

美少女拍摄秘技

9位台湾摄影名家的拍摄秘技

99招

骆志青 刘纯兴 陈思豪
张子彦 岚 林坤信
冯国轩 赖国豪 王威仁 著



中国摄影出版社

A woman with long dark hair, wearing a blue dress, is lying in a white hot tub. She is looking towards the camera with a slight smile. Her right arm is raised, and her left hand is resting on the edge of the tub. The hot tub has several jets and a control panel on the right side.

美少女 拍摄秘技

骆志青 刘维兴 陈思豪
张子彦 岚 枫 林坤信
冯国轩 赖国豪 王威仁 著

中国摄影出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美少女拍摄秘技 / 骆志青等著. —北京: 中国摄影出版社, 2012.1

ISBN 978-7-80236-693-0

I. ①美… II. ①骆… III. ①女性—人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第281423号

策 划: 盛益文化
责任编辑: 张大鹏 谢建国
执行编辑: 陈 馨
设 计: 知墨堂文化

书 名: 美少女拍摄秘技
作 者: 骆志青 刘纯兴 陈思豪等
出 版: 中国摄影出版社
地 址: 北京东城区东四十二条48号 邮 编: 100007
发 行 部: 010-65136125 65280977
网 址: www.cp-phbook.com
邮 箱: office@cp-phbook.com
印 刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司
开 本: 710mm×960mm 1/16
印 张: 14
版 次: 2012年1月第1版
印 次: 2012年1月第1次印刷
ISBN 978-7-80236-693-0
定 价: 49.80 元

版权所有 侵权必究



目 录

contents

第二章 善用光线为影像加分

第一章 表情与姿势

开心	2
微笑	4
快乐	6
朝气	8
性感魅力	10
可爱	12
无辜	14
凝视	16
遥望远方	18
半身照	20
全身照	24
运用构图展现身姿	26
善用服装特性搭配肢体动作	28
甜美自然的动作	30
捕捉自然摆动的瞬间	32
在床上展现性感曲线	34
捕捉浴室中淋湿的撩人画面	36



顺光与逆光影像的差异	40
顺光拍摄技巧	42
白天也能使用同步闪光功能	44
逆光拍摄技巧	47
逆光下运用白色反光板	50
逆光下运用银色反光板	52
善用两块反光板	54
捕捉眼神光	56
学会控制眼神光效果	58
补光技巧	60
顺光如何拍	62
逆光如何拍	64
半逆光的掌控	66
运用柔和的光线	68
反光板的辅助效果	70
使用闪光灯补光，保留天空背景的层次	72
在阴天拍出晴天的感觉	74
拍出黄昏夕阳的光线	76
善用雨伞增添画面色彩	78
结合现场更有气氛	80
水滴与浪漫感的呈现	82
保留背景光线的夜间人像	84
善用街灯与环境光	86
火花与仙女棒的点缀	88
使用车头灯	90
慢速闪光灯与晃影制造	92
单灯反射补光	94
离机单灯创作个性影像	96
双灯营造个人风格	98
三灯打出媲美摄影棚作品	100

第三章 深入了解镜头的特性

长焦、标准与广角镜头的特性	104
定焦镜头和变焦镜头的差异	107
大光圈镜头的优势	110
长焦镜头与超长焦镜头	112
大光圈标准镜头室内拍摄的优势	114
用广角镜头拍摄环境人像作品	116
用广角镜头近拍人像的特殊效果	118
移轴镜头运用于人像摄影	120
前后左右灵活移动拍摄位置	122
便宜的套机镜头也能发挥大作用	124
人像镜头的魅力	126

第四章 相机设置

人像摄影拍摄模式	130
色调的设置	132
测光模式的设置	134
白平衡的设置	137
曝光补偿的使用时机	140
善用过曝警示和直方图	142
风格选项的套用	144
移动人像的追焦	146
高感光度的运用	148

第五章 技巧发挥

背景选择小技巧	152
利用不同视角改变视觉感受	154
拍摄镜中影像	156
利用镜面反射增添趣味	158
水是好用的元素	160
随手可得的照片	162
用大块的布丰富影像变化	164
模特的跳跃或飞舞动作	166

滤镜	168
混合光源色温	170
黑白摄影	172
水下摄影	174
多灯补光获得时尚影像	176

第六章 构图

情境元素	180
肢体动作	182
明眸传神	184
井字构图	186
对角线构图	188
左右平衡	190
宾主关系	192
纵向透视	194
横向空间	196
视觉元素：点	198
视觉元素：线	200
视觉元素：面	202

第七章 软件处理

漂亮的肤色	206
柔焦效果	208
艺术风格	210
加深天空的湛蓝	212
完美肌肤	214
为背景制造散景效果	216
清除影像中的黑点和杂物	218



第一章

表情与姿势

放松心情，开心地绽放笑容吧

拍摄夸张的喜怒哀乐表情时，自然是最重要的。当影像要传达快乐的感觉时，笑容是很重要的因素之一。在拍摄时，建议不要请模特先做好表情再拍摄，这样看起来会比较做作。正确的做法是，先设定一个情境让模特发挥（如游玩或奔跑，定点拍摄也可以，但表情要丰富），动态之中可以利用相机的连拍功能捕捉画面，但对焦要设为连续自动对焦模式，并保持一定的快门速度，以免画面模糊而失去重点。

范例中，下页左图利用85mm或焦距更长的焦段，和被摄者保持一定的距离，紧张与压迫的感觉会比较小；再采用连拍模式捕捉最自然的开心表情。一方面可以减轻模特的压力，另一方面也可以形成较小的景深，突显被摄主体，这是摄影师常用的小技巧。

当面对面拍摄时（如下页右图），摄影师就需要拿出本领来逗模特开心。例如，让她想些开心的事，讲笑话或假设某些愉快的情境。被摄者自然进入快乐的感觉后，就会绽放开心的笑容，摄影师就可以用相机记录下永恒。



专用设置与小提示：

- ◆拍摄模式：光圈优先模式/连续拍摄 ◆白平衡：自动 ◆影像格式：RAW
- ◆测光模式：矩阵测光 ◆风格设置：人像 ◆自动对焦区域：3D跟踪
- ◆小提示：拍摄开心表情时，捕捉瞬间的动作与表情很重要。如果控制不好时间点，可利用连拍功能拍摄三四张，事后再进行筛选。另外，还可以利用一些小道具来增强画面的活泼感。



左图：

- 在户外的草地上，让模特拿着风车玩，使用连拍功能捕捉最自然的表情。
- 拍摄信息：Nikon D80相机+Nikon 85mm f/1.8D镜头，光圈f/3.5，快门1/250秒，ISO400，自动白平衡，RAW格式。

天气：晴天

草地



采用长焦镜头捕捉

右图：

- 在街上拍摄时，开心的笑容有一种渲染力。
- 拍摄信息：Nikon D80相机+Tamron17-50mm f/2.8 XR DiII镜头，光圈f/4，快门1/80秒，ISO200，自动白平衡，RAW格式。



微笑的重点在于自然

从小到大拍照时，按快门的人最常说的话几乎都是“来，笑一个”。“微笑”看似简单，但却不容易拍得出色。

面对的被摄对象是非专业模特时，摄影师要充当欢乐的因子，来缓和拍摄时的紧张气氛。许多摄影高手往往都是善于说笑话、会逗模特开心的人。模特的心情愉悦轻松，才容易表现出自然不做作的神态。另外，也可以请模特熟识的朋友陪她闲聊些开心的话题。摄影师则从旁边侧拍，往往能捕捉到出乎意料的自然笑容。

光线的掌握与服装的搭配，也是微笑作品需要注意到的因素。若模特穿着很酷，在废墟环境的光线中微笑，感觉就会非常怪异。所以场地、服装和光线都是重要条件，当然这些斟酌的平衡点也要视摄影师想要呈现的影像与画面而定。



专用设置与小提示：

- ◆ 拍摄模式：光圈优先模式/单张拍摄 ◆ 白平衡：自动 ◆ 影像格式：RAW+JPEG
- ◆ 测光模式：评价测光 ◆ 风格设置：标准 ◆ 自动对焦区域：单点自动对焦（中央）
- ◆ 小提示：甜美的笑容人人爱看，过多却容易流于俗套，聪明的摄影师要懂得掌握分寸。



上图：

- 拍摄信息：Canon 5D Mark II相机+Canon 85mm f/1.2 L II镜头，光圈f/2，快门1/500秒，ISO400，自动白平衡，RAW+JPEG格式。



右图：

- 真挚且发自内心的微笑，往往最能引起观赏者的共鸣。
- 拍摄信息：Canon 5D Mark II相机+Canon 135mm f/2L镜头，光圈f/2，快门1/125秒，ISO400，自动白平衡，RAW+JPEG格式。

利用姿势与表情，让画面呈现出快乐的氛围

想让画面呈现出快乐的氛围，摄影师可引导模特利用现场环境及道具灵活布置。此时被摄者会放松心情且自然地伸展肢体，摄影师如果能利用连续抓拍的方式，捕捉被摄者瞬间的自然神情，画面会更具有感染力，呈现出快乐的氛围。

要拍摄出快乐的神情，很多时候都是拍摄机会，并不需要设定太多规则，否则模特会失去自我表现的机会。要获得最自然的快乐笑容，不能让模特笑得脸都僵硬了才按下快门，这种感觉会让观赏者觉得太假了。试着提供一个情境、一个主题或一个想象的空间给模特，让她轻松地进入角色，这绝对是最好且最简单的方式。



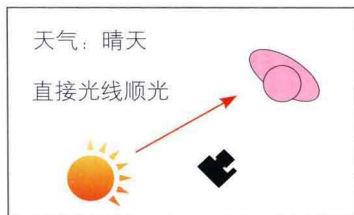
专用设置与小提示：

- ◆拍摄模式：光圈优先模式/单张拍摄 ◆白平衡：自动 ◆影像格式：RAW+JPEG
- ◆测光模式：多区分割测光 ◆风格设置：标准 ◆自动对焦区域：中央定点
- ◆小提示：可以携带小道具或利用现场环境，让模特玩乐或与之互动。拍摄时，请模特不必在意镜头的位置，摄影师把握时机抓拍即可。



左图：

- 捕捉自然表情，让人与画面融合，呈现出快乐的氛围。
- 拍摄信息：Sony α 900相机+Sony Planar T* 85mm f/1.4 ZA镜头，光圈f/3.2，快门1/2000秒，ISO100，自动白平衡，RAW+JPEG格式。



右图：

- 捕捉肢体动作和自然表情，让画面呈现出快乐玩耍的感觉。
- 拍摄信息：Sony α 900相机+Sony Planar T* 85mm f/1.4 ZA镜头，光圈f/3.2，快门1/2000秒，ISO100，自动白平衡，RAW+JPEG格式。



愉悦的拍摄气氛，让人充满活力与朝气

拍摄前虚拟场景，是一种非常重要的引导方式。取好景后，将模特引导至背景和光线不错的位置，接下来可以告诉她现在就是在玩，随兴发挥即可，就好像在约会一样。感觉对了之后，可以请模特充满朝气或开心地把玩现场的物品（如范例照片）。

摄影时尽量采用抓拍的方式，捕捉自然生动的画面。拍摄这类作品时，也可以在模特玩耍的过程中按下快门，捕捉瞬间动作，将充满朝气的表情留在画面中。

要强调朝气的感觉，光线也是一门学问。画面的明亮感及青春的笑容，绝对是摄影师要表达的重点，因此不要选择特点过于显著的背景环境，否则背景容易喧宾夺主，反而会让作品减色。当然，适当增加一些小道具会有较好的引导效果，如果能成功带入场景本身的特色，更能强化照片的故事感。



专用设置与小提示：

- ◆ 拍摄模式：手动模式/连续拍摄（每秒3张）◆ 白平衡：自动◆ 影像格式：RAW+JPEG
- ◆ 测光模式：中央重点测光◆ 风格设置：标准◆ 自动对焦区域：单点自动对焦（右上对焦点）
- ◆ 小提示：选用较高的快门速度并提高感光度，运用连拍方式，是捕捉美好瞬间的关键。



上图：

- 没错！我们就在下着雨的老街上，快乐地逛着、玩着。
- 拍摄信息：Nikon D700相机+Nikon 135mm f/2 DC镜头，光圈f/2.8，快门1/250秒，ISO800，自动白平衡，RAW+JPEG格式。

下图：

- 向街边的杂货店借一下场景，氛围出乎意料的好。
- 拍摄信息：Nikon D700相机+Sigma 50mm f/1.4镜头，光圈f/2，快门1/60秒，ISO500，自动白平衡，RAW+JPEG格式。

天气：阴雨



窗户微光



利用眼神和表情展现性感与魅力

性感画面的呈现，不一定要通过脱衣解扣。有时赤裸的模特，反而让人少了许多想象的空间。

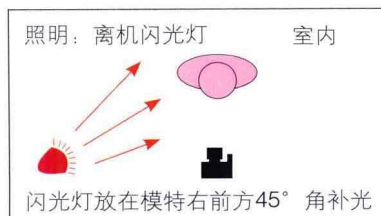
引导模特的情绪时，请她把镜头想象成自己的伴侣，融入感情与情绪来面对镜头。摄影师可以利用光线的明暗对比，通过模特的眼神与表情来呈现出女性性感的一面。如此画面会增添更多的想象空间，让性感的眼神与表情呈现出无限的魅力。

要让模特充分将性感的一面展现在摄影师面前，必须要让被摄者信任摄影师，因此双方的默契与信任感的建立是重要的一环。另外，拍摄环境的选择也能显现出摄影师的风格。范例是在室内拍摄的，利用离机闪光灯从模特正前方的45°角补光。同时，刻意地吸收少部分环境光，让色调的神秘感为性感表情加分，展现更多的魅力。



专用设置与小提示：

- ◆拍摄模式：手动模式/单张拍摄 ◆白平衡：日光 ◆影像格式：RAW+JPEG
- ◆测光模式：评价测光 ◆风格设置：标准 ◆自动对焦区域：单点自动对焦（中央）
- ◆小提示：眼神与神态是最重要的元素，拍摄时应多注意被摄者感觉是否到位，建议模特佩戴具有瞳孔放大效果的隐形眼镜，使眼神更性感且充满魅力。



- 捕捉模特的眼神与表情，让画面呈现性感魅力。
- 拍摄信息：Canon 7D相机+Canon 10-22mm f/3.5-4.5 USM镜头，17mm端，光圈f/8，快门1/100秒，ISO500，自动白平衡，RAW+JPEG格式。

拍出小女生的天真可爱

可爱的表情是大多数模特都会做的，宽泛地说，它包括了天真、无邪且不做作的感觉。拍摄这类照片时，可以着重于模特脸部的表情变化，也可以加入一些手势或小道具，营造摄影师想要的可爱感觉。不过要注意的是，服装与场景的搭配也非常重要，但却是大部分人常常忽略的。例如，穿着性感或酷炫的衣服，硬要模特做出可爱的动作与表情，会让画面不自然，效果不理想。另外，要慎选场景且注意光线的运用。假设拍摄环境是氛围很另类的废墟，但却要模特的动作非常可爱，效果就会不理想，让影像减分。这都是应该留意的小细节。

捕捉表情的时间点也是关键因素之一，如果担心失误，可以试着用连拍的方法，多捕捉几个画面再进行筛选，挑出真正适合的一瞬间即可。



专用设置与小提示：

- ◆拍摄模式：光圈优先模式/单张拍摄 ◆白平衡：自动 ◆影像格式：RAW+JPEG
- ◆测光模式：矩阵测光 ◆风格设置：标准 ◆自动对焦区域：单点自动对焦（中央）
- ◆小提示：甜美的笑容人人爱看，过多却容易流于俗套，聪明的摄影师懂得掌握分寸。