

# 一本书 + 一张盘精通EOS 70D摄影!

玩相机 | 8页大图 + 85分钟视频讲解, 佳能EOS 70D相机按钮功能与操作全解析



学理论 | 20个精彩专题 + 摄影大讲堂视频, 图文并茂精讲如何拍出好照片

练技法 | 300分钟视频讲解, 风光摄影、花卉摄影技巧与构图原则全掌握

做后期 | 820分钟视频教学, Photoshop CC、Camera RAW 和 Digital Photo Professional 后期应用一网打尽



极光摄影 编著



# 佳能70D 单反摄影宝典

相机设置 + 拍摄技法 + 场景实战 + 后期处理



中国工信出版集团



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



# 佳能70D

## 单反摄影宝典

相机设置 + 拍摄技法 + 场景实战 + 后期处理

北极光摄影 编著

人民邮电出版社

北京

## 图书在版编目(CIP)数据

佳能70D单反摄影宝典：相机设置+拍摄技法+场景实战+后期处理 / 北极光摄影编著. — 北京：人民邮电出版社，2015.4

ISBN 978-7-115-38648-9

I. ①佳… II. ①北… 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(2015)第040506号

## 内 容 提 要

本书是专门为佳能70D用户编写的一本相机使用与实拍技法宝典，并针对数码照片的后期处理进行了详尽的讲解，提供了从相机设置到拍摄技法，从场景实战到后期处理的“一站式”全流程摄影指导。本书还附赠超值DVD光盘，其中收录了独家首创“视频相机说明书”式互动教学，指导读者快速上手相机，同时还收录了相机设置视频、场景实战拍摄技法视频、摄影大讲堂视频、Photoshop CC后期处理视频等十余类资源，视频讲解总时长超过20小时。

本书适合佳能70D单反相机用户和准备购买佳能70D单反相机的摄影爱好者的参考阅读。

- 
- ◆ 编 著 北极光摄影  
责任编辑 翟 磊  
责任印制 周昇亮
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号  
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
  - ◆ 开本：787×1092 1/16  
印张：19 2015年4月第1版  
字数：491千字 2015年4月北京第1次印刷
- 

定价：79.80元（附光盘）

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号



# 佳能70D 单反摄影宝典

相机设置 + 拍摄技法 + 场景实战 + 后期处理

北极光摄影 编著

人民邮电出版社

北京

# 前言

一本书加一张盘助您全面精通佳能70D摄影!

乘着“工欲善其事，必先利其器”的原则，越来越多的摄影爱好者不仅购入了价格不菲的单反相机，还添置了各类镜头、滤镜等附件。但是不是拥有了优良的器材，就能够创作出精美的摄影作品呢？答案显然是否定的。要拍出好照片，至少要培养以下3个方面的能力。首先，要了解相机上每个按钮的功能，理解相机重点菜单的意义，清楚各类附件的功用，并能够娴熟地与相机配合使用。其次，要理解摄影的基本知识，包括光圈、快门、感光度三者配合使用的原理，测光、对焦模式间的区别，构图、用光概念等。最后，要理解视觉艺术美的规则，培养自己发现美的能力。

## 本书内容

本书分为相机结构、摄影基础知识、镜头附件、实拍技法、后期处理技巧5大部分。其中，第1章、第3章用于帮助各位读者掌握佳能70D相机的基本操作，以便在拍摄时能娴熟地设置、修改拍摄参数。第4章至第12章，讲解了光圈、景深、快门、感光度、测光模式、曝光模式、对焦模式等基础知识。这些知识至关重要，能够指导读者拍出主体清晰、曝光正确的照片。第15章至第17章用于帮助各位读者了解构图、光位及色彩搭配方面的知识，以使各位读者拍摄出来的照片无论从形式上还是色彩方面均更加出彩。第18章至第22章，讲解了人像、风光、昆虫、鸟类、动物、城市建筑、夜景、食物、淘宝商品等常见题材的拍摄技法，用于帮助各位读者在拍摄前确立拍摄思路，选择合适的拍摄手法。第23章及第24章以案例形式讲解了使用Photoshop及Camera Raw润饰、处理照片的诸多技巧。

## 光盘资源

为了帮助各位读者更好地学习书中内容，本书附赠了超值多媒体光盘，包括以下内容。

1. 相机操作讲解视频，讲解相机所有按钮功能，让您一入手便能上手玩转。
2. 摄影理念讲解视频，讲解“好照片的标准”、“学好摄影的理念”等基础摄影理念。
3. 构图知识讲解视频，讲解摄影中必知必会的15种构图法则。
4. 实拍技巧讲解视频，讲解花卉、风光、建筑摄影中的28种实拍技巧，即学即用。
5. Camera Raw讲解视频，学习后能够灵活地编修RAW格式照片，如改变照片色温、白平衡、裁剪、润饰、旋转、锐化照片，消减照片的紫边、失真情况，增加照片颗粒感等。
6. Photoshop CC讲解视频，讲解润饰照片不可不学的Photoshop软件。
7. 数码照片修饰讲解视频，讲解近50个数码照片修饰案例的完整操作步骤，并提供源文件，以便于各位读者进行练习。
8. Digital Photo Professional讲解视频，学习后各位读者将能够运用这款功能强大的佳能原厂照片润饰软件，轻松完成调整照片曝光量、改变照片色彩与白平衡、锐化照片、校正镜头像差、进行数码镜头优化、恢复照片高光阴影处细节等操作。

## 读者解答

各位读者可以通过以下方式与作者进行互动，获得疑难问题解答。

新浪微博：<http://weibo.com/bjgsygi>

腾讯微博：<http://t.qq.com/leibobook>

微信公众号：funphoto

QQ群：247292794、341699682、190318868。

极光摄影论坛：<http://www.bjgphoto.com.cn>

我们将在微博及微信公众号中定期发布最新的摄影理念、最酷的摄影作品、最实用的摄影技法，并不定期进行比赛、抽奖活动。喜爱外拍的摄影爱好者，可以关注极光摄影论坛，我们还将论坛中不定期发布组织外拍采风活动的信息。

可以说，本书为读者提供了一个完整的摄影学习体系，其中图书为主要载体、光盘为辅助资料、网络为后续支持，任何一个有学习意愿的读者，都能够借助这个体系轻松掌握所需要的摄影知识，并通过练习拍摄出令人满意的作品。

编者



## 光盘说明

本书所附赠的 DVD 光盘以学习视频为主，共包含 11 部分内容。

### 1. Canon EOS 70D 相机教学视频

Canon EOS 70D是佳能公司的旗舰产品。通过观看此视频集，各位读者将能够掌握有关此相机的通用操作方法。例如，设置ISO、改变白平衡、播放照片、删除照片、设置曝光补偿、录制视频、改变曝光模式、锁定曝光等。



视频学习软件主界面



视频讲解界面

### 2. 《摄影大讲堂》教学视频

《摄影大讲堂》是笔者精心录制的普及型摄影知识讲解视频，共分7讲，时长近4小时，讲解时使用的照片近400张，是不可错过的精彩摄影讲座。



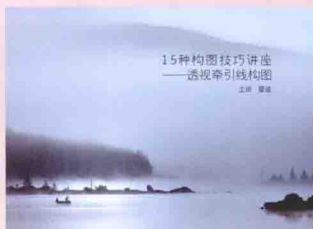
视频案例展示1



视频案例展示2

### 3. 15种构图法则剖析教学视频

此教学视频共分15讲，以新颖、美观的照片展示了在摄影中经常使用的15类构图法则的特点与使用要点，包括L型构图、垂直线构图、对称式构图、对角线构图、辐射式构图、框式构图、曲线构图、散点式构图、水平线构图、透视牵引线构图等。



视频案例展示1



视频案例展示2

### 4. 10种花卉拍摄技巧教学视频

此教学视频共分10讲，以鲜艳、锐利的照片展示了在拍摄花卉时，经常使用的10个技巧，如纳入昆虫点缀花卉、拍摄有水滴的花卉、使用黑色或白色背景衬托花卉、10种拍摄花卉常用的构图等。



视频案例展示1



视频案例展示2

### 5. 8种风光摄影技巧教学视频

此教学视频共分8讲，以丰富、精美的照片展示了在拍摄风光时，经常使用的技巧，如利用黄金时间拍摄、选好拍摄位置、按主题构图、使用画面有比例感、重视引导线、拯救剪影等。



视频案例展示1



视频案例展示2

## 6.10种建筑拍摄技巧教学视频

此教学视频共分10讲，以奇特、新鲜的照片展示了在拍摄建筑时，经常使用的10个技巧，如标新立异的角度、建筑摄影用光、建筑摄影的形式美、极简主义拍摄建筑、弱光展现建筑精美内景等。



视频案例展示1



视频案例展示2

## 7.Camera Raw教学视频

Camera Raw (简称ACR) 是处理RAW格式照片必须掌握的软件，各位读者可以在全真软件模拟环境中，通过单击希望学习的工具或菜单命令来进行学习。



ACR视频学习软件主界面



全真模拟软件视频讲解界面

## 8.Photoshop CC基础教学视频

Photoshop是每一位摄影师都应该掌握的后期处理软件，在此作者通过近百个视频较全面地讲解了此软件。



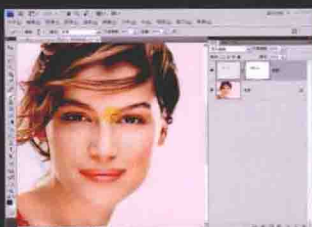
PS CC基础学习视频讲解界面1



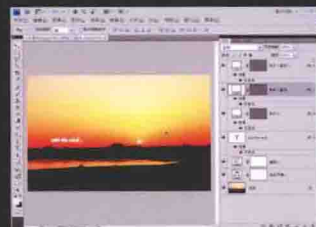
PS CC基础学习视频讲解界面2

## 9.数码照片修饰教学视频

在此视频集中，作者示范了49个数码照片修饰处理案例，其中既包括调色、锐化、二次构图这样通用性很强的案例，也包括人像面部修饰、身形修饰这样针对人像照片进行修饰处理的案例。



数码照片修饰视频讲解界面1



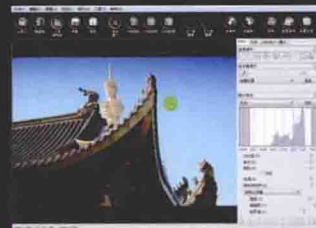
数码照片修饰视频讲解界面2

## 10.Digital Photo Professional教学视频

Digital Photo Professional (简称DPP) 是佳能出品的照片处理软件，功能丰富而又强大。各位读者可以在全真软件模拟环境中，通过单击希望学习的工具或菜单命令来进行学习。



DPP视频学习软件主界面



模拟软件视频讲解界面

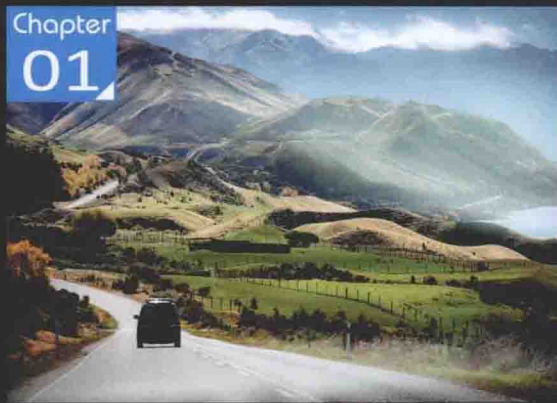
## 11.本书案例源文件

此文件夹中收集整理了本书最后两章所使用的素材及PSD格式源文件。

## Chapter 01 了解Canon EOS 70D机身结构与控件功能

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 1.1 Canon EOS 70D相机正面结构.....  | 16 |
| 1.2 Canon EOS 70D相机背面结构.....  | 17 |
| 1.3 Canon EOS 70D相机顶部结构.....  | 19 |
| 1.4 Canon EOS 70D相机液晶显示屏..... | 20 |
| 1.5 Canon EOS 70D相机光学取景器..... | 21 |
| 1.6 Canon EOS 70D相机液晶监视器..... | 22 |

## Chapter 01



## Chapter 02 快速拍出佳片的要诀与理念

|                      |    |
|----------------------|----|
| 2.1 了解完整的拍摄流程.....   | 24 |
| 2.2 每次拍摄应该检查的设置..... | 25 |
| 2.3 拍出好照片的4个理念.....  | 26 |
| 用虚化的背景衬托主体.....      | 26 |
| 让画面的焦点最清晰.....       | 27 |
| 靠近拍摄对象.....          | 28 |
| 让画面有兴趣点.....         | 29 |
| 2.4 学好摄影的9条建议.....   | 30 |
| 认真读几本摄影理论书籍.....     | 30 |

|                   |    |
|-------------------|----|
| 认真了解相机的功能.....    | 30 |
| 忘记自动挡与场景模式.....   | 30 |
| 培养发现美的能力.....     | 30 |
| 不要迷信器材定律.....     | 31 |
| 认真学习数码后期处理技术..... | 31 |
| 多拍多思考.....        | 32 |
| 拍人像不要从美女帅哥开始..... | 32 |
| 学会触类旁通.....       | 32 |

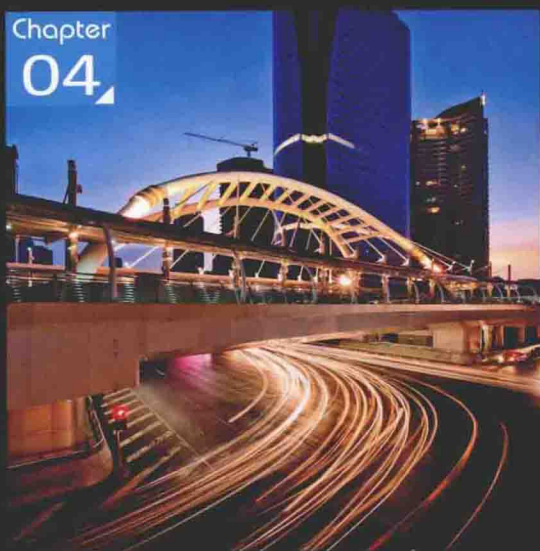
## Chapter 03 初步设置相机参数

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 3.1 设置照片存储类型、尺寸与画质..... | 34 |
| 设置照片存储类型.....           | 34 |
| 使用RAW格式拍摄的优点.....       | 34 |
| 如何处理RAW格式文件.....        | 34 |
| 设置合适的分辨率为后期处理做准备.....   | 35 |
| 设置照片画质.....             | 36 |
| 3.2 设置播放照片的相关参数.....    | 37 |
| 图像确认时间.....             | 37 |
| 掌握播放、浏览、显示照片的操作.....    | 38 |
| 图像跳转.....               | 38 |
| 3.3 其他基础参数设置选项.....     | 39 |

|                  |    |
|------------------|----|
| 时间与日期.....       | 39 |
| 选择文件夹.....       | 39 |
| 照片自动旋转功能.....    | 40 |
| 分析照片整体曝光情况.....  | 41 |
| 3.4 对照片进行操作..... | 42 |
| 保护照片.....        | 42 |
| 旋转照片.....        | 43 |
| 为照片评级评分.....     | 43 |



## Chapter 04



## Chapter 04 认识曝光要素——光圈

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 4.1 认识光圈及光圈优先曝光模式 (Av) ..... | 45 |
| 光圈的概念 .....                  | 45 |
| 不同光圈值下镜头通光口径的变化 .....        | 45 |
| 光圈的表示方法 .....                | 46 |
| F值与镜头通光口径的关系 .....           | 46 |
| 画质最佳光圈 .....                 | 46 |
| 画质最差光圈 .....                 | 47 |
| 理解可用最大光圈 .....               | 47 |
| 光圈优先曝光模式 (Av) .....          | 48 |
| 4.2 不同大小的光圈在实拍中的应用 .....     | 49 |
| 用大光圈提高快门速度 .....             | 49 |
| 用大光圈分离背景与主体 .....            | 49 |
| 用小光圈表现大景深画面 .....            | 50 |
| 用小光圈拍摄出灯光的璀璨星芒 .....         | 50 |

## Chapter 05 景深

|                       |    |                        |    |
|-----------------------|----|------------------------|----|
| 5.1 了解什么是景深 .....     | 52 | 镜头焦距 .....             | 54 |
| 焦平面 .....             | 52 | 背景距离 .....             | 55 |
| 前、后景深 .....           | 52 | 物距 .....               | 56 |
| 5.2 4个影响景深大小的因素 ..... | 53 | 5.3 景深预览按钮使用技巧 .....   | 57 |
| 光圈 .....              | 53 | 5.4 利用超焦距获得最大化景深 ..... | 58 |

## Chapter 06 认识曝光要素——快门

|                              |    |                            |    |
|------------------------------|----|----------------------------|----|
| 6.1 认识快门及快门优先曝光模式 (Tv) ..... | 60 | 用低速快门记录景物运动轨迹 .....        | 64 |
| 快门的概念 .....                  | 60 | 用低速快门实现爆炸变焦摄影效果 .....      | 65 |
| 快门速度的表示方法 .....              | 60 | 用低速快门跟随拍摄运动对象 .....        | 66 |
| 快门优先曝光模式 (Tv) .....          | 60 | 6.5 悬念——让动态照片更吸引人的技巧 ..... | 67 |
| 6.2 快门速度对照片的影响 .....         | 61 | 6.6 使用B门曝光模式控制快门速度 .....   | 68 |
| 明亮与暗淡 .....                  | 61 | 6.7 与快门有关的菜单设置 .....       | 69 |
| 动感与静止 .....                  | 62 | 长时间曝光降噪 .....              | 69 |
| 6.3 拍摄运动对象时4个影响快门速度的因素 ..... | 63 | 未装存储卡释放快门 .....            | 70 |
| 速度 .....                     | 63 | 反光镜预升 .....                | 70 |
| 方向 .....                     | 63 | 6.8 设置“快门驱动”方式以拍摄运动或静止     |    |
| 距离 .....                     | 63 | 对象 .....                   | 71 |
| 焦距 .....                     | 63 | 单拍模式 .....                 | 71 |
| 6.4 不同快门速度在实拍中的应用 .....      | 64 | 连拍模式 .....                 | 72 |
| 用高速快门定格决定性瞬间 .....           | 64 | 自拍模式 .....                 | 73 |

## Chapter 07 认识曝光要素——感光度

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 7.1 认识感光度.....           | 75 |
| 感光度的概念.....              | 75 |
| Canon EOS 70D的感光度范围..... | 75 |
| 高低感光度的优缺点分析.....         | 76 |
| 7.2 感光度的设置原则.....        | 77 |
| 根据光照条件来区分.....           | 77 |
| 根据所拍摄的对象来区分.....         | 77 |
| 总体原则.....                | 77 |
| 7.3 不同感光度在实拍中的应用.....    | 78 |
| 用高感光度提高快门速度拍摄运动中的动物..... | 78 |
| 用低感光度得到较慢的快门速度拍摄流水.....  | 78 |

Chapter  
07

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 7.4 与感光度有关的菜单设置.....     | 79 |
| 高ISO感光度降噪功能.....         | 79 |
| 光线多变的情况下灵活使用自动感光度功能..... | 80 |
| ISO感光度设置增量.....          | 81 |

## Chapter 08 准确测光

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 8.1 认识测光.....             | 83 |
| 8.2 18%灰度测光原理.....        | 83 |
| 8.3 利用灰卡进行准确测光.....       | 83 |
| 8.4 测光系统的缺陷.....          | 84 |
| 8.5 测光的关键性步骤.....         | 85 |
| 选择测光模式.....               | 85 |
| 确定测光位置.....               | 85 |
| 8.6 4种测光模式及各自适合拍摄的题材..... | 86 |
| 评价测光☉.....                | 86 |
| 中央重点平均测光☐.....            | 87 |
| 局部测光☉.....                | 88 |
| 点测光☐.....                 | 88 |

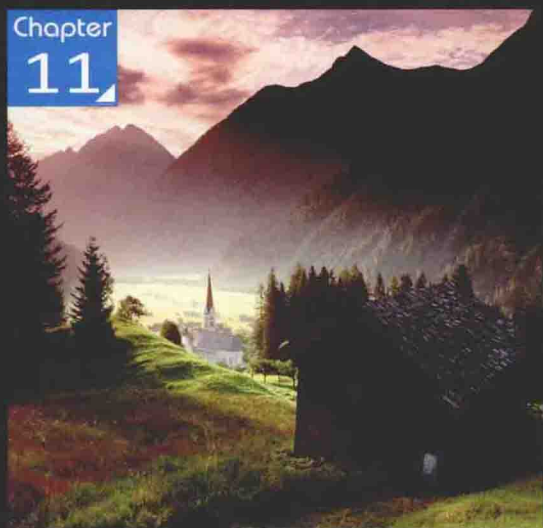
## Chapter 09 深入理解曝光

|                        |    |
|------------------------|----|
| 9.1 准确曝光与正确曝光的区别.....  | 90 |
| 9.2 利用柱状图来判断曝光优劣.....  | 91 |
| 什么是柱状图.....            | 91 |
| 曝光不足类照片的柱状图.....       | 92 |
| 曝光正常类照片的柱状图.....       | 92 |
| 曝光过度类照片的柱状图.....       | 92 |
| 高调类照片的柱状图.....         | 93 |
| 低调类照片的柱状图.....         | 93 |
| 9.3 曝光时高光与阴影区域的取舍..... | 94 |

## Chapter 10 玩转曝光补偿，远离曝光过度与曝光不足

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 10.1 需要进行曝光补偿的两种情况.....       | 96  |
| 纠正由于相机缺陷出现的曝光偏差.....          | 96  |
| 获得个性化曝光效果.....                | 96  |
| 10.2 设置曝光补偿.....              | 97  |
| 10.3 正确理解曝光补偿.....            | 98  |
| Av挡下曝光补偿对快门速度的影响.....         | 98  |
| Tv挡下曝光补偿对光圈大小的影响.....         | 98  |
| 10.4 曝光补偿的设置原则——白加黑减.....     | 99  |
| 10.5 曝光补偿在实拍中的典型应用.....       | 100 |
| 增加曝光补偿，拍出白皙皮肤的人像.....         | 100 |
| 增加曝光补偿，还原曝光正确的雪景.....         | 100 |
| 减少曝光补偿，使画面色彩更浓郁.....          | 101 |
| 减少曝光补偿，拍摄出背景深暗简洁的画面.....      | 101 |
| 利用减少曝光补偿强调剪影效果.....           | 102 |
| 10.6 设置“曝光等级增量”更精细地调整曝光量..... | 103 |
| 10.7 掌握无需补偿曝光的全手动曝光模式(M)..... | 104 |
| 全手动曝光模式(M)的优点.....            | 104 |
| 判断曝光状况的方法.....                | 105 |

## Chapter 11



## Chapter 11 掌握能够提高照片水准的曝光技巧

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 11.1 利用曝光锁定灵活地进行拍摄.....       | 107 |
| 11.2 运用包围曝光提高出片率.....         | 108 |
| 什么是包围曝光.....                  | 108 |
| 设置包围曝光顺序.....                 | 109 |
| 设置包围曝光拍摄数量.....               | 109 |
| 11.3 用HDR曝光模式拍摄大光比场景.....     | 110 |
| 调整动态范围.....                   | 110 |
| 连续HDR.....                    | 110 |
| 自动图像对齐.....                   | 111 |
| 11.4 设置“自动亮度优化”丰富高亮区照片细节..... | 112 |
| 11.5 高光色调优先.....              | 113 |

## Chapter 12 掌握对焦秘籍

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 12.1 了解对焦.....                  | 115 |
| 认识对焦.....                       | 115 |
| 不适于充当对焦点的对象.....                | 115 |
| 对焦与照片的清晰度.....                  | 116 |
| 重构图与失焦.....                     | 116 |
| 最近对焦距离.....                     | 116 |
| 12.2 认识70D的对焦系统.....            | 117 |
| 理解对焦点.....                      | 117 |
| 了解Canon EOS 70D的对焦点.....        | 117 |
| 了解一字型、十字型及双十字型对焦点.....          | 118 |
| 了解f/2.8、f/4及f/5.6各级别对焦点的意义..... | 118 |
| 12.3 必须掌握的对焦模式.....             | 119 |
| 单次自动对焦 (ONE SHOT).....          | 119 |
| 人工智能伺服自动对焦 (AI SERVO).....      | 120 |
| 人工智能自动对焦 (AI FOCUS).....        | 120 |
| 12.4 与对焦设置有关的菜单.....            | 121 |
| 追踪灵敏度.....                      | 121 |
| 加速/减速追踪.....                    | 122 |
| 提示音.....                        | 122 |
| 人工智能伺服第一张图像优先.....              | 123 |
| 人工智能伺服第二张图像优先.....              | 123 |
| 一键切换单次自动对焦与人工智能伺服自动对焦.....      | 124 |
| 手动对焦.....                       | 124 |
| 手选对焦点的方法.....                   | 124 |
| 12.5 灵活运用自动对焦区域选择模式.....        | 125 |
| 自动对焦区域选择方法.....                 | 125 |
| 自动选择: 19点自动对焦.....              | 125 |
| 手动选择: 区域自动对焦.....               | 126 |
| 手动选择: 单点自动对焦.....               | 126 |
| 12.6 8种应该使用手动对焦的情况.....         | 127 |
| 12.7 常见拍摄题材的正确对焦位置.....         | 128 |

## Chapter 13 拓展Canon EOS 70D拍摄实力的镜头

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 13.1 了解关于镜头的一些概念.....        | 130 |
| 佳能镜头参数详解.....                | 130 |
| 定焦镜头与变焦镜头.....               | 131 |
| 恒定光圈镜头与浮动光圈镜头.....           | 131 |
| 13.2 什么是镜头的MTF图.....         | 132 |
| 看懂镜头的MTF图.....               | 132 |
| 镜头的MTF图的意义.....              | 132 |
| 13.3 广角镜头的概念及运用技巧.....       | 133 |
| 广角镜头的焦距范围.....               | 133 |
| 与Canon EOS 70D搭配使用的广角镜头..... | 133 |
| 利用广角镜头拍出气势磅礴的风光.....         | 135 |
| 利用广角镜头拉长模特的身材.....           | 135 |
| 利用广角镜头增强建筑物的视觉冲击力.....       | 136 |
| 13.4 标准镜头的概念及运用技巧.....       | 136 |
| 标准镜头的焦距范围.....               | 136 |
| 与Canon EOS 70D搭配使用的标准镜头..... | 137 |
| 利用标准镜头拍出平实、自然的人像.....        | 140 |
| 利用标准镜头拍摄真实的静物.....           | 140 |
| 13.5 长焦镜头的概念及运用技巧.....       | 141 |
| 长焦镜头的焦距范围.....               | 141 |

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 与Canon EOS 70D搭配使用的长焦镜头..... | 141 |
| 利用长焦镜头远距离拍摄儿童.....           | 143 |
| 利用长焦镜头在画面中表现出较大的太阳.....      | 143 |
| 13.6 微距镜头的拍摄效果及运用技巧.....     | 144 |
| 微距镜头的焦距范围.....               | 144 |
| 与Canon EOS 70D搭配使用的微距镜头..... | 144 |
| 13.7 选购镜头时的基本原则.....         | 145 |



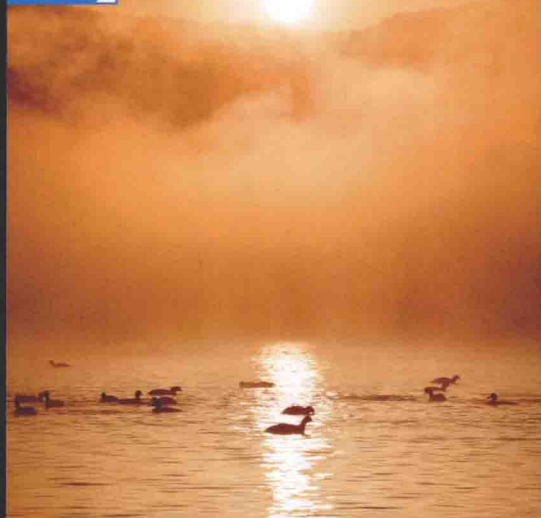
## Chapter 14 用好附件拍出专业照片

|                   |     |                    |     |
|-------------------|-----|--------------------|-----|
| 14.1 脚架.....      | 147 | 中灰镜的规格.....        | 151 |
| 脚架的分类.....        | 147 | 14.6 渐变镜.....      | 152 |
| 选购脚架的要点.....      | 147 | 渐变镜的作用.....        | 152 |
| 14.2 快门线和遥控器..... | 148 | 不同形状渐变镜的优缺点.....   | 152 |
| 14.3 UV镜.....     | 149 | 反向渐变镜.....         | 153 |
| 14.4 偏振镜.....     | 150 | 14.7 存储卡.....      | 154 |
| 偏振镜的作用.....       | 150 | SD卡的存储速度.....      | 154 |
| 偏振镜使用注意事项.....    | 150 | SDHC型SD卡.....      | 154 |
| 14.5 中灰镜.....     | 151 | SDXC型SD卡.....      | 154 |
| 中灰镜的作用.....       | 151 | MicroSDHC型存储卡..... | 154 |

## Chapter 15 取景与构图

|                       |     |                            |     |
|-----------------------|-----|----------------------------|-----|
| 15.1 构图的目的.....       | 156 | 以全景表现主体的全部.....            | 163 |
| 15.2 主体与陪体的基本概念.....  | 157 | 以中景结合环境表现主体.....           | 164 |
| 主体.....               | 157 | 以近景重点表现主体.....             | 164 |
| 陪体.....               | 157 | 以特写着重刻画主体局部.....           | 164 |
| 15.3 突出表现主体的4种方法..... | 158 | 15.8 10种常用构图法则.....        | 165 |
| 通过动静对比突出主体.....       | 158 | 用黄金分割法构图突出主体.....          | 165 |
| 通过虚实对比突出主体.....       | 158 | 用水平线构图拍出具有安定感的画面.....      | 166 |
| 通过明暗对比突出主体.....       | 159 | 用垂直线构图表现树木或建筑.....         | 167 |
| 通过大小对比突出主体.....       | 159 | 用S形曲线构图表现婀娜婉转的主体.....      | 167 |
| 15.4 构图中的环境.....      | 160 | 用斜线构图增强画面的延伸感.....         | 168 |
| 15.5 前景在画面中的5大作用..... | 160 | 用三角形构图增强画面的稳定感.....        | 168 |
| 利用前景辅助说明画面.....       | 160 | 用透视牵引构图有效引导观者视线.....       | 169 |
| 利用前景美化画面.....         | 160 | 用散点式构图使画面有较强的韵律感.....      | 169 |
| 利用前景辅助构图.....         | 161 | 用对称式构图使画面具有较强的均衡感.....     | 170 |
| 利用前景增加画面的空间透视感.....   | 161 | 用框架式构图表现另有洞天的感觉.....       | 170 |
| 利用前景丰富画面的层次.....      | 161 | 15.9 塑造画面的透视感.....         | 171 |
| 15.6 构图中常用的3种视角.....  | 162 | 线性透视.....                  | 171 |
| 平视拍摄表现自然的画面.....      | 162 | 空气透视.....                  | 172 |
| 仰视夸张表现主体.....         | 162 | 15.10 利用构图元素——点线面美化画面..... | 173 |
| 俯视突出画面的空间感.....       | 162 | 摄影构图中的点.....               | 173 |
| 15.7 构图中常用的5种景别.....  | 163 | 用线条使画面具有情绪与美感.....         | 174 |
| 以远景最大限度容纳景物.....      | 163 | 3种提炼线条的方法.....             | 175 |
|                       |     | 利用线条形成视觉流程.....            | 176 |

## Chapter 16



## Chapter 16 深入理解构图

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 16.1 拍摄之前“预见”画面效果.....     | 178 |
| 16.2 以简化思维辅助构图.....        | 179 |
| 16.3 利用加减法进行构图.....        | 180 |
| 以减法原则进行构图.....             | 180 |
| 以加法原则进行构图.....             | 181 |
| 16.4 利用留白进行构图.....         | 182 |
| 利用留白为画面营造意境.....           | 182 |
| 利用留白延伸画面的空间感.....          | 182 |
| 利用留白形成运动空间.....            | 183 |
| 控制留白区域的比例.....             | 183 |
| 16.5 以更巧妙的方式寻找恰当的拍摄视角..... | 184 |
| 16.6 通过构图使画面疏密有致.....      | 185 |
| 16.7 利用图案进行构图.....         | 186 |
| 16.8 通过构图使画面富有节奏感.....     | 187 |
| 16.9 突破构图法则的束缚.....        | 188 |

## Chapter 17 光线、色彩与白平衡的运用

|                    |     |                        |     |
|--------------------|-----|------------------------|-----|
| 17.1 光线与色彩的关系..... | 190 | 光线方向与质感.....           | 204 |
| 光线与色彩.....         | 190 | 光线性质与质感.....           | 204 |
| 曝光量与色彩.....        | 190 | 17.8 光影互动的艺术.....      | 205 |
| 17.2 摄影用色手法.....   | 191 | 用阴影平衡画面.....           | 205 |
| 对比色常见搭配.....       | 191 | 用阴影做减法.....            | 205 |
| 邻近色常见搭配.....       | 192 | 用阴影增加形式感.....          | 206 |
| 单色照片.....          | 193 | 用投影增加透视感.....          | 206 |
| 17.3 光线的性质.....    | 194 | 用剪影增加艺术魅力.....         | 207 |
| 直射光.....           | 194 | 17.9 善用戏剧化的光线.....     | 207 |
| 散射光.....           | 194 | 17.10 利用白平衡改变照片色调..... | 208 |
| 17.4 6种常见光线方向..... | 195 | 什么是白平衡.....            | 208 |
| 顺光使景物受光均匀.....     | 195 | 自定义白平衡.....            | 210 |
| 侧光使景物明暗对比鲜明.....   | 196 | 17.11 色温对画面色彩的影响.....  | 211 |
| 前侧光使景物明暗分配协调.....  | 197 | 什么是色温.....             | 211 |
| 侧逆光使景物有较强立体感.....  | 197 | 白平衡与色温.....            | 212 |
| 逆光使景物呈现简洁的轮廓.....  | 198 | 了解色温与画面色彩之间的关系.....    | 212 |
| 顶光使画面反差强烈.....     | 199 | 17.12 与色温相关的冷、暖色.....  | 213 |
| 17.5 光线的角度与造型..... | 200 | 暖色调画面的拍摄技巧.....        | 213 |
| 17.6 光线与影调.....    | 201 | 冷色调画面的拍摄技巧.....        | 213 |
| 高调.....            | 201 | 17.13 与色彩有关的菜单设置.....  | 214 |
| 中间调.....           | 202 | 色彩空间.....              | 214 |
| 低调.....            | 203 | 白平衡偏移/包围.....          | 215 |
| 17.7 光线与质感.....    | 204 | 使用预设照片风格.....          | 216 |

## Chapter 18 美女、儿童摄影技巧

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 18.1 拍摄直射光下的人像.....          | 218 |
| 选择合适的位置躲避强光.....             | 218 |
| 控制高光.....                    | 218 |
| 使用反光板为逆光或侧逆光人像补光与制造出遮阴处..... | 219 |
| 通过构图过滤掉灰白色的天空.....           | 220 |
| 寻找逆光树叶.....                  | 221 |
| 让拍摄对象背对太阳.....               | 221 |
| 18.2 拍出漂亮的眼神光.....           | 222 |
| 18.3 人像摄影常见主题.....           | 223 |
| 邻家女孩.....                    | 223 |
| 花中精灵.....                    | 223 |
| 居家小资.....                    | 224 |
| 水边靓影.....                    | 224 |
| 性感泳装.....                    | 225 |
| “白骨精”.....                   | 225 |
| 18.4 拍摄天使宝贝.....             | 226 |

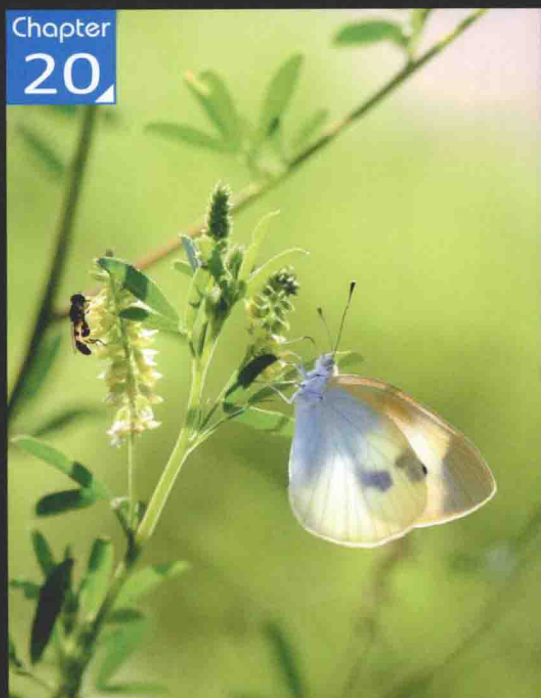
Chapter  
18

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 既快又多多是基本原则.....       | 226 |
| 以齐肩高度平视拍摄.....        | 226 |
| 用合适的对焦模式确保画面的清晰度..... | 227 |
| 表现孩子细腻、白皙的皮肤.....     | 227 |
| 抓拍有趣的瞬间.....          | 228 |
| 善用道具与玩具.....          | 228 |

## Chapter 19 风光摄影技巧

|                            |     |                          |     |
|----------------------------|-----|--------------------------|-----|
| 19.1 风光摄影理念与菜单设置.....      | 230 | 通过构图平衡日出、日落画面的亮调与暗调..... | 238 |
| 利用人使风光画面更壮丽生动.....         | 230 | 利用生动陪体为画面增强灵动感.....      | 239 |
| 让具象的风景抽象起来.....            | 230 | 将太阳拍出光芒万丈的感觉.....        | 239 |
| 于平凡处发现美.....               | 231 | 19.5 云雾的拍摄技巧.....        | 240 |
| 拍摄一个有时间跨度的专题.....          | 231 | 拍摄雾气时使用曝光补偿的技巧.....      | 240 |
| 设置“清洁感应器”功能获得纯净画质.....     | 232 | 用低速快门拍出流动的云彩.....        | 240 |
| 设置“自动关闭电源”选项以在低温下保持电量..... | 232 | 寻找合适的天气拍摄云海.....         | 241 |
| 19.2 山景的拍摄技巧.....          | 233 | 利用留白使画面更有意境.....         | 241 |
| 利用前景突出山景的秀美.....           | 233 | 19.6 花卉的拍摄技巧.....        | 242 |
| 用逆光或侧逆光拍出山峦的线条美感.....      | 233 | 逆光表现半透明花瓣的技巧.....        | 242 |
| 拍摄日照金山与银山的效果.....          | 234 | 利用小昆虫为花朵增添生机的技巧.....     | 242 |
| 用V形强调山谷的险峻.....            | 234 | 利用水滴使花朵显得更娇艳.....        | 243 |
| 用斜线强调山体的上升感.....           | 234 | 19.7 雪景的拍摄技巧.....        | 243 |
| 用框形强调视觉焦点.....             | 234 | 增加曝光补偿使积雪更洁白.....        | 243 |
| 19.3 水景的拍摄技巧.....          | 235 | 用侧光突出雪景的立体感.....         | 244 |
| 利用高速快门凝固浪花.....            | 235 | 调整白平衡拍出特殊色调的雪.....       | 244 |
| 利用偏振镜拍出清澈透明的水面.....        | 235 | 19.8 树木的拍摄技巧.....        | 245 |
| 逆光表现波光粼粼的水面.....           | 236 | 利用树林里的光影增强画面空间感.....     | 245 |
| 利用中长焦镜头展现溪流局部.....         | 236 | 在冬季拍摄雾凇和树挂.....          | 245 |
| 19.4 太阳的拍摄技巧.....          | 237 | 表现穿透树林的放射光.....          | 246 |
| 找到拍摄太阳的最佳时机.....           | 237 | 用逆光拍出透明的树叶.....          | 246 |
| 用白平衡渲染晚霞色彩.....            | 237 | 用广角镜头仰视拍树冠.....          | 246 |
| 使用正确的曝光方法.....             | 238 | 用长焦镜头拍局部特写.....          | 246 |

## Chapter 20



## Chapter 20 昆虫、鸟类与动物的拍摄技巧

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 20.1 拍摄昆虫的技巧.....         | 248 |
| 利用实时显示功能拍摄微距昆虫.....       | 248 |
| 把握接近昆虫的最佳时机.....          | 249 |
| 找到合适的拍摄方法.....            | 250 |
| 逆光或侧逆光表现昆虫.....           | 251 |
| 突出表现昆虫的复眼.....            | 251 |
| 20.2 拍摄鸟类的技巧.....         | 252 |
| 拍摄鸟类时宜采用连拍驱动模式.....       | 252 |
| 采用人工智能伺服自动对焦拍摄飞行中的鸟儿..... | 252 |
| 以纯净蓝天为背景拍摄鸟儿.....         | 253 |
| 以水面或草地为背景拍摄鸟儿.....        | 253 |
| 选择合适的光线拍摄鸟儿.....          | 253 |
| 20.3 拍摄动物的技巧.....         | 254 |
| 抓住时机表现动物温情一面.....         | 254 |
| 逆光下表现动物的金边毛发.....         | 254 |
| 用特写拍摄动物的局部特征.....         | 255 |
| 拍摄鱼的方法.....               | 255 |

## Chapter 21 城市建筑与夜景的拍摄技巧

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 21.1 拍摄建筑的技巧.....                 | 257 |
| 逆光拍摄建筑物的剪影轮廓.....                 | 257 |
| 拍出极简风格的几何画面.....                  | 257 |
| 使照片产生窥视感.....                     | 258 |
| 高感光度+高ISO感光度降噪功能拍摄建筑<br>精美内部..... | 258 |
| 通过构图使画面具有韵律感.....                 | 259 |
| 拍摄地标性建筑.....                      | 259 |
| 降低曝光补偿拍摄古建筑.....                  | 260 |
| 通过质感表现古建筑.....                    | 260 |
| 21.2 拍摄夜景的技巧.....                 | 261 |
| 曝光技巧.....                         | 261 |
| 对焦技巧.....                         | 261 |
| 拍摄夜景的最佳时机.....                    | 262 |
| 拍出漂亮的蓝调夜景.....                    | 262 |
| 利用水面反射光拍摄夜景.....                  | 263 |
| 再现夜间里的奇幻星轨.....                   | 264 |
| 拍摄川流不息的汽车形成的光轨.....               | 265 |
| 在弱光下拍摄烟火的技术.....                  | 266 |

## Chapter 21



## Chapter 22 食物、淘宝商品摄影

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 22.1 拍摄美食的技巧.....       | 268 |
| 拍摄菜品的通用技巧.....          | 268 |
| 调整角度突出食物诱人的一面.....      | 269 |
| 俯视拍摄美食整体.....           | 269 |
| 背景与餐桌布置是重点.....         | 270 |
| 以开放式构图进行拍摄.....         | 270 |
| 利用大光圈进行拍摄.....          | 271 |
| 水果类食品拍摄技巧.....          | 271 |
| 冰镇饮料的拍摄技巧.....          | 271 |
| 22.2 拍摄静物的器材.....       | 272 |
| 相机.....                 | 272 |
| 镜头.....                 | 272 |
| 静物箱与静物台.....            | 272 |
| 光源.....                 | 272 |
| 倒影板.....                | 272 |
| 22.3 拍摄静物的基本技法.....     | 273 |
| 确保产品色彩得到准确还原.....       | 273 |
| 善用背景光.....              | 274 |
| 重视后期修图过程.....           | 274 |
| 22.4 不同类静物的拍摄技巧.....    | 275 |
| 透明物体的拍摄思路.....          | 275 |
| 利用底光将透明物品拍出晶莹透亮的感觉..... | 275 |
| 利用逆光勾勒透明物体的轮廓线.....     | 276 |

Chapter  
22

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 突出表现静物质感的技巧.....      | 276 |
| 22.5 常见静物产品的拍摄技巧..... | 277 |
| 化妆品拍摄技巧.....          | 277 |
| 各类服装的拍摄技巧.....        | 277 |
| 珠宝首饰类物品的拍摄技巧.....     | 278 |
| 金属题材类拍摄技巧.....        | 278 |

## Chapter 23 人像、风光摄影后期处理技巧

|                    |     |                        |     |
|--------------------|-----|------------------------|-----|
| 23.1 人像后期处理技巧..... | 280 | 恬静的夕阳山脚村落.....         | 286 |
| 淡彩红褐色调.....        | 280 | 夕阳下的迷人大草原.....         | 288 |
| 经典蓝黄色图片色调.....     | 281 | 唯美水景大片.....            | 290 |
| 日系清新美女色调.....      | 283 | 富于形式美的中式建筑.....        | 294 |
| 浪漫蓝紫色调.....        | 284 | 用HDR色调调出夕阳光下的寒冰质感..... | 296 |
| 23.2 风光后期处理技巧..... | 286 |                        |     |


Chapter  
24

## Chapter 24 Camera Raw后期处理技巧

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 24.1 用裁剪后晕影功能人为增加暗角效果.....     | 299 |
| 24.2 利用曝光与HSL功能调出通透的逆光树叶.....  | 300 |
| 24.3 用渐变滤镜功能将曝光过度的天空改为淡蓝色..... | 302 |



# 菜单索引

| 菜单名称  | 选项名称        | 所在页码 | 菜单名称  | 选项名称   | 所在页码                |
|-------|-------------|------|-------|--|---------------------|
| 拍摄菜单1 | 图像画质        | P34  | 拍摄菜单4 | HDR模式  | P110/P111           |
|       | 图像确认        | P37  |       | 高光色调优先   | P113                |
|       | 未装存储卡释放快门   | P70  |       | 照片风格   | P216                |
|       | 提示音         | P122 | 回放菜单1 | 保护图像   | P42                 |
|       | 显示取景器网格线    | P165 | 回放菜单1 | 旋转图像   | P43                 |
| 拍摄菜单2 | 反光镜预升       | P70  | 回放菜单2 | 用  进行图像跳转 | P38                 |
| 拍摄菜单3 | ISO感光度设置    | P80  |       | 回放菜单2  | 评分                  |
|       | 自动亮度优化      | P112 | 回放菜单3 | 显示柱状图  | P41                 |
|       | 白平衡         | P208 | 设置菜单1 | 选择文件夹  | P39                 |
|       | 自定义白平衡      | P210 |       | 设置菜单1  | 自动旋转                |
|       | 色彩空间        | P214 | 设置菜单2 | 日期/时间/区域   | P39                 |
|       | 白平衡偏移/包围    | P215 | 自定义菜单 | C.Fn I：曝光  | P81/P103/P109       |
| 拍摄菜单4 | 长时间曝光降噪功能   | P69  |       | C.Fn II：自动对焦   | P121/P122/P123/P125 |
|       | 高ISO感光度降噪功能 | P79  |       | C.Fn III：操作/其他   | P124                |