

Nikon

D7000

尼康数码单反使用手册

[美] John Batdorff 著
杨庆康 译

• 轻松上手

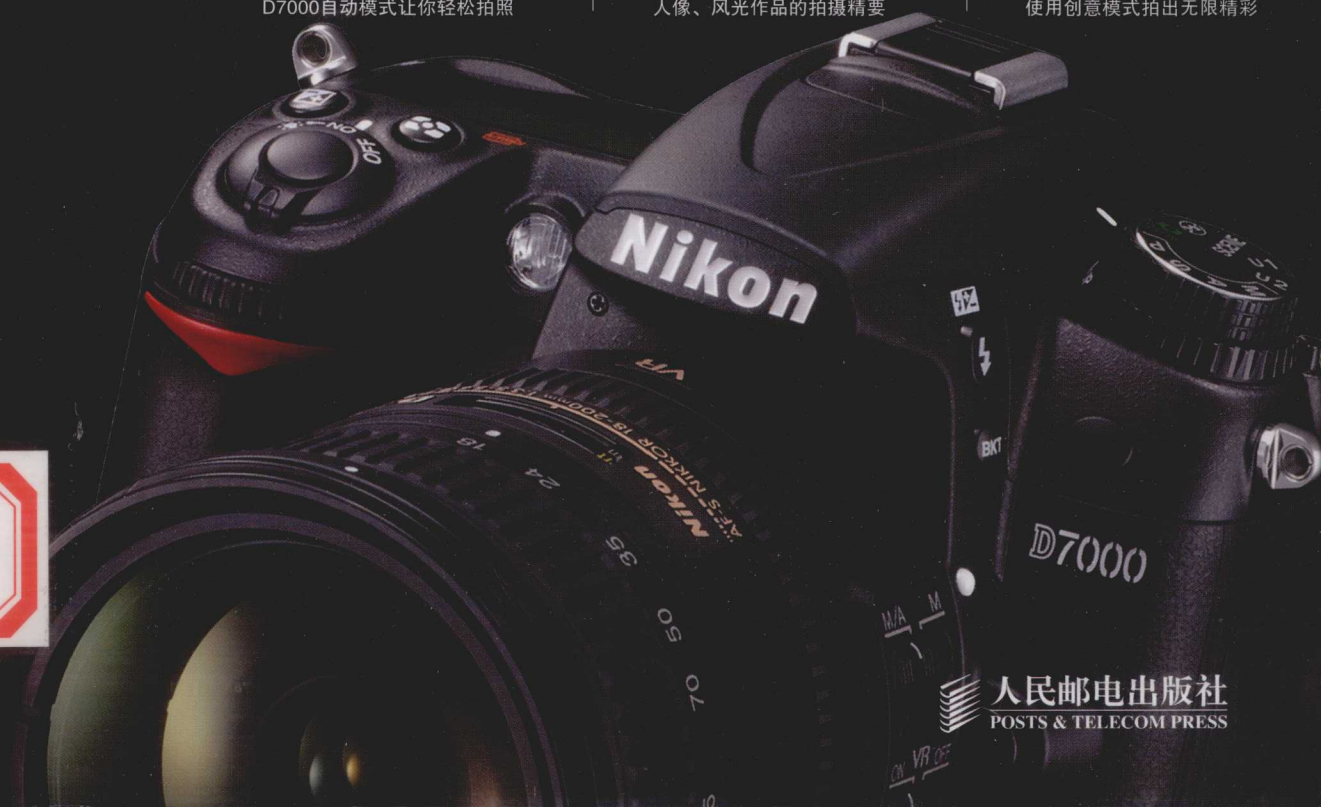
使用D7000必须知道的10件事
D7000自动模式让你轻松拍照

• 实战拍摄技巧

掌握构图、对焦和景深控制
人像、风光作品的拍摄精要

• 高阶技巧

用光技巧和弱光摄影的要诀
使用创意模式拍出无限精彩



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

TB86-62
B060



郑州大学 *04010773448 *



Nikon

D7000

尼康数码单反使用手册

[美] John Batdorff 著
杨庆康 译



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

Nikon D7000 尼康数码单反使用手册 / (美) 巴特多
尔夫 (Batdorff, J.) 著 ; 杨庆康译. -- 北京 : 人民邮
电出版社, 2011. 12

ISBN 978-7-115-26636-1

I. ①N… II. ①巴… ②杨… III. ①数字照相机: 单
镜头反光照相机—摄影技术—技术手册 IV. ①
TB86-62②J41-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第217678号

版权声明

John Batdorff: Nikon D7000 From Snapshot to Great Shots (ISBN: 978-0321766540)

Copyright © 2011 by John Batdorff.

Authorized translation from the English language edition published by Peachpit Press.

All rights reserved.

本书中文简体字版由美国 **Peachpit Press** 授权人民邮电出版社出版。未经出版者书面许可, 对本书任何部分不得以
任何方式复制或抄袭。

版权所有, 侵权必究。

Nikon D7000 尼康数码单反使用手册

- ◆ 著 [美] John Batdorff
- 译 杨庆康
- 责任编辑 李 际
- 执行编辑 陈伟斯
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京盛通印刷股份有限公司印刷
- ◆ 开本: 880×1230 1/24
印张: 11.67
字数: 282 千字 2011 年 12 月第 1 版
印数: 1-4 000 册 2011 年 12 月北京第 1 次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2011-4657 号

ISBN 978-7-115-26636-1

定价: 59.00 元

读者服务热线: (010) 67132705 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

内容提要

本书全面介绍了 NIKON 数码单反相机 D7000 的性能特征，并对相应功能的设置与参数含义进行了细致说明，指导读者掌握如何充分利用该相机进行摄影创作。同时，针对初、中级摄影爱好者，用平实简练的语言讲述较为复杂的专业原理，对迅速提高摄影爱好者的摄影技能有很大帮助。本书为 NIKON D7000 用户量身而作，对曝光、测光、构图等摄影原理，以及其他专业摄影技巧作了详尽的说明。

题 献

献给 Kelby 传媒集团的所有朋友们——Scott Kelby、Dave Moser、Matt Kloskowski、RC Concepcion、Kathy Siler 和 Brad Moore，感谢他们一直以来的友谊和鼓舞。

致 谢

我要对 Jeff Revell, “数码单反使用手册”系列中多部著作的作者致以最深的谢意, 特别是 D7000 这本书, 让我有幸更好地接手 D7000 的撰写工作。Jeff 是一位了不起的摄影师、一位有才华的老师。谢谢你所做的基础工作。

任何一本已到达最后阶段、等待出版的书, 实际上都是幕后许多双手共同努力的结果。我应该向 Peachpit 出版社的每一个人致以最大的感激。特别是 Nikki McDonad、Ted Waitt、Valerie Witte、Lisa Brazieal、Scout Festa、Patricia Pane、Owen Wolfson、Valerie Haynes Perry、Aren Straiger、Sara Jane Todd、Scott Cowlin, 还有 Nancy Aldrich-Ruenzel, 他们在完成本书、加以润色以及最终推出市场时都给予了我极大的帮助。谢谢大家。

特别感谢 David Brommer 和 B&H Photo Video, 在我写这本书时为我提供了一部 D7000。

我很感激国家图像处理专业协会的朋友们、图像处理世界出色的老师们, 当然还有在 iStockphoto 网站的摄影师同伴们, 我在你们身上学到很多知识。这些年你们一直在教导和启发我。

我还想感谢我的妻子 Paloma, 作为我在这个项目上的头号支持者, 她给予了我很多的爱; 感谢我的儿子 Quinn, 他在很多拍摄镜头中协助过我, 并充当我的模特; 还要感谢我的家庭、朋友和邻居 Ea、Avery、Otis、Hayley、Mark、Adrienne、Emma、Julia、Paige、Kris、Gabby、Sabrina、Chris、Anna、Dan、Holden、Beth and Brent, 他们都或多或少地为这本书出了一份力。另外, 我想大声对 Crackskuli's Coffee & Books 和 New Hampshire Media Makers 说: “谢谢, 朋友们!”

引言

走进任意一家书店，来到摄影专区，你会看到数不胜数的摄影大部头。进一步观察，你会看到一些讲述特定相机的书籍。特定相机书籍和指导性摄影书籍之间无形的间隔让我产生创作此书的想法。书店中的很多书都是讲述某个领域或其他领域知识的，但不是全部都讲。所以，记住这一点后，我开始着手创作这本关于尼康 D7000 的摄影书，力求此书不要一味重复用户指南中的内容，但是可以利用 D7000 中精彩的摄影技术和我作为职业摄影师长久以来积累的有指导性的照片和洞见为你讲述摄影理念。在此，我整理了一个问答集锦来帮助你更好地了解本书可能对你产生的帮助。

问：本书会涉及所有相机功能吗？

答：不是，本书涉及的仅仅是我认为拍出优质摄影作品所必须知道的一些功能。不管你信不信，你已经有一个覆盖所有相机功能的资源了，那就是用户指南。（我知道我们都讨厌阅读用户指南——我们总希望拿起相机来就开始拍。但是如果你真心读一下用户指南，就会发现它确实能帮你很多。）如果写一本重复上述信息的书，那将会浪费你的时间和金钱。我真正想讲的是如何充分利用某些相机功能，提高摄影水平。

问：既然我已经有用户指南了，为什么还需要这本书呢？

答：用户指南向你细致地讲述如何使用某种功能或如何在菜单中打开这项功能，但是它没有将为什么要使用它，什么时候该用它告诉你。如果你真的很想提高摄影水平，你需要知道为什么和什么时候应该使用这些精彩的摄影功能。达到这种程度后，用户指南并不是没有用处了，相反，它是了解相机功能的优质资源地，正因为如此，我将用户指南视为本书的姊妹篇。既然你已经有了，为什么不从中获取价值呢？

问：我从这本书中能学到什么？

答：我希望你能学会如何拍摄优质的照片。我的目标，以及本书的写作初衷是想引导你了解基本的摄影理念，并将其运用到不同的环境和场景中去。通过使

用 D7000 的各项功能和阅读这本书，你会学到关于光圈、快门速度、ISO、镜头选择、景深和其他的摄影理念。你还会看到很多全幅照片，并带有拍摄数据和我的评论，由此你可以看到基本的摄影原理是如何组合在一起创作出优质照片的。同时，你还会学到相机的工作原理，以及如何将这些功能和特效应用到摄影中去。

问：我真的需要完成章后的任务吗？

答：在每章末尾的拍摄任务中，我会给你一些提示，教你如何通过实践来强化本章中学到的知识。我会强迫你完成他们吗？显然不能，但是我们要面对——使用相机比学习相机有趣得多，所以那些“任务”只是每章结束后的一次休息，让你娱乐一下，过一把新机器的瘾。

问：我应该从头到尾读完吗？或者说，我可以从一章跳到另一章吗？

答：告诉你最简单的答案：也能，也不能。不能，是因为前 4 章讲述了你应该知道的相机基本信息。它们是使用 D7000 的基石。在这之后，答案变成了“能”，你可以找到自己喜欢的章节，因为后面的章节都是独立成章，引导你学习具体的摄影类型和适应某种拍摄环境。所以你可以从“人像”跳到“风景”，然后可以稍微看看“运动”摄影。这完全由你的需求和对它们的定位来决定。或者，你也可以从头到尾通读。完全由你决定。

问：还有其他建议吗？

答：在你开始进入第 1 章前我再讲最后一点。我写这本书的目标是想为大家提供一份资源，帮助你用 D7000 创作出优秀的作品。学习基本知识是非常关键的，但是灵活运用知识才能造就一名合格的摄影师。摄影，像大部分事情一样，需要时间和不断地练习才能掌握。当我 7 岁的时候，我拥有了第一部相机，柯达 110，从此之后相机成为我生命的一部分，现在我仍然在学习。永远不要忘记，是使用相机的人创造了美丽的照片，不是相机自己。享受乐趣，不怕犯错，从错误中学习成长。我相信你很快就会从一个拍快照的新手成长为一个拍摄佳片的摄影大师。

目 录

第 1 章 D7000 之十大建议 13

- 1.1 设定正确的白平衡 17
- 1.2 关闭自动 ISO 设置 19
- 1.3 设定图像品质 21
- 1.4 设定对焦点和对焦模式 22
- 1.5 手动对焦 24
- 1.6 照片回看 24
- 1.7 蜂鸣音从哪来？自定义对焦选项 30
- 1.8 自定义显示选项 30
- 1.9 快门延迟选项 31
- 1.10 正确的手持相机姿势 32

第 2 章 要事第一 35

- 2.1 选择合适的存储卡 40
- 2.2 格式化存储卡 41
- 2.3 升级 D7000 固件 42
- 2.4 清洁传感器 44
- 2.5 使用合适的格式：RAW 与 JPEG 45
- 2.6 镜头和焦距 50
- 2.7 什么是曝光 55
- 2.8 运动和景深 58

第 3 章 自动模式 63

- 3.1 自动模式 66
- 3.2 闪光灯关闭模式 67
- 3.3 场景模式 68
- 3.4 人像模式 69
- 3.5 风景模式 70

3.6	近摄模式	71
3.7	运动模式	73
3.8	日落模式	74
3.9	儿童照模式	75
3.10	当你不想用自动模式时	81
第 4 章 专业模式		85
4.1	模式 P：程序自动模式	90
4.2	模式 S：快门优先模式	94
4.3	模式 A：光圈优先模式	99
4.4	模式 M：手动模式	103
4.5	用户设定模式—将最喜爱的模式保存到模式拨盘上	106
4.6	如何拍摄：我最喜爱的相机设置	107
第 5 章 移动目标		113
5.1	就停在那儿！	118
5.2	使用快门优先（S）模式定格运动	121
5.3	使用光圈优先（A）模式突出拍摄对象	124
5.4	自动 ISO 感光度控制技巧	126
5.5	使用连续伺服对焦和 AF 对焦点选择功能保持拍摄对象对焦	127
5.6	选择和使用连续伺服 AF 对焦模式	128
5.7	停！使用 3D 跟踪 AF 模式	129
5.8	对于可预见的动作使用手动对焦模式	130
5.9	学习使用连拍模式	132
5.10	运动感	134
5.11	运动摄影建议	137
第 6 章 完美人像		143
6.1	自动人像模式	148
6.2	使用光圈优先模式	148
6.3	人像摄影测光模式	151
6.4	使用 AE 锁（Auto Exposure Lock，自动曝光锁定）功能	153

6.5	对焦：关注眼睛	154
6.6	经典黑白人像	156
6.7	设置人像优化校准，拍出更完美的皮肤色调	158
6.8	即时取景下的脸部识别	158
6.9	使用补充闪光消除阴影	160
6.10	移动人像	161
6.11	拍出优质人像的几点建议	162

第7章 风景摄影 173

7.1	清晰对焦：使用三脚架	178
7.2	选择恰当的 ISO 值	180
7.3	使用降噪功能	180
7.4	选择白平衡	181
7.5	使用风景优化校准	183
7.6	使用曝光补偿征服亮丽天空	185
7.7	拍摄绝佳黑白风景照	187
7.8	黄金光线	188
7.9	焦点放何处	189
7.10	让对焦变简单	190
7.11	柔化水流	192
7.12	引导观众视线：关于构图	193
7.13	探索高阶技巧	197

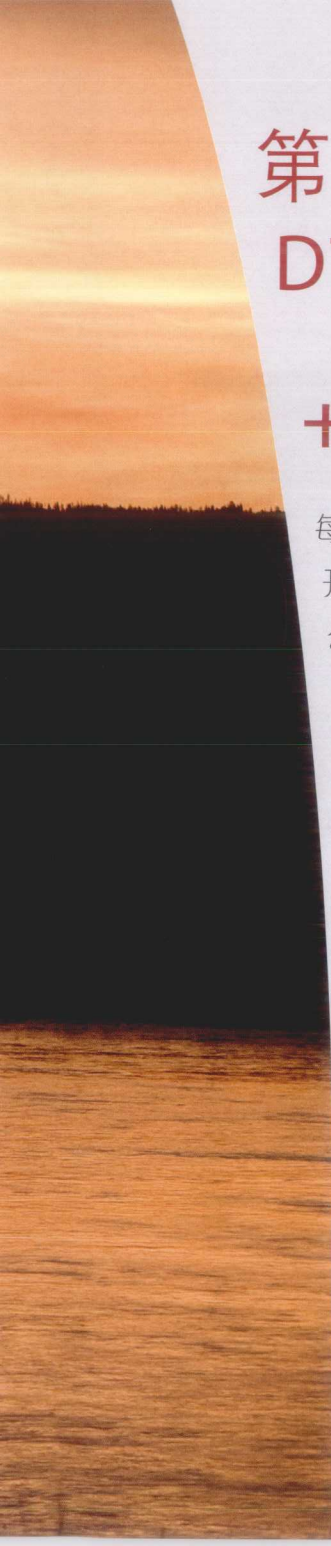
第8章 以光写情 207

8.1	提高 ISO	212
8.2	使用极高的 ISO	214
8.3	稳定面对拍摄机会	215
8.4	低光照条件下的对焦	217
8.5	长时间曝光摄影	220
8.6	使用内置闪光灯	222
8.7	闪光曝光补偿	225

8.8 防红眼功能	227
8.9 闪光和玻璃	230
8.10 说一说外部闪光灯	230
第 9 章 创意构图	233
9.1 景深	238
9.2 角度	240
9.3 视角	240
9.4 图案	242
9.5 色彩	242
9.6 对比和互补	244
9.7 引导线	245
9.8 分割画面	246
9.9 画中有画	248
第 10 章 光线、相机和动作	251
10.1 用即时取景功能录制视频	252
10.2 为录制视频准备第二张 SD 卡	253
10.3 视频品质	254
10.4 声音	255
10.5 查看视频	257
10.6 对焦	258
10.7 编辑	259
第 11 章 高阶技巧	261
11.1 使用点测光, 获得更多曝光控制	266
11.2 手动模式	269
11.3 避免镜头眩光	271
11.4 包围曝光	272
11.5 微距摄影	274
11.6 动态 D-Lighting	276
11.7 结语	278

1

ISO 400
1/800 s
f/8
100mm 镜头



第 1 章

D7000 之十大建议

十点建议，让你即刻成为多产摄影师

每当有新相机入手时，我要做的第一件事就是装上电池和存储卡，开始拍照。按常理来说我应该先读读相机说明书，但这实在没什么意思。于是，我就想，为何不给像我这样的人写一点文字呢？我们总是急不可耐地要拍照，但又不想因为不懂得如何操作相机而产生罪恶感。下面就告诉你十件可以立即着手的事情，包括打开蜂鸣音进行对焦，设置最佳的 ISO 值、白平衡值，图像回放，以及其他对你有所帮助的常用功能，这些当下就可以做的事情能让你从 D7000 中获得更好的体验。说这些的目的并不是想让你略过本书其他 9 章精彩内容，因为那些章节字里行间都充溢着智慧，但此时此刻，我们应该开个好头。

D7000 同以往的机型不同，因为我们常用的功能通过几次按键就能完成。我们不必再通过两三次菜单才能完成简单的调整。但是，那些喜欢菜单的人不必担心，它们都还在。我将会简单描述如何通过按钮调整设置，并会提到一些常用菜单选项。

相机前身



- A 副指令拨盘
- B Fn 按钮 (功能按钮)
- C 景深预览按钮
- D 镜头释放按钮
- E 安装标记

- F 内置麦克风
- G BKT (包围) 按钮
- H 红外线接收器
- I AF 辅助照明器

相机背身



A 删除按钮

B 播放按钮

C 菜单按钮

D 白平衡 / 帮助 / 保护按钮

E 缩略图 / 播放 / 缩小播放按钮

F QUAL (图像品质 / 尺寸) / 放大播放按钮

G 显示屏

H 信息按钮

I 对焦选择器锁定开关

J 确定按钮

K 多重选择器

L 视频录制按钮

M 即时取景开关

N 主指令拨盘

O AE-L/AF-L (自动曝光 / 自动对焦) 按钮

P 屈光度调节控制器

审视 D7000 的机身

相机机身（俯视图）



A 闪光模式按钮

B 释放模式拨盘

C 模式拨盘

D 释放模式拨盘锁定解除按钮

E 配件热靴

F 控制面板

G 测光按钮

H 曝光补偿按钮

I 快门释放按钮

J 电源开关