

数码

# 亲子摄影摄录

全攻略

- ◎如何选购合适器材
- ◎7种必学拍摄设定
- ◎27个亲子摄影锦囊
- ◎4种拍摄禁忌
- ◎简易修片妙法

- ◎简易制作墙纸
- ◎打印靓相不求人
- ◎免费下载修片软件
- ◎电邮分享相片方法
- ◎自制宝贝screen saver
- ◎如何刻录DVD/VCD光碟



数码摄影丛书

伍振荣◎著作  
(香港)摄影杂志、DC Photo总编室

中国摄影出版社

数码

# 亲子摄影摄录

全攻略

伍振荣◎著作  
摄影杂志 DC Photo 总编辑

江苏工业学院图书馆  
藏书章

中国摄影出版社



---

图书在版编目 (C I P) 数据

数码亲子摄影摄录全攻略 / 伍振荣著. —北京: 中国摄影出版社, 2007.5

ISBN 978-7-80236-111-9

I. 数… II. 伍… III. ①婴幼儿—人像摄影—摄影技术  
②数字照相机—摄影技术 IV. J413 TB86

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 067845 号

---

责任编辑: 周 或

---

书 名: 数码亲子摄影摄录全攻略

作 者: 伍振荣

出 版: 中国摄影出版社

地址: 北京东单红星胡同 61 号 邮编: 100005

发行部: 010-65136125 65280977

网址: [www.cpgph.com](http://www.cpgph.com)

邮箱: [sywsgs@cpgh.com](mailto:sywsgs@cpgh.com)

制版印刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

开 本: 889 × 1194mm 1/20

印 张: 6

字 数: 10 千字

版 次: 2007 年 6 月第 1 版

印 次: 2007 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1-3000 册

ISBN 978-7-80236-111-9

定 价: 48.00 元

---

版权所有 侵权必究

# 父母都可以是摄影专家

笔者作为摄影师、摄影编辑、摄影讲师，一直以来的工作都与摄影有关，但是，我拍摄宝贝最深刻的经验，却并非来自以上的身份。

我的孩子皓天已13岁，虽然已事隔十多年，但他婴儿时的情况，至今仍历历在目。我还记得，他出世时我正在新西兰南岛进行拍摄工作（毫无疑问，这是我人生中的一大遗憾），当我一返到香港赶往医院探望妻儿时，我第一时间便拿出相机替宝贝拍照。

宝贝第一日由医院返家，我已开始沿途为他拍照，我几乎把宝贝第一年的每一个阶段，每一个成就，都用相机纪录了下来，使我有足够的图片随时可以拿出来做一册育婴全集的插图。

后来，我办了《Baby亲子杂志》，我开始替其他宝贝拍摄封面，及内页的插图。

对于拍摄宝贝，我算是相当有实战经验的了，因此，其中也有不少朋友问我，究竟如何才能拍摄出好的宝贝照片，他们甚至把一些他们认为拍摄得不好的宝贝照片给我看，叫我给予意见。

事实上，不少父母在替宝贝拍摄时，由于并非摄影专家，很多基本的摄影技术都未能掌握。所以，拍摄效果才不尽人意。

笔者从事摄影教学，我认为，拍摄宝贝的生活照，你只需掌握一些基本的原则（本书会一一说明），以及拍摄时能全情投入，你一定可以拍摄出精彩的宝贝照片。

你完全毋须学任何的摄影技巧！

你完全毋须是摄影专家！

你完全毋须买昂贵相机！

只需学会本书介绍的基本技巧及原则，一部傻瓜机、或一部数码相机，你一定可以能够为宝贝留下精彩而难忘的影像。

这也是你给宝贝最佳的人生礼物之一

谨此鸣谢所有在本书中出现的可爱小model，有你们的义务拍摄，本书才得以顺利诞生。祝大家生活愉快，宝贝健康成长。



摄影杂志总编辑

伍振荣

MA in Journalism(Vis.Comm.)



# 目录

# CONTENTS

序：父母都可以是摄影专家 \_\_\_\_\_ 1

**选择器材** \_\_\_\_\_ 1

轻便数码相机 \_\_\_\_\_ 4

数码单镜头反光照相机 \_\_\_\_\_ 6

数码摄录机 \_\_\_\_\_ 8

照相手机 \_\_\_\_\_ 10

**操作入门** \_\_\_\_\_ 12

轻便数码相机 \_\_\_\_\_ 13

数码单镜头反光照相机 \_\_\_\_\_ 14

数码摄录机 \_\_\_\_\_ 15

拍摄器材以外 \_\_\_\_\_ 16

器材保养小贴士 \_\_\_\_\_ 19

拍摄姿势你要知 \_\_\_\_\_ 20

**器材设定** \_\_\_\_\_ 22

调整白平衡 \_\_\_\_\_ 23

设定ISO感光度 \_\_\_\_\_ 26

影像解像度如何选择 \_\_\_\_\_ 28

像素与相片尺寸关系 \_\_\_\_\_ 29

闪光模式选择 \_\_\_\_\_ 30







# CONTENTS 目录



如何删除与格式化 \_\_\_\_\_ 31

短片拍摄 \_\_\_\_\_ 32

## 简易攻略 \_\_\_\_\_ 34

禁忌1：宝贝比例太小 \_\_\_\_\_ 35

禁忌2：滥用闪光灯拍摄 \_\_\_\_\_ 36

禁忌3：表情呆板 \_\_\_\_\_ 37

禁忌4：背景太杂乱 \_\_\_\_\_ 38

攻略1：不要犹疑立即拍 \_\_\_\_\_ 39

攻略2：能多近就多近 \_\_\_\_\_ 40

攻略3：把闪光灯关掉 \_\_\_\_\_ 42

攻略4：大量拍摄勿犹豫 \_\_\_\_\_ 44

## 拍摄锦囊 \_\_\_\_\_ 46

配合天时地利 \_\_\_\_\_ 47

拍出真情流露 \_\_\_\_\_ 50

让宝宝自由发挥 \_\_\_\_\_ 52

宝贝性感一面 \_\_\_\_\_ 53

拍摄静态一刻 \_\_\_\_\_ 54

一起玩一起拍 \_\_\_\_\_ 55

可爱短片少不得 \_\_\_\_\_ 56

宴会来张大合影 \_\_\_\_\_ 57

自制宝贝主题相 \_\_\_\_\_ 58

拍摄准备要充足 \_\_\_\_\_ 59

背光拍摄要补光 \_\_\_\_\_ 60

# 目录

# CONTENTS

闪光灯改变效果	64
单纯背景更吸引	66
拍摄特写留纪念	68
眼神接触不可少	70
善用拍摄模式	72
捕捉百变表情	74
穿靓衫影靓相	76
小道具作用多	80
选择横画幅还是竖画幅	82
亲子游乐也融融	84
连环图加添动态	86
色彩变变变	88

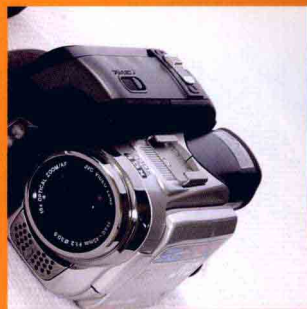
影像处理	90
下载相片有妙法	91
如何浏览影像	94
简易修相妙法	96
互联网分享影像	100
自己动手制作网上相簿	102
简易背景制作	104
家中打印宝贝照片	106
刻录光盘放靓影	108





# 选择器材

要将宝贝有趣的一举一动记录下来，一台可靠稳定的拍摄器材实在是不可缺少，但在选择器材时先要了解自己的需要，然后去选择合适的拍摄工具。由于市面上的拍摄器材款式功能不一，所以在选购前应以简单易用，及切合个人需要为大前提。









## 了解功能最重要

现在市场上可以让你为宝贝记录每个成长阶段的器材有很多，除了流行的数码相机（便携数码相机）、数码单镜头反光相机（数码单反）以外，数码手提摄录机（DV），以至具有摄影摄录功能的手机皆是理想的拍摄工具。

基本上用每一种相机都可以拍摄出精彩的宝贝照片，问题是你本身是否熟悉相机的操作。假如你已有一部可以用的数码相机，你大可以用它；但假如你打算买一部新的数码相机来拍摄你的宝贝，亦是一个不错的决定，以下是我们的意见。



### 小贴士

#### 购买相机前要做好准备

现在市场上流行的数码相机款式很多，而每种都各具特色，并没有一种特别好或特别坏，建议父母在选购时可以将相机拿上手试一试，看看是否适合自己。如果觉得太重、太轻、太小或太大就要考虑这个款式是否适合自己。试想如果拿得不舒服，又如何可以开开心心替宝贝拍摄呢？

▲ 相机如此多，  
先选哪款？



# 轻便数码相机

轻便数码相机 (Digital Camera) 的好处是即拍即看，影像是否理想一目了然。一般被称为便携数码相机的数码相机其实有很多种，既有简单的自动轻便相机；亦有功能齐全，可以提供多种设定的专业相机。前者只要对准宝贝按快门便可以拍摄，完全不用担心操作及控制；而后者提供较多的自选功能，拍摄时拥有较大的弹性。



## 功能多未必好

现在市场上流行的轻便数码相机一般由六百万像素至一千万像素不等，看买者自己的需要而定。而售价方面亦丰俭由人，价钱大约由一千元到七、八千元。我们建议一般父母采用八百万像素的机种，而价钱约2,000—4,000元之间，已足够应付拍摄宝贝的需要，就算是冲印成8英寸相片亦无问题。

由于市面上的轻便数码相机款式多不胜数，所以父母在选购时要清楚了解自己的拍摄需要，因为一部八百万像素的轻便数码相机也须花费二、三千元，所以若买错了既浪费金钱，同时亦未必适合自己使用，那就十分麻烦。

而父母在选择轻便数码相机时，除了要考虑价钱外，同时亦要考虑相机的功能是否符合自己的需要，不要抱着功能愈多愈好的心态，因为功能多的相机售价必然会较贵，所以买相机时最重要是选择够用的款式，而不是选择功能最多的款式。



## LCD功用大

为了方便日常拍摄表情多多的宝贝，建议父母可以考虑一些具备大液晶显示屏 (LCD) 的款式，因为这样在拍摄及观看相片时都会更为清晰方便，就算是很



▲为方便父母使用，不少便携数码相机都设有一按上传影像功能。

多人一起看相片也能够看得一清二楚。而市场上的轻便数码相机的LCD屏最大已达3英寸，最常见的则为2英寸至2.5英寸，大家可以在购买时对不同尺寸的LCD屏作出比较，看看在视觉上它们有多大的分别。

同时，有部分相机的LCD屏可以调校出不同的角度，这设计在高角度或低角度拍摄时尤为方便，父母不须爬高爬低也可轻易取景，要知道当宝贝懂得爬行及走路时，他们便会四处走来走去，要捕捉他们的每个动作都是十分困难的，所以若相机的LCD屏能作多角度的调校，那在拍摄时就更加方便，令日常拍摄变得更轻松。



▲市面上有部分便携数码相机的LCD屏可作多角度扭动，方便取景拍摄。

## 怎样挑选便携数码相机

### 优点

- 外观：即拍即看，成功与否一看即知。
- 体积：大部分便携数码相机可以比胶卷机小巧，方便携带。
- 方便：电子影像可以方便以Email传送，而且可以冲洗一般的3/4英寸照片。

### 缺点

- 反应：部分便携数码相机反应远不及胶卷机。
- 耗电：与胶卷相机比较便携数码相机耗电量大，拍摄中途电池耗尽就不可以再用。
- 价钱：最便宜的便携数码相机也远比拍摄功能相仿的传统机贵。
- 使用：要有一定的计算机知识。

### 建议

- 买八百万像素，2,000 — 3,000元左右的型号已够用。
- 由于用便携数码相机可以鼓励父母大量地随时拍摄，因此用便携数码相机拍宝贝不失为好的考虑。

### 选购要点

- 最少八百万像素以上。
- 考虑记忆卡、充电器的附加价钱。
- 具有一按上传功能及备有充电座的型号最适合一般父母。

### 小贴士

#### 像素8百万够印8英寸照片

不少朋友都有一种错觉，以为数码相机的像素越高，影像的质量就会越好，但其实影像质量的好与坏并非完全由像素去决定，因此在选购数码相机时，应以实用为主，没有必要追求高像素。在一般情况下，八百万像素的数码相机已足够日常使用，就算是冲印8英寸照片亦足够有余。



# 数码单镜头反光照相机



▲若要拍摄宝贝，入门级的数码单反已经够用

## 小贴士

### 防震功能不怕“糊”

为宝贝拍照其中一个难处就是宝贝走来走去坐不定，父母一方面要照顾宝贝，一方面又想为宝贝拍张漂亮照片，拍照时就难免会出现手震问题，使拍出来的照片模糊不清，效果不如人意。如果大家担心这个情况，不妨考虑选择一些具有防震功能的便携数码相机或数码单反，这样在拍摄时就更有保障，虽然不能一定拍到清晰锐利的影像，但至少较易拍摄到理想的影像。

除了小型的轻便数码相机以外，市面上亦有一些体积较大的数码单镜头反光相机（数码单反）。数码单反的特点是可以更换镜头，方便换上长镜头拍摄大特写，或换上广角镜头拍摄大场面。此外，数码单反有较佳反应，对掌握宝贝的瞬间表情变化较为有利。



## 够用最为重要

而现在的数码单镜头反光相机售价已逐渐下调，这一类入门相机价钱约从6,000元开始，部分已包括了一支标准的变焦镜头，已足够一般父母使用。至于一些8,000—9,000元的机种已有十分不错的表现，再贵一点的，已超出拍摄宝贝的需要。

相信不少父母在购买数码单反都会被一大堆镜头、闪光灯等配件而吓住，但其实这些只是额外的配件，如非必要其实可以不用购买，因为若相机只是用来为宝贝拍照，最基本的配置其实已经够用，至于那些长镜、闪光灯可说是进一步的选择。

▶使用数码单反的好处是可以配合各种不同的镜头及配件去创作更多不同的效果。





## 数码单反扩充性强

对于未曾使用过数码单反的朋友来说，数码单反好像是很难控制，其实一般入门级的数码单反皆是为初接触摄影的人士而设，所以在操控上均设计得十分平易近人，只要明白其操作原理，很快就能上手。如果你打算购买一部扩充性能较强的数码相机，数码单反可说是理想的选择。

虽然，现在不少高阶便携数码相机都有良好的扩充性能，如加装闪光灯或外接镜头，但论配件之多始终不及数码单反。而且就性能、反应来说，数码单反亦较便携数码相机优胜，所以若你对所拍摄的照片有很高的要求，同时不介意付出更高昂的价钱，那你大可考虑选购一部数码单反。



▲ 就算是最小型的数码单反(右)，体积也较便携数码相机大，便携性低了一点。

## 怎样挑选数码单反

### 优点

- **反应：**一按即拍，反应最佳。
- **准确：**取景器看到真正的影像。
- **灵活：**可以更换摄影镜头、加配件，扩充性强。

### 缺点

- **体积：**就算是最轻便的入门级数码单反也远比轻便相机大。
- **价钱：**由5,000元起(连镜头)。
- **难用：**入门级的数码单反操作简单，但不少使用过数码单反的父母表示数码单反“易学难用”！

### 建议

- 选较高级的7,000元左右的机种已足够长期应用。
- 选购时要考虑到机身以外的配件价格。

### 选购要点

- 不同牌子的入门级数码单反功能不同，购买前要了解清楚。
- 随机的镜头最好是有近摄能力(Close Up)的原厂变焦镜。

### 小贴士

#### 光学取景器

有别于一般的便携数码相机，数码单反一般都只可以利用机背的光学取景器去取景，而不能像便携数码相机般透过LCD屏去取景。不过，由于数码单反的取景器不是电子影像，所以从取景器中所见到的影像与实际拍摄出来的影像基本上是十分接近的。



▲ 数码单反都是采用取景器去取景，不像便携数码相机利用LCD屏去取景拍摄。



# 数码摄录机



▲除了DV录像带外，部分数码摄录机会采用DVD光盘贮存影像。

不少父母都喜欢将宝贝的一举一动全部记录下来，而数码摄录机则能够记录动态影像，宝贝的一颦一笑皆可获得保存。而市面上流行的数码摄录机主要使用DV录像带作贮存媒体；部分型号则采用DVD或内置硬盘，当接驳计算机传送影像，或刻录成光盘时就更为方便。



## 先了解自己需要

入门级的数码摄录机价钱约在3,000—6,000元之间，视规格而定，而现在大部分的数码摄录机皆同时设有摄影与摄录功能，但其摄影质量一般不及相同像素的数码相机。所以若你一心是为宝贝拍摄照片的话，我们建议你还是直接购买一部数码相机，当你想拍摄短片时，大可利用数码相机的摄录功能去拍摄。当然，大家亦要清楚数码相机所拍摄的短片质量同样亦不及DV好，所谓“针无两头利”。所以若大家对摄影及录相皆同样有要求的话，你最好是相机、摄录机各买一部。

另外，近年开始流行HDV高解像数码摄录格式，虽然器材的价格较贵，但所拍摄的影像有更好的质量。如果大家希望用最好的器材将宝贝的成长步伐记

▲功能简易的DV，有助初用者拍摄更顺利。



录下来，HDV摄录机也不失为理想的选择。



## 简单易用为主

在选购数码摄录机时，最重要的是要易用，否则一大堆的按钮加上繁复的步骤已经弄得你头昏脑胀，又如何可以为宝贝拍摄一辑可爱的片段呢？所以父母在选择DV机时，除了要留意影片的质量外，操作是否简易也是重要的考虑因素。

因此建议大家不要被那些不知名的功能扰乱，再多的功能若用不着也是没有用，而你需要的是一部简单易用，且具备一定质量的数码摄录机，这样已经能够应付你的拍摄需要，至于其他的功能只属辅助性质，未必有很大的工用。



▲全新的HDV制式可提供更高质量的影像，但售价相对亦较高。

## 怎样挑选DV

### 优点

- **拍片：**可以记录宝贝的动态影像，质量较便携数码相机高。
- **灵活：**大部分的摄录机都同时具有摄影功能，一物二用。
- **特色：**可利用剪接，或其它特技制造不同的效果。
- **变焦：**大部分的摄录机都具有高倍数的光学变焦镜头。

### 缺点

- **体积：**一般DV体积较便携数码相机大及重。
- **容量：**一般DV录像带每卷只可拍摄约60分钟的影像。
- **难用：**在后期处理如刻录到光盘时须花上一定的功夫。
- **使用：**如要刻录DVD最好有一定的计算机知识。

### 建议

- 注重实际的摄录菜单，不要贪求太多不必要的功能。
- 采用DVD贮存的数码摄录机能简化影片的刻录工作。

### 选购要点

- 可以选购拥有摄影及录相两种功能的数码摄录机。
- 摄录机最好能支持DVI以外的记忆媒体，如记忆卡等。

### 小贴士

#### 不要频繁变焦

不少人利用摄录机拍摄时都喜欢将镜头拉来拉去，虽然可以做到大特写，及拍摄大环境的画面，但画面经常远近交错，容易令人看到眼花。所以，大家在拍摄时，每次适宜选取一至两个画面拍摄，不要频繁变焦，这样看上去会较为舒服。

### 小贴士

#### DV代替便携数码相机？

相信有部分父母都会想到，既然DV都具有摄影功能，那是否可以一物二用，将DV代替便携数码相机呢？其实这完全看你对影像质量的要求，因为现在流行的DV一般都只可拍摄到300万像素的影像，如果是用来冲印3英寸、4英寸相片还算够用，但若想冲印大尺寸的相片，可能就不能满足大家的要求了。所以使用DV拍摄相片其实是为了方便大家，若你会经常帮宝贝拍照，建议还是多购一部数码相机。

# 照相手机

▲照相手机虽然像素不高，但方便大家随时随地拍摄。



## 小贴士

### CCD质量较好

现在市面上流行的照相手机，有部分是采用CCD作为感光元件，若与其它采用CMOS的照相手机相比，利用CCD所拍摄的影像质量会较为出色，在画质清晰度及色彩表现上皆有一定的区别。所以大家若有意选购一部照相手机经常为宝贝拍照的话，应选购采用CCD作感光组件的产品。

除了数码相机、摄录机等器材外，近年来连带相机的电话亦加入了摄影、摄录的功能，这类带相机的电话一般具有100万至300万像素的镜头，当然价格亦会随电话的功能多寡而有所不同。



## 随身携带够方便

一般具摄影摄录功能的照相手机，由于机能不及一般的数码相机，所以拍摄时需要特别留意握持手机的方法。最好就是双手拿着电话拍摄，一只手按快门按钮，一只手扶稳机身，这样拍摄出来的照片才有清晰的保障；否则拍摄出来的照片很大可能是模糊的，令可观性大大减低。

使用照相手机拍摄的好处是可以随身携带，而拍摄后的照片可以贮存在手机内，随时随地拿出来与周围的亲戚朋友分享宝贝有趣的影像。当然，如果你愿意的话更可以将影像传送给身在远方的朋友，让他们与你一同分享当中的喜悦。

▲单手拿手机拍摄时要注意是否稳定，以免影像变得模糊。

