

山东艺术学院本科教材

人像摄影

PORTRAIT PHOTOGRAPHY

董河东 主编



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

山东艺术学院本科教材

人像摄影

PORTRAIT PHOTOGRAPHY

主 编 董河东
副主编 董 雪 方明瑛
参 编 万晓娣 杨文彬 徐利丽 李 娜
王 越 宋艳丽 苗 圃 蒋 帅



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内容提要

人像摄影是时下比较流行的一种摄影方式,本书围绕人像摄影的拍摄与创作,全面系统地介绍了人像摄影拍摄技巧,具有系统性、科学性、实践性等特点。

本书编者结合教学实际,以自身深厚的理论和实践作为积淀,在查阅和汇总大量国内外文献资料的基础上,经过反复斟酌和精心编写,最终完成本书。

全书共分为十二章,书中用大量笔墨重点讲述了人像摄影的拍摄技巧。第一章对人像摄影作了概述。第二、三章分别介绍了人像摄影中光圈、快门的使用以及如何构图等基础知识。第四章和第五章主要从人像摄影的光线和色彩等方面进行分析。第六章介绍了纪实人像摄影的拍摄,其中包括纪实人像摄影的特点和拍摄技巧等。第七章和第八章分别介绍了外景人像摄影和影棚人像摄影。第九章介绍了如何拍摄儿童摄影。第十章介绍了黑白人像摄影,其中包括用光、影调等摄影基本技术的应用。第十一章介绍了商业人像摄影的拍摄技巧,这些技术技巧的应用能为读者拍摄的作品增色不少。第十二章详细地介绍了创意人像摄影的前期准备、实际拍摄和后期处理,意在使读者掌握前面章节内容的基础上,对人像摄影图片有所创意,让读者能在轻松的阅读和学习中掌握拍摄创意人像的方法。

全书内容丰富,章节安排合理,理论联系实际,深入浅出。可作为高等院校摄影专业教材,也可作为人像摄影爱好者学习摄影的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

人像摄影 / 董河东主编. —北京: 中国电力出版社,
2015.2

ISBN 978-7-5123-7061-6

I. ①人… II. ①董… III. ①人像摄影—摄影艺术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第003652号

中国电力出版社出版、发行

(北京市东城区北京站西街19号 100005 <http://www.cepp.sgcc.com.cn>)

北京盛通印刷股份有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2015年2月第一版 2015年2月北京第一次印刷

787毫米×1092毫米 16开本 11.25印张 272千字

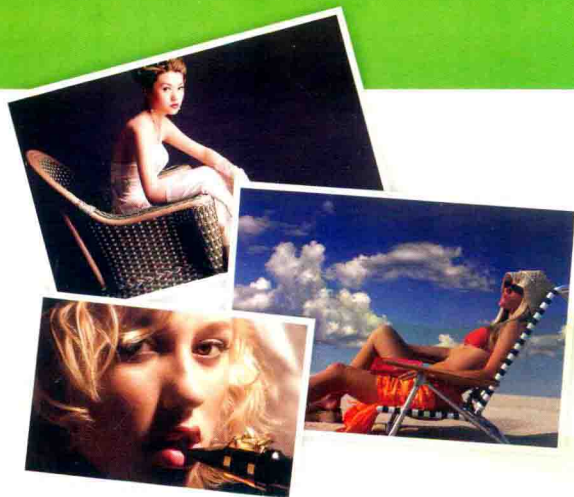
印数 0001—3000册 定价 38.00元

敬告读者

本书封底贴有防伪标签,刮开涂层可查询真伪。

本书如有印装质量问题,我社发行部负责退换。

版权专有 翻印必究



前言

观察和记录人类自身，是摄影永恒的探索与追求。很早以前，人们就以各种需要、各种方法描绘自己的形象。人像画面最早出现在绘画中，当摄影术发明之后，人像开始进入摄影领域。随着摄影科技的不断进步和人们艺术观念的发展，人像摄影在今天已经有了很大的变化。

人像摄影不同于人物摄影，人像摄影以刻画与表现被摄者的具体相貌和神态为自身的首要创作任务，重点以表现被摄者的相貌为主。而人物摄影则是以表现有被摄者参与的事件与活动为主，着重表现具体的情节。

一幅优秀的人像摄影作品，要能够在多种摄影元素中取得平衡，神情、姿态、构图、照明、曝光、后期制作均要达到较高的境界，形成由各个部分组成的一个总体，从而完成以刻画和描绘被摄者外貌与神态的表现任务。优秀的人像摄影作品，必须能够唤起观众的某种情感，并且能够传递出画面本身之外更多的东西，因此，人像摄影的拍摄并不是一个简单的东西，拍好则更不易。

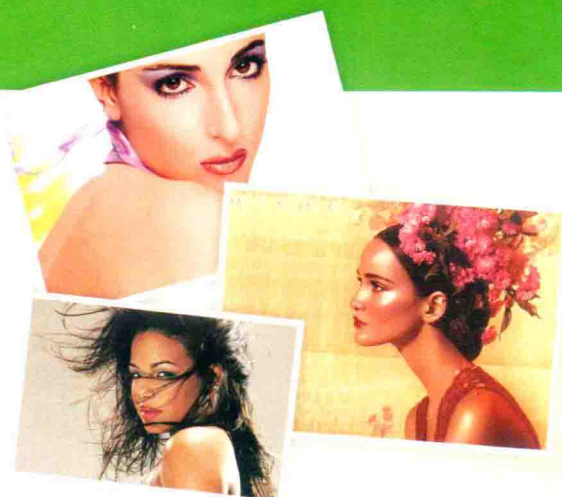
人像摄影可以细分为肖像摄影、时尚摄影、纪实摄影和儿童摄影等，不同的类型有不同的拍摄要求和方法。无论你喜欢拍摄模特，还是喜欢拍摄儿童；无论你喜欢在工作室拍摄，还是喜欢在户外拍摄。优秀的摄影师均会对不同类别的人像摄影作品进行效果分析，了解一幅好的人像摄影作品究竟需要具备哪些关键元素，理解相机拍摄的方式与理念，最终创作出理想的人像摄影作品。

本书的部分图片和资料源自摄影丛书和互连网络，由于未能找到原始出处，请原作者见到本书后与我们联系，以便今后修订改正。在此，向原作者表示诚挚的谢意！一并向参与编写的全体同仁表示诚挚的谢意！

董河东

2014年11月于济南长清湖畔





目 录

前 言

第一章 人像摄影概述

1

一、人像摄影释义	1
二、人像摄影类别划分	1
三、人像摄影的表现手法	3
四、对人像摄影师的要求	5
五、优秀人像作品的评判标准	7



第二章 人像摄影中的光圈和快门

10

第一节 光圈的选择：虚实有道	10
一、光圈与景深	10
二、大光圈突出主体	10
三、小光圈表现环境人像	12
第二节 快门的选择：凝固与动感	13
一、快门速度与画面清晰度	13
二、精彩瞬间的凝固	13
三、影像的动感	15



第三章 人像摄影的构图

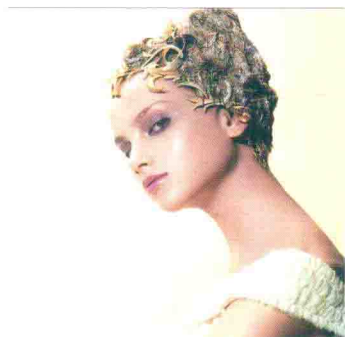
16

第一节 构图概述	16
一、人像摄影构图的含义	17
二、人像摄影构图的目的	18
第二节 景别的选择	19
第三节 构图中的元素	22
一、人像摄影构图元素——点	23





二、人像摄影构图元素——线.....	24
三、人像摄影构图元素——面.....	25
第四节 人像摄影中常用的构图法则.....	26
一、黄金分割.....	26
二、对角线构图.....	27
三、三角形构图法.....	27
四、S 构图法.....	28
五、框架构图.....	29
六、L 形构图.....	31



第四章 把握光线

32

第一节 光在摄影造型中的作用.....	32
一、曝光作用.....	32
二、造型作用.....	33
三、表现作用.....	35
四、构图作用.....	36
第二节 摄影用光的基本因素.....	38
一、光度.....	38
二、光质.....	38
三、光位.....	41
四、光型.....	44
五、光比.....	45
六、光色.....	46
第三节 自然光与人像摄影.....	47
一、室外自然光.....	47
二、室内自然光.....	49





第五章 色彩的魅力

53

第一节	色彩的基础知识	53
一、	色彩的常用名词	53
二、	色彩的调和	56
三、	色彩的对比	56
第二节	色彩的感觉	57
一、	色彩的冷暖感	57
二、	色彩的轻重感	57
三、	色彩的其他感觉	58
四、	色彩的典型象征	59
第三节	人像摄影中的色彩应用	62
一、	人像摄影对色彩处理的要求	62
二、	色彩构成方法在人像摄影中的应用	65
三、	如何提高人像摄影的画面色彩能力	67



第六章 纪实人像摄影

69

第一节	纪实人像摄影概述	69
一、	定义	69
二、	特点	69
三、	拍摄技巧	73
四、	社会意义	74
第二节	民俗人像摄影	75
一、	定义	75
二、	拍摄技巧	76
第三节	有趣的街拍	78



一、大光圈的选取	78
二、打破常规拍摄角度	78
三、综合运用“抓”与“摆”	78
四、色彩的对比	79
五、街道上的快速摄影和慢速摄影	79
六、广角拍摄	80



第七章 外景人像摄影

81

第一节 拍摄主题的确立	81
一、概念性主题	81
二、故事性主题	81
三、以拍摄手法为主题	82
第二节 场景的选择	82
一、外景人像摄影场景选择的应用	82
二、外景人像摄影的场景选择	83
第三节 合理运用自然光	88
一、光位的选择	90
二、光比和光质的调整	90



三、阴天散射光的运用	90
四、不同自然光线下的外景人像	90
第四节 摄影师与模特的沟通	95
一、摄影师的个人修养	95
二、把握现场气氛	96
三、注意挖掘模特的优点和潜力	96
四、拍摄距离对沟通的影响	96
五、如何调动模特的情绪	96
六、为模特亲身示范	97
七、要与模特互动	97
八、事前充分的沟通	97
九、模特姿势	98



第八章 影棚人像摄影

99

第一节 影棚拍摄所需的基本器材	99
一、摄影棚的灯光配置	99
二、照明辅助伞	100





三、柔光箱	100
四、束光筒	101
五、无影罩	102
六、四叶遮板	102
七、反光板	103
八、其他附件	103
第二节 布光的基本要求与技巧	103
一、布光的基本要求	103
二、布光的技巧	107
第三节 常用的几种布光方案	109
一、平面光（顺光）与正面光（眉心光）	109
二、高低光（自由光）	110
三、圆型光（层次光）	112
四、三角光（三七光）	112
五、阴阳光（个性光）	114
六、左右高侧逆光（亮一线光）	114
七、蝴蝶光（小鼻影光）	115



第九章 儿童摄影

117

第一节 拍摄前的准备工作	117
一、对灯光的选择	118
二、相机设定	118
三、对儿童的准备工作	120





第二节	儿童摄影技巧	122
一、	多角度拍摄	123
二、	简单的光线	124
三、	高速连拍、抓拍	124
四、	利用小道具	125
五、	简洁的取景构图	126
六、	饱满的色彩运用	126
七、	用心拍摄	127
第三节	有创意的亲子人像	127



第十章 黑白人像摄影

131

第一节	黑白人像摄影的用光	131
第二节	黑白人像摄影的影调	137
一、	高调	137
二、	中灰调	138
三、	低调	139
第三节	黑白人像的独特魅力	140
一、	照亮被摄对象并传递被摄对象信息	140
二、	烘托画面气氛	141
三、	利用光线形成明暗变化	142



第一节	商业人像摄影概述	143
第二节	人物造型	144
	一、服化造型	144
	二、美姿造型	145
第三节	时装摄影	149
	一、时装摄影的特点	149
	二、时装摄影的模特选择	150
	三、时装摄影的拍摄方法	151
第四节	写真与婚纱摄影	153
	一、婚纱摄影	153
	二、人像写真	154



第一节	创意人像摄影概述	156
第二节	创意人像摄影的前期准备	157
第三节	多种多样的创意人像	161
	一、思想主题的创新	161
	二、活用素材	163
	三、图片的合成与拼接	163
	四、艺术人体创意摄影	164
第四节	创意人像摄影的后期处理	166



第一章

人像摄影概述

自 1839 年 8 月 19 日达盖尔向全世界公布他的银版摄影术至今,摄影已走过了 175 年的历史,而在银版法时期就已有大量的人像摄影作品问世,可以说人像摄影的历史和摄影发展史几乎是同步的。

在摄影术发明初期,由于科技水平以及人们的生活水平相对较低,对于当时的人们来说,拥有一台照相机是十分奢侈的事。随着相机技术的不断创新,人们对物质文化水平的要求也越来越高,照相机已作为普通数码产品进入百姓家庭,越来越多的人加入到摄影爱好者的行列,摄影日益平民化、大众化,群众性摄影热潮正方兴未艾。

在以前,获得一张清晰完整的人像摄影作品是十分不容易的,尤其在摄影术发明初期,受感光材料感光度的影响,被摄对象需要在镜头前摆好姿势,瞪大眼睛,一动不动保持很长时间,而现在摄影者只需要轻轻触动快门按钮,人物瞬间便被记录下来。

一、人像摄影释义

人像摄影作为摄影艺术众多分支的一部分,有其独特的魅力与个性特征。人像摄影,顾名思义它的被摄对象是人,但并不是所有带人物的照片都被列入人像摄影的范畴。人像摄影的被摄主体是“人”,通过摄影的形式对人的形象、精神面貌、肢体语言进行刻画,揭示人物内心的真实情感,从而体现出人的气质、性格与精神特征。人是社会生活的核心,这也决定了人像摄影的被摄对象比风光摄影、静物摄影等拍摄题材更为复杂。人像摄影师面对的是活生生的人,因此他们需要在拍摄过程中与被摄对象进行交流。人与人之间的沟通交流是一门复杂的艺术,这就需要人像摄影师掌握一些沟通技巧,善于启发、诱导与鼓励、指引被摄对象,从而在拍摄过程中快速与被摄对象建立起相互信任的良好关系。

二、人像摄影类别划分

人像摄影按其功用目的可划分为三类:纪实性人像、艺术性人像与商业性人像。

纪实性人像是写实绘画艺术在摄影领域的延伸,它注重对现场人物的真实记录,摄影师运用抓拍手法尽量忠实地“再现”人物所处的现场环境。除特殊需要外,不能任意摆布干涉被摄对象,像人文纪实类人像、旅游人像、街景人像、儿童嬉戏中的自然状态的抓拍等等,都属于纪实性人像的范畴。



《美国本科课堂》

原铭潜 摄

艺术类人像的目标不仅仅只是“再现”，它更加注重“表现”。被摄人物只是摄影师的模特，摄影师将心中的想法借助被摄对象表现出来，被摄对象由摄影师自己选择，并可任由摄影师摆布、干涉，艺术性人像带有一定的艺术欣赏价值。



资料图片

商业人像更加注重商业价值，摄影师受客户的委托，以指定的人物为被摄对象，按照不同的客户要求完成拍摄。商业人像的评判标准是以客户的满意度为准绳。



资料图片

这三种类别的人像摄影因其功能不同，服务的人群不同，在拍摄技术手法上也有所不同。不能单纯地用一个评判标准来衡量不同类别的人像摄影作品。

三、人像摄影的表现手法

有的人面对镜头会羞涩，不自然，而有的人天生具有表演天分，面对镜头不但不胆怯，反而会极力夸张自己的表情动作。作为人像摄影师，要善于与形形色色的人打交道，透过他们的表象看清人物的真实特征。每个摄影师拍摄人像的主题、目的与动机不同，使用的手段也就不一样。人像摄影的表现手法是多种多样的，第一种是纪实法，即在不干涉被摄对象的情况下，采用抓拍手法，真实还原人物的真实情感与所处的环境。第二种是摆拍法，即摄影师按照自己事先设计好的方案，要求被摄对象也就是所谓的模特按照他的意愿配合拍摄，这样的拍摄手法往往带有摄影师的主观情感，一旦摆拍出现瑕疵，往往给人造作、矫情的视觉印象。第三种是偷拍法，



即在被摄对象毫不知情的情况下抓取人物的某些瞬间，这样往往会出乎意料地捕捉到一些真情流露的不经意瞬间，画面自然不造作。但是这种拍摄手法需要注意人物肖像权的问题，最好在拍摄完成后征得被摄对象的同意、理解与认可。



资料图片



《塔吉克妇人》

王璇 摄