

DSLR/数码单反摄影

实拍技巧大全

FUN 视觉 编著



拍牛片，烧器材不如玩技法！

最全面的实拍技法宝典

精选户外人像、婚纱写真、儿童、体育纪实、人文纪实、舞台纪实、山峦、日出日落、湖泊、瀑布、海洋、树木、雪景、建筑、夜景、野生动物、宠物、鸟类、昆虫、花卉等20余类常见题材的数百种拍摄技法

最实用的实拍技巧大全

针对不同拍摄题材，分别从器材、视角、构图、用光、色彩、测光、对焦、曝光等方面讲解适用技法，简单、实用的技巧让你不知不觉就攻克了各种场景的拍摄难题



化学工业出版社

中国美术学院美术考级教材

实拍技巧大全

中国美术学院考级教材



中国美术学院美术考级教材

中国美术学院美术考级教材

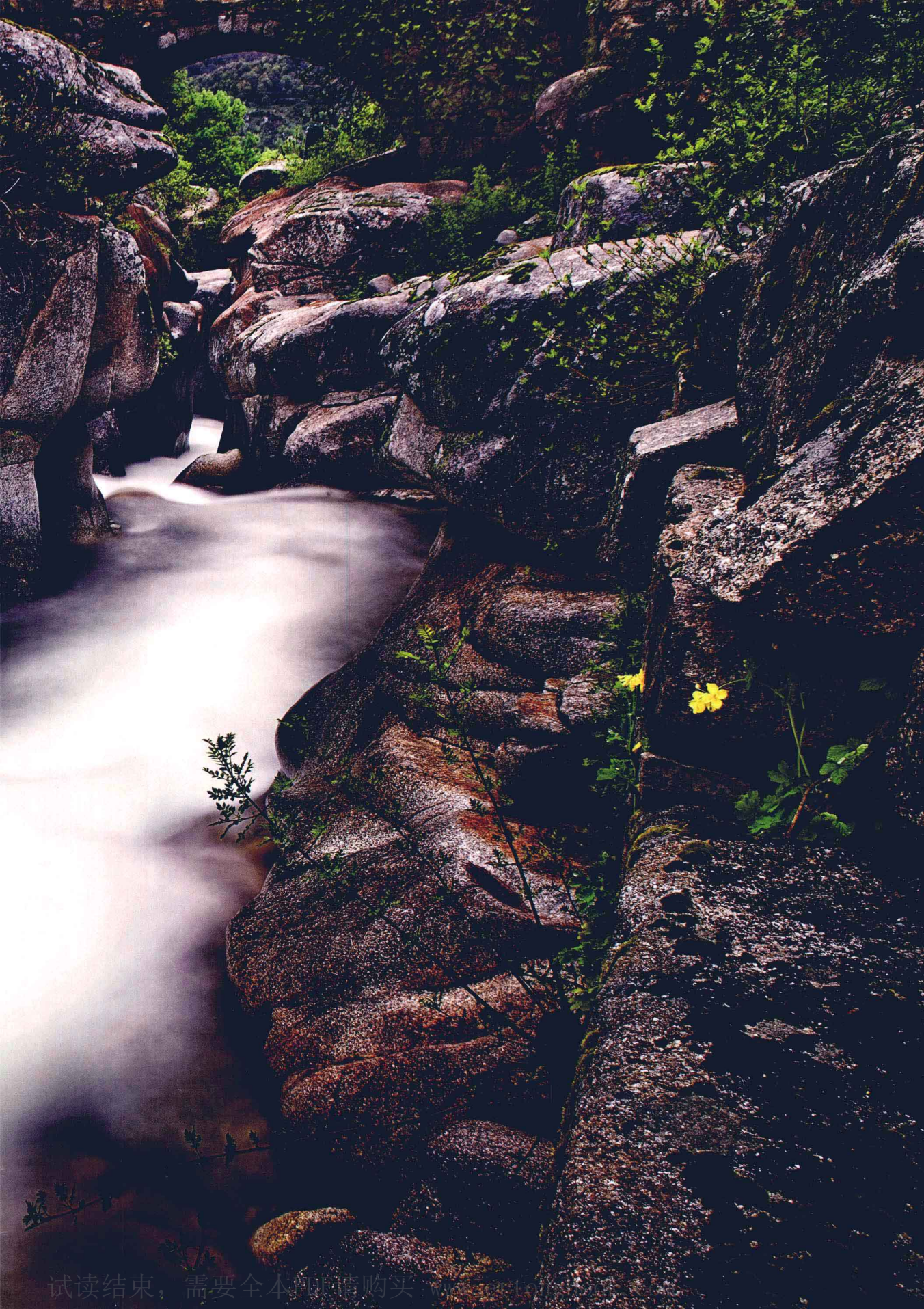
中国美术学院美术考级教材

焦 距: 85mm
光 圈: F1.8
快门速度: 1/400s
感 光 度: ISO100



焦 距: 17mm
光 圈: F8
快门速度: 20s
感 光 度: ISO100



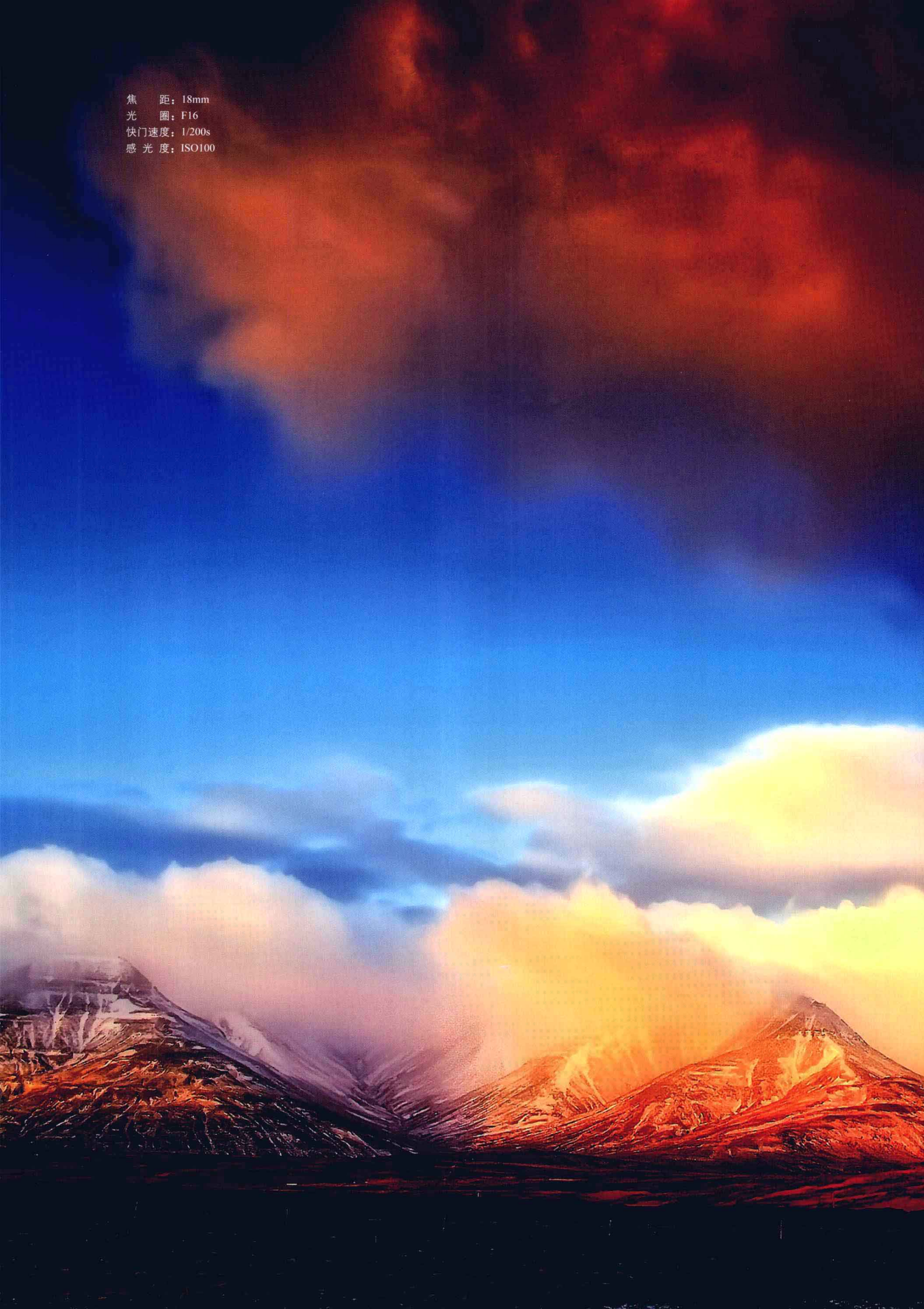


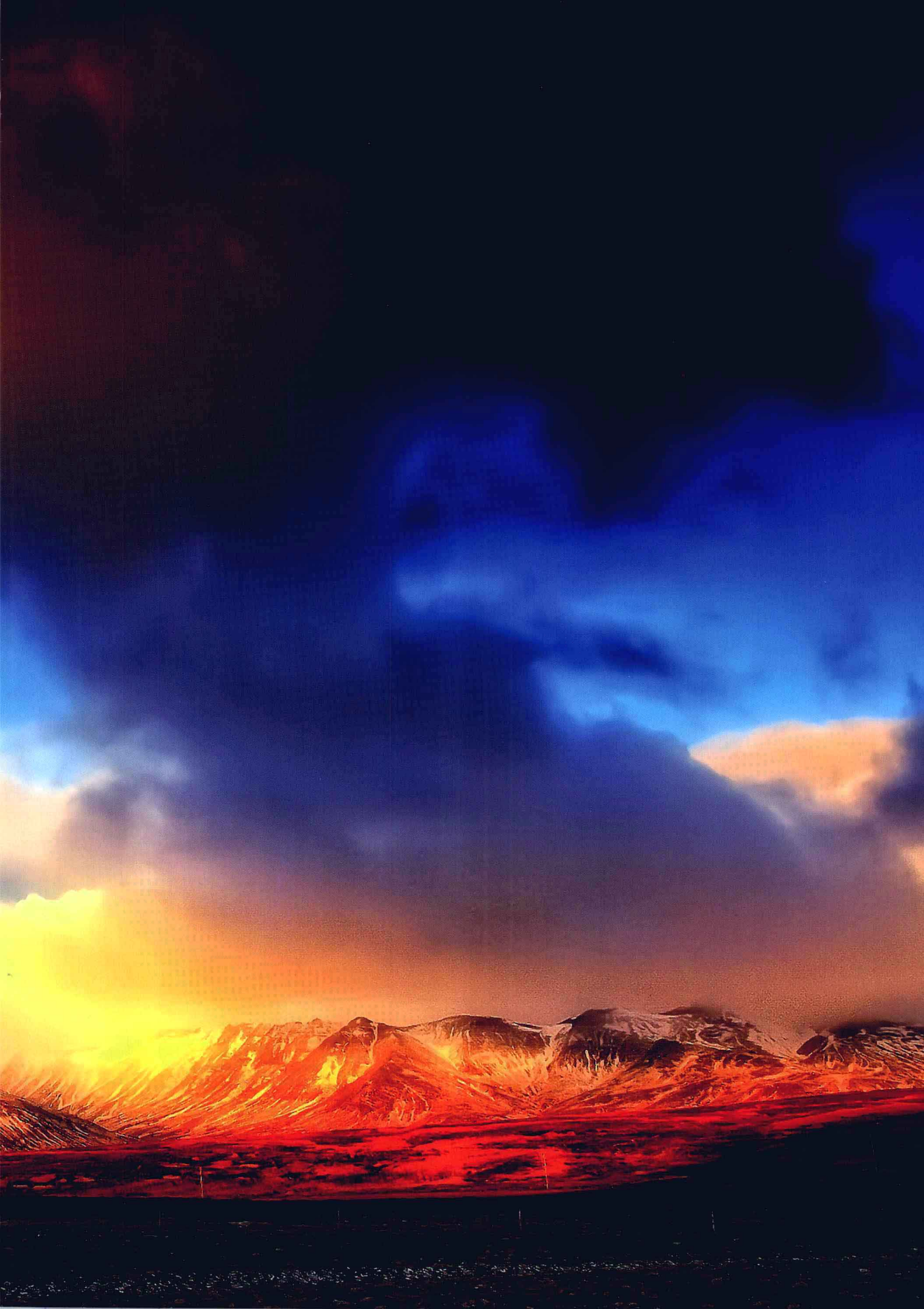




焦 距：18mm
光 圈：F16
快门速度：1/30s
感 光 度：ISO100

焦 距：18mm
光 圈：F16
快门速度：1/200s
感 光 度：ISO100







焦 距：200mm
光 圈：F2.2
快门速度：1/500s
感 光 度：ISO160

数码单反摄影实拍技巧大全

FUN 视觉 编著



化学工业出版社

· 北京 ·

摄影最终的目的是表达，而手段则是拍摄技法。对于初学者而言，绕开拍摄技法谈表达的优劣，则不免显得空泛。当前许多优秀的摄影师能够用“狗头”拍出“牛片”，除了因为他们独具慧眼外，正是因为他们有深厚的摄影技法功底。虽然，当前国内许多摄影论坛中摄影器材至上论的“器材党”不在少数，但随着学习的逐渐深入，相信其中的一大批人最终将成为“拍摄技法派”、“拍摄理念派”，而这也正是由技入道的基础。

本书正是一本能够帮助各位读者快速掌握并精通各类常见题材拍摄技法的实用型图书，详细讲解了户外人像、婚纱写真、儿童、体育纪实、人文纪实、舞台纪实、山峦、日出日落、湖泊、瀑布、海洋、树木、雪景、建筑、夜景、野生动物、宠物、鸟类、昆虫、花卉等20余类常见题材的数百种拍摄技法。即使是接触摄影时间不长的读者，只要认真阅读本书，就能够掌握绝大多数摄影题材的拍摄技巧，成为轻松驾驭各类摄影题材的摄影高手并非难事。

图书在版编目(CIP)数据

数码单反摄影实拍技巧大全 / FUN 视觉编著.

北京: 化学工业出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-122-14932-9

I. 数... II. F... III. 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(2012)第 166130 号

责任编辑: 王思慧 孙 炜

装帧设计: 王晓宇

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 北京方嘉彩色印刷有限责任公司

787mm×1092mm 1/16 印张 17 字数 424 千字 2012 年 9 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 79.80 元

版权所有 违者必究

前言

瞧，这张照片真棒！这是在一些与摄影相关的场合经常能听到的一句话。

棒在那里？因为它漂亮，因为它有故事、因为它很难拍到，因为它有纪念意义……

总之，它能够将观者的目光牢牢吸引住。生活中处处存在美，值得拍照的事物随处可见，例如一个小女孩无助、哀伤的眼神，一片红艳似火的沙漠，一道雨后天边泛起的彩虹，一个趴在窗边向外眺望的孩子，一个用干瘪乳房给婴儿喂奶的山村农妇，一束照在老房子屋角的斑驳光影，一只在迷雾中飞舞的黑蜻蜓等等。当人们欣赏这些照片时，会产生或难忘、或痛苦、或失落、或惊愕、或沉思、或欣慰、或狂喜的情绪，并在脑海中留下深刻的印象。

而发现这些值得拍摄画面的能力，则是成为优秀摄影师的第一步，这种能力来源于长期坚持不懈的拍摄实践活动与自我审美素养的提高，这就是摄影圈中常提到的培养“摄影眼”。

对于摄影初学者而言，要想拍出好照片，除了培养自己发现美的慧眼以外，熟练掌握并精通各类题材的拍摄技法至关重要，只有这样，才能捕捉到精彩的瞬间，把想法变成摄影作品。否则，面对美景或稍纵即逝的罕见瞬间也会由于技法上的匮乏而错失良机，这正印证了“机会总是给有准备的人”这句俗语。

摄影技法并不是一个空泛的名词，具体到人像、风光、生态、纪实等方面的摄影题材时，就是一个个具体的拍摄思路、拍摄手法、器材使用等。只是针对日出日落这一题材而言，就有很多拍摄技法需要掌握，例如，如何拍摄出大大的太阳、如何在拍摄太阳时不会曝光过度、如何在日落时拍摄出漂亮的剪影、如何拍摄出太阳的光芒等等。

如果你十分渴望成为一名优秀的摄影师，那就先从掌握摄影技法开始吧，只有真正掌握了这些拍摄技法，才能够以先有法而后无法的方式拍出与众不同的摄影作品。

本书正是一本能够帮助各位读者快速掌握并精通各类常见题材拍摄技法的实用型图书，详细讲解了户外人像、婚纱写真、儿童、体育纪实、人文纪实、舞台纪实、山峦、日出日落、湖泊、瀑布、海洋、树木、雪景、建筑、夜景、野生动物、宠物、鸟类、昆虫、花卉等20余类常见题材的数百种拍摄技法。即使是接触摄影时间不长的读者，阅读本书之后，也能够掌握绝大多数摄影题材的拍摄技巧，轻松应对各种拍摄场合的挑战，用画面完美地表达出自己的情感、环境氛围……

读书，拍摄，行动起来吧，优秀的摄影作品并非可望而不可及！

本书是集体劳动的结晶，参与本书编著的包括雷剑、吴腾飞、雷波、左福、范玉婵、刘志伟、李美、邓冰峰、詹曼雪、黄正、孙美娜、刑海杰、刘小松、陈红艳、徐克沛、吴晴、李洪泽、漠然、李亚洲、佟晓旭、江海艳、董文杰、张来勤、刘星龙、边艳蕊、马俊南、姜玉双、李敏、卢金凤、李静、肖辉、寿鹏程、管亮、马牧阳、杨冲、张奇、陈志新、孙雅丽、孟祥印、李倪、潘陈锡、姚天亮、车宇霞、陈秋娣、楮倩楠、王晓明、陈常兰、吴庆军、陈炎、苑丽丽等。

编者
2012年7月

人像纪实篇

Chapter 01

人像摄影通用技法

人像摄影常用镜头.....	22
使用中焦镜头拍摄亲切、自然人像.....	22
使用广角镜头拍摄人像能容纳更多环境元素.....	23
使用长焦镜头拉近人物并获得不错的虚化效果.....	24
人像摄影曝光设置.....	26
根据被摄人物动静确定快门速度.....	26
增加曝光补偿拍出白皙皮肤.....	26
灵活应用白平衡拍摄人像以表现真实色彩.....	27
暗光条件下拍摄人像应适当提高感光度.....	27
人像摄影常用拍摄模式.....	28
使用程序自动模式拍摄人像.....	28
使用人像场景模式拍摄人像.....	28
使用光圈优先模式拍摄人像.....	29
使用手动模式拍摄人像.....	29
人像摄影常用测光模式.....	31
利用中央重点测光拍摄人像.....	31
利用点测光拍摄人像.....	31
人像摄影常用对焦方法.....	32
尽量使用自动对焦模式拍摄人像.....	32
手动选择对焦点拍摄人像.....	32
人像摄影常用画幅形式.....	33
横画幅构图表现环境人像.....	33
竖画幅构图突出人像主体.....	33
人像摄影常用构图形式.....	34
三分法构图灵活表现人物主体.....	34
S形构图表现人物的柔美身姿.....	35
L形构图表现端庄、典雅人像.....	36
满画面构图突出人物局部特征.....	36
斜线构图表现人物的修长身材.....	37
人像摄影常用拍摄视角.....	37
平视角度拍摄人像真实、自然.....	38
俯视拍摄人像展现空间层次与妩媚.....	39
仰视角度拍摄使人物显得更修长.....	40
人像摄影常用拍摄方向.....	40
正面拍摄人像.....	41
3/4侧面角度拍摄人像.....	41
全侧面角度拍摄人像.....	42

背侧面角度拍摄人像.....	43
背面拍摄人像.....	43
人像摄影常用景别.....	44
全景人像展现整体与环境.....	44
中景人像展现动作姿态与环境.....	45
中近景人像表现神态与渲染气氛.....	45
近景人像展现头部姿态与面部表情.....	46
特写人像刻画局部细节.....	46
浅景深人像拍摄技巧.....	47
使用大光圈拍摄浅景深人像.....	47
使用长焦镜头拍摄浅景深人像.....	47
通过靠近模特获得浅景深.....	48
安排模特远离背景获得浅景深效果.....	48
人像摄影影调应用.....	49
中间调人像真实感强.....	49
高调人像干净明朗.....	49
低调人像深沉有力.....	50
人像摄影色彩应用.....	51
暖色调人像给人以温馨的感觉.....	51
冷色调人像给人沉稳的感觉.....	52
中间色调人像有种自然的美感.....	53
利用对比色突出被摄人物.....	54
利用邻近色营造和谐氛围.....	54

Chapter 02

户外人像摄影技法

户外人像摄影用光技巧.....	56
拍摄时避免直射光照射模特.....	56
使用反光板为阴影区补光.....	57
顺光不易在脸部留下阴影.....	58
侧光可使五官更有立体感.....	58
逆光为身体赋予轮廓感.....	59
根据不同时段光线特点拍摄人像.....	60
特殊光线环境人像拍摄技巧.....	61
阴天光线适合表现女性温婉的气质.....	61
阴天拍摄人像的曝光原则.....	62
阴天拍摄人像要增加曝光补偿.....	63
阴天拍摄人像时注意调节白平衡.....	63
如何在午后强光条件下拍摄人像.....	64
如何拍摄夜景人像.....	66
户外运动人像拍摄技巧.....	67



Chapter 03

婚纱写真摄影技法

拍摄浪漫婚纱照的三个“必杀技”	70
选择均匀的光线	70
适当增加曝光补偿拍摄身穿白色婚纱的新娘	71
用高调画面表现新娘幸福甜蜜的表情	71
婚纱写真摆姿要点	72
站姿要点	72
坐姿要点	73
手姿要点	73
主题婚纱摄影的风格	74
时尚风格主题婚纱摄影	74
画意风格主题婚纱摄影	75
欧式风格主题婚纱摄影	76
民族风格主题婚纱摄影	77

Chapter 04

儿童摄影技法

引导儿童进入状态的技巧	80
由他人引导儿童	80
呼唤宝宝的名字	80
让孩子们忙碌起来	81
顺其自然就好	81
值得记录的精彩	82
捕捉最真一刻	82
小道具大用途	82
拍摄儿童面部特写	83
珍藏儿时的情感世界	84
玩耍中的儿童	85
拍摄可爱的身形	86
安静的乖巧宝贝	88
儿童摄影注意事项	88
别用闪光灯伤害儿童的眼睛	88
和他/她一样高	89

Chapter 05

纪实摄影技法

体育纪实摄影技巧	92
----------	----

选择适用的镜头	92
使用连拍保持成功率	92
尽可能提高快门速度	93
使用陷阱对焦锁定焦点	93
追随拍摄表现动感	94
人文纪实摄影技巧	94
以真实为前提	94
决定性瞬间	95
抓取鲜活的表情	95
反映地域特色	96
舞台纪实摄影技巧	96
变焦镜头有利于取景	96
使用高ISO保证充分曝光	97
使用慢速快门营造特殊气氛	97
慎用闪光灯,以免破坏画面气氛	98
设置白平衡获取特殊色彩	98

自然风光与城市风光篇

Chapter 06

自然风光摄影通用技法

自然风光摄影常用镜头	102
使用广角镜头拍摄大场面的自然风光	102
使用中长焦镜头将远处的景物拉近拍摄	102
自然风光摄影常用附件	103
消除反光用的偏振镜	103
降低反差用的渐变镜	104
降低进光量用的中灰镜	105
保持相机稳定的快门线和遥控器	105
增加拍摄稳定性的脚架	106
自然风光摄影常用拍摄模式	107
使用风景模式拍摄自然风光	107
使用程序自动模式拍摄自然风光	107
使用光圈优先模式拍摄自然风光	108
使用快门优先模式拍摄自然风光	108
使用全手动模式拍摄自然风光	109
自然风光摄影的曝光控制	110
准确曝光得到影调与色彩表现较好的画面	110
灵活应用白平衡还原景物真实色彩	113
使用预设白平衡	113
手动选择色温	113

自然风光摄影尽量使用低感光度.....	115
自然风光摄影中曝光补偿设置原则.....	115
曝光锁定适合光线复杂的环境.....	118
在光线很难把握时使用包围曝光提高成功率.....	119
将包围曝光拍摄的照片合成为HDR图像.....	120
自然风光摄影的景深控制.....	121
自然风光摄影常用画幅类型.....	121
竖画幅适合表现纵深与高大.....	121
横画幅适合表现宽广.....	123
超宽画幅适合表现全景画面.....	123
自然风光摄影构图中的画面元素.....	124
以点作为主体突出画面的简洁.....	124
以多点表现画面的丰富感.....	124
用线条引导视觉.....	125
用线条分割画面.....	125
用线条制造透视感.....	126
用面作为画面的载体.....	126
自然风光摄影构图中的主体、陪体与 环境.....	127
突出画面主体表现画面的主题思想.....	127
利用画面陪体衬托画面的主体.....	128
利用画面环境营造画面气氛.....	129
点、线、面的综合运用.....	130
自然风光摄影常用构图形式.....	131
三分法构图获得自然和谐的画面.....	131
水平线构图可增加画面的视觉张力.....	132
斜线构图使画面更具动感.....	133
曲线构图可增加画面的韵律感.....	133
对称式构图可产生稳定的协调感.....	134
框式构图可集中观者视线.....	135
正三角形构图给人以稳定感.....	135
透视牵引构图可引导观者视线.....	136
圆形构图可给人饱满的视觉感受.....	136
自然风光摄影典型光线.....	137
侧光拍摄风光可突出其立体感.....	137
逆光拍摄自然风光可形成剪影效果.....	138
侧逆光拍摄自然风光可以强化画面的空间感.....	139
自然风光摄影中各时段光影特性.....	139
晨曦的光线.....	139
上午的光线.....	140
中午的光线.....	141
下午的光线.....	141
黄昏的光线.....	142

Chapter 07 山景摄影技法

拍摄山景的准备工作.....	144
根据山景的远近选择适宜的镜头.....	144
独脚架稳定相机又辅助爬山.....	144
使用双肩摄影包释放双手.....	144
选择视野开阔的拍摄地点.....	144
山景摄影曝光技巧.....	145
以地面为主采用包围曝光方式.....	145
以天空为主增加曝光补偿.....	145
灵活设置白平衡营造山景的氛围.....	146
山景摄影构图技巧.....	146
利用云雾表现山景的仙境效果.....	146
选择合适的角度拍摄不同的山势.....	147
选择不同画幅表现山的不同气势.....	148
三角形构图突出山的稳定感.....	149
V形构图突出山谷的交错.....	149
利用天然画框集中视线.....	150
山景摄影用光技巧.....	150
侧光拍摄山景的立体感很强.....	150
逆光拍摄山的剪影.....	151
柔光下的山景很有意境.....	151
表现山峦连绵起伏的层次感.....	152
拍摄全景的山景照.....	153
拍摄时固定相机的位置保证机位高度不变.....	153
选用中长焦镜头避免画面透视变形不易拼接.....	153
手动曝光保证每张片明暗一致.....	154
利用多拍摄出来的面积充分重叠画面.....	154

Chapter 08 日出、日落摄影技法

拍摄日出、日落的准备工作.....	156
选择合适的摄影器材.....	156
选择最佳的拍摄季节.....	158
选择合适的拍摄地点.....	158
选择最佳的拍摄时间.....	159



利用白平衡营造不同的画面气氛.....	160
日出、日落摄影曝光技巧.....	162
以天空亮度为测光依据.....	162
以水面反光为测光依据.....	162
以地面景色为曝光依据.....	162
利用小光圈拍摄太阳的光芒.....	163
尽量缩小光圈表现霞光.....	163
减少曝光补偿增强画面色彩.....	164
日出、日落摄影构图技巧.....	164
寻找画面前景衬托太阳.....	164
拍摄日出、日落剪影保持画面的简洁.....	165
利用海面倒影增强画面的空间感.....	166
为升起的太阳预留运动空间.....	166

Chapter 09 水景摄影技法

拍摄水景的准备工作.....	168
选择广角镜头表现海面的辽阔感.....	168
使用偏振镜突出水面碧蓝的颜色.....	168
避免水面发暗天空过曝.....	168
利用合适的构图表现水景的美感.....	169
对称构图拍摄倒影展现对称之美.....	169
曲线构图展现海面流畅的线条美感.....	169
利用前景打破水面的单调感.....	170
水平线构图展现水面的宽广感.....	170
拍摄宁静的湖泊.....	170
利用秋季多彩的树叶表现湖面的绚烂多彩.....	170
利用倒影强化画面色彩.....	171
拍摄瀑布.....	172
延长曝光时间表现丝绸般的瀑布水流.....	172
选择合适的画幅形式表现瀑布的气势.....	172
拍摄波光粼粼的水面.....	173
逆光低角度拍摄黄昏时的水面.....	173
利用长焦镜头表现水面的波纹.....	173
拍摄变化万千的大海.....	174
利用周围的环境丰富海景画面.....	174
平静的沙滩别样的景致.....	175
高速快门表现波涛汹涌的海浪.....	175
降低快门速度表现虚化的海面.....	176
让落日为海洋增添气氛.....	176

Chapter 10 树木摄影技法

选择拍摄树木的最佳时间.....	178
树木摄影常用拍摄视角与构图方法.....	179
俯视拍摄大场景树林.....	179
仰视拍摄表现树木的高大.....	179
垂直线构图表现蓬勃生长的树木.....	180
拍摄树木特写以突出其细节.....	180
表现树林间的光芒.....	181
小光圈利于表现林间的“光芒四射”.....	181
适当减少曝光补偿加大画面的明暗反差.....	181
拍摄铺满黄叶的林荫小路.....	182
拍摄雪后的林木.....	182
表现树木的外部结构形态.....	184
拍摄修长的树影.....	185
借助林中雾气营造梦幻意境.....	185
拍摄造型各异的树叶.....	186
表现特殊的树叶形态.....	186
以暗色背景衬托半透明的树叶.....	186

Chapter 11 冰雪摄影技法

选择合适的拍摄时机.....	188
根据环境设置白平衡.....	189
正确使用曝光补偿.....	190
通过对比为画面增加形式美感.....	190
拍摄雪花飞舞的场面.....	192
利用前景赋予雪景生动的气息.....	192
光线的选择很重要.....	193

Chapter 12 建筑摄影技法

建筑摄影的5个表现要点.....	196
表现立体感.....	196
表现体量感.....	196