

实拍示例深度解析如何定制更高效的**个性化相机设置**
全面指导**风光、人像等**人气主题摄影具体实战技巧
轻松成为**套机镜头混搭达人**，建立超高性价比的摄影系统
不一样的经验值，专业媒体人全新阐释不可小看的**配件进化**
多重模式随意转换，告诉你如何拍摄出**有质感的好照片**
简单营造电影感，教会你制作**完美高清短片**的终极诀窍



Nikon

D7000

数码单反

尼康数码
课堂主讲
资深业界媒体人
倾力编著
★★★★★

韩俊 编著

摄影完全攻略

摄影技术全线升级!!

缔造Nikon

画质影像世界!!

玩转相机设置个性定制 曝光模
直击摄影实战核心技法 各种环
解码镜头配件精锐组合 3组套机镜头与其他多款镜头的高性价比配搭 经典配件具体产品完全指南

偿 感光度 动态D-lighting 优化校准
高清短片的制作 无线闪光的综合运用



科学出版社

Nikon D7000

数码单反

韩俊 编著

摄影完全攻略



科学出版社

北京

内 容 简 介

本书为指导广大数码摄影爱好者掌握 Nikon D7000 数码单反相机使用技巧的专业实战书籍。全书分为基础篇、实战篇、配置篇。基础篇,站在初学者的角度,深度挖掘 Nikon D7000 的核心潜力,使玩家在短时间内即可对相机的性能了如指掌;实战篇,结合 Nikon D7000 的功能和特点,针对常见拍摄环境及人气拍摄题材,一网打尽 Nikon D7000 在实际运用中的各种技巧,进一步拓展拍摄领域,开启创意空间,令玩家一机在手,掌控全局;配置篇,专业媒体人集结多年器材评测经验,针对 Nikon D7000 用户的不同需求,量身打造完美配置方案,具体产品悉数在列,为玩家提供更具指导性的真知灼见。

本书内容详尽实用,图片华丽精美,讲解深入浅出,非常适合广大数码摄影爱好者参考学习。

需要本书或技术支持的读者,请与北京清河 6 号信箱(邮编:100085)发行部联系,电话:010-62978181(总机)转发行部、010-82702675(邮购),传真:010-82702698, E-mail: tbd@bhp.com.cn。

图书在版编目(CIP)数据

Nikon D7000 数码单反摄影完全攻略/韩俊编著. —北京:
科学出版社, 2011.9
ISBN 978-7-03-030806-1

I. ①N... II. ①韩... 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(2011)第 067445 号

责任编辑: 李小楠 / 责任校对: 刘 伟
责任印刷: 博 图 / 封面设计: 深度文化

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号
邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京博图彩色印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011 年 9 月第 1 版
2011 年 9 月第 1 次印刷
印数: 1-4 000 册

开本: 787mm×1092mm 1/16
印张: 12
字数: 281 千字

定价: 49.00 元

Preface

前言



韩俊

中国尼康公司客户事业推进部客户服务部

中国尼康公司影像天地 主管

尼康数码课堂 主讲

由于职务的关系，我会接触到许多摄影类图书及刊物，也会经常和一些摄影爱好者面对面地沟通。在这一系列交流中，我发现目前市场上的部分相机单品手册往往有几大遗憾。

一是，某些作者对产品并不熟悉。例如我们的Nikon D7000，在高清摄像上相对Nikon D300等进步十分显著，不但具备1080P/24fps的表现力，还极大地减少了画面的拖尾和滚动变形；在连拍上我们也能清楚地看到14bit和12bit的区别。如果作者不弄清这些，读者也就无从真正了解自己的相机。

二是，内容和说明书重合或实用性不强。这一点在部分单品手册中很明显，如此一来显然不能帮助读者真正提高拍摄水平。

三是，作者对产品的扩展性能不是很了解。虽然介绍了部分镜头，但对其性能并不熟悉，而在介绍其他配件时则更是少而马虎，难以满足读者建立摄影系统的需要。

有了以上感受，在编著本书时，我们自然希望结构更为实用和全面，以便读者更快、更好地利用Nikon D7000拍摄出优秀的作品。

根据我一个朋友的建议，本书分为了基础、实战、配置几部分。

基础篇，我们主要站在初学者的角度，将Nikon D7000与其他产品对比起来进行功能介绍，以便读者弄清楚自己手中相机的特性，并尽量挖掘其潜力，然后将Nikon D7000的菜单展开介绍，直接指导大家平时的相机设置。

实战篇，结合Nikon D7000的功能和特点，以各种拍摄场景的实际运用为中心，告诉大家如何设置和如何拍摄，以便读者少走弯路，迅速掌握相机，成为它的主人。

配置篇，是根据一位老友的推荐讲解的。他拥有多年的媒体经验，各家器材都很精通，针对相机用户的不同需求，为读者量身打造了包括镜头、闪光灯、摄影包、三脚架等器材的购买要点和具体产品推荐在内的配置建议。虽然这些配置不一定适合所有人，但相信读者一定可以在阅读本书的内容之后举一反三！

最后我要在此感谢黄幸、李纲、宫秀瑾、陈蓉、严长安、李国强、李明昕、刘启壮、张云龙、秦亚红、宫丽楠、张继东、徐昌英、王清江、杨龙胜、岳莉、张玲、吕建斌等在本书编写中的大力支持。正是有了你们的支持，本书才得以顺利诞生！

韩俊



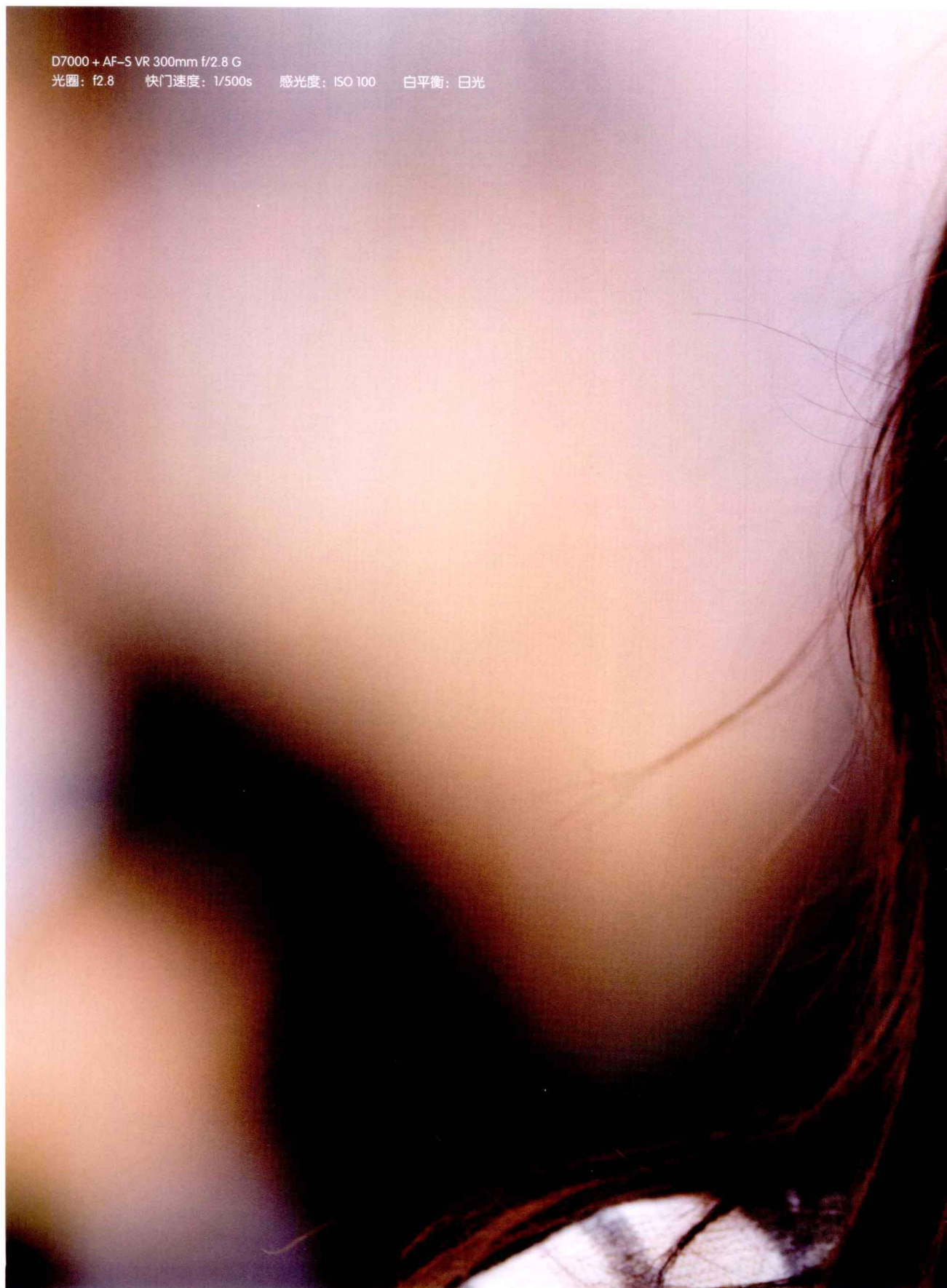


D7000 + AF-S DX 12-24mm f/4G IF-ED

光圈: f10 快门速度: 1/400s 感光度: ISO 100 白平衡: 日光

D7000 + AF-S VR 300mm f/2.8 G

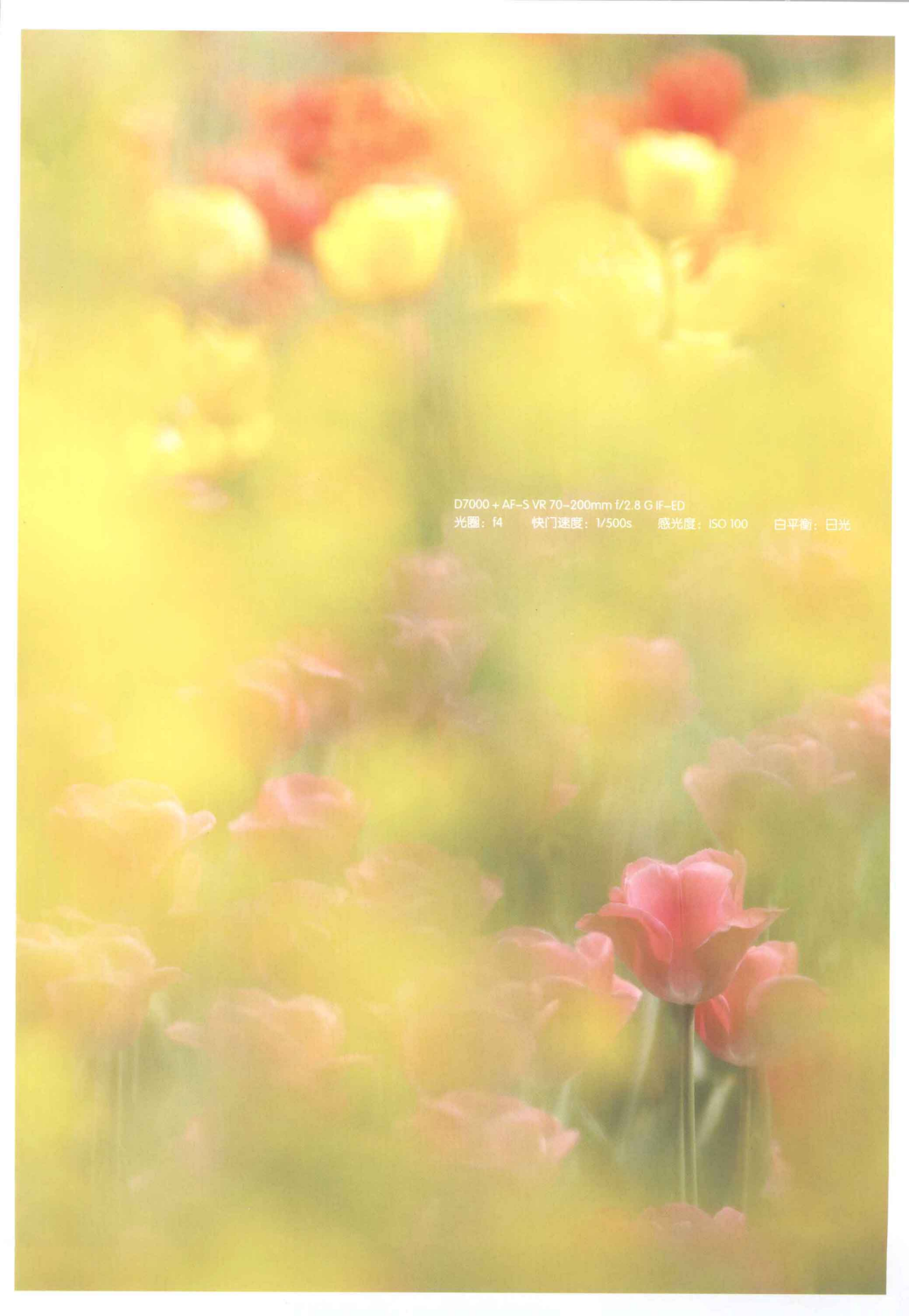
光圈: f2.8 快门速度: 1/500s 感光度: ISO 100 白平衡: 日光







D7000 + AF-S VR 70-200mm f/2.8 G IF-ED
光圈: f4 快门速度: 1/500s 感光度: ISO 400 白平衡: 日光

A photograph of a field of tulips. The tulips are in various shades of yellow, orange, and pink. The background is heavily blurred, creating a bokeh effect. In the lower right foreground, a single pink tulip is in sharper focus than the others. Overlaid on the right side of the image is technical camera data in white text.

D7000 + AF-S VR 70-200mm f/2.8 G IF-ED

光圈: f4 快门速度: 1/500s 感光度: ISO 100 白平衡: 日光

Contents

目 录

D7000 + AF-S VR 70-200mm f/2.8 G IF-ED

光圈: f4 快门速度: 1/1000s 感光度: ISO 100 白平衡: 日光

基础篇

挑战高端产品的真正实力

16 外观设计小有改进

18 正面

19 背面

20 光学取景器

20 3英寸92万像素LCD液晶屏

21 两侧

21 双插槽兼容SDXC卡

22 左侧接口

24 上下

25 曝光模式多样化

26 新型电池

26 重要的电池盒兼手柄

28 闪光功能强大

28 覆盖16mm并可进行创意闪光

29 尼康创意闪光系统

31 5种实时对焦模式

32 标准区域AF

32 脸部优先AF

33 宽区域AF

33	对象跟踪AF	53	动态D-Lighting
34	手动即时取景模式	53	长时间曝光降噪
35	模拟图像最终效果	54	高ISO降噪
35	电子虚拟水平	54	ISO感光度设定
36	1620万有效像素感光芯片	54	多重曝光
37	除尘系统	55	动画设定
38	EXPEED 2图像处理器	55	间隔拍摄
39	连拍速度	55	遥控模式
39	14位模数转换 (14bit)	56	自定义设定菜单
41	2016像素RGB测光系统	56	重设自定义设定
41	39点Multi-CAM 4800DX自动对焦模块	56	a自动对焦
43	感觉新颖的快门	59	b测光/曝光
44	实拍画质优秀	61	c计时/AE锁定
47	菜单详解	62	d拍摄/显示
48	播放菜单	65	e包围/闪光
48	删除	67	f控制
48	隐藏图像	70	设定菜单
48	显示模式	70	格式化存储卡
48	播放文件夹	70	保存用户设定
49	复制图像	70	重设用户设定
49	图像查看	70	清洁图像传感器
49	删除之后	71	LCD显示屏亮度
49	旋转画面至竖直方向	71	向上锁定反光板以便清洁
50	幻灯播放	71	视频模式
50	打印设定 (DPOF)	71	闪烁消减
50	拍摄菜单	71	HDMI
50	重设拍摄菜单	72	时区和日期
50	存储文件夹	72	语言
50	文件命名	72	图像注释
51	插槽2中存储卡的作用	72	自动旋转图像
51	JPEG压缩	72	图像除尘参照图
51	图像品质	72	版权信息
51	图像尺寸	73	电池信息
52	NEF (RAW) 记录	73	GPS
52	白平衡	73	非CPU镜头数据
52	设定优化校准	73	虚拟水平
53	管理优化校准	74	AF微调
53	自动失真控制	74	固件版本
53	色空间	74	我的菜单
		74	添加项目
		74	删除项目
		74	为项目排序
		74	选择标签





P 81

有的时候相机的测光不准，如果使用自动曝光，画面就会曝光过度或者曝光不足（比如夜景和光线对比反差很大的情况下），这时使用全手动曝光可更为主动、准确。

实战篇

更专业、更高效地拍摄影像

78 掌握4种基本曝光模式

79 全手动曝光模式

79 复杂光环境有利于快速拍摄

80 测光不准时救急

81 制造特殊的效果

82 光圈优先模式

82 光圈优先对景深的影响

84 光圈优先对快门速度的影响

84 光圈优先对镜头画质的影响

85 快门优先模式

85 适用拍摄题材和情况

86 高速快门对拍摄的影响

87 常用快门速度对拍摄的影响

88 低速快门对拍摄的影响

89 程序曝光模式

89 使用灵活并不初级

91 弹性程序曝光下调整参数

91 充分利用感光度和测光模式

92 测光系统的运用

94 风光摄影中的测光

94 人像摄影中的测光

95 勤用曝光补偿

98 自动包围曝光

98 多看直方图

99 合理选择对焦模式

100 对焦模式和对焦点选择

101 对焦辅助灯

103 风光摄影中的对焦

104 人像摄影中的对焦

105 追随拍摄和预对焦的运用

105 如何应对低反差环境

106 巧设白平衡

108 白平衡包围曝光

109 风光摄影中的白平衡设置

110 人像摄影中的白平衡设置

111 感光度的选择与控制

113 风光摄影以低感光度为主

113 自动ISO感光度

115 高ISO降噪

115	长时间曝光降噪	129	图像合成
117	优化校准设置	129	NEF (RAW) 处理
119	风光摄影中的优化校准设置	130	快速润饰
120	人像摄影中的优化校准设置	130	矫正
120	相机的锐度调整	131	失真控制
123	动态D-Lighting	131	鱼眼
126	用好机内处理功能	131	色彩轮廓
127	D-Lighting	131	透视控制
127	红眼修正	132	彩色素描
127	裁切	132	模型效果
127	单色	132	丰富的画质选择
128	滤镜效果	134	拍摄高清短片
128	调整尺寸	135	大尺寸CMOS
128	色彩平衡	135	1080P/24fps的全高清
		136	曝光模式多样
		136	D-Lighting
		137	人像曝光调整功能
		137	画面避免使用自动白平衡设置
		138	尽量使用M模式的曝光设定
		138	自动对焦拍摄运动场景
		138	将镜头光圈设定为最大f5.6
		139	使用手动对焦
		140	极限环境下使用高感光度拍摄短片
		140	平时使用较快的快门速度和ISO 100 ~ ISO 800
		141	使用高速存储卡和双卡
		141	拍摄完成后进行短片编辑
		142	经常使用无线闪光
		143	闪光灯的3种控制模式
		143	M模式
		144	A模式
		145	i-TTL模式
		147	离机闪光灯TTL模式的运用
		147	全手动曝光 (M) 与TTL模式的搭配
		150	光圈优先 (A) 与TTL模式的搭配
		151	快门优先 (S) 与TTL模式的搭配
		152	程序自动 (P) 与TTL模式的搭配
		154	离机闪光灯M模式的运用
		155	手动曝光 (M) 与M模式的搭配
		156	光圈优先 (A) 与M模式的搭配
		157	快门优先 (S) 与M模式的搭配
		159	程序自动 (P) 与M模式的搭配



P 186

很多人在购买摄影包前考虑的是价格。其实，正确的方法是先根据自己的用途（经常出行还是在城市里使用）来选择包型，然后再根据自己的器材来选择具体型号（无论使用的是微单、单电还是单反）。同时，为了了解摄影包的质量，最好多去摄影器材店转转，或在网上查查相关数据。

完美配置大公开

164 镜头的选配

165 D7000+AF-S DX 18-105mm f/3.5-5.6G IF-ED VR

165 尼康AF 50mm f/1.8 D

166 尼康 AF-S 70-300mm f/4.5-5.6 G IF-ED VR

167 腾龙SP Di 70-300mm f/4-5.6 VC USD

168 D7000+AF-S DX 18-200mm f/3.5-5.6G ED VR II

168 腾龙SP AF 10-24mm f/3.5-4.5 Di II

169 适马50mm f/1.4 EX DG HSM

170 腾龙SP AF Di 90mm f/2.8 Macro

171 D7000+AF-S DX 16-85mm f/3.5-5.6G ED VR

171 适马10-20mm f/3.5 EX DC HSM

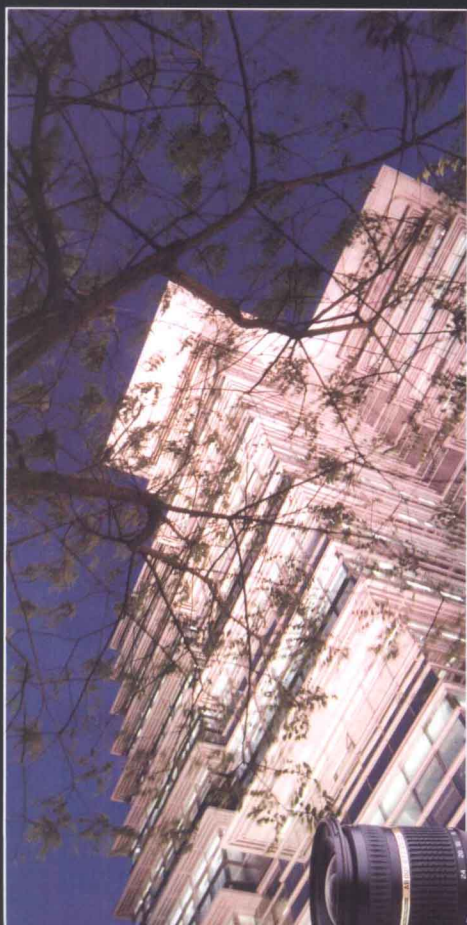
172 腾龙SP AF 70-200mm f/2.8 Di LD (IF) MACRO

173 适马APO 70-200mm f/2.8 EX DG MACRO HSM

174 尼康AF-S 70-200mm f/2.8 G VR II

175 尼康AF-S 105mm f/2.8 G VR Micro

176 适马EX DG 150mm f/2.8 APO HSM Macro



腾龙SP AF 10-24mm 1/3.5-4.5 Di II

178 三脚架的选配

180 曼富图190CX3 + 496RC2

180 曼富图290套装 (+ 球型云台或三维云台)

180 曼富图190XPROB + 496RC2

181 外接闪光灯的选配

182 锐鹰闪光灯配件套装

183 品胜新一代2200mAh × 4镍氢电池 + 快易充电器

184 永诺YN 460-TX/YN 460-RX

184 永诺YN 467

184 尼康SB-700

186 摄影包的选配

187 曼富图UNICA V

187 曼富图AGILE V

187 KATA蜻蜓537 DL

188 曼富图VELOCE VII

188 国家地理NG-A2560

188 其他附件的选配

188 品胜清洁配件

189 大嘴盘DSV50数码伴侣

189 旅行家BG-2E电池手柄

189 天派取景器放大器



基础篇

挑战高端产品的真正实力

毫无疑问，D7000是一款足可挑战各家高端产品的强力之作。手里拿着这样一款机器，我们应该具有更加强烈的拍摄欲望，信心也更足。不过，在将它对准被摄主体前，请大家一定要记住它的一些主要特点，因为这会让你真正地熟悉它、用好它！

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com