

摄影
宝典

佳能 70D

数码单反摄影

从入门到精通

全面破译 70D 摄影密码

中国摄影家协会副主席 罗更前
佳能官方杂志《佳能园地》主编 乔小兵
北京摄影家协会副主席 李英杰
著名摄影家 李少白
蜂鸟网资深版主 苏杭
色影无忌资深版主 丽人行

倾力 推荐

神龙摄影 编著

赠



大型DVD
视频教学光盘

- + 独家讲授佳能70D相机全功能设置视频
- + 成像模拟：体验不同镜头、焦距、光圈对成像的影响
- + 十大经典拍摄技法实拍视频
- + 提高照片清晰度的秘诀视频
- + 镜头与闪光灯应用技巧视频
- + 专题实拍视频详解拍摄技法
- + 116集完美后期技能视频
- + 100个不可不知的摄影技巧电子书

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

数码单反摄影从入门到精通

神龙摄影 编著

佳能 70D

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

佳能70D数码单反摄影从入门到精通 / 神龙摄影编著

— 北京：人民邮电出版社，2014.2（2014.7重印）

ISBN 978-7-115-34156-3

I. ①佳… II. ①神… III. ①数字照相机—单镜头反
光照相机—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第311086号

内 容 提 要

摄影是指使用某种专门设备进行影像记录的过程，是一门随着传统摄影技术的形成和发展而产生的一门综合性的艺术形式。摄影记录下了时代的变迁，留下了摄影人对社会对生活对大自然的理解。摄影的学习需要对基本操作勤学苦练，需要通过各种手法来传达创作思想。从拿到相机只会按快门开始，到拍出众人称赞的好照片，需要拍摄者熟练地掌握技术，以及对拍摄内容有清晰的认知与解析。这固然不易，但非遥不可及，多看、多学、多思考、多练习，精彩照片一定会在你的手中诞生。本书从佳能 70D 相机设置、基本操作、拍摄技法，到各种主题拍摄、后期处理等方面，由浅入深、循序渐进地介绍了摄影知识和创作理念，并通过大量的实例，详细讲解丰富、有效的实拍技法，告诉读者如何实现拍摄意图，逐步形成属于自己的独特风格。我们相信，只要你读完本书并勤加练习，你的摄影水平将会迅速提高，并跨入艺术创作之门。

本书适合对数码摄影感兴趣，特别是已购买或者计划购买佳能 70D 的读者阅读。



-
- ◆ 编 著 神龙摄影
责任编辑 马雪伶
责任印制 王 玮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：787×1092 1/16
印张：25
字数：610 千字 2014 年 2 月第 1 版
印数：6 001—8 000 册 2014 年 7 月北京第 3 次印刷
-


定价：99.00 元

附 1 张 DVD+1 本镜头手册+1 本摆姿手册

读者服务热线：(010) 81055410 印装质量热线：(010) 81055316

反盗版热线：(010) 81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第 0021 号

The background of the page is a landscape photograph. The upper portion shows a vast sky filled with soft, white, and light blue clouds, suggesting a bright but slightly overcast day. Below the horizon line, the foreground is dark and mostly obscured by shadow, with some faint, rocky or uneven terrain visible. The overall mood is serene and atmospheric.

Preface

前言

摄影，不仅仅是一门技术，更是一门艺术。在数码相机普及的今天，很多朋友都用数码相机来表达自己的感知和对生活的感悟。但是，数码摄影绝不仅仅是知道光圈、快门速度、感光度等术语就可以掌握的，摄影者不但需要掌握一定的摄影基础理论，熟悉手中的相机，协调好光圈与快门速度，选择恰当的测光模式、对焦方式等，而且需要从美学、艺术表现等方面提高对摄影的认识水平，使自己的摄影功力更上一层楼。

本书分为入门篇、进阶篇、拍摄经验篇、镜头与配件篇、创作理念篇、实拍精技篇和后期处理篇7大部分。全书首先讲解佳能70D数码单反相机的特点和摄影基础理论，摄影者在熟悉了相机的功能后，才能在摄影过程中更加懂得如何去灵活利用。接着介绍了摄影师的拍摄经验，让摄影者快速掌握拍摄出精美作品的秘诀，在最短时间内，学会拍摄出高质量的图像。紧接着解析相机镜头的特点以及各种附件的使用，以进一步帮助摄影者学会通过选择器材来提高拍摄画面的质量。然后诠释在摄影创作中构图、用光和色彩的重要作用，让摄影者知道在拍摄过程中，应如何对主题进行表达。接下来介绍各种题材的实拍技巧，对不同的主题进行详细讲解，让摄影者了解更多的摄影创作技巧。最后通过对后期处理的讲解，让摄影者掌握常用的照片后期处理技巧，帮助摄影者获得更高质量的作品。期待这本书能够对摄影爱好者有所帮助，并为所有读者带来美好的视觉体验。

在本书撰写过程中，得到了很多著名摄影家、资深摄影师的大力支持。其中包括摄影家李许林、郝有林、邹本义、徐滔、李伟光、徐忠东、张宇宁、姜振才、于会武、郭永新、任兵、肖水莲、孔迪克、孙旭东，摄影师郭锐、朱玲、周文彦、孙连三、丑兄、李静馨、商志利、孙壮、于伯阁、赵秋明等。正因为有众多摄影师提供丰富多彩的优秀作品，才使得本书的图片更加精彩，在此向他们表示致敬和感谢。

本书由马兴才编著，参与编写工作的还有钟伟明、史玲云等。本书内容反复修改、力求严谨，但仍可能存在诸多不足之处，恳请读者批评指正。

目录

入门篇

CHAPTER 1

走进佳能 70D

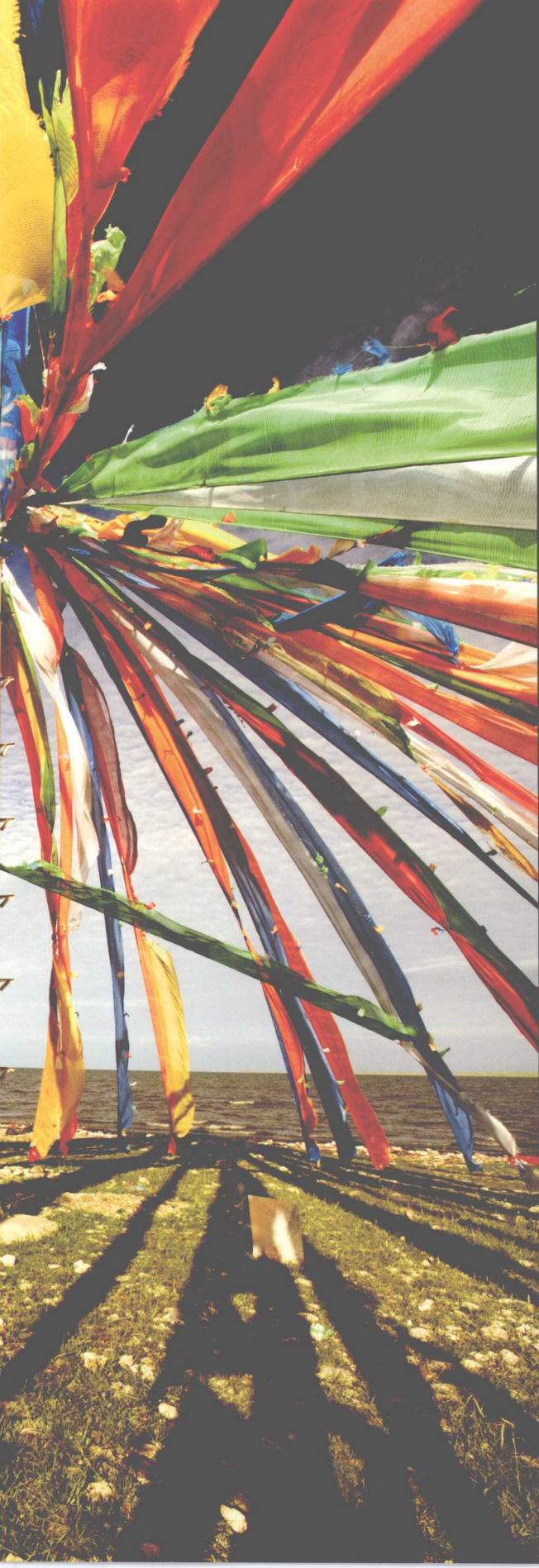
- 1.1 佳能 EOS 70D单反相机 / 2
- 1.2 相机的正面 / 5
- 1.3 相机的背面 / 7
- 1.4 相机的侧面 / 9
- 1.5 相机的顶部 / 11
- 1.6 相机的底部 / 13
- 1.7 模式转盘 / 13
- 1.8 取景器显示 / 15
- 1.9 液晶监视器拍摄信息显示 / 16
- 1.10 液晶显示屏 / 17

快速设置

- 2.1 安装电池 / 20
- 2.2 显示电池信息 / 20
- 2.3 插入存储卡, 进行格式化 / 21
- 2.4 调整液晶屏的亮度 / 21
- 2.5 设置照片画质 / 22
- 2.6 设置色彩空间 / 23
- 2.7 设置高光警告 / 24
- 2.8 显示柱状图 / 24

- 2.9 设置自动亮度优化 / 25
- 2.10 镜头周边光量校正/色差校正 / 25
- 2.11 设置照片风格 / 26
- 2.12 RAW图像处理 / 27
- 2.13 设定高光色调优先 / 28
- 2.14 设定HDR模式 / 29
- 2.15 多重曝光 / 30
- 2.16 设定评分 / 31
- 2.17 选择创意滤镜 / 32
- 2.18 启用实时显示拍摄 / 34
 - 2.18.1 启用实时显示拍摄 / 34
 - 2.18.2 启用连续自动对焦 / 34
 - 2.18.3 选择自动对焦方式 / 35
 - 2.18.4 手动对焦 / 36
 - 2.18.5 设计长宽比 / 37
 - 2.18.6 启用触摸快门 / 38
- 2.19 设置短片拍摄 / 38
 - 2.19.1 设置镜头对焦模式 / 38
 - 2.19.2 设置拍摄模式 / 39
 - 2.19.3 自动对焦方式的选择 / 39
 - 2.19.4 开启伺服自动对焦 / 39
 - 2.19.5 选择记录尺寸 / 40
 - 2.19.6 设置录音 / 40
- 2.20 开启并使用Wi-Fi / 41
 - 2.20.1 注册昵称 / 42
 - 2.20.2 连接智能手机 / 42
- 2.21 清洁图像感应器 / 44
 - 2.21.1 自动清洁感应器 / 44
 - 2.21.2 立即清洁感应器 / 44
 - 2.21.3 手动清洁感应器 / 45
- 2.22 我的菜单设置 / 45





拍出我的第一张好照片

- 3.1 掌握正确的拍摄姿势 / 48
- 3.2 灵活运用可旋转触控液晶监视器 / 49
- 3.3 用场景智能自动模式进行拍摄 / 51
- 3.4 用触摸屏查看照片 / 52
- 3.5 用场景智能自动模式也能拍出好的人像照片 / 53
- 3.6 用场景智能自动模式也能拍出好的风光照片 / 54
- 3.7 用场景智能自动模式也能拍出好的运动照片 / 55

进阶篇

CHAPTER 4

曝光

- 4.1 什么是曝光 / 58
- 4.2 影响曝光的因素 / 58
- 4.3 什么是正确曝光 / 59
 - 4.3.1 高光溢出 / 60
 - 4.3.2 暗部缺失 / 60
- 4.4 不同的曝光及效果对比图 / 61
 - 4.4.1 曝光过度 / 61
 - 4.4.2 曝光正常 / 61
 - 4.4.3 曝光不足 / 61
- 4.5 曝光组合 / 62
 - 4.5.1 什么是曝光组合 / 62
 - 4.5.2 选择曝光组合 / 63
- 4.6 曝光锁定 / 64

CHAPTER 5

曝光模式

- 5.1 什么是曝光模式 / 66
- 5.2 手动曝光(M) / 66
- 5.3 光圈优先自动曝光(Av) / 67
- 5.4 快门优先自动曝光(Tv) / 68
- 5.5 程序自动曝光(P) / 69
- 5.6 场景智能自动 / 70
- 5.7 闪光灯关闭 / 71

- 5.8 创意自动 / 72
- 5.9 特殊场景(SCN) / 72

- 5.9.1 人像 / 72
- 5.9.2 风光 / 73
- 5.9.3 微距 / 74
- 5.9.4 运动 / 74
- 5.9.5 夜景人像 / 75
- 5.9.6 手持夜景 / 75
- 5.9.7 HDR逆光控制 / 76

5.10 自定义曝光模式(C) / 77

5.11 B门曝光(B) / 78

CHAPTER 6

曝光补偿

- 6.1 什么是曝光补偿 / 80
- 6.2 不同的曝光补偿效果对比图 / 80
- 6.3 曝光补偿的应用 / 80
 - 6.3.1 白加黑减 / 80
 - 6.3.2 实例应用 / 82
- 6.4 如何在相机上设置曝光补偿 / 83
- 6.5 查看直方图 / 83
- 6.6 闪光曝光补偿 / 84

CHAPTER 7

包围曝光

- 7.1 什么是自动包围曝光 / 86
 - 7.1.1 自动包围曝光效果对比图 / 86
 - 7.1.2 自动包围曝光的设置方法 / 86
- 7.2 什么是白平衡包围曝光 / 87



7.2.1 白平衡包围曝光效果对比图 / 87

7.2.2 白平衡包围曝光的设置方法 / 87

CHAPTER 8

光圈

8.1 什么是光圈 / 90

8.2 光圈的作用 / 90

8.2.1 控制曝光量 / 90

8.2.2 控制景深 / 91

8.2.3 控制像质 / 92

8.3 如何在相机上设置光圈 / 92

8.4 什么是最佳光圈 / 92

8.5 什么时候采用大光圈 / 94

8.5.1 如此喧哗，你依然甜美出众 / 94

8.5.2 极速瞬间，张扬魅力 / 95

8.6 中等光圈的应用 / 95

8.7 小光圈的应用 / 96

8.7.1 群山深处有人家 / 96

8.7.2 华灯点亮海滨夏夜 / 96

CHAPTER 9

快门速度

9.1 什么是快门速度 / 98

9.2 快门的作用 / 98

9.2.1 控制曝光量 / 98

9.2.2 高速快门的运用效果 / 99

9.2.3 慢速快门的运用效果 / 99

9.3 不同的快门速度效果对比图 / 100

9.4 如何在相机上设置快门速度 / 100

9.5 什么时候使用慢速快门 / 101

9.5.1 匹练垂滑，飘渺似雾 / 101

9.5.2 流光溢彩，点缀城市繁华 / 101

9.5.3 烟花映衬寂静的夜空 / 102

9.6 什么时候使用高速快门 / 102

9.6.1 起程，向往的白云之巅 / 102

9.6.2 只为在人群中多看你一眼 / 103

9.7 高速连拍 / 103

9.8 如何在相机上设置高速连拍 / 104

9.9 什么是安全快门 / 104

9.10 闪光(快门)同步速度 / 105

CHAPTER 10

感光度

10.1 什么是感光度 / 108

10.2 提高感光度可提高快门速度 / 108

10.3 不同感光度照片画质对比图 / 109

10.4 如何设置感光度 / 110

10.4.1 快速设置感光度 / 110

10.4.2 设置感光度范围 / 110

10.4.3 设置自动ISO范围 / 110

10.5 低感光度的应用 / 111

10.5.1 阳光里的微笑，颜如舜华 / 111

10.5.2 雨中的情绪，氤氲凄凄 / 112

10.5.3 群山巍峨，云雾缭绕 / 112

10.6 高感光度的应用 / 113

10.6.1 万里沙鸥弄夕阳 / 113

10.6.2 滨海夏夜，形容曲尽 / 113



CHAPTER 11

焦距

- 11.1 什么是焦距 / 116
- 11.2 不同焦距效果对比图 / 116
 - 11.2.1 焦距不同带来画面视角的差异 / 116
 - 11.2.2 焦距不同带来画面纵深感的差异 / 117
- 11.3 如何调整不同的焦距 / 118
- 11.4 中短焦适合拍摄风光 / 118
- 11.5 中长焦适合拍摄人像 / 119
- 11.6 长焦适合拍摄鸟类 / 119

CHAPTER 12

对焦

- 12.1 什么是对焦 / 122
- 12.2 不同对焦点效果对比图 / 122
- 12.3 70D的自动对焦系统 / 123
 - 12.3.1 中央八向双十字、全19点十字型自动对焦感应器 / 123
 - 12.3.2 如何在相机上选择对焦点 / 123
 - 12.3.3 横向或纵向持机拍摄时可分别记忆自动对焦点 / 124
 - 12.3.4 70D的3种自动对焦区域选择模式 / 125
- 12.4 不同场景下如何选择对焦点 / 126
- 12.5 自动对焦模式及变更方法 / 130
 - 12.5.1 自动对焦模式 / 130
 - 12.5.2 自动对焦模式的变更方法 / 132
 - 12.5.3 提高自动对焦的准确度和性能 / 132





CHAPTER 13

白平衡

- 13.1 什么是白平衡 / 134
- 13.2 不同的白平衡效果对比图 / 134
- 13.3 如何在相机上设置白平衡模式 / 135
- 13.4 自动白平衡适合日常的拍摄 / 136
- 13.5 如何在相机上设置色温值 / 137
- 13.6 用不同的色温拍摄出冷暖色的照片 / 137
- 13.7 如何在相机上设置自定义白平衡 / 138

CHAPTER 14

测光模式

- 14.1 什么是测光 / 140
- 14.2 不同的测光模式效果对比图 / 140
- 14.3 如何在相机上设置不同的测光模式 / 140
- 14.4 70D的测光模式 / 141
 - 14.4.1  评价测光 / 141
 - 14.4.2  局部测光 / 141
 - 14.4.3  点测光 / 142
 - 14.4.4  中央重点平均测光 / 143

拍摄经验篇

CHAPTER 15

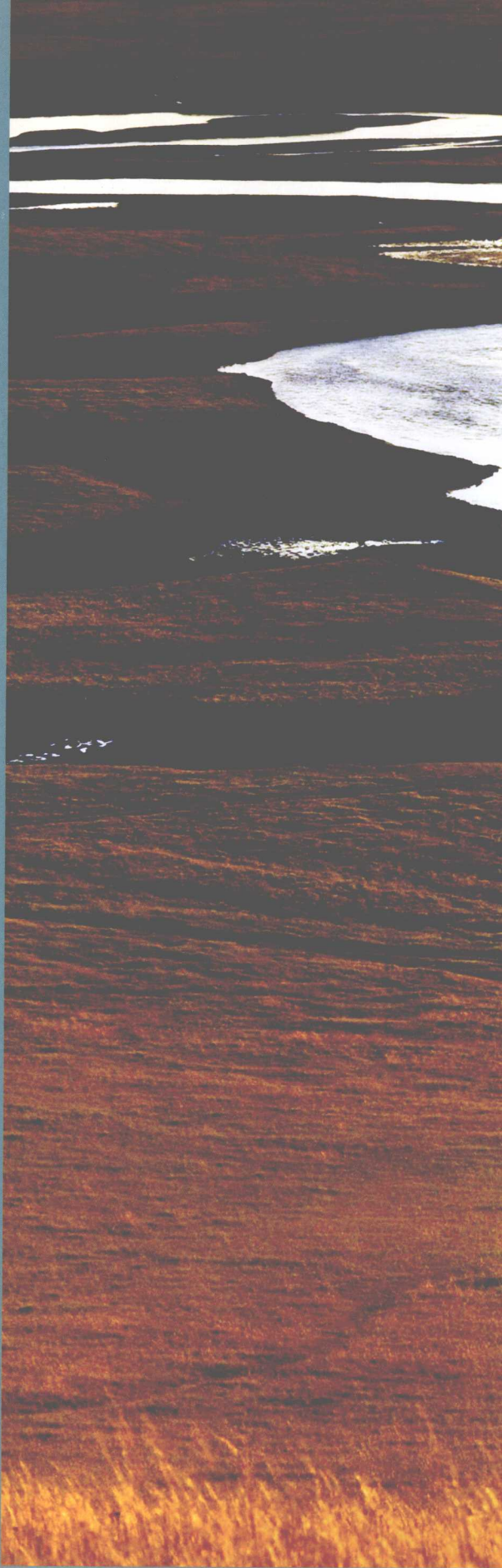
高手拍摄经验

15.1 人像 / 146

- 15.1.1 高手如何设置拍摄模式 / 146
- 15.1.2 高手如何设置ISO感光度 / 147
- 15.1.3 高手如何设置白平衡 / 148
- 15.1.4 高手一般选择哪种测光方式？测光点放在哪里好 / 148
- 15.1.5 高手如何选择对焦点 / 150
- 15.1.6 初学者如何避免人像照片不锐，总是跑焦 / 150
- 15.1.7 拍摄高级人像照片还需要对相机进行哪些设置 / 152
- 15.1.8 拍摄过程中的跑焦问题 / 152
- 15.1.9 高手如何拍摄夜景人像 / 154
- 15.1.10 高手如何拍出梦幻薄雾般的“冲光”效果 / 157

15.2 风光 / 159

- 15.2.1 高手如何调整光圈和对焦距离使得拍出的照片前后都很清晰 / 159
- 15.2.2 高手如何解决天空亮、景物暗的曝光差异 / 162
- 15.2.3 高手如何拍出星芒效果 / 163





镜头与配件篇

CHAPTER 16

卓越的EF镜头

16.1 镜头的基本知识与解析 / 166

16.1.1 佳能镜头常见名词解释 / 166

16.1.2 变焦镜头与定焦镜头的区别 / 168

16.2 初学者可选镜头 / 169

16.2.1 EF-S 18-135mm f/3.5-5.6 IS (适合旅游休闲和人像拍摄的便携套头) / 169

16.2.2 EF-S 18-200mm f/3.5-5.6 IS (适合旅行中进行风光、纪实摄影的套头镜头) / 170

16.2.3 EF-S 10-22mm f/3.5-4.5 USM (适合大胆构图必备的广角变焦镜头) / 171

16.2.4 EF 50mm f/1.4L USM (标准定焦镜头) / 172

16.3 可搭配的高等级镜头 / 173

16.3.1 大三元之一: EF 16-35mm f/2.8L II USM(顶级广角变焦镜头) / 173

16.3.2 大三元之二: EF 24-70mm f/2.8L II USM(顶级标准变焦镜头) / 174

16.3.3 大三元之三: EF 70-200mm f/2.8L IS II USM (顶级中长焦变焦镜头) / 175

16.3.4 小三元之一: EF 17-40mm f/4L USM (经济型L级广角变焦镜头) / 176

16.3.5 小三元之二: EF 24-105mm f/4L IS USM (经济型标准变焦镜头) / 177

16.3.6 小三元之三: EF 70-200mm f/4L IS USM (轻量级中长焦变焦镜头) / 178

16.3.7 EF 50mm f/1.2L USM (顶级标准定焦镜头) / 179

16.3.8 EF 85mm f/1.2L II USM (顶级人像镜头) / 180

16.3.9 EF 100mm f/2.8L IS USM (专业微距镜头) / 181

16.4 焦距范围 / 182

16.4.1 风光摄影镜头焦距的选择 / 182

16.4.2 人像摄影镜头焦距的选择 / 183

16.4.3 微距镜头焦距的选择 / 183

CHAPTER 17

相机配件

17.1 摄影包 / 186

17.1.1 购买摄影包应注意摄影包的哪些性能 / 186

17.1.2 为70D选择合适的摄影包 / 187

17.2 三脚架和云台 / 188

17.2.1 为70D选择合适的三脚架 / 188

17.2.2 云台 / 189

17.3 独脚架 / 190

17.4 存储卡 / 191

17.5 大容量锂电池 / 192

17.6 闪光灯 / 192

17.6.1 外接闪光灯的选择 / 193

17.6.2 闪光灯附件 / 195

17.7 镜头配件 / 195

17.7.1 增距镜 / 195

17.7.2 近摄接圈 / 195

17.7.3 滤光镜 / 196

17.7.4 遮光罩 / 197

17.8 反光板 / 198



17.9 快门线 / 198

17.10 电池盒兼手柄 / 198

17.11 清洁工具 / 198

17.11.1 气吹 / 199

17.11.2 镜头纸 / 199

17.11.3 镜头笔 / 199

17.11.4 镜头清洁液 / 199

创作理念篇

CHAPTER 18

常见的构图技巧

18.1 什么是构图 / 202

18.2 摄影构图的元素 / 202

18.2.1 主体的确定 / 202

18.2.2 陪体的选择 / 204

18.2.3 以环境烘托主体 / 205

18.2.4 留白：创造画面的意境 / 207

18.3 画幅 / 209

18.3.1 横画幅 / 209

18.3.2 竖画幅 / 210

18.4 不同拍摄角度的特点 / 210

18.4.1 俯视 / 210

18.4.2 平视 / 211

18.4.3 仰视 / 212

18.5 常用的几种构图方法 / 212

18.5.1 黄金分割线三分法构图 / 212

18.5.2 三角形构图 / 214

18.5.3 S形构图 / 215

18.5.4 对角线构图 / 217

18.5.5 框架式构图 / 218

CHAPTER 19

摄影色彩的配置与应用

19.1 摄影色彩的构成 / 222

19.1.1 色彩构成的概念 / 222

19.1.2 色彩三要素 / 222

19.2 摄影色彩的应用 / 223

19.2.1 黑色系 / 223

19.2.2 白色系 / 224

19.2.3 红色系 / 225

19.2.4 绿色系 / 225

19.2.5 蓝色系 / 226

19.2.6 黄色系 / 226

19.2.7 紫色系 / 227

19.3 色调 / 227

19.3.1 相邻色调 / 227

19.3.2 对比色调 / 228

19.3.3 暖色调 / 229

19.3.4 冷色调 / 229

CHAPTER 20

摄影用光技术

20.1 光质 / 232

20.1.1 直射光 / 232

20.1.2 散射光 / 233

20.1.3 反射光 / 233

20.2 光线的方向及其运用 / 234

20.2.1 顺光 / 234

20.2.2 侧光 / 234

20.2.3 斜侧光 / 235

20.2.4 逆光 / 236

20.2.5 侧逆光 / 237

20.2.6 顶光 / 238



20.3 影调 / 239

20.3.1 高调 / 239

20.3.2 低调 / 240

20.3.3 中间调 / 240

20.4 影调的反差 / 241

20.4.1 柔调 / 241

20.4.2 硬调 / 241

实拍精技篇

CHAPTER 21

外景人像摄影

21.1 通用拍摄技法 / 244

21.1.1 器材的选择和准备 / 244

21.1.2 选择外景拍摄的时间、地点 / 245

21.1.3 与模特建立积极的互动关系 / 246

21.1.4 注意人像摄影中的拍摄角度 / 247

21.1.5 人像摄影中的构图 / 250

21.2 怎样拍好外景情侣 / 251

21.3 怎样拍摄逆光人像 / 255

21.4 怎样拍好人像特写 / 257

21.5 怎样拍摄白色婚纱 / 259

21.6 怎样拍摄高贵典雅的旗袍美女 / 262

21.7 怎样拍摄夜景人像 / 265

21.8 怎样拍摄人像剪影 / 268

CHAPTER 22

室内人像摄影

22.1 通用技法 / 272

22.1.1 选择合适的拍摄位置 / 272

22.1.2 室内光线的运用 / 272

22.1.3 使用外接闪光灯 / 273

22.1.4 利用环境光 / 274

22.1.5 合理的构图、道具 / 274

22.2 怎样拍摄深色背景下的女孩 / 276

22.3 怎样拍摄闺蜜照 / 278

22.4 怎样拍摄性感的私房写真 / 280

22.5 怎样在酒吧、咖啡馆等环境拍摄人像 / 282

22.6 怎样拍摄浴室美女 / 285

22.7 怎样拍摄车展上的美女模特 / 288

22.8 怎样拍摄台球美女 / 292

22.9 怎样在图书馆内拍摄情侣写真 / 294

CHAPTER 23

老年人、儿童摄影

23.1 老年人拍摄技法 / 298

23.1.1 拍出老年人的神态特征 / 298

23.1.2 环境的利用 / 298

23.1.3 光线的运用 / 299

23.1.4 拍摄角度 / 299

23.1.5 表现老人的生活 / 300

