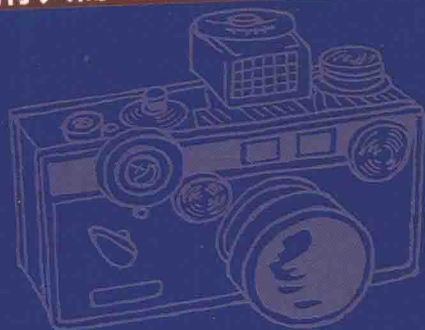


每一个技巧都是经验的结晶
而你只需1分钟，就能搞定！



DSLR Photography 100 techniques

将摄影还给大众

1分钟秘技

如何从平凡的题材中 捕捉不平凡的影像

请跟着本书的专业摄影师 领悟摄影吧！

WOW, 只需1分钟

你也能轻松拍出惊人的好照片！

清华大学出版社

赵琳 编著



DSLR Photography 100 techniques

将摄影还给大众



1分钟秘技

赵琳 编著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书通过100个实用摄影小技巧,解答了摄影爱好者在日常摄影过程中经常遇到的各种难题和疑惑,并配合精美的摄影作品。阅读本书,读者能够从切中要点的富于诗意的文字里感受到专业经验带来的豁然开朗,体会到作者对摄影的钟爱情怀。

这并不完全是一本摄影技巧书,更像是一本传达摄影理念与对大自然爱的纪录。

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

将摄影还给大众:1分钟秘技/赵琳编著. —北京:清华大学出版社,2014
ISBN 978-7-302-38027-6

I. ①将… II. ①赵… 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(2014)第219933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:刘海龙

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 刷 者:北京天颖印刷有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:180mm×210mm

印 张:8

字 数:230千字

版 次:2014年12月第1版

印 次:2014年12月第1次印刷

印 数:1~3500

定 价:45.00元

产品编号:056604-01

前言 *Preface*

本书是笔者继推出《将摄影还给大众——7天摄影入门》后的又一专业摄影教材，如果说前者是引领摄影基础为零的朋友顺利入门，那么本书则是让你的摄影技术日益精湛的重要法宝。

本书囊括了风光、人像、小品、城市等题材的实用摄影技巧，从镜头、用光、构图等实战角度出发，为你精选出来 100 个实用技巧，帮助你拍摄出精美摄影大作，同时能够解答你在日常拍摄中经常遇到的各种问题和困惑。

笔者摄影多年，拍摄大大小小的作品不计其数，深知拍摄思路是拍片的重要因素，几乎对一幅作品起着决定性作用。所以，当明确了拍摄目的，其他所有的拍摄手法只是辅助一张大作的诞生。因此，本书不仅提供拍摄技巧，更细致地阐述了面对不同题材，应该如何确定拍摄思路。这才是摄影爱好者的成长之路，也是成才之路。

摄影在于发现美，记录美！最后，愿所有的摄影爱好者，通过阅读本书能拍出让自己满意，让他人喜欢的作品，这也是此书存在的最大价值！

赵琳
2014.7

CONTENTS 目录

第1章 绝美

风光的拍摄

1.1 巧用顺光的迷人色彩 / 002

- 01 阳光16法则 / 002
- 02 找寻红色物体 / 004
- 03 拍摄蓝天白云 / 006

1.2 善于发现侧光下的美景 / 008

- 04 层次感的体现 / 008
- 05 突出某一道光而已 / 010

1.3 使用（超）广角镜头拍摄 / 012

- 06 （超）广角镜头拍摄前景的选取 / 012
- 07 如何搭配前、中、后景 / 014
- 08 用（超）广角镜头去除杂物 / 016
- 09 （超）广角镜头拍摄风景时对焦在何处 / 018

1.4 使用中长焦镜头拍摄 / 020

- 10 拍出气势 / 020
- 11 用长焦镜头搜寻细节 / 022
- 12 为画面添加对比物 / 024

1.5 如何选取逆光题材 / 026



- 13 寻找半透明物 / 026
- 14 尝试剪影风景 / 028
- 15 寻找高反光物体作为前景 / 030

1.6 合理使用偏振镜 / 032

- 16 用偏振镜压暗蓝天 / 032
- 17 用偏振镜减少雪地反光 / 034
- 18 用偏振镜增加画面饱和度 / 036
- 19 用偏振镜拍清水中的物体 / 038

1.7 渐变镜的重要性 / 040

- 20 减少画面的光比 / 040
- 21 不一定只能压暗天空 / 042

1.8 慢速快门的灵活运用 / 044

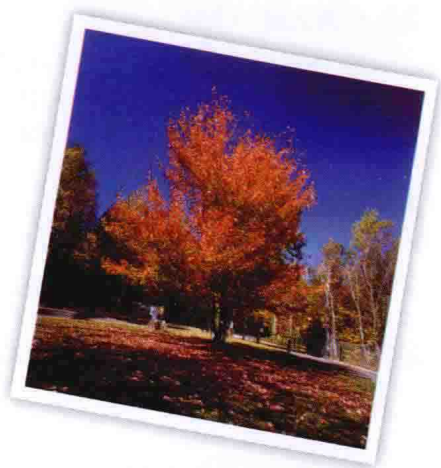
- 22 如何拍出仙境般的感受 / 044
- 23 如何拍出如丝状的效果 / 046
- 24 运用减光镜拍摄白天的慢速快门 / 048

1.9 学会等待最佳光线 / 050

- 25 日出、日落前后最梦幻 / 050
- 26 阴雨天突然放晴效果最莫测 / 052

1.10 巧用曝光补偿 / 054

- 27 曝光补偿稍减，颜色会更饱和 / 054
- 28 大胆欠曝可以带来不一样的感觉 / 056

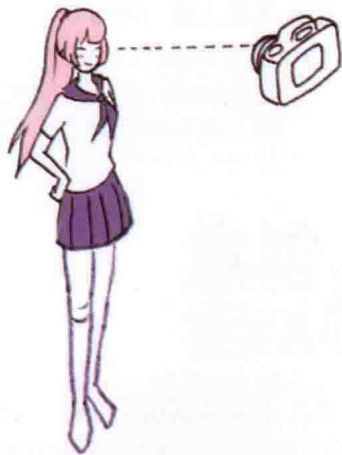


拍摄

梦幻人像效果

2.1 用大光圈与中长焦镜头拍摄 / 060

- 29 最大光圈的迷人虚化效果 / 060



- 30 用中长焦镜头拍摄出虚化效果 / 061
- 31 离背景更远可增加背景的虚化效果 / 062

2.2 广角人像 / 064

- 32 半身人像的变形控制方式 / 064
- 33 全身人像的变形控制方式 / 066
- 34 多尝试将环境结合起来 / 068

2.3 拍摄阴天人像 / 070

- 35 柔和光线下的曝光更易把握 / 070
- 36 适当增加曝光补偿可让画面更加亮丽 / 071

2.4 拍摄晴天人像的简易方法 / 072

- 37 斜侧顺光用法 / 072
- 38 侧光用法 / 074
- 39 斜侧逆光用法 / 076
- 40 迷人的透光人像 / 078

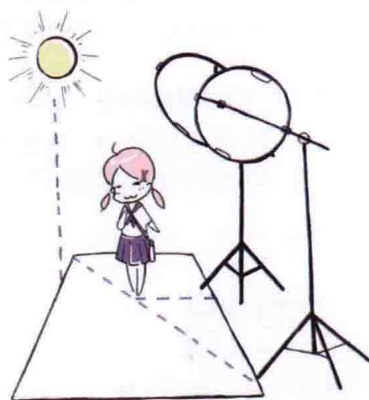


2.5 活用反光板 / 080

- 41 阴天反光板方法 / 080
- 42 晴天下模拟闪光灯的反光板技法1 / 082
- 43 晴天下模拟闪光灯的反光板技法2 / 084

2.6 夜景人像 / 086

- 44 等待最迷人的时刻 / 086
- 45 利用哈气制造梦幻效果、减小反差 / 087
- 46 巧用各种环境灯光 / 088



创意 小品拍摄

3.1 选用普通镜头拍摄 / 092

- 47 用大光圈镜头拍摄花草小品 / 092

48 用长焦镜头拍摄花草小品 / 094

3.2 使用微距镜头的技巧 / 096

49 什么是微距的适合题材 / 096

50 不能用太大光圈 / 098

51 可用手动对焦 / 100

52 三脚架的必要性 / 101

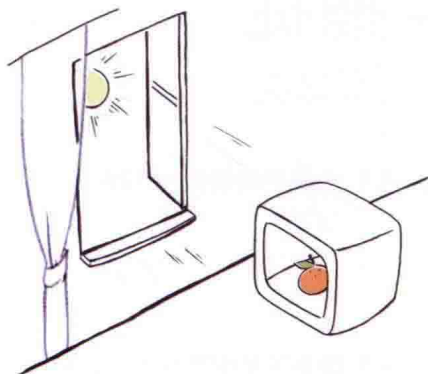
3.3 小品拍摄的构图变化 / 102

53 小品拍摄的位置呼应法 / 102

54 使用重复构图法 / 103

55 消极空间构图法 / 104

56 可把大个物体当成小品来拍摄 / 106



3.4 光线掌控 / 108

57 阴天柔和光线下的花草小品 / 108

58 晴天的质感表达与逆光效果 / 110

59 寻找物体的金边 / 111

3.5 生活中的细节捕捉 / 112

60 无处不在的装饰品 / 112

61 不起眼的小角落 / 113

62 单纯地表现质感 / 114

63 尝试灯光虚化的绝美意境 / 115

3.6 拍摄花草小品的更多技巧 / 116

64 喷洒些水珠 / 116

65 挡住直射阳光 / 117

66 心形或其他创意的灯光虚化效果 / 118

67 用光作画 / 120

68 尝试多重曝光 / 122



捕捉

城市之美

4.1 活用不同镜头 / 126

69 活用（超）广角镜头增加画面延伸感 / 126

70 广角镜头防变形策略 / 128

71 使用中长焦镜头从远处拍摄 / 130

4.2 晴天下的城市风光 / 132

72 选取侧顺光进行拍摄 / 132

73 可用蓝天深浅渐变构造画面延伸感 / 133

74 尽量拍摄建筑的多个面 / 134

4.3 寻找制高点进行拍摄 / 135

75 可选取高楼或山顶 / 135

76 可尝试拍摄接片体现气势 / 136

4.4 城市夜景的拍摄 / 137

77 拍摄星芒状的灯光效果 / 137

78 长时间曝光拍摄城市夜景 / 138

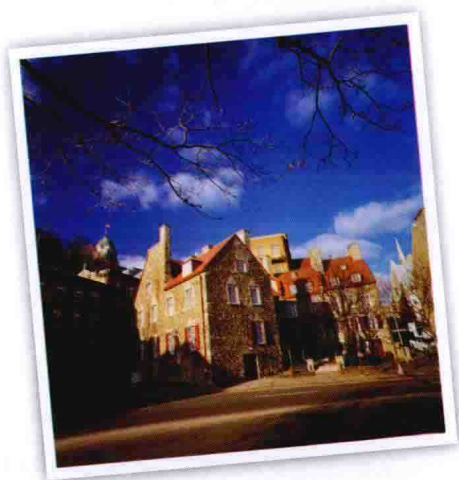
79 夜景16法则 / 140

80 拍摄夜景城市风光的最佳时间 / 141

4.5 复杂光线下拍摄城市 / 142

81 阴天可考虑突出云层或拍摄黑白模式 / 142

82 尝试HDR效果 / 144



用灯光

营造氛围

5.1 灵活运用环境 / 148

- 83 使用静物箱拍摄 / 148
- 84 借助家里的大窗户 / 148
- 85 借助白墙或天花板 / 150

5.2 用灯之前的思考 / 152

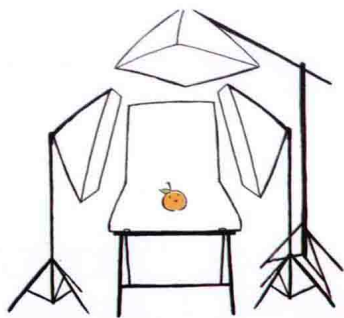
- 86 设立小型静物拍摄平台 / 152
- 87 搭配有气氛的背景 / 154
- 88 使用环形闪光灯 / 156
- 89 灯光可能只是为了减小画面反差 / 158
- 90 柔光还是硬光 / 160

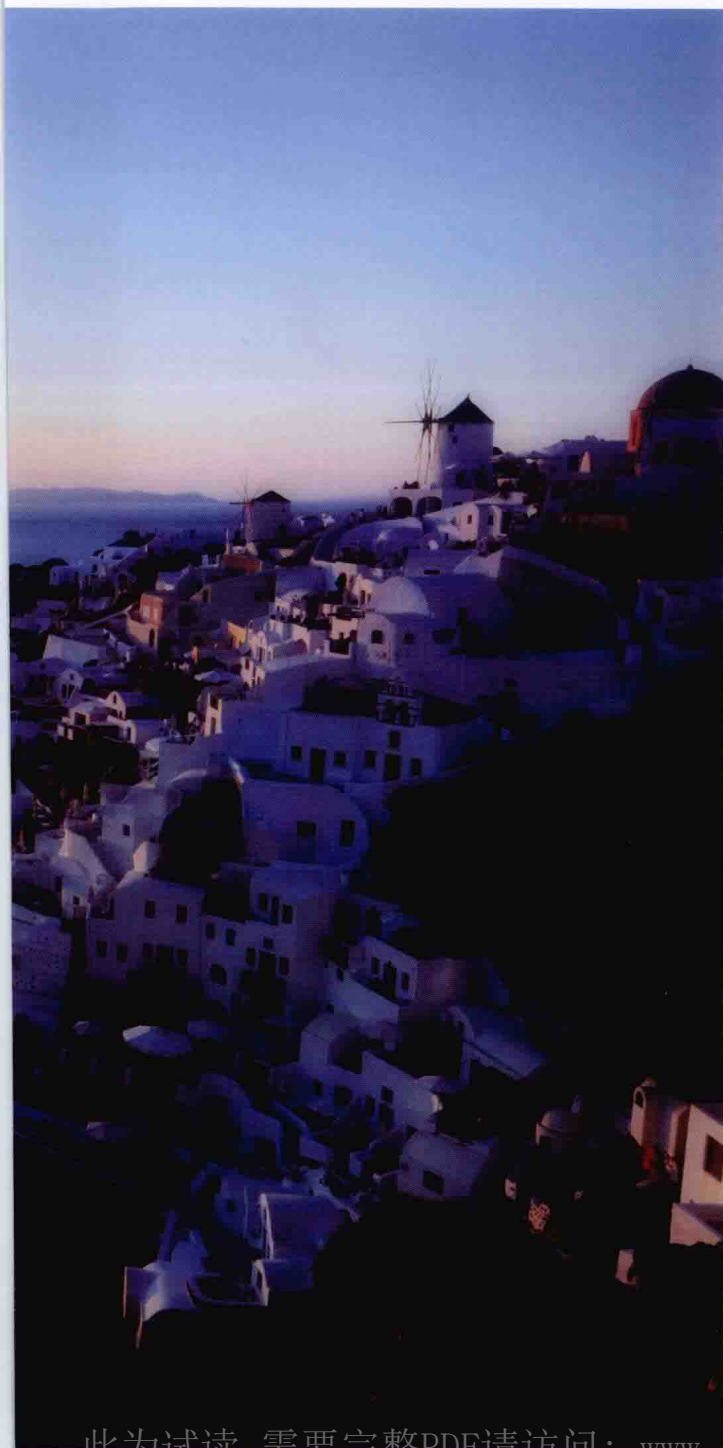
5.3 简易灯光的使用技法 / 162

- 91 单灯的常用光位 / 162
- 92 双灯的常用光位 / 164
- 93 如果有多个灯 / 166
- 94 高调、低调与中间调人像 / 168
- 95 室外闪灯 / 172

5.4 灯光的其他妙用 / 174

- 96 小型便利恒定光源 / 174
- 97 色片的必备性 / 176
- 98 给前景补光 / 178
- 99 长曝中的恒定光源补光 / 179
- 100 尝试拍摄一张有气氛的环境人像 / 180





第1章

绝美

风光的拍摄



1.1

巧用顺光的迷人色彩

01

阳光 16 法则

在晴天的顺光之下，几乎所有物体都有着很好的色彩表现，可以说五彩缤纷。想要记录下这样的画面，相机参数的设置是有规律的，这就是“阳光 16 法则”。

从日出 2~3 小时后到日落 2~3 小时前，在明亮的阳光（即没有云、雾和污染的阻隔）正面照耀下的物体的适宜曝光值为：光圈为 **f16**，快门速度为 **ISO 值的倒数**，以及所有与其等效的曝光组合。简单来说，可以选择手动曝光 **M** 档将相机的曝光参数设置为光圈 **f16**，**ISO 100**，快门 **1/100s**（或者光圈 **f16**，**ISO 200**，快门 **1/200s**；光圈 **f8**，**ISO 100**，快门 **1/400s**）。

图 01 等效焦距 24mm，ISO 100，光圈 **f16**，快门 1/100s

晴朗的天气，阳光和煦，有蓝天白云，整个画面干净、色彩明亮。在热闹的人潮中几个大红色特别显眼，给人的感觉十分地热情和美好。



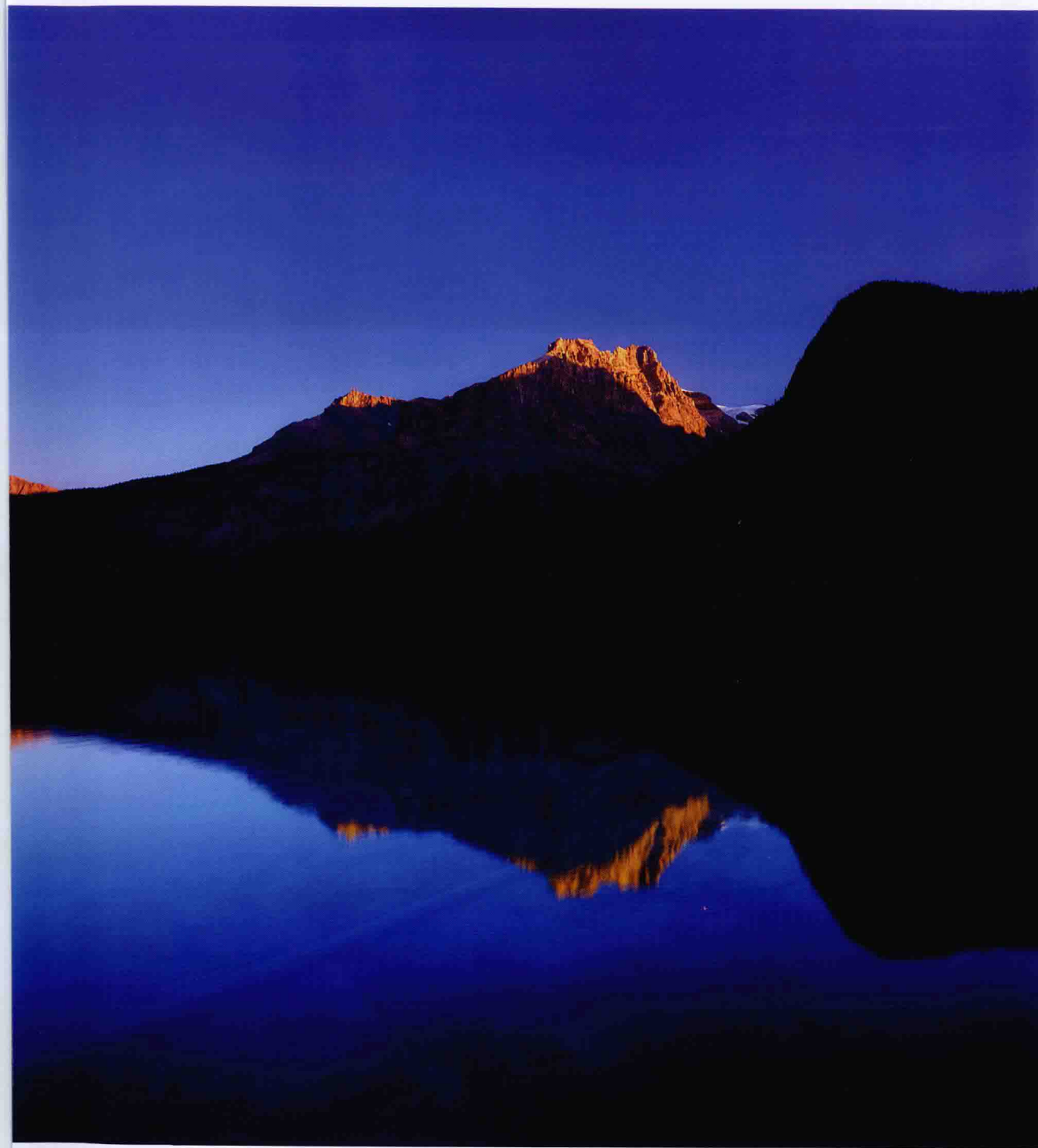
02

找寻红色物体

如何才能让风景照片更有吸引力？可以考虑让画面中存在一定面积的红色系颜色，如大红色、橘红色、紫红色、粉色、橙黄色等。红色系能给人带来视觉上的持久刺激，不会像青绿色那样容易使人产生冰冷感与视觉疲劳。

图 02 等效焦距 19mm，ISO 50，光圈 f/22，快门 6s

画面物体和色彩的对称分布，能瞬间吸引人的眼球并让人喜爱。山顶在阳光的照耀下呈现出金黄的色彩，仿佛让人看到希望。



03

拍摄蓝天白云

在晴天拍摄顺光的时候，画面中的天空应该是蓝色的，这时如果天空中还有朵朵形态各异的白云，一定是不可错过的拍摄题材。

图 03 等效焦距 19mm，ISO 50，光圈 f/22，快门 2s，偏振镜

曾几何时，蓝天白云是许多摄影爱好者追逐的风景。当那些在脑海里想象过的辽阔天际和蓝天白云出现在眼前时，唯一需要做的便是拍摄。

