

资深摄影师专业奉献
玩转你的单反 • 轻松拍出好照片

Canon EOS 5D Mark III 实拍技巧大全

马宏伟 编著

深入理解拍出好照片的关键要素

解答相机设置与器材构建的常见问题

各种场景的实拍攻略

400余幅精美照片的拍摄参数说明



清华大学出版社

Canon EOS
5D Mark III
实拍技巧大全



马宏伟 编著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书是继《Canon EOS 5D Mark III完全攻略》之后又一本5D Mark III系列指导书，全书以一个摄影人真正使用的角度，全方位地分析和阐述了佳能Canon EOS 5D Mark III数码单反相机在实际使用过程中的经验和技巧。全书以图解的方式，深入浅出地阐述了相机的各项实用功能和菜单详细解说；对光线、焦点、光圈、快门、曝光补偿、感光度、白平衡、构图、角度、色彩等拍出好照片的关键要素进行了一一解读；对拍摄模式、画质、色彩空间、测光、对焦、自动对焦、降噪、HDR、实时显示、测光定时器等相机设置常见问题进行了详细地分析并提出解决办法；对镜头、闪光灯、快门线、三脚架、滤镜、摄影包、维护保养等器材构建的问题提出了专业指导意见；对构图、色彩与用光等方面的内容进行了深入研究和探讨。同时，对各位摄友最为关心的实拍技巧，以场景实拍加优秀案例的方式进行有针对性的指导和点拨。

本书由佳能相机资深摄影师倾力创作，对于佳能EOS数码单反相机特别是EOS 5D Mark III相机用户而言，是一本颇为有用的全方位实拍指导书。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目（CIP）数据

Canon EOS 5D Mark III实拍技巧大全/马宏伟编著.--北京：清华大学出版社，2012.10
ISBN 978-7-302-29846-5

I. ①C… II. ①马… III. ①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197766号

责任编辑：王金柱

封面设计：王 翔

责任校对：闫秀华

责任印制：张雪娇

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编：100084

社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者：北京天颖印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：190mm×260mm 印 张：16.5 字 数：422 千字

版 次：2012 年 10 月第 1 版 印 次：2012 年 10 月第 1 次印刷

印 数：1~5000

定 价：69.00 元

产品编号：048426-01

前言

FOREWORD

摄影技术提升没有捷径，唯有实拍！

承蒙各位摄友和读者的抬爱，我的5D Mark III系列图书的第一部《Canon EOS 5D Mark III完全攻略》自上市以来，一直位列各大摄影类图书畅销榜前列。

《Canon EOS 5D Mark III完全攻略》虽然冠以了“完全”之名，但其实并不完全。该书主要是以Canon EOS 5D Mark III的机身操控、菜单设置以及使用技巧等基础内容为主，对于实拍技巧涉足较少或者说不够深入的问题，我也曾数次被读者问及。

基于很多摄友对我所写的几本5D Mark II心得体会书籍《佳能EOS 5D Mark II完全攻略》、《Canon EOS 5D Mark II高手实拍攻略》、《Canon EOS 5D Mark II数码单反摄影秘技大全》、《Canon EOS 5D Mark II风光摄影的探索》的认可，当购买了《Canon EOS 5D Mark III完全攻略》之后，很多人希望有一本讲解更为深入和全面的实拍参考书，以便快速提升摄影技术。

《Canon EOS 5D Mark III实拍技巧大全》就是在这样的呼声中应运而生的，深切希望以此书和广大摄友共勉。

本书以Canon EOS 5D Mark III为主要案例，全方位地分析和阐述了佳能Canon EOS 5D Mark III数码单反相机在实际使用过程中的经验和技巧。全书以图解的方式，深入浅出的阐述了相机机身的各项功能和菜单选项；对光线、焦点、光圈、快门、曝光补偿、感光度、白平衡、构图、角度、色彩等拍出好照片的十大关键要素进行了一一解读；对拍摄

模式、画质、色彩空间、测光、对焦、自动对焦、降噪、HDR、实时显示、测光定时器等相机设置十大常见问题进行了详细的分析并提出了解决办法；对镜头、闪光灯、快门线、三脚架、滤镜、摄影包、维护保养等器材构建的十大问题提出了专业指导意见；对构图、色彩与用光等各方面的内容进行了深入研究和探讨。同时，对各位摄友最为关心的实拍技巧，以场景实拍加优秀案例的方式进行有针对性的指导和点拨。林林总总，方方面面，无不体现出摄影技巧的综合运用和摄影经验的日积月累。

实拍是摄影经验积累的基石，是提升摄影技术的必由之路。只有多多练习，才能发现问题并解决问题，狄德罗曾经说过：“知道事物应该是什么样，说明你是聪明的人；知道事物实际是什么样，说明你是有经验的人；知道怎样使事物变得更好，说明你是有才能的人”，摄影同样如此。

摄影技术提升没有捷径，唯有实拍、实拍、还是实拍，正所谓“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。

因本人学识有限，疏漏和错误在所难免，敬请广大摄友提出宝贵意见，共同学习，共同提高。

除封面署名作者之外，参与本书编写的还有马家旺、张海涛、王雪菲、张晓楠、马淑娟、张宝森、马淑会、张宝昌、于东升、邵树燕、邵树华等。

编者 马宏伟

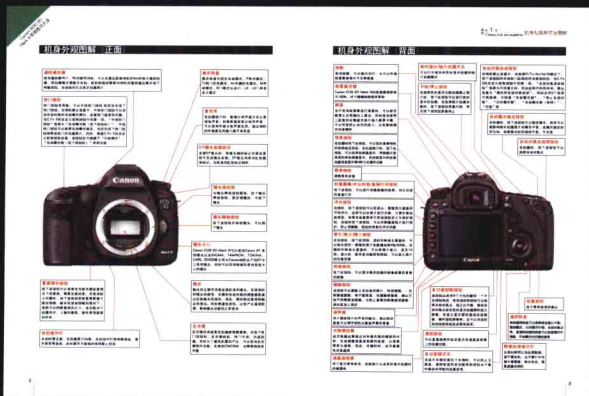
2012年8月

声明

本书在讲解过程中使用了有关相机、镜头、附件等厂家的部分图片、样张和网站资料，引用的部分照片以及照片中出现的
人物，其著作权、肖像权和隐私权均归其本人或原作者所有，文中只作为教学之用，在此表示感谢，并特此声明。

目录

CONTENTS



第1章 Canon EOS 5D Mark III 机身与菜单完全图解

第2章 Canon EOS 5D Mark III 拍出好照片的十大关键要素

机身外观图解（正面）	2
机身外观图解（背面）	3
机身外观图解（侧面、顶面、底面）	4
拍摄菜单图解1	5
拍摄菜单图解2	6
拍摄菜单图解3（短片）	7
自动对焦菜单图解1	9
自动对焦菜单图解2	10
回放菜单图解	11
设置菜单图解	12
自定义设置菜单图解	13
我的菜单设置图解	15
扩展系统端子图解	15
信息显示画面图解	16
实时显示画面图解	16
液晶显示器（肩屏）画面图解	16

光线：顺光与逆光、软光与硬光的变奏	20
焦点：不同焦点阐释不同氛围	25
光圈：景深与虚化	27
快门：快慢皆有度	31
曝光补偿：白加黑减的活学活用	34
感光度：颗粒、杂色与速度的竞争	37
白平衡：色温的魔法	39
构图：减法与加法的运算法则	43
角度：发现你没有发现的精彩	49
色彩：对比与和谐	51

拍摄模式：P\Tv\Av\M\B怎么选，C1\C2\C3你会用吗

对于很多新手来说，EOS 5D Mark III 的拍摄模式选择确实是个难题。P、Tv、Av、M、B 这五种模式，到底该怎么选？C1、C2、C3 这三个自定义模式，又该怎么设置？别担心，本文将为你一一解答。

P\Tv\Av\M\B，到底选哪个

如果你是新手，建议从 P 模式开始。P 模式是程序自动曝光模式，相机可以自动选择快门速度和光圈，让你专注于构图和取景。当你想尝试更多创意时，可以切换到 Tv（快门优先）、Av（光圈优先）或 M（手动模式）。B 模式是快门优先模式，适合拍摄长时间曝光的夜景或光轨。

C1\C2\C3 你会用吗

自定义模式可以让你快速切换到常用的拍摄模式。建议将 C1 设置为 P 模式，C2 设置为 Av 模式，C3 设置为 M 模式。这样，当你需要快速切换时，只需按下 C1、C2 或 C3 按钮即可。



B 模式：拍摄光轨的好帮手

B 模式（快门优先模式）非常适合拍摄长时间曝光的照片。在拍摄夜景时，使用 B 模式可以捕捉到车灯和行人留下的光轨，创造出独特的视觉效果。拍摄时，需要选择一个三脚架来保持相机稳定，并选择一个光圈值（如 f/8 或 f/11），以便在长时间曝光下获得足够的景深。

第3章 Canon EOS 5D Mark III 相机设置十大常见问题

- 拍摄模式：P\Tv\Av\M\B 怎么选，C1\C2\C3 你会用吗..... 56
- 画质：RAW 还是 JPEG..... 62
- 色彩空间：sRGB 还是 Adobe RGB..... 64
- 测光：点测光还是评价测光，中央重点平均测光还是局部测光..... 67
- 对焦：自动还是手动..... 72
- 自动对焦：ONE SHOT、AI SERVO 和 AI FOCUS 到底选哪个..... 75
- 降噪：开还是关..... 79
- HDR：哪种效果最好..... 82
- 多重曝光：什么时候用最合适..... 84
- 测光定时器：你真的搞懂了吗..... 86

三脚架使用技巧

三脚架是摄影中不可或缺的工具。正确使用三脚架可以让你在拍摄时更加稳定，尤其是在低光环境下。本文将分享一些实用的三脚架使用技巧，帮助你拍出更清晰的照片。

三脚架使用技巧

1. **选择合适的三脚架**：根据你的拍摄需求和预算，选择一款轻便且稳固的三脚架。碳纤维三脚架通常比铝合金的更轻，但价格也更高。

2. **正确安装三脚架**：在打开三脚架之前，先检查所有部件是否安装正确。确保云台和相机板都已牢固地安装在三脚架上。

3. **调整高度和角度**：根据你的拍摄需求，调整三脚架的高度和云台的角度。使用水平仪来确保相机是水平的，这对于拍摄风景和建筑尤为重要。

4. **使用阻尼功能**：许多三脚架都配备了阻尼功能，可以让你在调整云台时更加平滑和精确。这对于拍摄视频和需要精细构图的照片非常有用。

5. **保持平衡**：在拍摄前，确保三脚架处于平衡状态。如果相机太重，可能会导致三脚架晃动，影响拍摄效果。

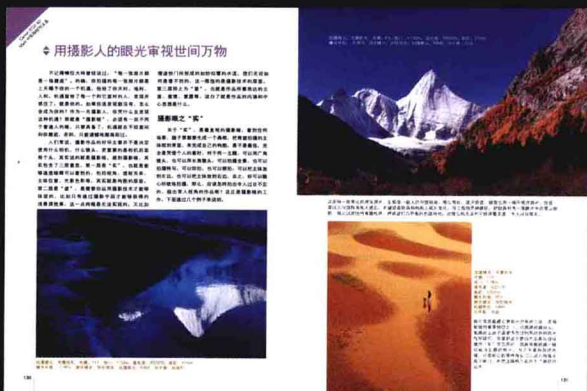


三脚架使用技巧

除了选择合适的三脚架和正确安装外，还有一些其他的技巧可以帮助你更好地使用三脚架。例如，在拍摄时，尽量使用三脚架的中轴来支撑相机，这样可以减少晃动。此外，使用三脚架的锁紧装置来固定云台和相机板，以防止在拍摄过程中发生意外移动。

第4章 Canon EOS 5D Mark III 器材构建十大常见问题

- 镜头：选定焦还是选变焦..... 90
- 镜头：选红圈还是选普通..... 92
- 镜头：这个真的可以有吗..... 96
- 闪光灯：外闪真的有必要吗..... 100
- 快门线：除了夜景，还有哪些场合需要使用快门线..... 104
- 三脚架：三脚架只为稳固而生吗..... 107
- 滤镜：哪些滤镜是必须要配置的..... 110
- 黑卡：摇出来的美丽..... 118
- 摄影包：不可忽视的保护..... 120
- 维护保养：这些东西真的很管用吗..... 123

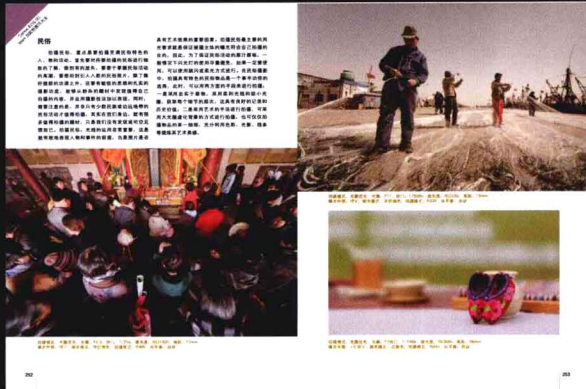
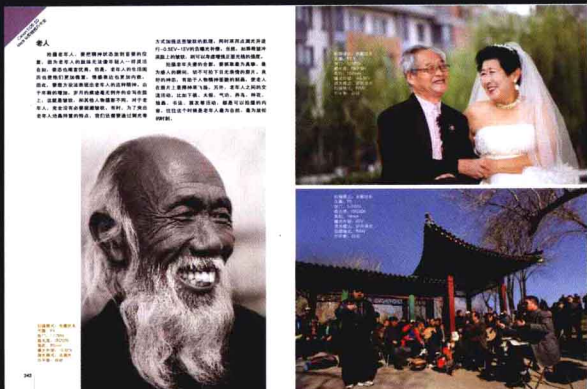


第5章 深入理解构图、色彩与用光

第6章 Canon EOS 5D Mark III 场景实拍技巧

用摄影人的眼光审视世间万物	130
摄影的主题与主体	133
照片的画幅与横竖	140
透视与畸变	145
无处不在的对比	150
线条与韵律	154
色相、明度与饱和度	159
色彩与心理感受	160
色彩与影调	162
高光优先与暗部优先	166
形影不离的光与影	172

自然风光	180
山岳	180
湖泊	183
瀑布	185
溪流	187
草原	189
冰雪	191
雨景	193
云雾	195
人文风光	199
城市风光	199



城市夜景	201
古典建筑	206
现代建筑	208
居住小区	210
村寨民居	212
电塔	214
风电	216
梯田	218
桥梁	220
生态风光	222
树木	222
油菜花	224
荷花	226
桃花	228
梨花	230

葵花	232
杜鹃	233
玉兰	235
金鸡菊	236
人像	238
儿童	238
美女	240
老人	242
舞台人像	244
其他	246
静物	246
车展	248
婚礼	250
民俗	252



Chapter

第



章

Canon EOS 5D Mark III

机身与菜单完全图解

机身外观图解（正面）

遥控感应器

使用遥控器RC1、RC5或RC6时，可以在最远距离相机约5m的地方遥控拍摄，把拍摄模式调整为自拍，然后将遥控器朝向相机的遥控感应器并按下传输按钮，自拍指示灯点亮并拍摄照片

快门按钮

快门按钮有两级，可以半按快门按钮，然后完全按下快门按钮。在相机默认设置中，半按快门按钮可以启动自动对焦和自动曝光测光，设置快门速度和光圈。当C.Fn 2的自定义控制按钮中的第一项：“半按快门按钮”选择为“自动曝光锁（按下按钮时）”，半按快门按钮可以获得自动曝光锁定，当完全按下快门按钮将释放快门并拍摄照片。同时，根据C.Fn 2的自定义控制按钮设置，该按钮还可被赋予“开始测光”、“自动曝光锁（按下按钮时）”两种功能

模式转盘

模式转盘包括全自动模式、P程序模式、Tv快门优先模式、Av光圈优先模式、M手动模式、B门模式以及c1、c2、c3三种自定义模式

麦克风

在拍摄短片时，能够以单声道方式记录现场声音。如果希望录制立体声音，可以使用外接立体声麦克风，通过相机的外接麦克风输入端子来实现

EF镜头安装标识

安装EF镜头时，将镜头侧的标记对准这里即可完成镜头安装。EF镜头均采用红色圆形标记，与机身的红色标记相同

镜头固定销

与镜头释放按钮联动，按下镜头释放按钮，固定销缩回，可卸下镜头

镜头释放按钮

按下该按钮并转动镜头，可以卸下镜头

镜头卡口

Canon EOS 5D Mark III可以使用Canon EF系列镜头以及SIGMA、TAMRON、TOKINA、CARL ZEISS等公司为Canon相机生产的EF卡口系列镜头，同时可以利用转接环使用其他卡口的镜头

景深预览按钮

按下该按钮可以查看在当前光圈设置情况下的景深。需要注意的是，在使用较小光圈时，按下该按钮后取景器影像可能会很暗，除非在现场很暗的情况下，依然可以判断景深的大小。该功能对于拍摄风光、人像和微距，都有着很重要的作用

触点

触点的主要作用是连通机身和镜头，实现相机和镜头的通信，光圈和自动对焦的调整都是通过些触点实现的，因此，要时刻注意保持触点的清洁，同时要避免划伤，以免产生通信阻滞，影响镜头功能的正常使用

自拍指示灯

自拍时要注意，在拍摄照片2s前，自拍指示灯将持续亮起，提示音变得急促，此时要尽可能地保持静止状态

反光镜

反光镜的用途是在拍摄前观察景物。在按下快门按钮时，反光镜抬起，快门开启，完成拍摄。有时为了避免机震的产生，可以使用反光镜预升功能。在清洗CMOS时，也需要抬起反光镜



机身外观图解 (背面)

热靴

使用热靴，可以接闪光灯，也可以外接取景器或者水平仪等装置

取景器目镜

Canon EOS 5D Mark III 的取景器视野率为100%，对于精确构图很有帮助

眼罩

当不使用取景器进行取景时，可以按住眼罩左右两侧向上滑出，同时使用背带上配置的目镜遮光挡片插入眼罩卡槽，可以有效防止杂光的进入，以免影响测光的准确性

信息按钮

在拍摄时按下此按钮，可以实时查看相机的各种设定状态。在回放图片时，按下此按钮，可以按单张图像显示、带图像记录画质的单张图像显示、柱状图显示和全部拍摄信息显示等4种方式循环切换

菜单按钮

调整菜单设置

创意图像/对比回放/直接打印按钮

按下该按钮，可以进行创意图像的选择、对比回放和直接打印

评分按钮

回放时，按下该按钮可以实现从一星级到五星级的不同评分。这样可以对照片进行分类，方便分类回放浏览。如果在设置菜单中将该按钮定义为保护按钮，回放时按下该按钮，可以对图像或短片进行保护，防止误删除，但此时将丧失评分功能

索引/放大/缩小按钮

在回放时，按下此按钮，逆时针转动主拨盘时，可以依次把同一屏幕的照片张数增加到4张和9张。而顺时针转动主拨盘时，可以把照片放大，直至10倍。放大时，配合多功能控制按钮，可以放大照片的任意位置

回放按钮

按下此按钮，可以显示最后拍摄的图像或最后查看的图像

删除按钮

该按钮可以删除正在回放的图片。特别提醒，一旦图像被删除，将不能恢复，在删除图像前，确认已经不再需要该图像。为防止重要的图像被误删除，请对其加上保护

扬声器

用于播放短片时声音的输出，通过转动拨盘可以调节相机内置扬声器的音量

光线感应器

该光线感应器通过对环境光线的捕捉和分析，自动调整液晶监视器的亮度，以便看得更为清晰。因此，在握机时，应尽量避免对其遮挡

液晶监视器

用于显示菜单选项、回放图片以及实时显示拍摄时的被摄体

实时显示/短片拍摄开关

可以打开或关闭实时显示拍摄和短片拍摄模式

开始/停止按钮

在选择实时显示功能拍摄静止图片时，按下此按钮可以进行实时显示的拍摄。在选择短片拍摄功能时，按下该按钮录像开始，再次按下该按钮录像停止

自动对焦启动按钮

在相机默认设置中，在选择P/Tv/Av/M/B模式下，按下该按钮和半按快门起到的作用是相同的。当C.Fn 2的自定义控制按钮中的第一项：“自动对焦启动按钮”选择为不同意义时，则会起到不同的作用，默认设置为“测光和自动对焦启动”，同时还有5个选项可供选择，分别是“自动曝光锁”、“停止自动对焦”、“闪光曝光锁”、“自动曝光锁（保持）”、“无效”等

自动曝光锁定按钮

在拍摄时，按下该按钮可以锁定曝光，然后可以重新构图并拍摄照片而曝光不变。此曝光锁定时间为4s，如果想长时间保持不变，可长按

自动对焦点选择按钮

在拍摄时，按下该按钮可以选择自动对焦点

多功能控制按钮

该按钮由具有8个方向的键和一个中央按钮构成，使用该控制按钮可以选择自动对焦点、校正白平衡、移动自动对焦点或在实时显示拍摄期间放大图框、在放大显示期间滚动回放图像、操作速控屏幕等。还可以用该控制按钮选择或设定菜单选项。

设置按钮

用于菜单选项的确认

速控转盘

转动速控转盘可以选择或设置白平衡、驱动模式、闪光曝光补偿、自动对焦点等。直接转动速控转盘可以设置曝光补偿量、手动曝光的光圈设置等

速控按钮

可以直接选择和设定显示在液晶监视器上的拍摄功能。

多功能锁开关

当该开关锁位置位于右侧时，可以防止主拨盘、速控转盘和多功能控制按钮由于意外移动而导致的设置改变。

数据处理指示灯

点亮时表明正在处理数据，请不要关机，也不要打开存储卡槽盖、取出电池、摇晃或撞击相机



机身外观图解 (侧面、顶面、底面)

液晶显示屏
只显示大量的当前设置信息,包括快门、光圈、曝光补偿、白平衡、感光度、测光模式、对焦模式、驱动模式等信息

焦平面标记
CMOS所处平面,成像平面

屈光度调节旋钮
旋转该钮,可以调整取景器的焦点,可以根据拍摄者眼睛的近视或远视情况进行准确的调节

模式转盘锁
用于锁定拍摄模式,当变更拍摄模式时,需要按住模式转盘锁并转动模式转盘,这样就大大降低了误操作的可能性

电源开关
用于相机的开启和关闭。为了节省电力,相机会在1分钟左右自动关闭电源,此时无需拨动电源开关,只需半按快门即可恢复拍摄状态

测光模式选择/白平衡选择按钮
按下该按钮,转动主拨盘,可以选择测光模式,每按一次,相机将以评价测光、局部测光、点测光和中央重点平均测光循环设置。按下该按钮,转动速控转盘,可以选择白平衡模式,每按一次,相机将以自动、日光、阴影、阴天、钨丝灯、白色荧光灯、闪光灯、自定义和色温模式循环设置

自动对焦模式选择/驱动模式选择按钮
按下该按钮,转动主拨盘,可以选择自动对焦模式,每按一次,相机将以单次自动对焦、人工智能自动对焦、人工智能伺服自动对焦循环设置。按下该按钮,转动速控转盘,可以选择驱动模式,每按一次,相机将以单拍、高速连拍、低速连拍、静音单拍、静音连拍、10s自拍/遥控和2s自拍/遥控模式循环设置

ISO感光度设置/闪光曝光补偿按钮
按下该按钮,转动主拨盘,可以选择ISO感光度设置,每按一次,相机将从ISO100~ISO25600范围内以1/3级为单位进行设定。当选择“A”时,ISO感光度将被自动设定,如果要改变自动ISO范围,可在拍摄菜单2中,ISO感光度设置选项下的“自动ISO范围”进行调整。如果拍摄菜单3中的高光色调优先,设为启用,可设定的ISO感光度范围为ISO200~ISO25600。如果把拍摄菜单2中的ISO感光度设置中的“ISO感光度范围”的最大和最小感光度进行扩展设置,则可以最多拓展到ISO50~ISO102400

自动对焦区域选择模式/多功能按钮
按下自动对焦点选择按钮后,按下该按钮可以显示6种对焦点的显示和选择模式,转动主拨盘可以进行循环选择。当使用外接闪光灯时,按下该按钮可以锁定闪光曝光值

主拨盘
按下按钮后,转动主拨盘可以选择或设置测光模式、自动对焦模式、ISO感光度、自动对焦点等。直接转动主拨盘可以设置快门速度和光圈等

液晶显示屏照明按钮
按下可以开启或关闭液晶显示屏照明

电池仓
使用锂电池 LP-E6,也用于接手柄

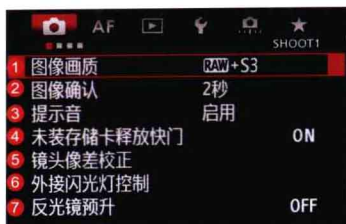
三脚架接孔
可接三脚架、云台、竖拍手柄、腕带等附件

端子盖/扩展系统端子
包括音频/视频输出端子、PC端子、数码端子、遥控端子、HDMI mini OUT端子、外接麦克风输入端子等

存储卡插槽
支持CF卡、Ultra DMA (UDMA) 卡、硬盘型存储卡和SD卡



拍摄菜单图解1



1 图像画质

如果存储卡足够大，一定要选择RAW格式进行拍摄，不建议选择RAW+L JPEG，因为现在大多数的看图软件都支持RAW格式，因此没有必要浪费空间。如果存储卡空间比较紧张，可以在拍摄普通画面时采用L JPEG格式，而遇到需要详细记录的画面时，选用RAW格式。

2 图像确认

建议选择2s，一般情况下已经足够做出曝光准确与否的判断了，当电量不足时，建议选择关，以节省电量，因为回放图片相当耗电。

3 提示音

建议选择启用，这对于确认合焦很有帮助，同时在自拍时，还可以有很好的提示作用。

4 未装存储卡释放快门

建议选择关闭，这主要是避免误操作而导致错失拍摄时机。

5 镜头像差校正

分为周边光量校正和色差校正两个选项，建议都选择启用，

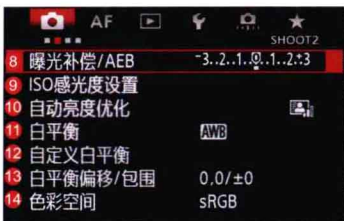
佳能公司根据主要的镜头进行了详尽的测试，获得了周边光量镜头像差校正的平均值，同时对被摄体轮廓边缘的彩色边纹等色差进行了校正，因此非常实用，也可以自动对主要镜头进行确认。佳能为EOS 5D Mark III常用的25款镜头进行了注册，在使用这些镜头时，会直接显示“存在校正数据”，具体请参阅随机软件EOS Utility。如果不在此范围内，也可以使用EOS Utility追加注册。在使用副厂镜头时，有时会错误显示“存在校正数据”，此时，应关闭周边光量校正和色差校正两个选项，以免产生错误。

6 外接闪光灯控制

在未外接闪光灯时，该选项无法调整；当外接闪光灯时，可逐项调整。

7 反光镜预升

这个选项是要随时变动的一个选项。单反相机取景器的影像是光线通过反光镜反射到取景器而形成的，当按动快门时，反光镜就弹起，然后快门帘幕启动进行曝光。在这一瞬间，由于反光镜弹起对镜箱产生一定的冲击力，会使机身产生抖动，这就是机震产生的原因。在一般日常拍摄中，选择关闭即可，否则每次的反光镜预升后，取景器一片漆黑，对于手持拍摄构图影响极大。但是在以下情况下，一定要选择启动来开启反光镜预升：（1）长时间曝光的情况，比如拍摄夜景，反光板预升很重要，否则可能在高光处会出现重影现象；（2）使用长焦镜头特别是超远镜头拍摄时，由于焦距的因素，手持拍摄很难达到安全快门，使用三脚架进行拍摄时反光镜动作可能引起机震；（3）微距拍摄时，轻微的震动都可能造成拍摄失败；（4）当快门速度在1/4s~1/30s之间时，由于共振的存在，也会产生比较大的机震。对于上述4种情况，使用反光镜预升时，同时要使用三脚架，并采用遥控或快门线来控制快门。



8 曝光补偿/AEB

转动主拨盘可以设置AEB（自动曝光包围），转动速控转盘可以进行曝光补偿。需要注意的是，曝光补偿仅对P/Tv/Av模式起作用，对于M手动、B门及全自动模式，是没有作用的。由于显示屏（即我们常说的“肩屏”）尺寸的限制，在显示屏上仅能显示最多±3级的曝光补偿，要想使用±5级的曝光补偿，需要使用速控屏幕进行调整。

9 ISO感光度设置

对于ISO感光度的设置原则，一般以目的为最终选择依据，如果要获得精细的画面，且有足够的拍摄时间，要尽可能选择较低的感光度，比如风光、人像、微距小品等。而对于纪实、新闻、飞禽、野生动物、体育等的拍摄，要以获得清晰影像为基本要求，此时要根据光照情况设置适当的感光度，有时需要较高的感光度才能满足需要。而对

于日常拍摄而言，可以设定中等ISO感光度，根据测试，只要ISO低于6400，照片的颗粒感和噪点是可以接受的。基于上述考虑，对于“ISO感光度范围”，可以拓展至“ISO50~ISO102400”，而对于“自动ISO范围”可以设置为“ISO400~ISO6400”，这样可以在保证画质的前提下避免错失拍摄机会。

10 自动亮度优化

该功能的主要作用是自动校正亮度和反差，当拍摄的图像亮度太低或者反差过小时，启用该功能可以自动进行校正。如果对于准确曝光有足够的把握或者主观拍摄低调或者低反差照片时，则不主张开启该功能，否则可能使自己的拍摄目的无法实现。但对于有些特定的场合，比如会议、婚礼等，则建议开启，以免错失拍摄时机。该功能仅对JPEG格式起作用，对于RAW格式则没有作用，即使在相机的显示屏上出现差异，也是相机内置功能在起作用，并不对RAW格式照片产生影响，但这种设定在DPP上使用时会自动以外挂文件的形式存在，调整也是无损调整，无需过多关注。对于“手动曝光期间关闭”选项，在勾选时，手动曝光模式下该功能自动失效。

11 白平衡

一般不建议在菜单内设置白平衡，使用机顶的按钮进行设置更快速、直观。

12 自定义白平衡

手动设定白平衡在环境光线复杂的情况下非常实用，首先拍摄一张白色或者18%灰色的照片（使用白板或者灰板更为准确），然后选定该照片进行白平衡设定。最后使用菜单或者机顶按钮选定自定义白平衡标志即可。

13 白平衡偏移/包围

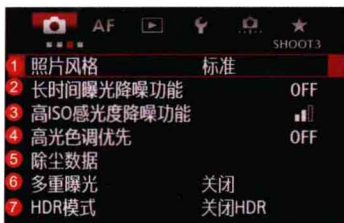
白平衡偏移功能适合于熟悉使用色温转换滤镜或色彩补偿滤镜的用户。当光线极其复杂，对自己的自定义设置又没有信

心时，可以考虑使用白平衡包围曝光，以获取最准确的白平衡。终极解决办法：使用RAW格式进行拍摄，可以无损还原成各种白平衡模式。

14 色彩空间

如果喜欢使用相机直出照片或者习惯于使用JPEG格式拍摄的用户，建议选用sRGB；如果喜欢后期处理以及需要获得高质量照片的用户，建议使用Adobe RGB，并配合RAW格式进行拍摄。

拍摄菜单图解2



1 照片风格

照片风格对于RAW格式不起作用，只是对其在相机上的显示或者使用DPP软件显示时才起作用，但这种作用对RAW格式的原始照片没有影响。作为“照片风格”拍摄方式的创造者，佳能不定期在其官方网站发布多种不同的“照片风格”文件以供下载使用，下载地址为：

英文<http://web.canon.jp/imaging/picturestyle/file/index.html>

中文<http://www.canon.com.cn/front/product/PStyle/index.html>

2 长时间曝光降噪功能

一般情况下，建议选择自动，让相机充分发挥其优势。但是，如果在极端天气条件下，比如温度极低的夜晚，电子设备的电池供应往往受到低温的限制而大大地降低效能；因此，为了保证电池能够较长时间的应用，应该把该选项选择为关闭，噪点交由后期处理时再做，要知道相机的降噪过程和拍摄过程需要大致相同的时间。如果喜欢在后期处理时更为精细地降噪，也建议关闭该选项。因为相机的降噪是全面的，会对照片的锐度产生较大的影响，而后期处理时可以选择分区进行降噪处理，对于需要保留足够锐度的区域则可以不进行降噪处理或采用较少的降噪处理。

3 高ISO感光度降噪功能

对于使用RAW格式拍摄或者喜欢连拍的用户，建议选择关闭，一是由于RAW格式处理软件DPP或者CAM EIRA RAW对于高ISO感光度的噪点去除有很多选项，比相机自动降噪更直

观；二是由于降噪要增加相机处理引擎的运算，因此会增加运算时间，特别是选择强时，会大大影响连拍速度。对于喜欢直接用JPEG格式拍摄并直接出图的用户，则选择标准或者弱较为合适，在光照严重不足的情况下，要求一定快门速度的用户可选择强，比如纪实、体育、新闻类作品的拍摄。

4 高光色调优先

主要以拍摄风光为主的用户，建议选择关闭，因为拍摄风光往往需要比较细腻的画质，同时又有充足的时间做曝光组合的调整，因此，没有必要开启这个功能而使最低ISO感光度提高到200。但是，在拍摄人像、婚礼等场合，特别是有顺光或侧顺光较强时，就要选择启用，这样就可以避免或者减轻由于局部光比过大而导致的面部、浅色服装、毛发等亮部细节损失。但是由于相机的自动调整，有时会导致暗部细节的丢失，在这种情况下，可以配合+1/3EV或+1/2 EV曝光补偿。

5 除尘数据

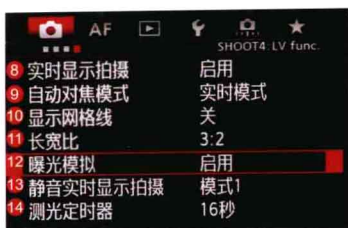
建议不选用，留作后期处理更为方便，否则有可能会除掉有用像素。

6 多重曝光

多重曝光是佳能新近在数码单反相机上搭载的功能，曝光次数可达2~9次，有4种图像重合方式可选，可根据需要进行选取。对于源图像，建议保存，以便在后期处理时有更多的可用素材。

7 HDR模式

HDR是高动态范围的缩写，该功能是EOS 5D Mark III最新引入的一种机内合成模式。通过拍摄三张不同曝光的照片进行合成，以获取高光和阴影都细节丰富的照片。需要注意的是，即使是使用RAW格式拍摄，也可以进行HDR的操作，只不过最终合成的照片格式只能是JPEG。对于连续HDR，建议选择仅限1张的选项，这是为了避免忘记关闭而造成误操作，因为相机在HDR过程中会有像素丢失的可能。在拍摄HDR图片时，建议使用三脚架，虽然相机有自动图像对齐的选项，但是为了保证HDR三张照片构图的一致性，使用三脚架拍摄更为稳妥。



8 实时显示拍摄

启用实时显示进行拍摄，可以获得直观的照片显示体验。配合景深预览按钮的使用，可以对照片的景深进行检查。需要注意的是，在实时显示拍摄时，只能使用评价测光；请勿将镜头对准太阳，太阳的热量会损坏相机内部构件。在黑暗或明亮的光照情况下，实时显示拍摄可能无法正确反映环境亮度。如果将相机暂时指向不同的方向，可能会暂时影响实时显示图片的亮度，请等到亮度稳定后再拍摄。

9 自动对焦模式

分为实时模式、面部优先实时模式、快速模式三个选项。当拍摄实时显示静止图片时，实时模式能够自由移动对焦框，非常适用于注重构图的拍摄场景。面部优先实时模式适用于拍摄集体照和人物抓拍，搭载了面部识别功能的自动对焦模式。快速模式运用于高角度拍摄和低角度拍摄，是实时显示拍摄时最快的自动对焦模式。因为快速模式和光学取景器自动对焦采用的是一样的对焦感应器，所以，在实际自动对焦时，实时显示图像在自动对焦操作中暂时中断，也就是无法再看到实时显示图像。采用快速模式确定好构图之后，千万不要再移动相机，否则对焦点可能会偏离预想位置。对于面部优先实时模式，人脸以外的物体可能被识别为面部，如果图中面部非常小或非常大、太亮或太暗，面部检测将不工作。

10 显示网格线

分为关、3×3、6×4、3×3+对角4个选项。对于纪实、新闻、动物等题材的拍摄，建议选择关，因为网格线的存在对视线有所干扰，不利于时机的准确抓拍。对于山水风光、微距小品等拍摄题材，建议选择3×3，这样可以对水平线做出基本的判断，不至于太过歪斜。但不建议选择6×4，太密的网格线对视觉有干扰。同时，由于该选项下，有4个交叉点，而这4个交叉点的位置就是我们常说的黄金分割点的位置，这样可以很方便地把主体放置在该交叉点上，构图就会比较完美了。但对于建筑等题材的拍摄，就应该选择6×4，这样更为准确。对于人像等拍摄题材，建议选择3×3+对角线，这样不仅可以对水平线准确把握，同时可以利用对角线的指示，获得更为均衡的构图。

11 长宽比

分为3:2、4:3、16:9、1:1 4个选项。根据不同的用途选择不同的比例。3:2画幅是13S相机，包括EOS 5D Mark III的标准画幅，是和16:9画幅一起，最接近黄金比例的画幅，在很长一段时间里是冲印照片的主要画幅。3:2画幅给人的感觉是比较平稳。4:3画幅是数码阶段最早流行的画幅，一直延续至今。目前大多数的消费级数码相机、四三(4/3)系统单反和单电相机、CRT显示器等，大都是4:3画幅的。1:1的长宽比即方画幅，能给人以工整、淳朴与轻松之感，适宜表现端庄、工整、肃穆的场景。

12 曝光模拟

建议选择启用该功能，此时实时显示的是相机对曝光值进行测算后得出的最终照片的亮度。比如在弱光下用低感光度拍摄，正常曝光时间几秒钟，而实时显示会显示累加过程后的亮度值。值得注意的是，此时相机会采用很高的感光度进行显示来模拟曝光后的结果，当然显示的噪点会非常多，但这并不影响最终的成像，最终成像仍是按照最初设定的低感光度进行拍摄，此时需要注意的就是要使用三脚架，因为曝光时间很长。同样的场合，如果关闭曝光模拟功能，那么显示屏会漆黑一片，无法显示模拟效果。如果选择景深预览期间的选项，则整合了上述两种情况。在上述场景下，首先会显示为漆黑一片，当按下景深预览按钮后，会得到模拟曝光的显示，也就是接近最终成像的显示。要注意的是，在光线足够的情况下，这种区别是微弱的，有时会看不出区别，这是因为曝光时间极短，两者的差别会很小。

13 静音实时显示拍摄

该功能在不希望发出快门声的场合，比如不希望引起被摄者的注意，或者在需要安静的场合（如会议等）很有效。

14 测光定时器

该选项用于控制测光感应器的动作时间，通俗地说，就是相机测光的工作时间。把测光定时器设置到4秒，那么半按快门测光完成后松开快门，相机的测光系统将会继续工作4秒钟，从显示器上可以看到快门光圈组合是在变动的（当现场光线发生变化时）。而如果把测光定时器设置到1分，那么测光系统将会工作1分钟，而一分钟之后，如果不再有测光动作，那么相机就会自动锁定在最后时刻的曝光值。在测光定时器完成工作之后的时间段内，可以拍摄多张同样曝光值的照片而无需再次测光。因此，对于环境光线稳定的场合，建议选择较短时间的测光定时器，比如4秒、16秒和30秒。而对于环境光线复杂或变换频繁的场合，建议选择较长时间的测光定时器，比如1分、10分和30分，使相机的测光系统一直处于工作状态。

拍摄菜单图解3（短片）



1 自动对焦模式

分为实时模式、面部优先实时模式、快速模式3个选项。具体拍摄方式和实时显示静止照片的拍摄是一致的。但需要注意的一点是，当拍摄短片时，在短片拍摄过程中，选取任何自动对焦模式，都无法对移动主体进行连续对焦，在实时显示时将自动对焦模式设定为“快速模式”，在拍摄短片时，相机会自动切换到“实时模式”。因此，此时建议使用手动对焦来保证短片的合焦。

2 显示网格线

对于纪实、新闻、动物等题材的拍摄，建议选择关，因为网格线的存在对视线有所干扰。对于山水风光、微距小品等拍摄题材，建议选择3×3，这样可以对水平线做出基本的判断，不至于太过歪斜。但不建议选择6×4，太密的网格线对视觉有干扰。同时，由于该选项下，有4个交叉点，而这4个交叉点的位置就是我们常说的黄金分割点的位置，这样可以很方便地把主体放置在该交叉点上，构图就会比较完美了。但对于建筑等题材的拍摄，就应该选择6×4，这样更为准确。对于人像等拍摄题材，建议选择3×3+对角线，这样不仅可以对水平线准确把握，同时可以利用对角线的指示，获得更为均衡的构图。

3 短片记录尺寸

分为7个选项。分别按像素尺寸、帧频数和压缩方法进行区别。对于像素尺寸，可根据拍摄的清晰度要求进行设定，原则上如果存储卡容量足够，则可选择较大的像素尺寸。对于帧频数，如果不是为了拍摄电影，那么建议选择25帧或50帧进行拍摄，这和中国电视的PAL制式是相对应的。24帧是电影的帧频数，帧频是指每秒的静止图像数。由于人眼的视觉暂留特性，当连续播放这些静止图像时，我们看到的是连续的动作。对于压缩方法，选择IPB时，会一次性压缩多帧，因此，压缩比较大，在同样容量下可增加拍摄时间。而ALL-1模式，只会一帧一帧的压缩，这样便于后期的剪辑制作。对于存储卡的大小和卡速，可以按照这样的要求处理：对于使用ALL-1模式拍摄的，卡的大小至少要32G，按照相机的性能要求，最长拍摄时长为29分59秒，该时长下使用ALL-1模式拍摄高清短片的存储空间为约22G，只是每段分别以4G做记录，每段之间没有时间停顿。根据685M/分钟的数据写入量，需要的卡速至少要在166X以上，因为大多数存储卡标注的只是读取速度，而写入速度约为存入速度的一半。对于拍摄高清短片，使用8G，100倍速左右的存储卡就可以胜任。

4 录音

分为自动、录音电平和风声抑制3个选项。建议对于普通用

户，可使用自动选项。对于高级用户，可把录音选项选为手动，并同时调整录音电平选项。对于风声抑制选项，在没有风的情况下，选择关闭。否则，在相机自动抑制风声时，也会对正常声音进行抑制，会使声音显得不自然。

5 静音实时显示拍摄

该功能在不希望发出快门声的场合，比如不希望引起被摄者的注意，或者在需要安静的场合（如会议等）很有效。在模式1中，使用的是电子前帘快门和机械后帘快门。由于前帘快门属于电子处理，所以比普通拍摄的声音小。模式2的原理与模式1相同，但是在释放快门之后只要是完全按住快门按钮，这段时间内快门帘幕并未归位，在重新半按快门时，会直接启动拍摄，因此静音效果更为突出。

6 测光定时器

该选项用于控制测光感应器的动作时间，通俗地说，就是相机测光的工作时间。把测光定时器设置到4秒，那么半按快门测光完成后松开快门，相机的测光系统将会继续工作4秒钟，从显示器上可以看到快门光圈组合是在变动的（当现场光线发生变化时）。而如果把测光定时器设置到1分，那么测光系统将会工作1分钟，而一分钟之后，如果你不再有测光动作，那么相机就会自动锁定在最后时刻的曝光值。在测光定时器完成工作之后的时间段内，你可以拍摄多张同样曝光值的照片而无需再次测光。因此，对于环境光线稳定的场合，建议选择较短时间的测光定时器，比如4秒、16秒和30秒。而对于环境光线复杂或变换频繁的情况，建议选择较长时间的测光定时器，比如1分、10分和30分，使相机的测光系统一直处于工作状态。在拍摄短片时，可根据拍摄短片时间的长短以及环境变换的频率进行选择。一般的原则是拍摄时间与测光定时器时间相一致。但如果整段视频的现场环境光线稳定，那么就可以使用最短的测光定时器，即4秒钟的选项，使整段长时间的视频在同一曝光组合下进行拍摄，整段视频的明暗就会比较稳定。

8 静音控制

建议选择“启用”选项。在拍摄过程中，按下速控屏幕按钮“Q”即可切换到静音模式。当启用静音控制时，拍摄期间对于ISO感光度、录音电平调整可以安静地进行。但是，此时录音电平的调整无法使用速控转盘完成，而只能使用速控转盘内环的触摸盘。当使用手动曝光模式拍摄时，该触摸按钮可控制快门速度、光圈值、ISO感光度和录音电平。当使用光圈优先、快门优先、程序和B门拍摄时，快门速度和光圈值有时是由相机根据测光自动控制的。

9 短片拍摄按钮

分为<START/STOP>按钮单独控制和<START/STOP>以及快门按钮双重控制两个选项。建议选择<START/STOP>以及快门按钮双重控制，该功能类似于我们走廊电灯的双开双控开关，既可以单独使用，也可以同时使用，非常方便。



7 时间码

分为计数、开始时间设置、短片记录计时、短片播放计时等选项。时间码是自动记录的时间基准，用于同步视频和音频“计数”选项，建议选择“记录时运行”，对于开始时间设置，如果相机已事先准确设定了时间，则可以选择“设置为相机时间”，否则最好先对相机时间进行设定，以免每次重新输入的麻烦。对于“短片记录计时”和“短片播放计时”，选用“记录时间”比“时间码”更为直观，而对于高级用户，选择“时间码”则更为准确。

自动对焦菜单图解1



1 Case 1: 通用多用途设置

适用于各种运动被摄体的场合，比如体育、野生动物、鸟类、昆虫等的拍摄。默认设置为标准设置，追踪灵敏度、加速/减速追踪、自动对焦点自动切换都设置为O。

2 Case2: 忽略可能的障碍物，连续追踪被摄体

适用于连续追踪既定运动目标的场合，比如网球、游泳、自由式滑雪、林间飞鸟、奔跑动物等的拍摄。相比Case1，加速/减速追踪、自动对焦点自动切换都不变，仅是降低了追踪灵敏度，这样可以有效忽略突然进入的非被摄目标。如果把追踪灵敏度降至最低的-2，则锁定被摄体的时间会更长，更不容易丢失焦点，这对于被较长时间遮挡的被摄体有一定的帮助。

3 Case3: 对突然进入自动对焦点的被摄体立刻对焦

适用于对运动被摄体没有特定要求的场合，比如拍摄一群飞鸟、起跑的自行车赛、速降滑雪、短道速滑等的拍摄。相比Case1，自动对焦点自动切换不变，追踪灵敏度适当提高，这样可以有效抓住突然进入的被摄目标。加速/减速追踪适

当加强、更不容易丢失焦点，这对于拍摄具有变速运动的被摄体很有效。

4 Case4: 对于快速加速或减速的被摄体

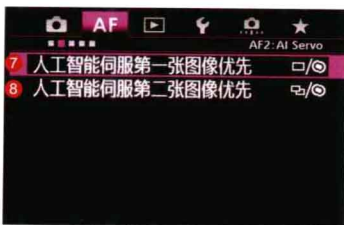
适用于连续追踪可能快速加速或减速的运动目标的场合，比如足球、篮球、赛车、野生动物、起飞或降落的飞鸟等的拍摄。相比Case1，追踪灵敏度、自动对焦点自动切换都不变，仅对加速/减速追踪适当加强，这有利于对加速或减速的物体有效合焦。

5 Case 5: 对于向任意方向快速不规则移动的被摄体

适用于不规则移动被摄体的场合，比如花样滑冰、棒球、橄榄球等的拍摄。相比Case1，追踪灵敏度、加速/减速追踪都不变，仅是提升了自动对焦点自动切换的功能，即使被摄体上下左右不规则大幅度移动，自动对焦点也会自动切换以对被摄体进行追踪对焦。如果运动更为剧烈无规律，可进一步提升自动对焦点自动切换功能到选项+2，则失焦的可能性会进一步降低。

6 Case 6: 适用于移动速度改变且不规则移动的被摄体

适用于不仅方向不规则变化且速度也发生变化的被摄体的场合，比如艺术体操、追逐嬉戏的动物等的拍摄。相比Case1，追踪灵敏度保持不变，同时提升加速/减速追踪和自动对焦点自动切换功能，即使被摄体上下左右不规则大幅度移动，同时具有变速的运动，加速/减速追踪和自动对焦点自动切换功能都会启动，以保证合焦的快速准确。如果还是不能准确合焦，可考虑进一步提升加速/减速追踪和自动对焦点自动切换至+2级别。



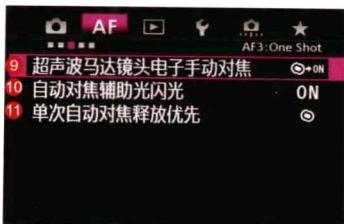
7 人工智能伺服第一张图像优先

该项选择适用于在人工智能伺服自动对焦模式下连拍时第一张照片的优先模式。释放优先就是指不管合焦与否，相机都会在按下快门的瞬间进行拍摄。对焦优先是指，按下快门按钮后，相机并不进行拍摄，而是等待合焦之后再拍摄第一张照片。同等优先是指快门释放和对焦同等优先。对于该选

项，建议选择对焦优先，因为如果没有合焦，拍摄到的照片多半都会成为废片，特别是在长焦距大光圈镜头使用极浅景深拍摄时。

8 人工智能伺服第二张图像优先

该项选择适用于在人工智能伺服自动对焦模式下连拍时第一张照片以后照片的优先模式，其实称之为第二张图像优先并不太准确，实际上该选项可以涵盖连拍时从第二张照片一直到连拍结束。速度优先就是指不管合焦与否，相机都会在拍摄完第一张照片之后，按照相机的最快连拍速度进行拍摄。对焦优先是指，相机在拍摄完第一张照片后，继续追踪被摄体，直到再次合焦后才进行拍摄，以此类推。同等优先是指连拍速度和对焦同等优先。对于该选项，建议选择速度优先，因为第一张图像已经选择了对焦优先，因此，拍摄完第一张照片后，相机失焦的可能性并不高，除非是被摄体的运动速度超乎寻常的快，而这种情况并不常见。



9 超声波马达镜头电子手动对焦

分为单次自动对焦后启用、单次自动对焦后关闭和自动对焦模式下关闭3个选项。该选项适用于有电子对焦环的超声波马达镜头，主要包含一些大光圈镜头和远射定焦镜头。建议选择选择单次自动对焦后启用的选项，这对于合焦后的精确微调很有帮助。