

DIGITAL
PHOTOGRAPHY
COMPOSITION & LIGHTING

数码摄影

构图与用光

圣经

BIBLE

秦钰林 编著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

DIGITAL
PHOTOGRAPHY
COMPOSITION & LIGHTING

数码摄影

构图与用光

圣经

BIBLE

秦钰林 编著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内容提要

本书是一本详解数码摄影构图与用光专项技巧的书籍。本书针对初、中级数码摄影爱好者的需求进行编写，能够快速提升摄影技能，准确把握构图与用光技巧。

本书共 12 章，主要内容包括：数码相机进阶使用，数码摄影高级技法，摄影构图基础，常见摄影构图技法分解，人像、风景摄影构图实战，数码摄影中的曝光与测光，人像、风景、网店商品摄影用光实战等。

本书选例典型，全程图解，图例丰富，讲解清晰明了，旨在帮助读者更加轻松、迅速地掌握摄影构图与用光的各种精妙技法。不仅适合作为摄影初学者的入门工具书，也适合作为有一定基础的摄影爱好者和发烧级“摄友”交流或解决摄影问题的参考书。

图书在版编目 (CIP) 数据

数码摄影构图与用光圣经 / 秦钰林编著. —北京：中国
电力出版社，2014.1

ISBN 978-7-5123-5130-1

I. ①数… II. ①秦… III. ①数字照相机 - 摄影构图
②数字照相机 - 摄影光学 IV. ①J406②TB811

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第259607号

中国电力出版社出版、发行

(北京市东城区北京站西街 19 号 100005 <http://www.cepp.sgcc.com.cn>)

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2014 年 1 月第一版 2014 年 1 月北京第一次印刷

889 毫米 × 1092 毫米 16 开本 18.75 印张 534 千字

印数 0001—4000 册 定价 88.00 元

敬告读者

本书封底贴有防伪标签，刮开涂层可查询真伪
本书如有印装质量问题，我社发行部负责退换

版权专有 翻印必究









前言

发扬，或是打破法则

“好好学习它，然后忘记它”。关于构图法则，我常常与前来与我讨论的朋友这样说。“忘记”是我的摄影构图诀窍。现在，我传授给你了。

构图，是摄影入门的基本法则之一。学习构图，犹如学习语言中的语法。语法是重要的，但你学习外语的目的并非是为了学习语法，而是将这门语言作为一种与人沟通的工具。

也许在讨论构图之前，我们可以先讨论一下摄影方向的问题。

关于摄影，你可以成为其中的技术派——关注照片的组成部分、构图、光影、比例、细节、层次等能用参数进行量化、“科学”分析的东西。你也可以选择成为艺术派——注重照片本身的情感表达，引起人们在某种程度上的共鸣，照片的气氛感染力并不局限于照片内，而是暗含着某种强烈的画外之音。

如果你选择的是第一种——成为摄影中的技术派并刻苦钻研。那么恭喜你，在很长一段时间内，你将获得大部分人的崇拜。接下来只要选择一个主攻方向，各种商业拍摄就会接踵而至。你会发现，原来摄影是可以带来相当不错的财富收入的。至少，以后在你购买相机、升级器材的时候不会感觉到那么拮据。

而如果你选择遵循自己的内心去拍摄照片，我仍然要建议你认真学习构图、用光等摄影基本法则。但同时也要注意不要被这些条条框框所束缚。

现在，你既可以将技术做到极致而受到万人敬仰，也可以不炫技而用一些平实的手法打动自己、打动他人灵魂……

前者可以让大多数摄影者成为靠摄影生存的职业摄影师，而后者可以让仅有极少的一部分人，在经历各种磨难后成为伟大的艺术家。

路怎么走，你们自己挑咯！

特别感谢模特甜甜对本书的大力帮助。

目录



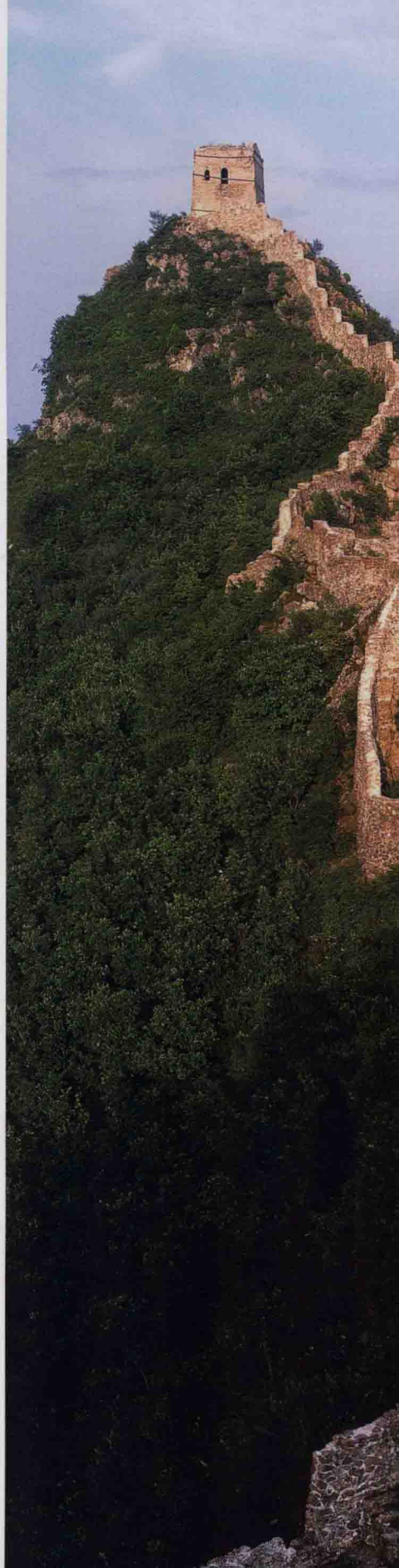
前言

Part 01 从业余到专业摄影的逆袭捷径

Chapter 01 数码相机进阶使用 2

牢记相机各部分名称,是提高摄影水平的第一步.....	3
正面.....	3
背面.....	3
上面.....	4
底面.....	4
正确的相机持机方法,能保证照片的质量.....	5
站姿拍摄.....	5
横拍姿势.....	6
竖拍姿势.....	6
错误的站立姿势及握持姿势.....	7
数码单反相机的基础设置与应用.....	8
快门设置.....	8
光圈设置.....	11
感光度(ISO)设置.....	12
灵活选择智能场景摄影模式.....	14
“傻瓜”也会用——AUTO全自动摄影模式.....	14
凝固运动瞬间——使用快门优先模式摄影.....	14
控制清晰度——使用光圈优先模式摄影.....	15
应对复杂光线——使用手动曝光模式摄影.....	16
控制噪点——选择合适的感光度值.....	16
噪点产生的原因.....	17
“高感度”抑制噪点.....	19
了解镜头的种类和特征.....	21
标准变焦镜头.....	21

远摄变焦镜头	22
广角变焦镜头	23
微距镜头	24
定焦镜头	25
Chapter 02 数码摄影高级技法	27
培养摄影眼	28
多观察	29
善用想象力	29
多阅读	30
多看一流的摄影作品	30
构图决定摄影成败	30
不怕曝光不足, 只怕曝光过度损失高光细节	31
保持好心情, 别为偏色而烦恼	32
使用安全快门速度	32
关键时刻使用手动对焦	33
勤用偏振镜	35
勤用三脚架和遮光罩	35
勤用图像处理软件优化数码照片	36
千万不可随意删除原始数码照片	37
风光摄影技巧要点	37
要点 1 确定主体, 用变焦调整构图	38
要点 2 尽量让画面保持水平或垂直	39
要点 3 使用三脚架牢牢固定相机	39
要点 4 在无限远处合焦	39
要点 5 反光镜预升	39
要点 6 使用圆偏光滤镜	39
动物摄影技巧要点	40
要点 1 灵活运用防抖功能	40
要点 2 根据情况选择合适的自动对焦模式	41
要点 3 选择自动对焦点的位置, 对动物眼部进行合焦	41
要点 4 将驱动模式设为连拍	41
要点 5 虚化背景, 突出作为主题的动物	41
要点 6 在动物园里拍摄时的技巧	41
街头抓拍技巧要点	42
要点 1 灵活运用镜头防抖功能	42
要点 2 截取自己觉得有趣的部分	43
要点 3 尽可能携带轻一些的器材	43
花卉微距摄影技巧要点	43
要点 1 找到合适被摄体的诀窍	43
要点 2 微距镜头的使用	44
要点 3 理解前景虚化、背景虚化的特性并灵活运用	44
要点 4 决定构图的诀窍	44
要点 5 灵活运用三脚架和球形云台	44





要点 6 使用反光板消去不必要的阴影	44
夜景摄影技巧要点	44
要点 1 使用负曝光补偿	45
要点 2 光圈优先自动曝光还是手动曝光	45
要点 3 隔着窗户拍摄时，将镜头紧贴玻璃窗	45
要点 4 使用快门线	46
要点 5 有一支手电筒将非常方便	46
要点 6 灵活运用实时显示功能	46

Part 02 巧妙的摄影构图打造绝美照片

Chapter 03 摄影构图基础..... 48

构图决定摄影成败	49
构图是照片的骨架	50
摄影构图的基本视觉元素	51
线条	51
形状	53
空间	55
色彩	55
影调	57
质感	59
完美照片的构图秘诀	60
追求简洁	60
画面均衡	62
黄金分割	63
追求创新	64
体现对比	65
摄影构图的基本因素与相互关系	66
构成摄影构图的基本元素	66
相互影响的结构要素	68

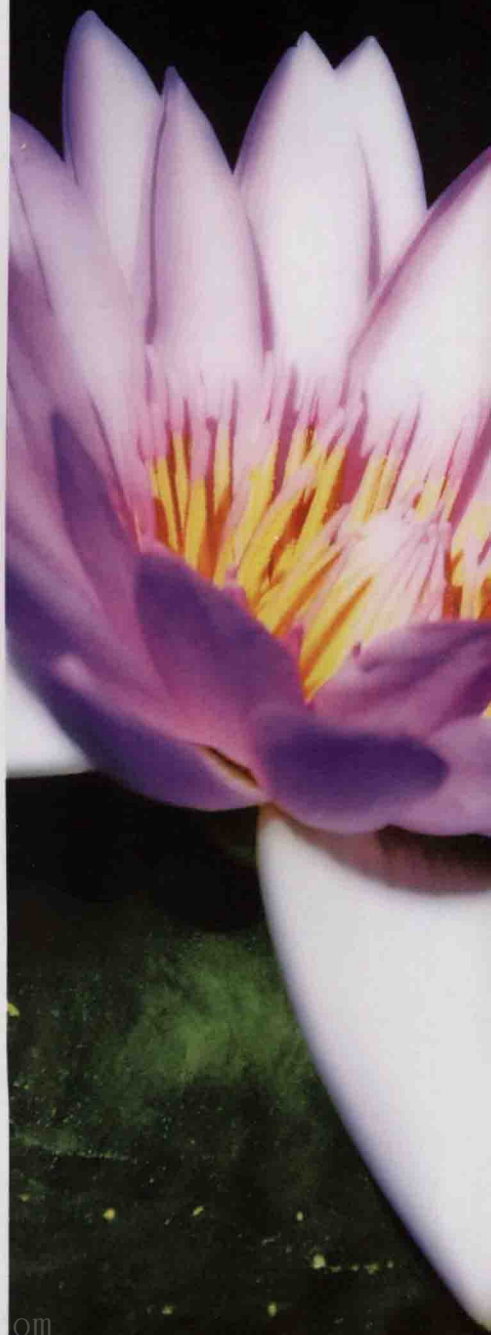
Chapter 04 20 种常见摄影构图技法分解..... 71

黄金分割构图	72
三分法构图	73
九宫格构图	75
线性构图	76
水平线构图	76
垂直线构图	77
斜线构图	79
曲线构图	81

不规则线构图	82
形状构图	82
十字形构图	82
三角形构图	85
框式构图	87
A 字形构图	89
圆形构图	90
棋盘式构图	92
隧道式构图	93
中央式构图	95
对比式构图	96
远近式构图	97
色彩构图	98
色彩间的相互关系	98
色彩搭配在摄影中的运用	100
影调构图	104
摄影构图中的影调	104
彩色影调	105
黑白影调	106
影调在摄影中的运用	108

Chapter 05 人像摄影构图实战 111

人像摄影中需要避免的错误构图	112
构图缺陷	112
姿势呆板	114
背景凌乱	115
人像摄影应该这样取景	117
特写人像	117
半身人像	119
七分身人像	121
全身人像	123
选择最恰当的拍摄视角	125
正面人像	125
侧面人像	126
3/4 侧面人像	127
背面人像	128
人像剪影	129
注重人物背景的取景	129
选择最合适的拍摄角度	132
平摄最为自然	132
仰拍表现人物高大	133



俯拍突出头部	136
人像摄影构图实战	138
三分法构图	138
中心式构图	139
三角形构图	142
对角线构图	144

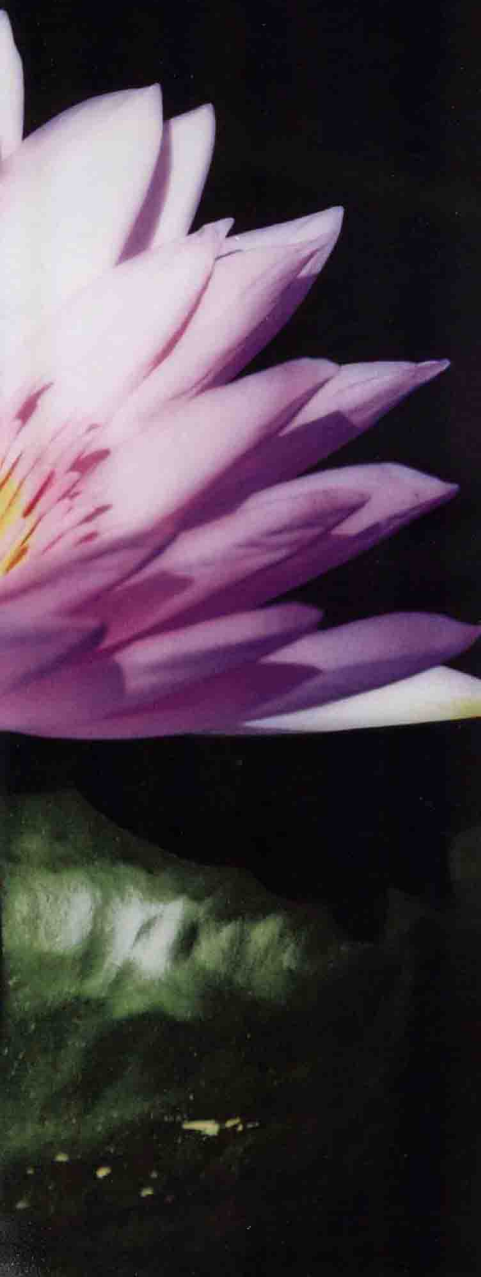
Chapter 06 风景摄影构图实战 146

好的风景照片构图原则	147
横幅与竖幅同样精彩	147
需要注意的取景角度	149
好的风景照片应该这样取景构图	150
选择合适的背景与角度	150
注重光线和构图的关系	151
主体与陪体的合理安排	152
花卉 / 树木摄影构图实战	154
城市 / 建筑摄影构图实战	157
湖泊 / 海洋摄影构图实战	159
溪流 / 瀑布摄影构图实战	162
山景 / 沙漠摄影构图实战	166
草原摄影构图实战	169
雪景摄影构图实战	172

Part 03 光影是摄影的灵魂

Chapter 07 揭开光线的神秘面纱 174

了解光源	175
光的聚散	175
光的散射	177
光的反射	177
光源方向	177
顺光	177
逆光	178
侧光	180
顶光	181
底光	182
光的强弱	183
光的软硬	184
光的颜色和色温	186
光比	187



Chapter 08 数码摄影中的曝光与测光..... 188

正确曝光是摄影的关键所在	189
正确曝光的重要性	189
曝光的决定因素	189
正确的曝光	189
曝光的精确判断——直方图	190
测光让曝光更加准确	193
测光的作用	193
TTL 测光表	194
主流测光模式	194
理解测光表指数	195
数码摄影的曝光设置	197
认识光圈、快门、感光度	197
光圈、快门、感光度的变化关系	198
APEX 曝光公式	199
白平衡	208
调整 EV	209

Chapter 09 数码摄影中的光线器材 215

使用闪光灯补光	216
闪光灯指数	216
闪光灯的柔化	216
闪光灯在室内的使用	218
直射闪光照明法	220
散射闪光照明法	220
室外辅助闪光	220
慢速闪光	220
使用跳闪	221
测光表的运用	221
不同类型的测光表	221
测光表的使用方法	221
反光板、柔光板和吸光板配合使用	222
光线滤镜的使用	223
各种滤光镜与黑卡	223
用偏振镜消除强反光	227
摄影棚照明中的用光技巧	228
摄影棚照明类型	228
单一光源	228
混合光源	229
摄影灯的使用规律	229



漫射光的使用	230
反射光的使用	230

Chapter 10 人像摄影用光实战 231

人像摄影的测光与曝光	232
不同感光度下的人像拍摄效果	234
选择不同光线角度拍摄人像	236
柔和阳光下拍摄人像	236
晴朗阳光下拍摄人像	238
晴天阴影处拍摄人像	238
逆光下拍摄人像	242
阴天人像拍摄	244
利用周围环境的明暗变化	244
使用闪光灯	245
利用早晨或黄昏的光线拍摄人像	246
早晨光线下的人像摄影	246
黄昏光线下拍摄人像	248
摄影棚中拍摄人像的布光	248
单灯人像	248
硬光单打	250
双灯人像	251

Chapter 11 风景摄影用光实战 252

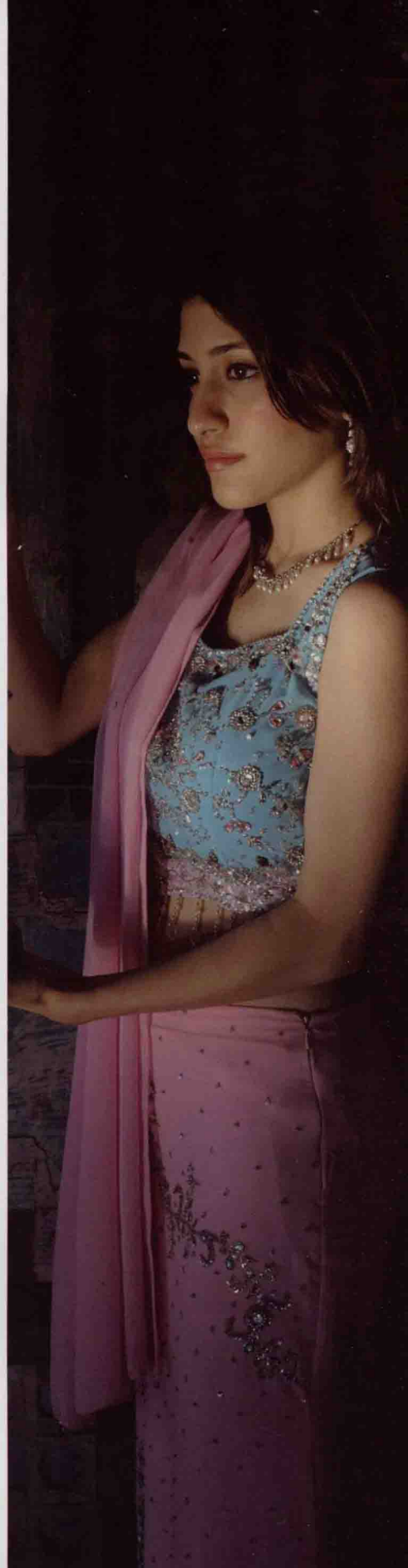
光线与时节的变化	253
不同时节拍摄景物	253
光线变化对景物的影响	255
光源方向的影响	257
顺光与风景摄影	257
侧光与风景摄影	258
逆光与风景摄影	259
散射光与风景摄影	260
自然风光拍摄实战	262
美丽的云	262
无云的晴天	264
透过薄云的阳光	264
清晨与傍晚	265
暮色降临时	266
夜景	267
瀑布	269
雪景	270
建筑物	271



恶劣天气拍摄实战.....	273
大雾天气.....	273
阴天.....	273
雨天.....	274
暴风雨.....	275
闪电.....	276

Chapter 12 网店商品拍摄用光实战 277

不同光线角度下静物效果.....	278
顺光.....	278
侧光.....	278
逆光.....	279
顶光.....	279
用光表现商品的色彩.....	279
聚光灯下的商品色彩.....	280
柔光箱下的商品色彩.....	280
用光表现商品的质感.....	281
利用侧光表现局部质感.....	281
利用室内光照表现质感.....	281
借助光位表现商品的形状.....	282
利用轮廓光强化轮廓.....	282
利用光线和拍摄位置突出造型.....	283
各类商品的拍摄布光和控光.....	283
拍摄吸光商品.....	283
拍摄反光商品.....	285
拍摄透明商品.....	286



数码摄影构图与用光圣经



Part 01

从业余到专业摄影的逆袭捷径

CHAPTER

01

数码相机进阶使用

