

图解摄影自学教程

张沈平 著

人像摄影

R
X
S
Y



图解摄影自学教程

人像摄影

张沈平 著

▲ 辽宁美术出版社

策划: 李 彤 郭治国

图书在版编目 (CIP) 数据

人像摄影 / 张沈平著. — 沈阳: 辽宁美术出版社,
2000.8

(图解摄影自学教程)

ISBN 7-5314-2452-5

I. 人… II. 张… III. 人像摄影 - 摄影艺术

IV. J413

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 30377 号

辽宁美术出版社出版

(沈阳市和平区民族北街 29 号 邮政编码: 110001)

沈阳新华印刷厂印刷 辽宁省新华书店发行

开本: 880 × 1230 毫米 1/24 字数: 15 千字 印张: 3

印数: 1 - 3000 册

2000 年 8 月第 1 版

2000 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑: 李 彤 赵功博 责任校对: 石 锋

封面设计: 范云鹏 版式设计: 赵功博

定价: 21.00 元

目 录

引言.....5

第一章 写真人像.....7



第二章 表现人像.....23



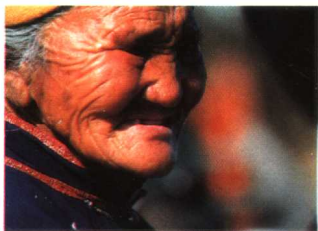
第三章 环境人像.....31



第四章 情节人像.....41



第五章 特写人像.....53



第六章 自拍人像.....61





作者：石辉
相机：尼康FM10
镜头：35-70mm
胶片：爱克发 ISO200 负片
曝光：f/5.6, 1/60 秒

此作品拍摄的是一位白族姑娘，人物的表情、动势把握得较好，为突出她的甜美与温柔性格，在扩印时加用了柔焦镜。

引言

学习摄影,已经不再是什么神秘的事情。

由于照相机性能的优越,掌握其使用的要领已经不再那么困难;现在几乎家家都有照相机,人人都有拍摄的机会,能够用它来纪录美好的生活,抓取美好的瞬间。因此,照相机不再是人们望尘莫及的东西,摄影已经成为广大群众的休闲性爱好。业余摄影家们的照片质量一天天好起来,但是他们当中的大多数人仍然对已有的拍摄水平不满意,渴望就有关方面得到尽快的指导。

本书为《图解摄影自学教程》丛书之一,改变了过去技法书以文字为主,以图为附的做法,采用大量的图片,配以简明的文字,把人像摄影知识明晰地摆在读者面前。本书将指引读者逐步地去了解和掌握人像摄影的特点与系统的拍摄要领,同时还将引导读者去发挥艺术的想象能力,进行人像摄影的创意。

利用摄影手段能够记起我们生活中的特定的时代和人,记录我们世界上所发生的事情,表现我们对各种形形色色人的个人想象力。所以要拍摄人像,其理由是多种多样的,而我们观看这类照片的反应也是五花八门的:有的微微一笑,有的不禁大笑,有的哭泣,有的寄予同情,还有的产生怀念的心情。然而,这样的照片,不管影中人是熟悉的,还是陌生的,都有一种万能的力量深深地感动我们,大多以他们人的本性来触动我们的情绪。

作为摄影艺术,它是要表现大千世界的。任何被摄对象的特点,必须反映在摄影画面上,这就赋予摄影艺术在不同体裁或题材上必有的特点,尤其是人像摄影,它的特点更复杂、更微妙。

在人像摄影中,作品中的人,必定是现实生活中的人,人所具有的特点在作品中,也必然地体现出来。因此说人像摄影是集中表现人物形象的造型艺术,要求“形神兼备”,这个“形”和“神”就是特点。除了抓形抓神,还有人的感情和细节,这也是人像摄影中不可忽视的特点。

人像摄影是以人物为题材的专题摄影,它是取人之貌,用人的相貌去揭示人的社会活动和心理状态。由于人的社会活动极其广泛,人像摄影的表现形式也就极其复杂,不可能固定在一中模式里,本书中,我们根据近年来较为流行的人像摄影形式。将其概括为写真人像、表现人像、环境人像、情节人像、特写人像、自拍人像等,它们之间有类似之处,但也有区别,各有其自身的独特之处。

希望本书能成为业余摄影家的益友,并能够使摄影技法书进入一个新的层面。



作者：叶雨舟
相机：富士卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片

这几张照片都采用大光圈来模糊背景，以突出主体。左上图利用建筑的阴影区域来加深背景；右上图人物的头绺子稍暗些为好；左下图上部分应裁去一些；右下图的侧逆光要是打在脸颊上会更好一些。

应学会用光圈的大小来控制景深。摄影时，照相机镜头对被摄主体聚焦后，在底片上结成清晰的影像，同时位于主体前后的一段距离范围内的景物在底片上结成的影像，以人眼的鉴别能力也认为是清晰的，这一段距离范围就叫景深。



第一章 写真人像

写真人像是拍摄人像最基本的形式之一。拍摄写真人像首先要考虑被摄者面部的用光，继而是摆布姿势、选择镜头和调整相机角度。而后综合运用其它摄影技巧进行拍摄。这些要领可通过阅读有关书刊和积累拍摄经验来掌握。在写真人像摄影中应尽力把被摄者拍得漂亮、俊秀一些，或者富有吸引力。这种人像形式既有写真特点，又讨好被摄者。

作者：叶雨舟
相机：富士卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/4, 1/60 秒

此幅照片人物的表情、动势抓取得较为成功。与被摄者保持融洽的气氛很重要，应充分调动被摄者的积极性。面部和背景的用光应再讲究一些。





作者：叶雨舟
相机：美能达 XD-7
镜头：70-210mm
胶片：ISO100爱克发负片
曝光：f/3.5, 1/125 秒

充分利用室外自然光照，增强人物的朴实性格。运用长焦镜头，虚化背景来突出主体。



作者：赵欣
相机：尼康 FM2
镜头：100mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/4, 1/60 秒

这是幅低调黑白照片，以大面积的暗部来突出面部及手的小面积亮部，并附以适当的背景光来衬托主体。



作者：叶雨舟
相机：美能达 XD-7
镜头：70-210mm
胶片：ISO100 爱克发负片
曝光：f/3.5, 1/30 秒

采用室内自然光，面部大部分处于阴影区，比较符合当时人物的情绪。拍摄位置向右移一下效果将会更佳。



作者：叶雨舟
相机：美能达 XD-7
镜头：70-210mm
胶片：ISO100 爱克发负片
曝光：f/3.5, 1/30 秒

采用室内自然光，着重刻画女孩的表情，以体现其倔强性格，纪实味较浓。如镜头再拉近一些，质感性表现力会更强。



作者：叶雨舟
相机：富士卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/1.9, 1/125 秒

运用早晨的自然光，
调动人物而形成侧逆光
效果，通过隐约可见的
建筑物，适当交代一下
人物的环境，并不削弱
主体的表现。此片虽是
低调照片，但暗部应多
一些影调层次。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：24mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

运用广角镜头景深大，人物在画面中的面积较小，环境交代得很宽广。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

运用标准镜头，与人眼的正常视角相似，人物在画面中的面积稍大一些。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：85mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

与标准镜头相比，人物在画面中的面积更大一些，环境也有一定的交代。

作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：100mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

100mm 镜头被称为肖像镜头，一般认为，拍摄人物最为合适。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：200mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

运用 200mm 镜头，可以在较远的位置，拍摄人物的胸像，而不会过多地干扰对象。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：300mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：自动

300mm 以上的镜头可称为长焦镜头，也称望远镜头，景深小，人物在画面中占有很大位置，环境已相当模糊。



摄影师的提示：摄影器材

要想拍好人像照片，有许多相机可以选择。轻便的小型相机，具有很大的机动性，它对即兴抓拍和拍摄控制性的比较正规的照片，都能运用自如。多功能小型相机的一种设计具备通过镜头的取景系统，它让你十分精确地组构画面，聚焦时能够看出和控制从近至远的清晰度。这种通过镜头取景的结构，在换用镜头或加用像滤镜那样的镜头附件后，也便于精确地取景。

当今生产的大多数35mm相机，都有测光、曝光控制，甚至镜头调焦的复杂的集成电路。相机取景器上的一些指示装置，告诉你快门速度和光圈的组合对场景的平均光的曝光是合适的。你若必须面对复杂的光照，或者拍摄快速运动体，也可能要把握景深，甚至创造特殊效果，这一系统只是让你自己对曝光调节作出最终的判断。



作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：100mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：F/3.5, 1/60 秒

采取横幅构图，时间、地点同左图，从头发、脸上可看出太阳落下时的余光照明。背景虚化，主体突出。围栏与街道的线条给画面增加了一些趣味性。

作者：杨树
相机：佳能 EOS5
镜头：100mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/3.5, 1/60 秒

采取竖幅构图，拍摄时间为太阳刚刚落下，利用现有的散射光，拍出的人物显得柔和、自然。

“傻瓜”照相机，是一种采用平视亮框取景方式的袖珍型自动曝光照相机。上面有内装电子闪光灯。一般采用电子程序式快门，其光圈和快门速度的组合可随拍摄景物高度的改变而自动调节。一些高档的“傻瓜”相机，除了能自动曝光之外，还可以自动卷片上弦、自动倒片、自动调焦等，操作简便，容易掌握，体积小巧，便于携带。

120型照相机是常见的机种之一，统一使用120胶卷。这种相机的特点是拍照画面较大，在放大高倍率照片时，效果比135底片好。

在人像摄影中，一般选用中焦距镜头（85mm—135mm）较为适宜。中焦镜头的透视效果好，人物形象不变形，无须在靠近被摄人物很近的地方拍摄。又由于中焦镜头焦距较长，景深短，这又可用于虚化背景，突出被摄人物。



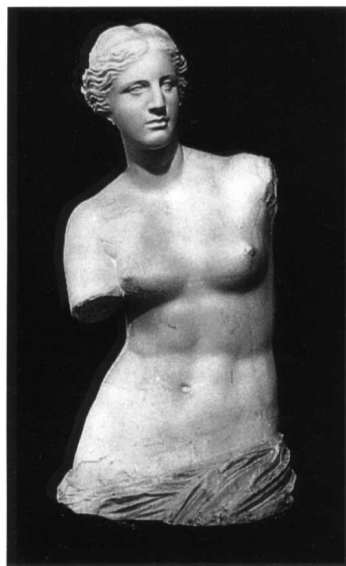
作者：张沈平
相机：美能达
镜头：28-70mm
胶片：ISO100乐凯负片
曝光：f/8, 1/60 秒

这是一张在室内拍摄的少女肖像。拍摄人像正面难度较大，往往流于呆板，此作面部用光，以及头发的轮廓光运用得都恰到好处。



相机：美能达
镜头：100mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/5.6, 1/60 秒

在进行人像拍摄时，在人物即将进入状态时，连续多拍几张，等拍摄者与被摄者的感觉都找到时，作品自然就出来了。



顺光



前侧光



侧光

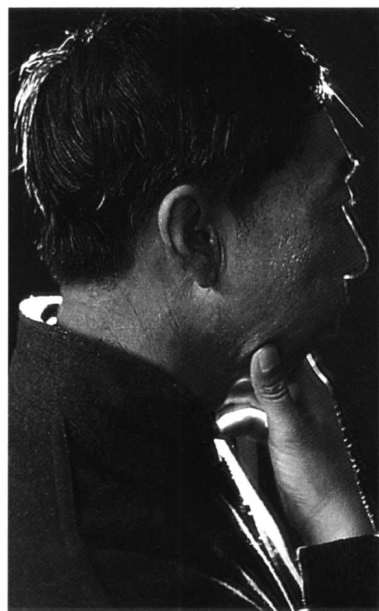


逆光



作者：叶雨舟
相机：富士卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/1.9, 1/125 秒

此片基本上用的是顺光，影调层次处理得较好，但一些细节性东西值得斟酌，比如手表，完全可以不戴。



作者：叶雨舟
相机：富士卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/1.9, 1/60 秒

采用人工摆置的逆光拍摄，按面部皮肤测光，以使面部不至于过暗。调焦不是很精确，影响到质感表现。



作者：赵锦江
相机：雅西卡
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/5.6, 1/30 秒

从拍摄位置上说，主光属于侧光，在人物左侧附以补光，把人物衣服质感表现得较为理想，从而也烘托人物，有一种很“酷”的感觉。



作者：静函
相机：美能达 XD-7
镜头：70-210mm
胶片：ISO100 富士负片
曝光：f/3.5, 1/60 秒

上图采用的光线比较巧妙，属于区域光，充分利用背景的阴影，并以人物面部曝光，下图采用侧逆光照明，把人物放在中景位置，很有层次感，左边、右边及上边画面都可以裁去一部分。



作者：叶雨舟
相机：尼康 FM2
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/5.6, 1/60 秒

采用侧光照明，大面积暗背景。主体人物直视观赏者，似乎更能揭示他的个性。



作者：叶雨舟
相机：尼康 FM2
镜头：50mm
胶片：ISO100 乐凯负片
曝光：f/5.6, 1/60 秒

这是一位具有表演才能的大学生，拍摄时，不应被光线所束缚，让他自己随意摆出几个动作进行抓拍，不失为一个好主意。



作者：叶雨舟
相机：美能达 XD-7
镜头：28-70mm
胶片：ISO100 爱克发负片
曝光：f/8, 1/60 秒

这是运用室内闪光灯拍摄的，在第一次闪过之后，在人物运动过程中又频闪两次，结果同一张画面上有三个自己的影像，很有趣味性。



作者：叶雨舟
相机：美能达 XD-7
镜头：28-70mm
胶片：ISO100 爱克发负片
曝光：f/5.6, 1/60 秒

运用室内闪光灯拍摄，在室内拍摄，可以非常从容地放置灯光，并配以适当的道具，来增强画面的表现力。