | 室内照明和色温 / 087



## PART 04 利用构图和曝光 完成DSLR摄影

### 04 人物照片

- 31 | 女人的美——人物摄影的基本要素 / 094
- 32 | 生命的风景——人物 / 102
- 33 | 环境是表现人物的另一个元素 / 110
- 34 | 捕捉时尚——室内篇 / 114
- 35 | 追赶时尚——室外篇 / 118

## 05 风景照片

- 36 | 天空的脸 / 128
- 37 | 喜欢大海的理由 / 134
- 38 | 建筑物里的风景 / 138
- 39 | 别样的风景 / 142

## 06 静物照片

- 40 | 感受到色香味俱全的食物照片 / 148
- 41 | 陈旧物品 / 156
- 42 | 比花还美的花的照片 / 164
- 43 | 小景致 / 170
- 44 | 市场即景 / 176



# PART 05 按自己的风格拍摄

## 07 夯实基础

- 45 | 构图练习 / 186
- 46 | 曝光练习 / 190
- 47 | 用新的概念给自己一个重新开始的理由 / 194



## 08 照片的另类制作

- 48 | 用手电筒制作人工照明 / 200
- 49 | 使用自动数码相机 / 204
- 50 | 超越相机的概念——扫描仪 / 206

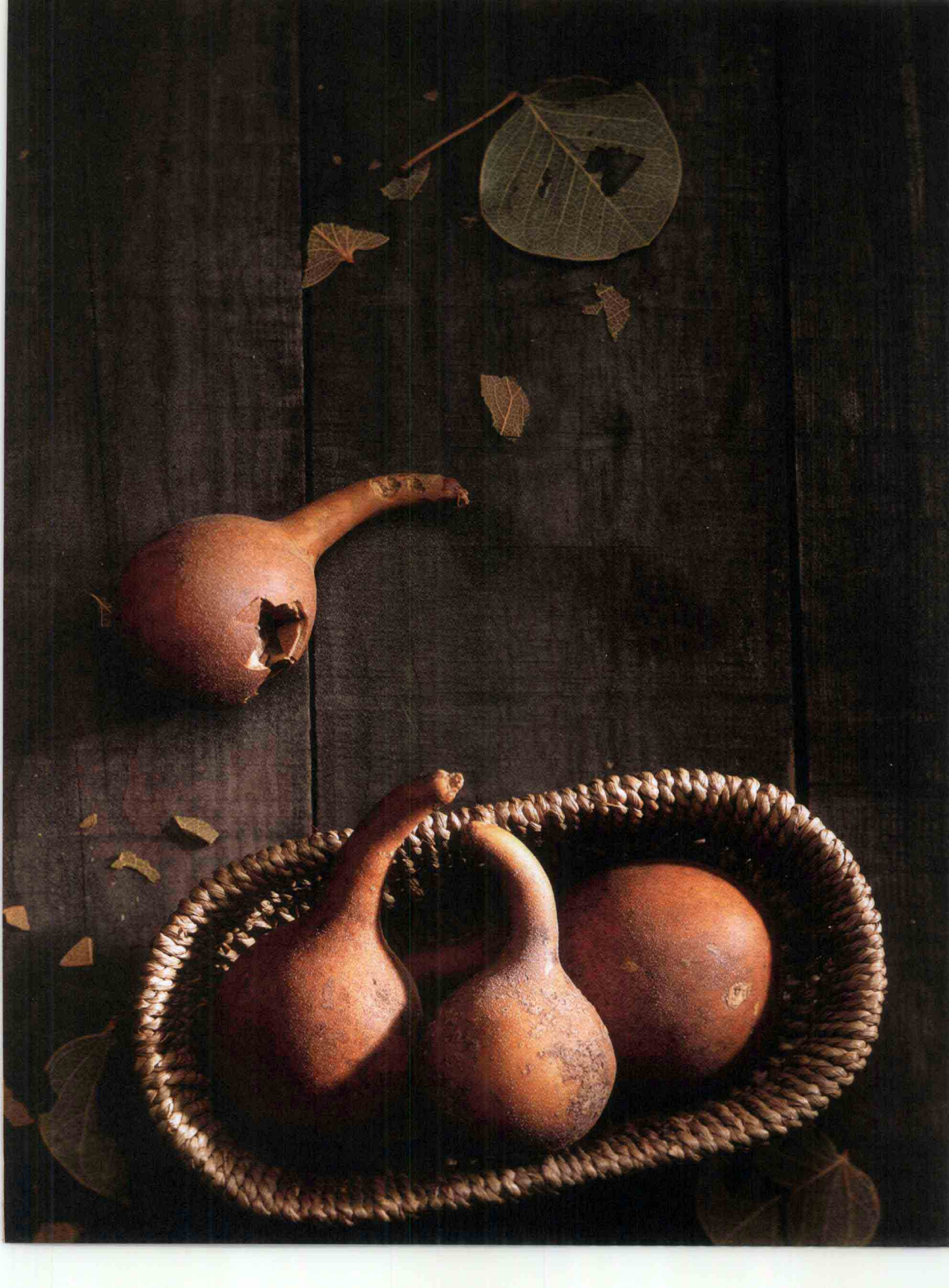
## 09 怎样才能使人物照发光

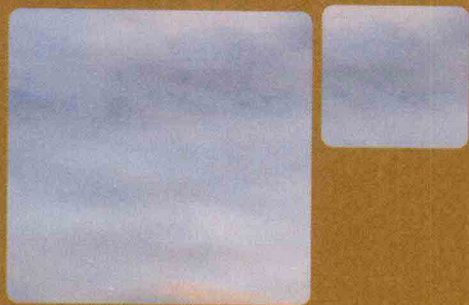
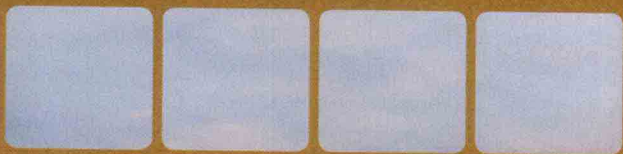
- 51 | 空间的重要性 / 210

## 10 通过照片找话茬

- 52 | 使人变成风景的照片 / 224
- 53 | 使人梦想旅行的照片 / 227
- 54 | 边玩边拍出来的照片 / 230





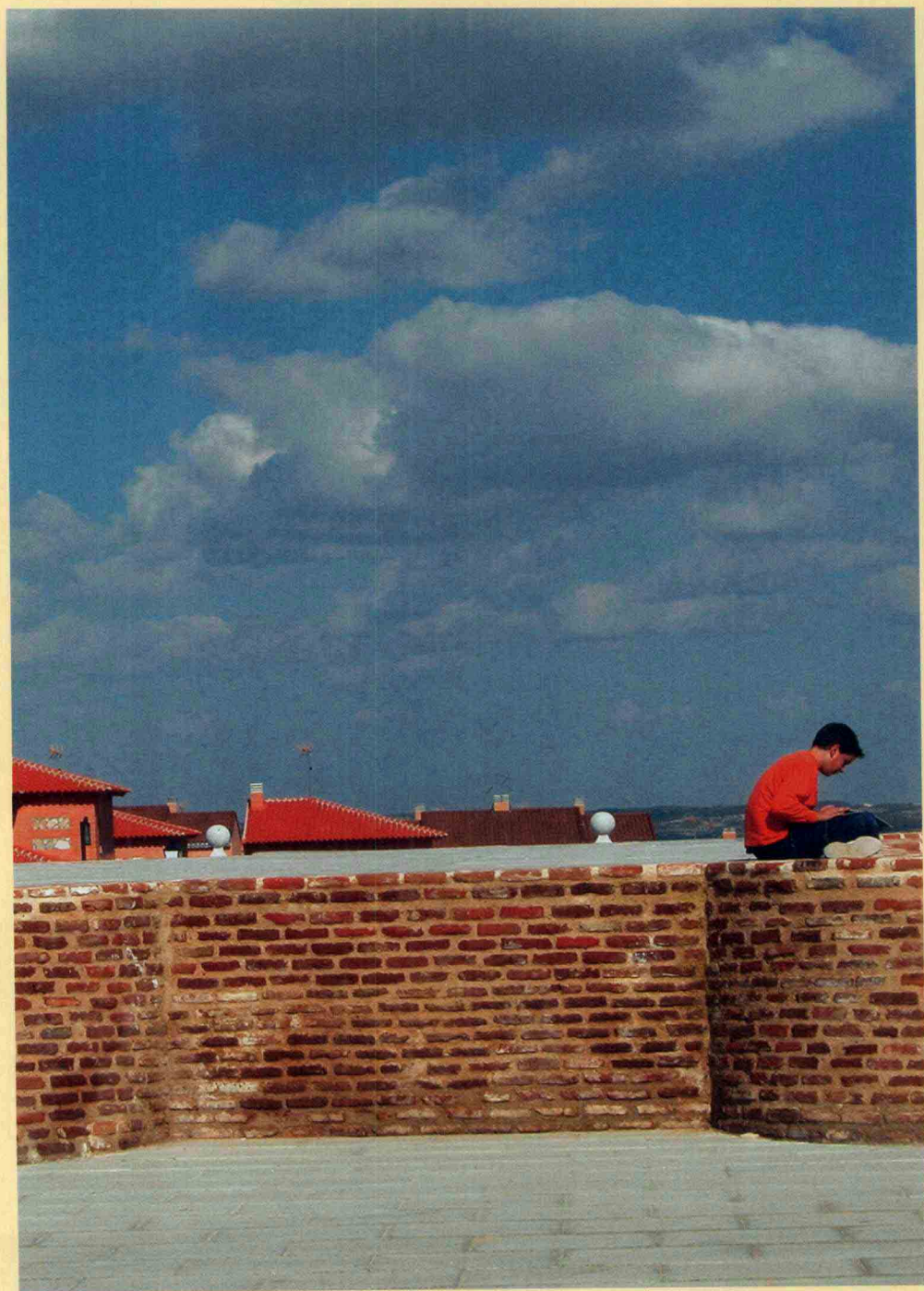


PART 01



# 为摄影而疯狂







# 01

## 什么是照片

相机记录“我”的价值，珍藏永远值得记忆的东西，这是我在按快门之前，就已经知道我为何要拍下这个东西的原因。思考怎么拍照之前，先想想拍什么吧。相机担负着“观察”我们，并且反映整个社会的“责任”。

# 01 为什么要拍照

翻开这本书之前，大家常常有这样的疑问：“怎样才能拍出好照片？”对于提出这种疑问的人，我也想问一个问题：“大家看到了怎样的照片才会心跳加速呢？”现在请大家闭上眼睛，在脑中回想一下让你心跳加速的五六幅图片，回忆着记忆中残存的一幅幅映像，你的心是否有一丝被触动？

或许有人会想起迷你网页上婴儿屁股的照片，会想起雨天的花叶以及朋友喝醉酒而丑态百出的照片；或许有人还会想起用自己的身体阻挡坦克的青年、在社区摆地摊的老奶奶布满皱纹的笑脸、在广场上肆无忌惮喧哗的年轻人等照片；或许有人还会想起美丽的电影海报或者杂志中演艺界名人为某些名牌拍摄的华丽的商业广告照片等。那些对艺术照片感兴趣的人，也许会想起裴炳宇的松树系列作品，或者马丁·帕尔的《最后的修养地》以及洛雷塔·勒克斯的梦幻儿童系列作品。

无论会想起什么，出现在脑海里的这些照片，其实也就告诉了我们拍摄照片的理由。因为那些照片与我们所重视、所追求的东西相关联。大家通过本书学习的知识，都是为了创作有价值的作品而做准备。事实上，照相机就是记录“我”的价值，并把“我”的声音传遍世界的工具。不必羞愧，不必骄傲，只是收藏我们所珍视的东西而已。重要的是，快门按下之前，要明白为什么按下这个。思索“如何拍照”之前，更应该考虑的是“究竟拍什么”？我们可以透过照相机的观察来反映社会。



# 如何拍好照片 02

如果是对于一个不止一次苦恼“拍什么”的人来说，一定感受过寻找拍摄对象是一件不容易的事情，更不用说在拿照相机之前，仅通过想象就完成心中的图像有多难了。

拍照片和烹调食物有很多相似之处。没有实际动手经验，仅凭想象，是无法做好一道菜的。首先烹调之前应该去市场购买食材，凭着自己的味觉和嗅觉配置调料，然后仔细考虑烹制的方法，再去反复试验。经过多次实践，就能做出符合自己口味的料理来。

摄影与烹调相似，首先要走出去寻找素材，就像每天在自己房间里的日常生活一样，不带有任何目的。你的“市场”可以是有名的旅游地，也可以是能够一览上海夜景的金茂大厦。无论什么地方，只要能接近你想要的“料理”就行。大千世界不就像一个拥有各种图片的大市场吗？在“市场”找到素材以后，接下来就应该用照相机来完成你的“料理”了。假如说想要拍摄的仅仅是一种形态，或者根本无法仔细看清楚，那就把“市场”里所有的东西都拍下来。都拍下来，自然会找到一两件令你垂涎的画面。这些照片中，如果有特别吸引你的，你就可以更仔细地去研究她了。她可以是似鱼鳞的汉江波浪，也可以是旅游地的某个角落里因疲惫而睡着的孩子。选定了画面，就可以利用构图和曝光将其表现出来。而寻找可以吸引你拍摄的那种感觉并非易事。但是通过构图和曝光，真的可以感觉得到她表现出的有意思且多样的面貌。最后，用你的创造力来稍微调节一下“咸淡”，就如一份世界上独一无二的“料理”一样，你的脑海中就好像溢满你想要拍摄的那个“什么”。

通过这样的练习，制作出多种多样的“料理”。不知不觉间，你会发现你寻找的东西将离你越来越近。越接近她的时候，并非别人称赞她就是一幅好的照片，只有被自己认定了，才真的是好的作品。你的作品应该和他人共享，也应该倾心阅读他人的作品。这样，可以解开流传于世的许多照片的秘密，也更加能够明确自己的定位。学习摄影，不仅仅是拥有照片，而是为了接近被神秘和恍惚所包裹的真相。

这是一本讲述摄影方法的书，与寻找“拍什么”相比，更注重讲解的是“如何拍”。但是，正如前文所述，经常为不知道拍什么而烦恼，是拍摄出好照片的必然过程。正如画家即使了解很多上墨着色的方法，但如果不知道画什么，也不可能画出好作品，这其中的道理是一样的。

# 03 拍照的十个阶段

## 第一阶段——拍什么？

“知己知彼方能百战百胜”，这句话并非只针对战场上的敌人。手握相机而不知道应该拍什么，是很尴尬的事情。事实上，此类尴尬的事情比想象中还容易发生。作家为了寻找主题，常常会绞尽脑汁地思考一整天、一周，甚至一个月。其实，摄影不一定要找寻多么高难的主题，首先，应该寻找自己感兴趣的東西。假如真的不知道应该拍什么，那先去拍摄现场也是个不错的选择。



● 打算跟朋友一起出去拍摄。想了半天还没想清楚该拍些什么，决定去城市公园寻找拍摄素材。

## 第二阶段——相机背包里放什么？

出门拍照往往会因沉重的摄影包而烦恼，每每摄影包都被塞得满满的。但即便如此，也常常会漏掉一两件重要物品。有时是存储卡，有时是夜间拍摄时需要用的快门线，有时是秒表，有时是……根据拍摄对象和拍摄条件，相机的附件也不同，因此，每次都应该仔细确认。



● 准备相机包。比起朋友的最新型相机，我带了这个攒很久钱才购置的佳能EOS 10D相机。镜头是28~105mm的。目前还没有能力购买其他的镜头。但这个镜头几乎涵盖了我所有想拍的东西了。因为预计在下午拍摄，因此没有准备三脚架和快门线。确认背包里已经有了吹气刷、应急电池以及几个存储卡后就出门了。

※拍摄用品一览表：相机、必需的各种镜头，吹气刷，存储卡，应急电池（相机和闪光灯中使用），闪光灯，快门线，三脚架，秒表等（根据拍摄对象和环境而准备的其他附件）。



### 第三阶段——在脑海中构思地图

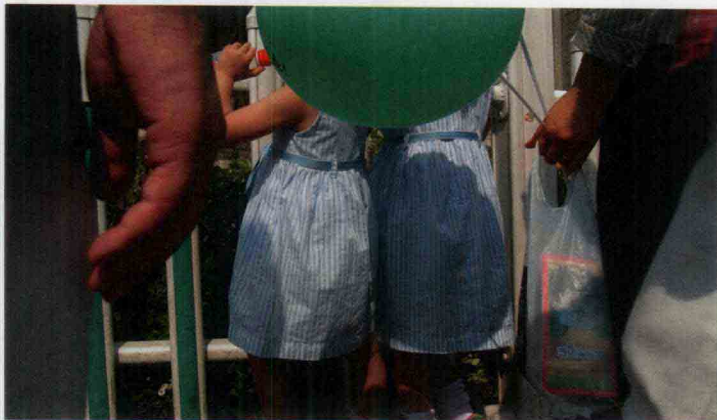
如果已经确定了拍摄场所，事先得打开地图确定路线。在路上徘徊也会错过重要的拍摄时间。特别是拍风景照的时候，时间比起任何技术都更为重要。比如，打算在清晨雾气中拍摄人像，最好提前一天检查摄影包并预先确认行走路线，不要忘了，太阳才是最完美的“闪光灯”。



● 在城市内还是借用公共交通工具来得方便些。请先确认地铁路线图。从3号线长途汽车站换乘7号线，在儿童公园下车，大约1小时足够了。出发时间定在下午2点，下午3点之后的阳光非常适合拍照。

### 第四阶段——先从什么开始拍

真的到了拍摄地，又会有许多意想不到的情况发生。即使事先确定了拍摄的主题，但在脑中想象的照片和现实状况肯定有差异。在差异消失之前，先像洗第一水衣服那样按下快门吧。如果事先没想好要拍什么就来到拍摄现场的话，那这洗第一水衣服的时间需要长些。即便如此，也不用太担心，仔细观察，总能用相机拍下丰富多彩的画面来。



● 长达十几分钟的等待，居然一张照片都没拍。终于发现了目标——穿着新潮运动鞋和花一样美丽的裙子的姑娘坐在公园里。噢，要怎么拍呢？如果平拍，动物园中的斑马屁股恐怕也会拍进去了。采用俯拍的方式，会同时拍到掉落的花叶。我想象着将两幅照片放在一起的情景：花叶看起来恐怕会像斑马的排泄物一样吧？在动物园里，我沉浸在想象之中，忽然间，观赏动物的两个小姑娘的裙子映入我的眼帘——被绿色气球遮挡住的两个小姑娘似乎是姐妹。让我想起自己和妹妹在一起穿着粉红色裙子荡秋千的瞬间。