

128幅最有代表性的花卉与风景摄影
样片解析，献给那些面对美景却无从下
手的摄影者，用单反描绘出你眼中的那
一道风景！

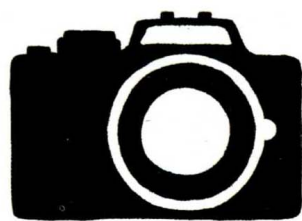
日系清新摄影

拍出最美风景与花卉

「日」石田德幸等◎著
吴宣劭◎译



中国民族摄影艺术出版社



日系清新摄影

拍出最美风景与花卉

[日] 石田德幸等◎著
吴宣劭◎译

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

日系清新摄影. 拍出最美风景与花卉 / (日) 石田德幸等著; 吴宣劭译. — 北京: 中国民族摄影艺术出版社, 2015.11

ISBN 978-7-5122-0746-2

I. ①日… II. ①石… ②吴… III. ①风光摄影—摄影技术②花卉—摄影技术 IV. ①J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第223298号

TITLE: [デジカメで花と風景を上手く撮る見本帳]

BY: [石田 徳幸/蒼/吉田浩章/Miyauchi Tomiko/RV車]

Copyright 2013 © Noriyuki Ishida, Ao, Hiroaki Yoshida, Miyauchi Tomiko, RVsha

Original Japanese language edition published by SHOEISHA.Co.,Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher. Chinese translation rights arranged with SHOEISHA.Co.,Ltd., Tokyo through NIPPON SHUPPAN HANBAI INC.

本书由株式会社翔泳社授权北京书中缘图书有限公司出品并由中国民族摄影艺术出版社在中国范围内独家出版本书中文简体字版本。

著作权合同登记号: 01-2015-6292



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总策划: 陈庆

策划: 李伟

设计制作: 季传亮

书名: 日系清新摄影: 拍出最美风景与花卉

作者: [日] 石田德幸等

译者: 吴宣劭

责编: 张宇连莲

出版: 中国民族摄影艺术出版社

地址: 北京东城区和平里北街14号 (100013)

发行: 010-64211754 84250639 64906396

网址: <http://www.chinamzsy.com>

印刷: 北京美图印务有限公司

开本: 1/16 170mm × 240mm

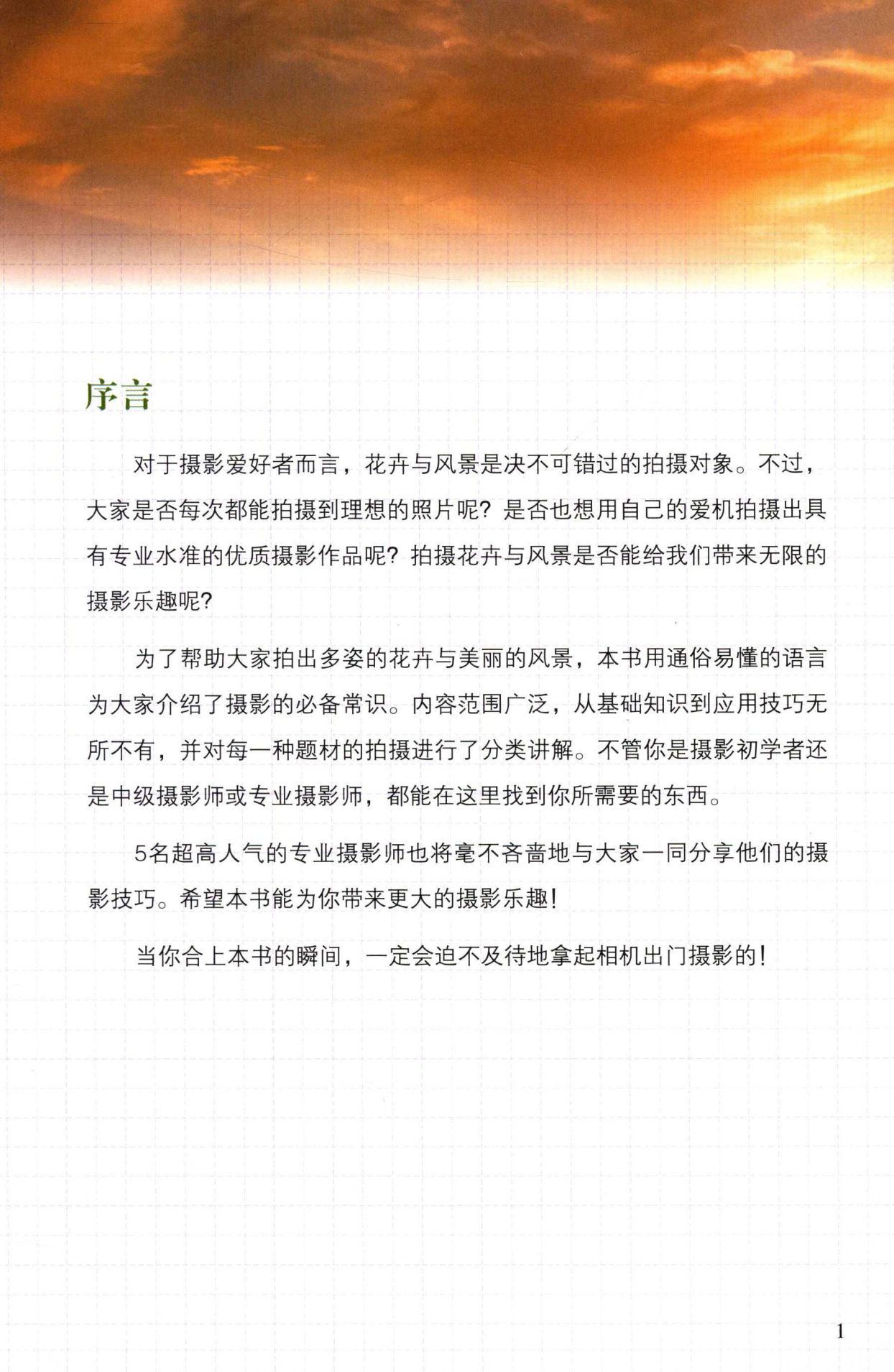
印张: 13.5

字数: 210千字

版次: 2016年5月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-5122-0746-2

定价: 59.80元



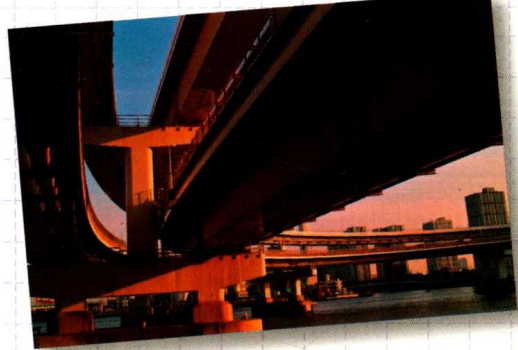
序言

对于摄影爱好者而言，花卉与风景是决不可错过的拍摄对象。不过，大家是否每次都能拍摄到理想的照片呢？是否也想用自己的爱机拍摄出具有专业水准的优质摄影作品呢？拍摄花卉与风景是否能给我们带来无限的摄影乐趣呢？

为了帮助大家拍出多姿的花卉与美丽的风景，本书用通俗易懂的语言为大家介绍了摄影的必备常识。内容范围广泛，从基础知识到应用技巧无所不有，并对每一种题材的拍摄进行了分类讲解。不管你是摄影初学者还是中级摄影师或专业摄影师，都能在这里找到你所需要的东西。

5名超高人气的专业摄影师也将毫不吝啬地与大家一同分享他们的摄影技巧。希望本书能为你带来更大的摄影乐趣！

当你合上本书的瞬间，一定会迫不及待地拿起相机出门摄影的！



目录

第一章 提升花卉摄影技术的六条准则

01提升花卉摄影技术的准则之一	
花卉是主体，取景要选择“花卉+风景”	2
02提升花卉摄影技术的准则之二	
“死记硬背”虚化的技巧	7
03提升花卉摄影技术的准则之三	
巧妙使用构图法	15
04提升花卉摄影技术的准则之四	
为花卉照片增加蝴蝶等昆虫的元素	25
05提升花卉摄影技术的准则之五	
学会使用微距镜头	29
06提升花卉摄影技术的准则之六	
使用水滴来增加光辉	33

第二章 提升风景摄影技术的六条准则

01提升风景摄影技术的准则之一	
区分近景、中景和远景	38
02提升风景摄影技术的准则之二	
掌握巧妙的构图法	41
03提升风景摄影技术的准则之三	
拍摄近景和中景时注意区分3个焦点	48

04提升风景摄影技术的准则之四	
长焦镜头拍摄远景的诀窍	55
05提升风景摄影技术的准则之五	
拍摄远景更要注意光源朝向	58
06提升风景摄影技术的准则之六	
用PL滤镜来展现蓝天和大海	61
07提升风景摄影技术的准则之附加篇	
保证照片的方方面面都完美	64
08闲话闲聊	
什么是抓拍照片?	68

第三章 从示例中学习花卉摄影

01 樱花 是想要“朦胧感”还是“端庄感”呢?	72
02 樱花 寻找通透的感觉	75
03 樱花 使用压缩效果	76
04 樱花 “背阴”白平衡模式增加画面的温暖感	77
05 樱花 鱼镜头里中看到的不寻常景象	78
06 樱花 使用前景虚化来增添梦幻感	79
07 樱花 樱花与周遭的景物一同入镜	80
08 樱花 虚化背景，突出樱花	81
09 樱花 花瓣与树干的对比强调了美感	82
10 菖蒲 雨后的菖蒲更加美艳	83
11 玫瑰 虚化背景，营造柔美氛围	84
12 玫瑰 拍摄独枝绽放的玫瑰要注意照片的四角	85
13 玫瑰 风景为玫瑰增添奢华感	86
14 玫瑰 曝光负补偿可以帮助我们拍摄鲜艳的色彩	87
15 玫瑰 逆光下展现花瓣的美丽	88
16 绣球花 长焦展现簇拥的美感	89
17 绣球花 曝光负补偿突显色彩	89
18 绣球花 虚化的效果是摄影的必杀技之一	90
19 绣球花 三分构图法协助我们掌握构图的平衡感	90
20 绣球花 将故事带入画面之中	91

21 绣球花 改变曝光程度，调整理想氛围 92

22 绣球花 主体是唯一的，简单而美丽 93

23 绣球花 利用光线展现绣球花的美丽 94

24 薰衣草 色彩的重叠描绘出韵律感 95

25 紫藤花 微距镜头下拍摄到的梦幻世界 96

26 睡莲 利用水面的倒影来摄影 97

27 荷花 选择合适的主角，增添画面的张力 98

28 荷花 适度曝光下柔美的质感 99

29 百合花 控制光线以展现百合的奢华感 100

30 向日葵 明信片般的向日葵与蓝天美景 101

31 向日葵 利用前景虚化来打造特别的氛围 102

32 向日葵 曝光负补偿下的力量感 103

33 波斯菊 拍摄波斯菊要注意背景 105

34 波斯菊 微距镜头下的梦幻世界 106

35 波斯菊 标准变焦镜头下的主题摄影 107

36 波斯菊 拍摄波斯菊的“背影” 108

37 波斯菊 波斯菊与铁路搭配时很合适背景虚化 109

38 红叶 逆光下拍摄红叶的注意事项 110

39 红叶 使用长焦镜头拍摄出的虚化美感 110

40 红叶 “红叶+某物”考虑一个摄影组合 111

41 红叶 逆光下红叶的通透与美丽 111

42 红叶与孩子 风景摄影中的人物 112

43 七面草 人物为风景增添色彩 113

44 彼岸花 选择背景的重要性 114

45 彼岸花 红白对比增强彼岸花的鲜艳度 115

46 露珠 用微距镜头享受拍摄露珠的乐趣 116

47 露珠 拍摄露珠的小诀窍 117

48 露珠 拍摄盛满露珠的长春花 118

49 露珠 露珠与绿叶的搭配是梦幻的 119

50 滇草 拍摄公园中盛开的小花 120

51 蓝色丹参花 抓住令人感动的瞬间 121

52 千层木 按照自己的方式摄影 122

53	花卉与蝴蝶 花卉与蝴蝶的组合惹人爱	123
54	花卉与蝴蝶 花卉上停靠的昆虫是摄影的主角	124
55	花卉与蝴蝶 通过昆虫的飞翔姿态展现动态	125
56	花卉与蝴蝶 百日草与蝴蝶的搭配	127
57	天使草与满天星 拍摄白色小花的诀窍	128
58	花卉与鸟类 拍摄梅花树枝上停靠的小鸟	129
59	粉蝶花 不限构图的蓝色世界	130
60	粉蝶花 拍摄出一个开满鲜花的山丘	131
61	牵牛花 穿透而过的阳光展现牵牛花的美丽	132
62	建筑物与花卉 以建筑物为背景拍摄当下时节的花卉	133
63	稚儿车草 秋色中微距拍摄到的点点光辉	134
64	浆果 虚化背景和完美构图可以突出主体	136
65	紫露草 拍出雨后紫露草的美艳动人	137
66	红三叶草 朝露中诱人的红三叶草	138
67	山野草 拍出漫山遍野的山野草美姿	139
68	韭菜花 一簇簇的韭菜花就像花束一样美丽	141
69	桃花 用背景去衬托主体	143
70	九轮草 不同角度展现的不同的氛围	144
71	九轮草 前景虚化营造出的伞状的九轮草造型	145
72	九轮草 类似光晕的效果是摄影所特有的功能	146
73	二轮草 拍摄娇小的花朵适合使用微距镜头	147

第四章 实例中学习风景照的拍摄方法

01	湖泊 拍摄什么？如何决定主题？	150
02	湖泊 用独特的视角去展现周围的风光	151
03	湖泊 拍摄水面反射的效果	152
04	湖泊 游玩时随意拍摄的照片也是摄影的一种	153
05	湖泊 在湖边拍摄风景	154
06	奥日光和小田代原 倒影中展现出的浪漫	156
07	奥日光和小田代原 日出前后的湿地景象	157
08	河流 河流的美，美在曲线	158

09 瀑布 拍摄瀑布最重要的是快门速度和取景	160
10 瀑布 如何才能拍摄出瀑布奔流而下的样子呢?	161
11 日本中央阿尔卑斯地带 平衡好远近距离, 增加画面的冲击力	162
12 远山红叶 中央阿尔卑斯地带的红叶美景	163
13 远山红叶 拍摄红叶的山谷	165
14 油菜花田 通过布景来打造透视感	166
15 木曾御岳山 拍摄出凉爽的秋意	167
16 白川乡 山里的风景是带有季节感的	168
17 白川乡 从不同的角度去拍摄美丽的风景	170
18 白桦林 拍摄多彩的树林	171
19 橡胶树林 拍摄橡胶树林的落叶	172
20 云层 用云层去展现天空的美景	173
21 水池与树林 用枯木突显青池之美	174
22 飞翔着热气球的天空 绝不放过摄影的最佳时机	175
23 飞翔着热气球的天空 拍出多云天空的温暖氛围	176
24 彩虹 拍摄出美丽的彩虹	177
25 小猫和风景 小猫和风景的组合展现故事感	178
26 小猫和风景 小猫和风景表现出的特有氛围	179
27 夏日的天空 通过画面的分配来明确主体	180
28 街景 日常街景中的迷人氛围	181
29 铁路照片 享受铁路沿线的美景	182
30 飞机场 利用光线拍摄飞机场	183
31 飞机场 巧妙的构图拍摄飞机机身	183
32 城堡 什么样的照片才是范本照片呢?	184
33 城堡 拍摄城堡的独特魅力	185
34 铁路照片 动态的物体需要使用固定焦点来拍摄	186
35 铁路照片 展现小型列车的悠闲感	187
36 晚霞 使用长焦镜头耐心等待晚霞色彩的变化	187
37 桥梁 从下往上拍摄桥梁	188
38 阴天摄影 多云的天空下打造的特殊氛围	189
39 天空和大海 用特别元素去丰富照片的效果	189
40 朝霞 拍出朝霞的梦幻色彩	190

41 清晨的天空 抓取清晨天空的色彩 191

42 晚霞和天空 广角镜头拍摄天空的景象 192

43 朝阳与滑梯 拍摄出属于自己的原创作品 193

44 傍晚的大海 用白平衡模式去展现傍晚的美景 194

45 烟花 拍摄烟花要融入周遭景色 195

46 夜景 利用暮光时间拍摄 196

47 夜景 夜景特写与三脚架的选择 197

48 装饰灯光 平面装饰灯光和建筑物装饰灯光的区别 198

49 装饰灯光 人物与其他拍摄对象的选取技巧 199

50 金门大桥 灯光熄灭后的金门大桥 200

51 夜景 通过天空与大海展现美丽的夜景 201

52 夜景 使用滤镜让夜景更加绚烂 202

53 东京晴空塔 借助晴空塔来展现闲散的都市风 203

54 东京晴空塔 夜色中的晴空塔别有一番风韵 204

55 摩天大楼 拍摄摩天大楼的诀窍 205

第一章

提升花卉摄影技术的 六条准则

无论是在日常生活中还是旅行过程中，我们总能看到四处盛开的花朵。为了拍摄出绝佳的画面效果，我们首先需要牢记花卉摄影的六条准则。



花卉是主体，取景要选择“花卉+风景”

花卉的特写自然有其魅力所在，但这跟自然课本上的花卉鉴赏图就没有什么区别了，照片的效果也往往没有特别之处。为此，我们选择增添风景或空间感，充分展现花卉的多面之美。（石田德幸）

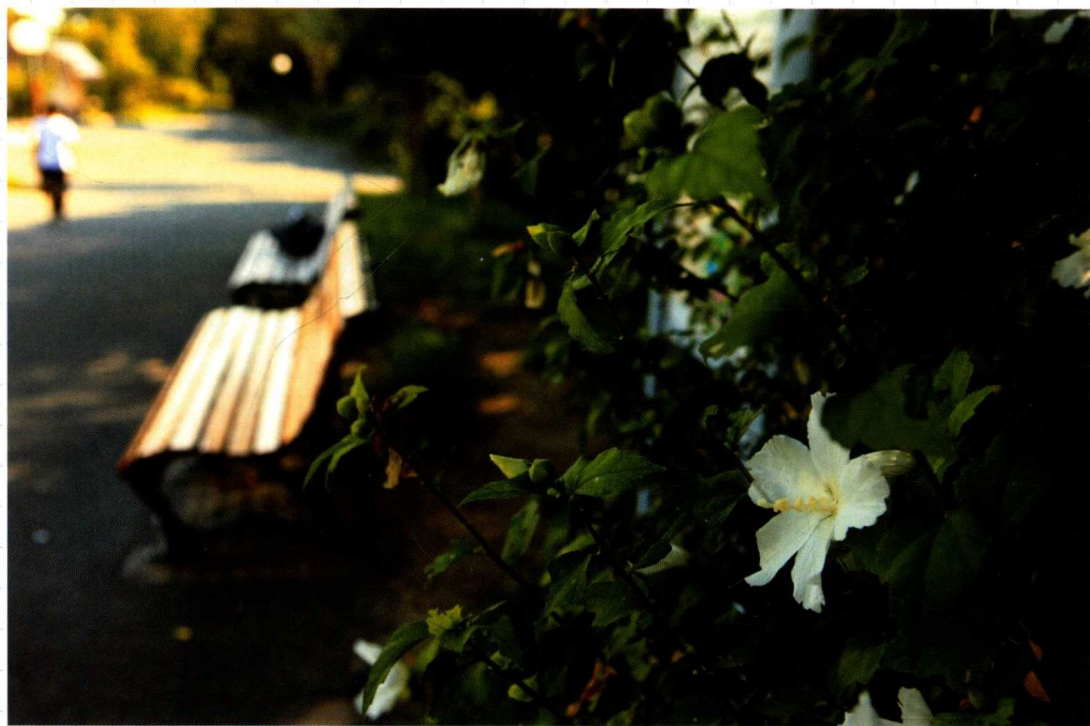
记住“花卉+空间”“花卉+风景”

大家在拍摄花卉照片的时候，有没有意识到“花卉（主体）+空间”的构图方式呢？这个组合方式指的是整体的构图感。专业的摄影师都会时刻意识到主体与空间的关系，也就是说，他们在摄影的时候都会同时关注被拍摄物（主体）与其所处的空间，然后通过合理的构图来展现两者的关系。这样拍摄出来的照片才能得到大家广泛的一致好评。

实际拍摄的时候，我们往往会过于关注花卉的造型，使整个取景都围绕着花卉进行。一旦出现了这样的问题，我们可以先深吸一口气，然后开始观察花卉所处的环境。

至少，我们要找到一个与环境相关的点来入镜。如果是公园，那么就可以选择小路旁的桌椅。既然要考虑花卉与空间的构图，那么花卉的拍摄大小就很重要了。也就是说，我们必须考虑到花卉作为主体所占的比例。只要掌握了以上两个要点，那摄影技术的提升也指日可待了。

此外，还有“花卉+风景”的摄影模式。如果在风景摄影中加入花卉的元素，那么普通的照片也会变得有趣起来。这时要注意的要点是：即使没有花卉，风景同样要足够吸引人。这种摄影技巧有时在介绍公园的小册子上也可以看到。



一边调整作为主体的花卉所占的比例一边拍摄。左方的空间中还有公园的木椅。背景虚化后十分美丽，公园的特征也非常明显。

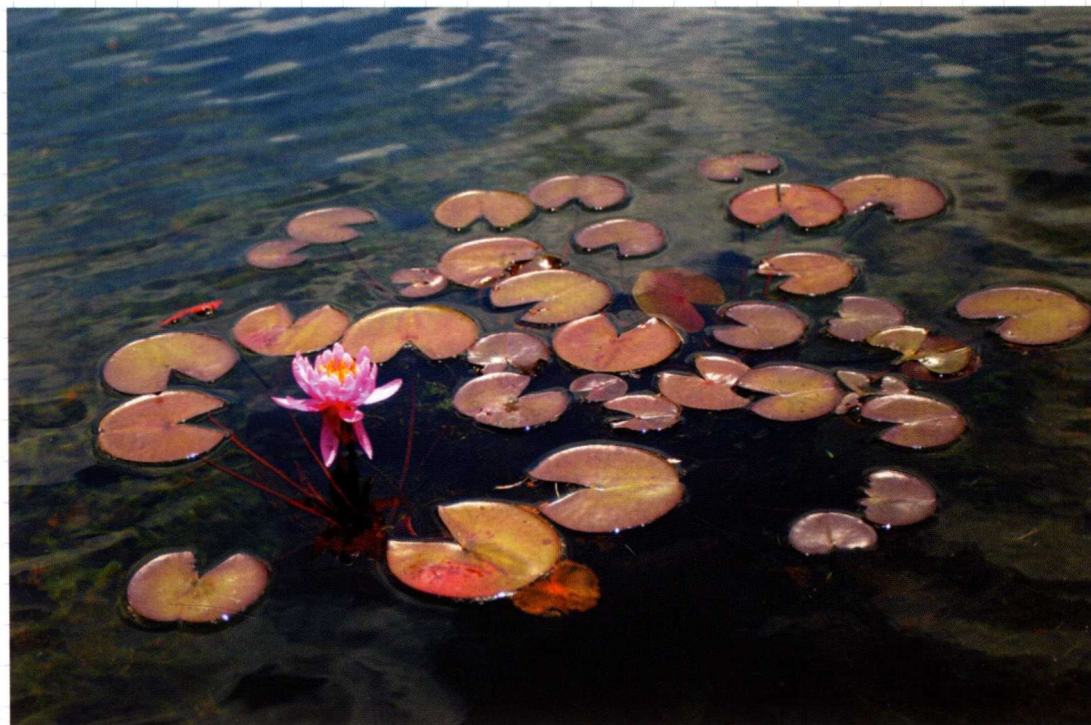
拍摄这个场景有3个注意事项：①寻找入镜的对象；②寻找不同大小的摄影主体；③利用虚化提升照片效果。多拍摄几张照片，最后在电脑上选取效果最好的一张。



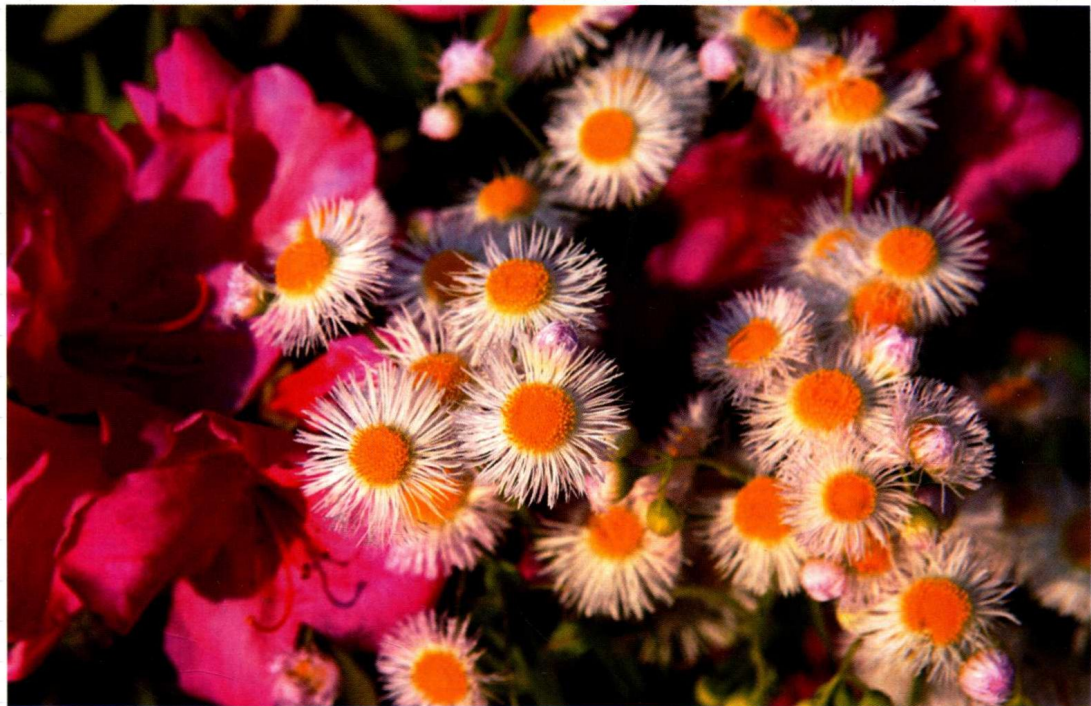
在这个风景中，风车是拍摄的重点。这里哪怕没有突出朵朵花朵，也同样可以展现出花卉的风景。



拍摄时鲜花是照片的主体，但是，哪怕没有鲜花的风景也照样诱人才行。于是，我深吸了一口气，稍作放松之后才开始挑选拍摄的角度。



水面上盛开着一朵莲花，而它的周围簇拥着许多莲叶，这就是我们摄影的主体了。不仅是花卉本身，周围的叶子也同样诱人，由此更加突出了此情此景的美丽。



花卉的色彩和种类都十分统一。一般来说，这样的花卉是最容易拍摄的，但我们仍然要取好景。如果排出来的照片中主体与背景混在了一起，那就要尝试我们在之后为大家讲解的“虚化”知识了。

一簇簇的鲜花要注意整体感

面前盛开的是一簇簇的鲜花。可是，要从哪个角度拍摄呢？取景和构图又要怎样才好呢？哪一部分才是中心呢？

遇到这种情况，我们首先要仔细观察场景，寻找花卉最集中的部分。当然，如果是在花园里，花卉可能均匀地分布开而找不到重点。但是，只要是大自然的风景，就肯定可以找到一簇簇的鲜花。除了按照密度进行

观察，还可以参照花卉的颜色和种类等。

选好景后就可以拿起数码相机开始取景了。同样的角度我们也可以多拍摄几张，摄影结束后回家了再慢慢挑选即可。前面我已告诉大家“花卉+空间”的技巧，即注意花卉盛开的环境。虽然摄影的主体是花卉，但周遭的环境仍然十分重要哟！

高处盛开的花卉与建筑物很配

“花卉+空间”“花卉+风景”的摄影技巧在较高的树木上或高处盛开的花卉上更加适用。

要说树上盛开的花卉，那就不得不提及樱花。樱花往往盛开的位置较高，有时我们需要抬头才可以观赏，而其背后一般就是建筑物等。这样的景象大家是否觉得很配呢？摄影的时候，只要考虑好画面中樱花与建筑物所占的比例即可。

现在，数码单反相机的镜头焦距倍率越

来越高，普通的数码卡片相机的长焦摄影功能也越来越强，我们已经可以开始尝试拍摄“花卉+小鸟”的组合了。200mm级别的长焦镜头就可以清晰拍摄到这个组合。如果摄影的时候刚好遇到逆光，那就可以采用一档的曝光正补偿。

要点！

利用“花卉+空间”“花卉+风景”的技巧打造出不同凡响的照片。

“花卉+小鸟”的组合在200mm的长焦镜头下就可以拍摄得很清楚了。拍摄之后再行适当的剪裁即可。在阴天下摄影，如果画面的色彩比较简单，使用自动白平衡可能会破坏色温，所以，针对不同的场景可以使用不同的白平衡模式。





樱花与背景所占的比例十分重要。

“死记硬背”虚化的技巧

虚化是使用单反相机拍摄的一大乐趣所在。美丽的虚化，也就是调整景深的时候也有许多技巧。（石田德幸）

掌握虚化的技巧

将背景虚化可以让焦点汇聚到近处的花卉上。为了达到满意的虚化效果，我们需要掌握比较固定的技巧。

①选择焦距在50mm以上（80mm以上最佳）的镜头。

②将F值（光圈值）降到最小（开放光圈的状态）。

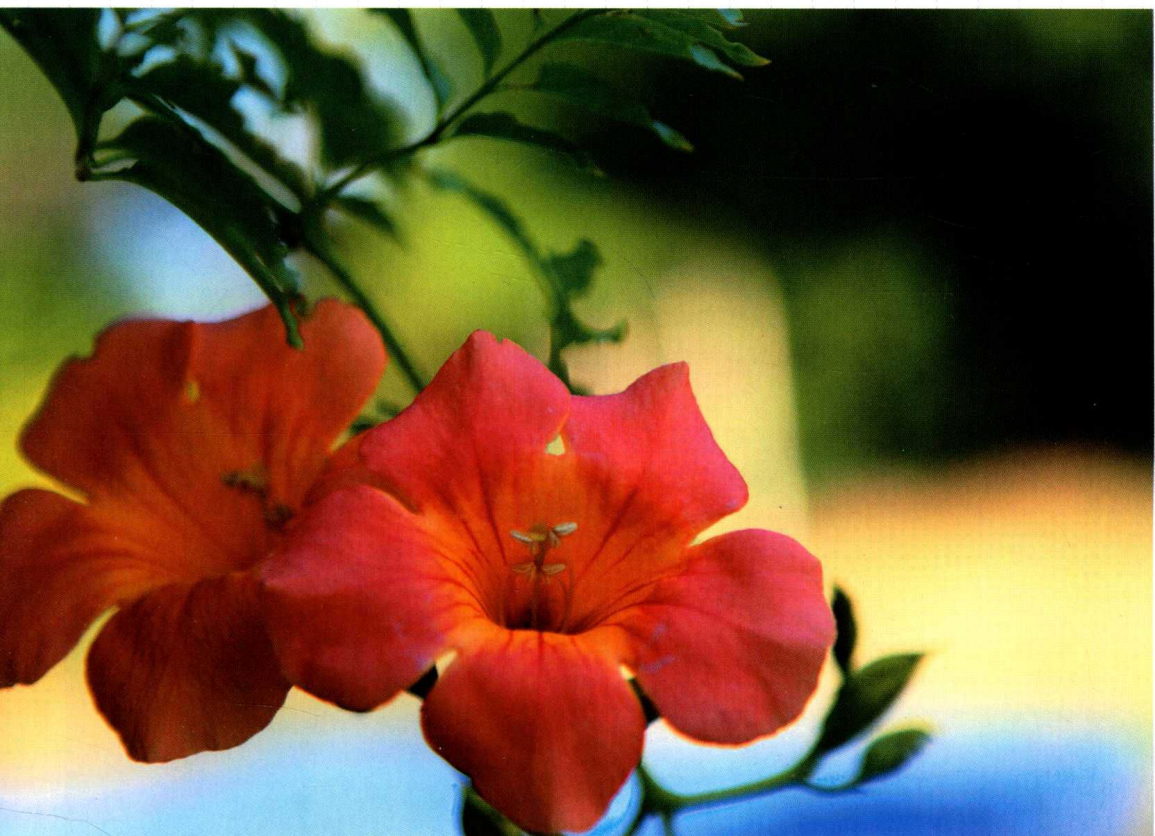
③尽量靠近花卉拍摄。

记住了以上3条技巧，那虚化的效果就手到擒来了。

值得注意的是，相机的图像感应器（相机内接受光线的部分）的大小会影响到虚化

效果的强弱变化。较小的感应器就不如较大的感应器的虚化效果好。一般卡片相机的感应器就较小，所以，没有办法拍摄出单反相机的虚化效果。所以，如果想要拍摄出绝佳的虚化效果，那就要使用数码单反相机拍摄。如果对于一般的虚化效果还不太满意，那可能得下成本买一个35mm全尺寸感应器的相机了（全画幅相机）。这样的相机感应器尺寸较大，能够轻松拍摄出柔美的虚化效果。

在29页我们还会对虚化的内容进行讲解，也可以使用微距镜头拍摄花卉。



这是使用全尺寸感应器的相机拍摄出来的花卉照片。使用的是70mm的焦距、F2.8的光圈值、最近对焦距离进行的拍摄。