

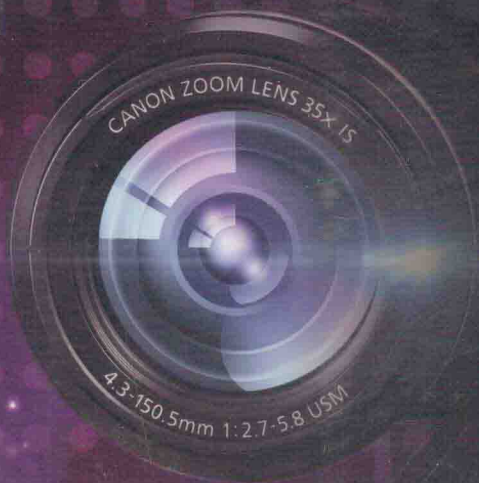
摄影

张钧挥 著

36

技

摄影入门与提高



北京日报报业集团
同心出版社

摄影36技



摄影入门与提高

张钧挥 著

北京日报报业集团

 同心出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

摄影 36 技: 摄影入门与提高/ 张钧挥著. —北京:
同心出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5477-1323-5

I. ①摄… II. ①张… III. ①摄影技术 IV. ①J41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 214346 号

摄影 36 技: 摄影入门与提高

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区东单三条 8-16 号 东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65255876

总编室: (010) 65252135-8043

网 址: www.beijingtongxin.com

印 刷: 北京市燕山印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

2014 年 12 月第 1 次印刷

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 11.5

字 数: 233 千字

定 价: 65.00 元

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载





随着数码技术的成熟完善，摄影以前所未有的深度和广度介入到我们的生活、工作、娱乐等各个领域。从高端的中画幅数码后背到专业数码单反相机，或者是家家必备的卡片式数码相机，甚至是几乎人手一部的具有拍摄功能的智能手机，都是影像生产的利器。影像日益成为我们社会生活的一个重要组成部分，这不仅仅是技术或者艺术的进步，而是一种社会变革，人们不知不觉地与影像共同生存。

近十年来，越来越多的朋友拿起了相机，常常有机会看到许许多多不同类型的摄影作品；甚至每天在手机上也要看到朋友们的所见所摄，成了一种习惯、难以抗拒。海量的影像有精彩、有无趣、有专业、有业余、有写实、有写意，林林总总不胜枚举。不由的也打算依靠多年的实践和教学经历，为爱好摄影的朋友们提供一些建议和提醒，以期能少走弯路。

书店里大量的摄影书籍多是系统地、按部就班地介绍摄影中的理论知识和技术技巧，内容庞大、难分主次。所以本书只是从相机使用、构图、光线、主题和创作方式上撷取了一些容易被忽视的要点，以补充那些系统理论书籍之外容易忽视的内容，以供摄影人从中引起关注并思考改进。本书更适合已经掌握了基本技术知识的摄影爱好者，帮助您从繁琐的器材和理论牵绊中脱离出来，迅速提升摄影功力。

本书分为四个大章节，每章节含九小节，共三十六条建议，所以称为“摄影三十六技”。内容基本涉及了相机操作和设置、构图和曝光的要点、光线运用的技巧、后期处理的意义、主题创作的思维和作品展示的重要性。各类摄影爱好者都可以在书中找到适合自己的诀窍。也希望广大摄影人能够为本书提出改进的意见。

在此，要特别感谢巩德顺、张晋湘、李虎成、马建华、郭春静、裴竞德、大风、肖茅、侯国强、李祥云、王智、太良平、任恺、李建军、段升强、王秋林、许志敏等好友提供精彩的摄影作品，并感谢西安建筑科技大学艺术学院摄影专业同学的图片支持。

著者：张钧挥
2013年7月

第一篇 (基础篇)

一、确定焦点	02
1、如何锁定焦点	02
2、如何确定焦点	02
二、看懂焦距	06
1、焦距是什么	06
2、焦距的使用方法	06
3、焦距调节所产生的隐藏的视觉变化	06
三、慎调感光度	08
1、什么是感光度	08
2、调感光度的益处	09
3、感光度调节过度的弊端	09
四、白平衡的作用	11
1、白平衡与色温	11
2、白平衡的调节	11
3、白平衡的使用要点	11
五、曝光的意义	14
1、什么是曝光	14
2、如何恰当曝光	14
3、曝光与想象力	15
六、慢速的魅力	19
1、何为慢速摄影	19
2、慢速摄影技巧	21
七、活用画幅	21
1、横画幅——最常用的构图形式	21
2、竖画幅——表现垂直和高大	23
3、方画幅——适合均衡和稳定	25
八、明确兴趣点	28
1、为何平淡无奇	28
2、怎样发现兴趣点	28
3、兴趣源自真心	32

九、变化视角	32
1、仰视	32
2、俯视	35
3、背面	37

第二篇（提高篇）

一、确定主体	42
1、什么是主体	42
2、主体的作用	42
3、怎样选择主体	43
二、巧用前景	47
1、前景与空间感和透视感	48
2、前景与美感和意境	49
3、前景与构图和画面平衡	51
4、前景的点题作用	52
三、关注背景	54
1、回避不利	54
2、利用优势	55
四、尝试特写	56
1、精微处见物之美	56
2、细致处现人之情	58
五、善用空白	58
1、用空白突出主体	58
2、用空白营造意境	60
3、多重元素巧配合	62
六、虚实改善画面	65
1、焦虚明主次	65
2、物虚透空灵	66
3、动虚现冲击	68
七、黄金分割与九宫格	69
1、A部分——几何中心	69
2、B部分——趣味中心	70
3、C部分——意味中心	72
4、D部分——边角部分	73

5、三分线——重要分割	74
八、安排色彩	77
1、色彩的分类	77
2、色彩的三要素	77
3、色彩的表现力	78
九、极致构图	82
1、夸大前景	82
2、强调尺度对比	82
3、挤压主体	84
4、妙用阳光	84
5、捕捉影调层次	84
6、安置色调对比	86

第三篇（精进篇）

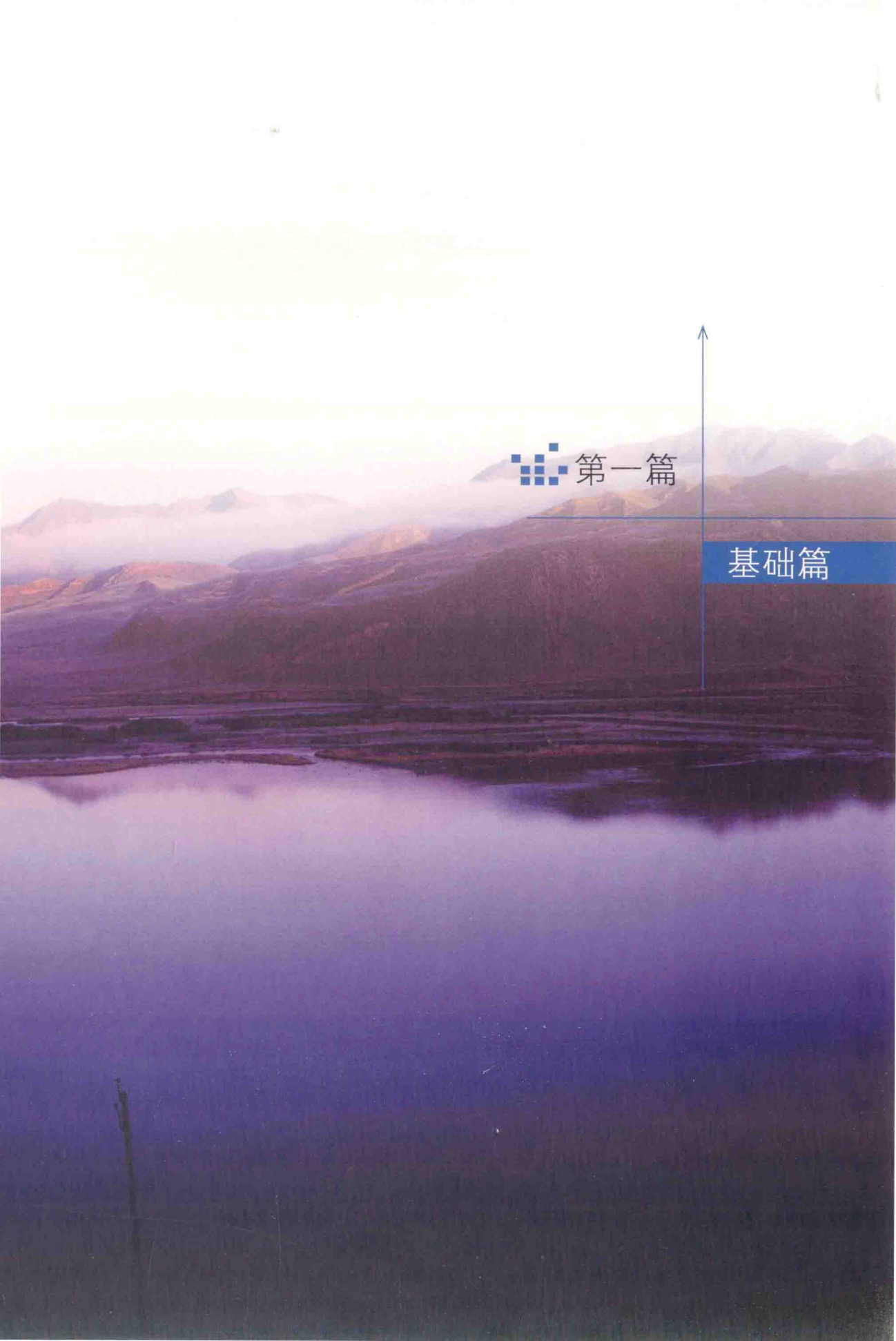
一、排列线条	90
1、物体的固有线条	91
2、光线造成的线条	92
3、快慢速曝光产生的线条	93
4、利用景深强化或者弱化线条	94
二、逆光	95
1、勾勒轮廓	95
2、强化质感	96
3、刻画人物性格	97
4、展现朦胧气韵和纵深感	98
三、组合光源	99
1、夜景自然光与人造光源的配合使用	99
2、白天自然光与反光板的组合使用	99
3、城市夜景与闪光灯的使用	101
四、光绘的精彩	102
1、利用可控光源照亮被摄体	102
2、利用移动光源在黑暗中“绘制”出影像	103
五、利用阴影	103
1、阴影提炼形象突显神秘感	103
2、阴影的象征与暗示作用	105

六、抓住投影	105
1、不反光物体上的投影	105
2、反光表面的投影	107
七、影调（基调）意识	108
1、硬调和柔调	108
2、高调、低调、灰调	109
八、特殊天气	112
1、暴雨天气	112
2、云雾	115
3、阴雨天气	116
4、雾霾天气	116
5、雪景	117
九、全景摄影	119
1、全景摄影受喜爱的原因	119
2、准备工作	119
3、拍摄过程	119
4、后期拼合	120

第四篇（专业篇）

一、正视后期	124
1、为什么要后期	124
2、数码摄影后期的基本概念	124
3、数码后期带来的困惑	124
4、重视剪裁	125
二、RAW 的优势	128
1、RAW 的定义	128
2、RAW、TIFF、JPEG 的区别	128
3、常用的浏览与转换软件	128
4、转换图片的分辨率和大小设定	128
5、RAW 的亮部和暗部影调层次调节	132
三、简单几步改善画面	134
1、剪裁的方式	134
2、色阶与直方图	138
3、利用图层与蒙版进行局部调节	140
4、透视与扭曲改变镜头限制	140

5、锐化	141
6、恰当改变突出意境	142
四、关注生活	144
1、生活与摄影	144
2、真善美	144
3、生活摄影的要点	144
五、关注城市	147
1、城市是什么	147
2、摄影与城市	147
3、城市的摄影	147
六、尝试夜景	150
1、夜景的魅力	150
2、怎样拍夜景	151
七、主题意识	156
1、主题之虚	156
2、主题之实	157
3、主题的表达	158
八、坚持创作	158
1、如何是创作	158
2、如何看待生活	159
3、如何塑造艺术形象	159
4、形成自己的摄影语言和艺术风格	159
5、最重要的是坚持	159
九、展示作品	165
1、虚拟展示	165
2、实体展示	165
3、展示的另一层意义	166



第一篇

基础篇

一、确定焦点

无论是什么题材的摄影，在画面中至少保证一个清晰的焦点是摄影作品质量的基本要求。保证焦点清晰是很多摄影初学者容易忽视的，但这又是摄影一开始就必须注意的一个要点。

这种忽视体现在两个方面：

一是不能将焦点准确锁定在主体上，二是不知道焦点应该置于画面中的哪个位置。咱们分别讨论一下这两个问题。

1、如何锁定焦点

锁定焦点，是一个技术问题，它所需要的操作方式就是半按快门，焦点锁定后继续按下快门完成曝光。看似很简单的一个操作，也会面临单点对焦还是多点对焦的情况而造成误差。

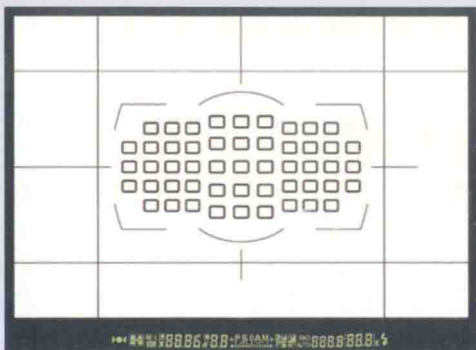


图 1.1.1

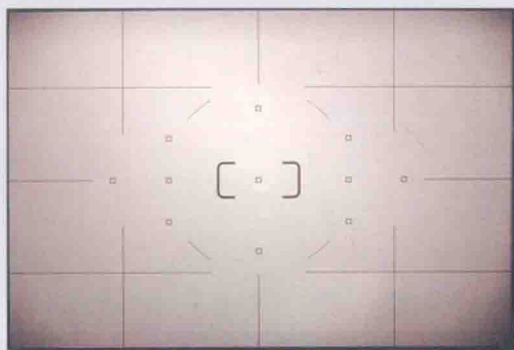


图 1.1.2

图 1.1.1 显示的是多点对焦的取景框，图 1.1.2 显示的是单点对焦的取景框。

多点对焦模式适合于在大景深、大范围、需要快速抓拍的情况下使用。其操作原理是只要若干个对焦框中有一个对焦准确就能够按下快门进行拍摄，利于快速拍摄；同时利用超焦距或者大景深的原理保证画面中焦点前后的景物都相对清晰，整幅画面较为清楚。

但是如果主体或者局部细节的主体地位很明确，那就需要精确对焦，这时就要使用单点对焦模式了。单点对焦框可以根据构图选取所有对焦框中的任意一个，保证主体细节的绝对清晰。

多点对焦就像是机枪扫射，速度快、面积大，但是准确性差；单点对焦就像是狙击手点射，速度慢，但是准确性高。它的选择要根据具体的拍摄情况而定。

2、如何确定焦点

不必怀疑，可能所有人都知道焦点应该放在主体上，也就是视觉中心。一幅完整的画面总会需要一个视觉中心、一个主体，好让我们的目光有一个可以停留、品味之处。但是当画面复杂、主体面积较大时我们就要特别注意了，焦点具体应该放在哪个“点”上呢？

(1) 拍摄人像及面部特写时的焦点确定

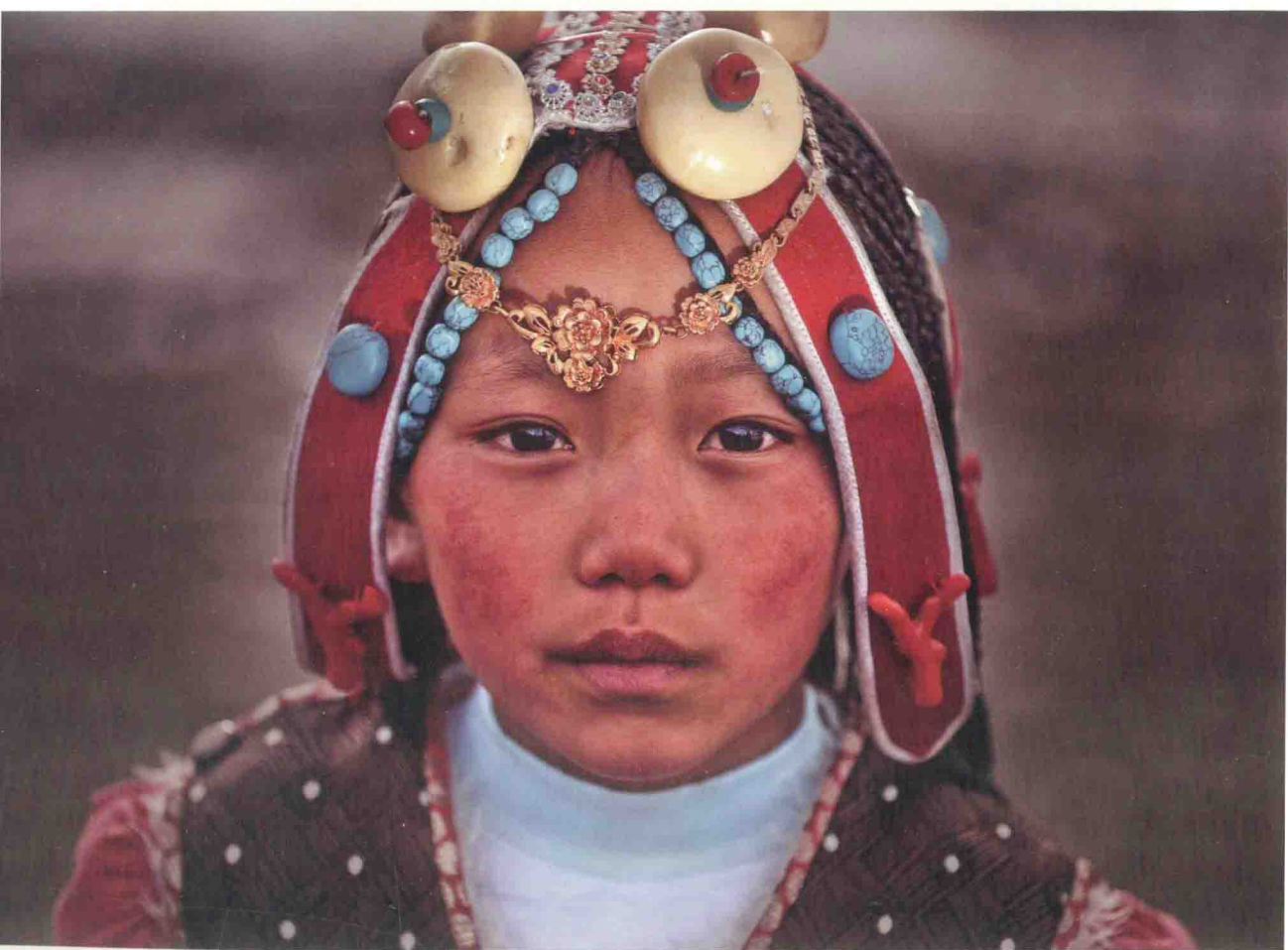
在人像、特别是面部特写时往往会把焦点放在人的眼睛上，所谓“眼睛是心灵的窗口”

嘛。如《玉树人像》就是一张大光圈小景深的照片，作者准确的将焦点置于孩子的眼睛，通过清澈的眼神表现了孩子的纯真无邪。



张晋湘《玉树人像》

张晋湘《玉树人像》



(2) 拍摄其他物体时的焦点位置确定

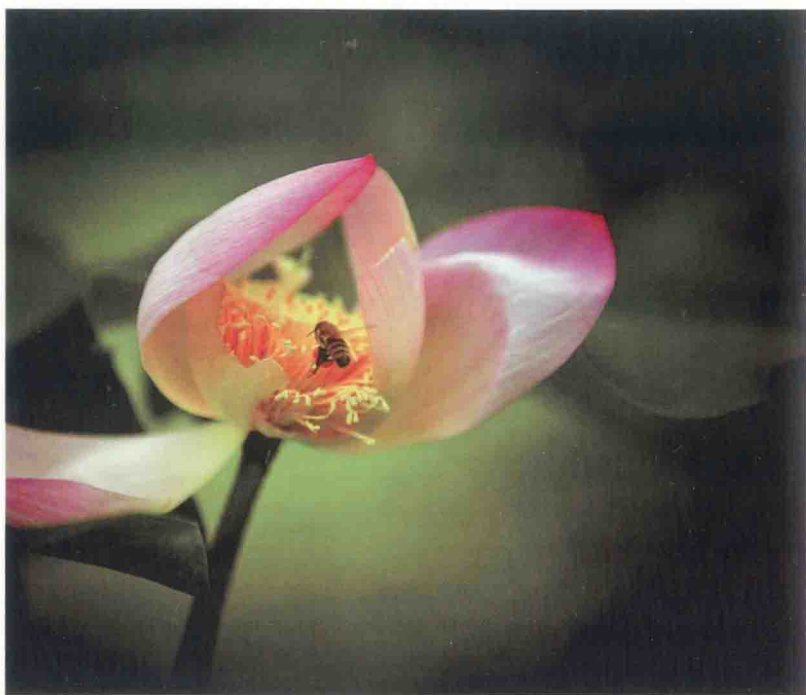
而在拍摄其他物体时，就需要根据具体的情况和摄影者的表达意愿来决定焦点的位置了。一般情况下会选择与众不同的、形状优美的、面积较小的和具有一定含义的部分为焦点。

近距离拍摄花卉的时候，往往把焦点落在花蕊上。如图1.1.3，荷花花心的部分为绿色，与大面积的粉色花瓣相区别；而且花心部分造型饱满、细节丰富，适合做焦点。

如果是植物花卉和动物组合拍摄时，就要看重点在哪里。如《勤劳》，黄色条纹的蜜蜂在绿色的背景下特别醒目，从色彩对比上来说一定会以蜜蜂为主体，焦点自然也要落在蜜蜂上。同时以虚化的大面积绿叶为背景，更加突出了主体。

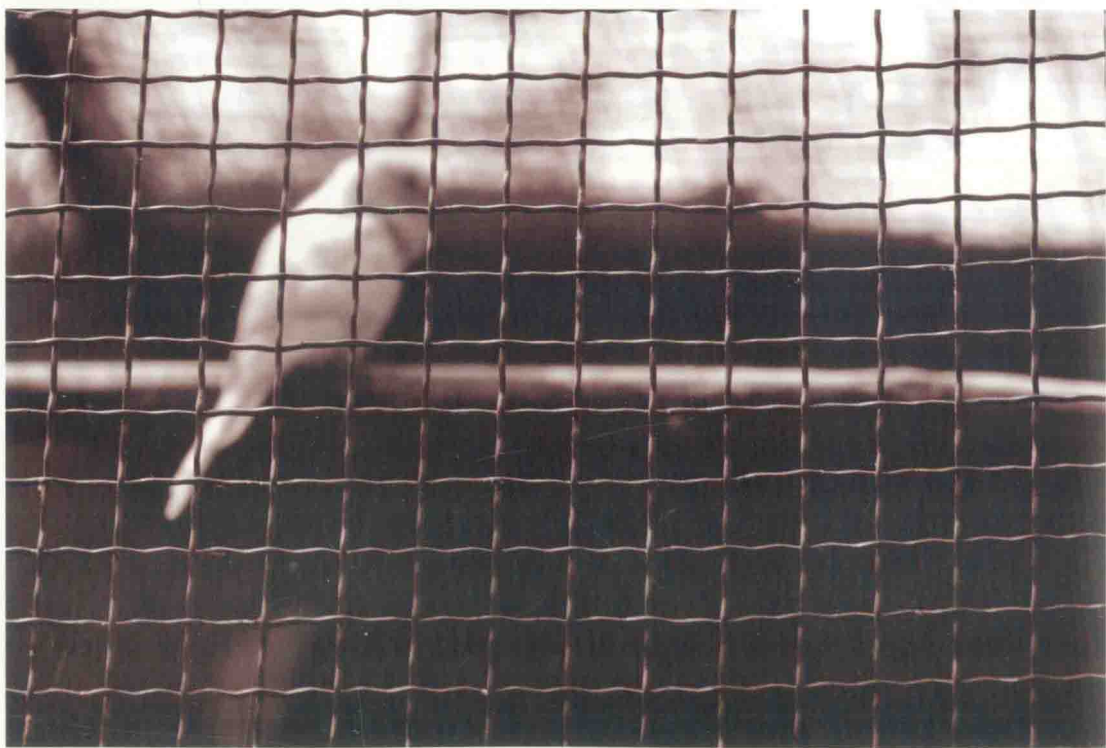


图 1.1.3



李建军《勤劳》

如《网》，作者反其道而行，将焦点放在了前方的铁丝网上，而把网中的小鸟虚化了。这正是体现了作者表达的重点在于牢笼对鸟的束缚与囚禁，而不是为了表现鸟的美丽。



刘雪芳《网》

焦点是影像质量的最基本要求，对于焦点的推敲和掌控往往会决定整幅画面的形式与意义，请特别注意。

二、看懂焦距

1、焦距是什么

焦距是镜头上最为普通常见的一个技术指标，简单的概念是指镜头中心至相机焦平面的距离。焦距是镜头分类和选择的最基本的判断标准。

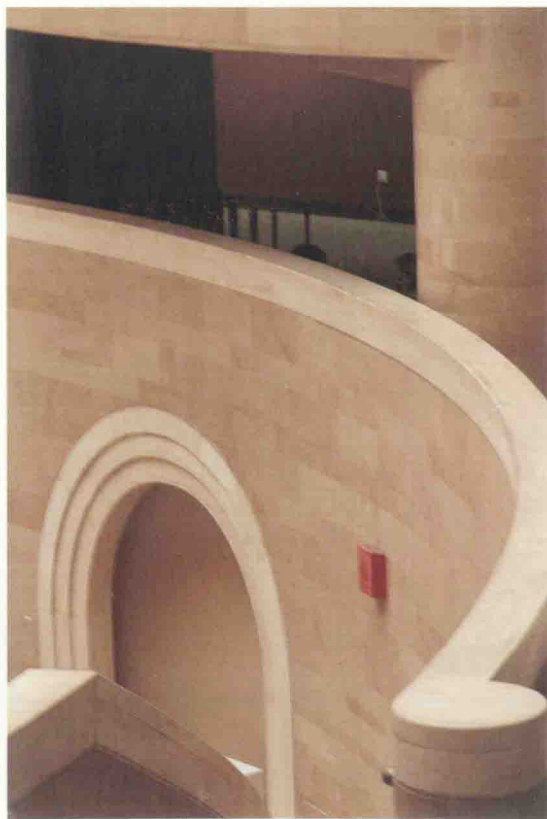
2、焦距的使用方法

通过转动镜头上的变焦环，就可以促成镜头焦距的变化，这实际上是镜头取景视角的变化和取景范围的变化。但除此之外，是否还有其他原因来调节焦距？那么我们就来看看，焦距的变化还能引起其他的什么变化。

3、焦距调节所产生的隐藏的视觉变化

(1) 焦距的变化会引起透视的变化

广角镜头前大后小的透视更强烈，可以利用这个特点夸张前景的大小，强化前景的作用，也可以利用这个特点来改变线条的角度。



如下图王开之先生的作品《土楼—院中天地》，就是借用了广角镜头近大远小的透视效果，使得实际中平行的四层楼层中的屋檐、栏杆等线条却在画面中呈现出极具张力的角度变化，成为支撑整幅画面的骨架。

王开之《土楼—院中天地》



(2) 焦距的变化能够改变景深效果

广角可以增加景深，利用超焦距使画面中前后景物更清晰；使用长焦可以减小景深，增加虚实对比的效果。

如下图《瓦切塔林》使用的是中短焦距，所以景深较大。前景的经幡和远处的佛塔清晰度都较高，这适合风光摄影的品质要求。而下一页图《玉树人像》明显使用的是长焦镜头，再配合大光圈使得景深极浅，更加突出了人物的眼神。



巩德顺《瓦切塔林》

三、慎调感光度

1、什么是感光度

国际标志为 ISO，指的是感光材料对光线的敏感程度。在摄影中，感光度的调节是进行测光和曝光的前提条件之一。常见的感光度等级有 50、100、200、400、800、1600、3200 等，其数值相差的倍数就是感光度相差的倍数。例如 ISO800 的感光速度是 ISO100