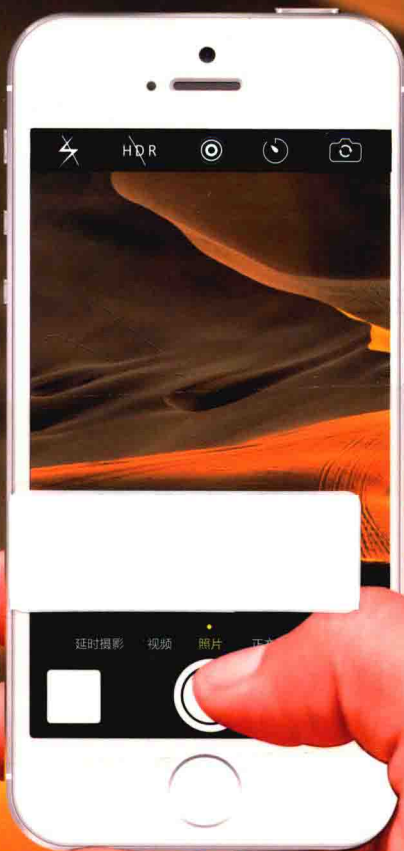


拿起手机 拍美照

陈丹丹 著

(超值版)

专为初学者设计，就算什么都不会，也能把每张照片都拍美！



风光×人像×儿童×美食×静物×建筑
动动手指，就能拍出令人惊叹不已的摄影作品！



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



拿起手机 拍美照

(超值版)

陈丹丹 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

拿起手机拍美照：超值版 / 陈丹丹著. — 北京：人民邮电出版社，2017.9
ISBN 978-7-115-46481-1

I. ①拿… II. ①陈… III. ①移动电话机—摄影技术
IV. ①TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第176769号

内 容 提 要

本书的内容丰富，讲解扎实。相信会对广大摄影爱好者和该机型的相机使用者有极大的帮助。使用手机拍摄照片，在我们的日常生活中已经是一件非常普通平常的事儿了，我们几乎每天都会做。如何用手机拍摄出令人惊叹不已的摄影作品，而不只是随手拍的纪念照呢？这就需要你掌握一定的技巧了。

本书将教会大家如何熟练地操作手机的拍摄功能，例如如何对焦、如何测光等。还将教会你如何让照片更具艺术魅力的一些方法，这部分内容主要教会大家一些摄影的用光、构图技巧。本书还讲解了多种摄影题材的实战经验，包括旅行风光、生活人像、可爱儿童、诱人美食、静物小品、美丽花卉等。此外，本书还介绍了几种实用有趣，并且功能强大的手机摄影后期APP软件的使用方法。

本书适合所有爱好手机摄影的初学者阅读学习。

◆ 著 陈丹丹

责任编辑 陈伟斯

执行编辑 杨 婧

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>

北京方嘉彩色印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：787×1092 1/32

印张：4.875

2017年9月第1版

字数：199千字

2017年9月北京第1次印刷

定价：39.00元

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：京东工商广登字 20170147号



第 1 章

熟练掌握各种手机拍摄功能

- 1.1 精准对焦让主体更清晰 12
- 1.2 准确测光让照片曝光准确 13
- 1.3 随时调整曝光补偿让画面
明暗适中 15
- 1.4 利用 HDR 功能轻松应对大光
比环境 16
- 1.5 学会灵活运用定时器拍摄 17
- 1.6 开启屏幕辅助线让构图更简
单方便 19
- 1.7 弱光环境下开启闪光灯为主体
补光 20
- 1.8 高速连拍捕捉运动瞬间 22
- 1.9 Android 系列手机中的测光
区域选择功能 24
- 1.10 iPhone 系列手机中的曝光和
对焦锁定 26
- 1.11 全景拍摄模式的几种有趣
玩法 27
 - 1.11.1 正常全景拼接拍摄 27
 - 1.11.2 拍出同一人物多次出现在
画面中的趣味效果 28

第 2 章

手机摄影第一步：把照片拍清楚

- 2.1 尽量保持手机稳定 30
- 2.2 先对焦，再按快门 31
- 2.3 注意逆光的影响 32
- 2.4 曝光要准确 33
- 2.5 避免画面太过杂乱 34

第3章

这样构图让照片更具美感

3.1 不同画幅具有不同效果	36
3.2 极简构图	39
3.3 井字形构图	41
3.4 线元素构图	42
3.5 多点式构图	47
3.6 开放式构图	48
3.7 适当增加前景	49
3.8 选择不同的拍摄角度	50
3.9 二次构图	54

第4章

掌握一些基本的色彩知识让照片更具魅力

4.1 色彩的三要素	56
4.2 三原色	57
4.3 暖色调画面	58
4.4 冷色调画面	59
4.5 协调色画面	60
4.6 高调影像	61
4.7 低调影像	62

第5章

利用不同光线拍摄

5.1 柔光	64
5.2 硬光	65
5.3 顺光	66
5.4 侧光	67
5.5 逆光	68
5.6 侧逆光	69
5.7 合理控制光比	70





第 6 章

手机拍旅行风光

- 6.1 寻找合适拍摄的主体 72
- 6.2 将天空拍摄得更有画面感 74
- 6.3 利用场景中的线元素进行构图 76
- 6.4 将主体安排在画面的黄金分割点位置 77
- 6.5 在不同自然条件下拍摄 78
 - 6.5.1 迷人的落日黄昏 78
 - 6.5.2 抓住时机拍摄耶稣光 79
 - 6.5.3 雨时别样的景色 80
 - 6.5.4 下雪之后白色的世界 81
 - 6.5.5 雾中朦胧的美感 82

第 7 章

手机拍人像

- 7.1 选择合适的背景 84
 - 7.1.1 选择干净简洁的背景 84
 - 7.1.2 选择有规律的元素作为背景 85
 - 7.1.3 注意人物服装颜色与背景颜色的搭配 86
- 7.2 拍人像常用的构图方法 87
 - 7.2.1 平视角度拍摄 87
 - 7.2.2 低角度仰视拍摄 88
 - 7.2.3 俯视拍摄卡通效果 89
 - 7.2.4 利用井字形构图拍摄 90
 - 7.2.5 尝试开放式构图拍摄 91
- 7.3 手机拍合影 92
- 7.4 自拍——拍出最美的自己 93
 - 7.4.1 结合手部动作和不同拍摄角度 93
 - 7.4.2 最佳的俯视 45° 自拍角度 94
 - 7.4.3 利用美颜软件 94

第 8 章

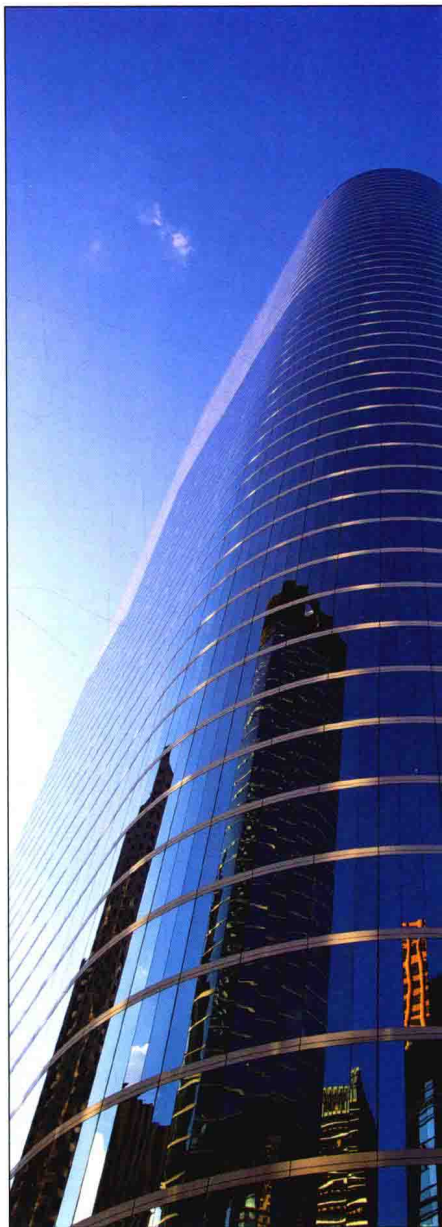
手机拍儿童

8.1 选择合适的拍摄场地	96
8.1.1 保证拍摄环境中的光线充足	96
8.1.2 简单干净的背景突出主体	97
8.1.3 选择有孩童气息的背景	98
8.1.4 选择合适的服装	98
8.2 拍摄角度与构图	99
8.2.1 平视拍摄孩子	99
8.2.2 俯视拍摄孩子	99
8.2.3 注意画面中的留白	100
8.2.4 拍摄宝宝局部特写画面	101
8.3 拍摄孩子的几个技巧	102
8.3.1 在孩子不看镜头时进行抓拍	102
8.3.2 手机连拍记录孩子玩耍的瞬间	103
8.3.3 注意与孩子的沟通方式	104
8.3.4 不要用手机闪光灯直接对着孩子闪光	105
8.4 拍摄温馨亲子照	106

第 9 章

诱人美食这样拍!

9.1 选择可以拍摄的素材	108
9.1.1 拍摄美食的原材料	108
9.1.2 拍摄饮料杯	108
9.1.3 拍摄餐具	109
9.1.4 拍摄美食成品	109
9.2 用不同的构图和拍摄角度展现美食	110
9.2.1 垂直角度拍摄	110
9.2.2 放低角度拍摄	111





9.2.3	斜线构图让画面更加灵活	111
9.2.4	利用开放式构图拍摄美食	112
9.2.5	特写让美食更具诱惑	113
9.3	注意光线的使用	114
9.3.1	选择合适的光线环境拍摄	114
9.3.2	斜侧光拍摄美食	115
9.3.3	尽量不要使用闪光灯拍摄	116
9.3.4	正确使用测光功能拍摄美食	116

第 10 章

手机拍静物

10.1	手机拍静物的构图	118
10.1.1	保证画面的简洁	118
10.1.2	拍摄时寻找一些有规律的元素	119
10.1.3	开放式构图让人充满想象	119
10.1.4	封闭式构图可以聚焦主体	120
10.1.5	将小物品放在黄金分割点位置	120
10.2	注意拍摄时的光线影响	121
10.2.1	靠近窗户拍摄	121
10.2.2	利用柔和的室内灯拍摄	121
10.2.3	室内拍摄应注意手机测光	122
10.3	利用画面中的对比关系	123
10.3.1	大小对比	123
10.3.2	虚实对比	124

- 10.3.3 色彩对比 125
- 10.3.4 明暗对比 126

第 11 章

手机拍建筑

- 11.1 手机拍建筑常用构图方法 ... 128
- 11.1.1 对称式构图拍建筑 128
- 11.1.2 开放式构图拍建筑 129
- 11.1.3 利用建筑中的线元素
增加美感 130
- 11.2 利用不同光线拍建筑 131
- 11.2.1 利用顺光拍建筑 131
- 11.2.2 利用侧光拍建筑 131
- 11.2.3 利用逆光拍建筑 132
- 11.3 从不同角度拍建筑 134
- 11.3.1 平视角度拍建筑 134
- 11.3.2 俯视角度拍建筑 135
- 11.3.3 仰视角度拍建筑 136

第 12 章

手机拍花卉

- 12.1 选择适合的拍摄角度 138
- 12.2 花卉主体选择 140
- 12.3 手机拍花卉时常用的构图 ... 141
- 12.3.1 开放式构图拍摄花卉 ... 141
- 12.3.2 运用色彩关系拍摄
花卉 141
- 12.3.3 井字形构图拍摄花卉 ... 142
- 12.4 利用不同光位拍摄花卉 143
- 12.4.1 侧光拍摄花卉 143
- 12.4.2 顺光拍摄花卉 143
- 12.4.3 逆光拍摄花卉 144
- 12.5 用微距镜头拍摄花卉 145





第 13 章

功能强大的手机摄影 APP

13.1 超强细节处理功能	148
13.1.1 相机 360	148
13.1.2 Snapseed	149
13.2 超强滤镜功能	150
13.2.1 Rookie Cam	150
13.2.2 MIX 滤镜大师	151
13.2.3 Fotor	152
13.3 美颜软件让你永葆青春	
容颜	153
13.3.1 美颜相机	153
13.3.2 天天 P 图	154



拿起手机 拍美照

陈丹丹 著
(超值版)

人民邮电出版社
北京

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

图书在版编目(CIP)数据

拿起手机拍美照：超值版 / 陈丹丹著. — 北京：人民邮电出版社，2017.9
ISBN 978-7-115-46481-1

I. ①拿… II. ①陈… III. ①移动电话机—摄影技术
IV. ①TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第176769号

内 容 提 要

本书的内容丰富，讲解扎实。相信会对广大摄影爱好者和该机型的相机使用者有极大的帮助。使用手机拍摄照片，在我们的日常生活中已经是一件非常普通平常的事儿了，我们几乎每天都会做。如何用手机拍摄出令人惊叹不已的摄影作品，而不只是随手拍的纪念照呢？这就需要你掌握一定的技巧了。

本书将教会大家如何熟练地操作手机的拍摄功能，例如如何对焦、如何测光等。还将教会你如何让照片更具艺术魅力的一些方法，这部分内容主要教会大家一些摄影的用光、构图技巧。本书还讲解了多种摄影题材的实战经验，包括旅行风光、生活人像、可爱儿童、诱人美食、静物小品、美丽花卉等。此外，本书还介绍了几种实用有趣，并且功能强人的手机摄影后期APP软件的使用方法。

本书适合所有爱好手机摄影的初学者阅读学习。

◆ 著 陈丹丹

责任编辑 陈伟斯

执行编辑 杨 婧

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>

北京方嘉彩色印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：787×1092 1/32

印张：4.875

2017年9月第1版

字数：199千字

2017年9月北京第1次印刷

定价：39.00元

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：京东工商广登字 20170147号

前言

近年来，手机的拍照功能越来越强大，曾经，手机拍的照片与相机拍的照片之间有着清晰的界限，而如今这个界限已经逐渐模糊起来。

“手机拍的！”，这句话所蕴藏的内涵也在发生一些微妙的变化。之前，大家在朋友圈晒照片的时候，会在文字注解的最后打个括号，加上一句：手机拍的！内中含义呢，就是说这个照片看上去拍得一般，不过不是我摄影水平太差，只不过因为这个照片不是用数码相机拍摄的，只是手机随手拍的而已。但这一两年来，“手机拍的！”，这句话所折射出来的含义，更偏向于：这个照片这么震撼，效果这么好，居然是用手机拍摄的？！太厉害了，手机都能拍成这样，太强大了！

从中我们不难看出：第一，近年来，各品牌手机在拍摄功能上的日渐强大。第二，用手机拍摄照片，在人们日常生活中已经是如同吃饭穿衣一样普通平常的事情。曾经需要很隆重地举起相机拍摄的某些场合，公园里，聚会上，现在大家更多是习惯性地拿起手机随时一拍，在手机上简单处理一下，之后发微博，发朋友圈，方便快捷，传播快速。对，便携和快速传播是手机拍摄的最大优势。手机作为一个通信工具，小巧便携，大多时候都是随身携带，可以轻松实现边走边拍，传播起来也方便。

不过，手机毕竟不是专业的摄影器材，在拍摄功能上难免会有些劣势。外观简约超薄的设计，是现在主流手机追求的特点，这样就使手机内的很多硬件设备无法跟专业相机相比，拍摄功能也受到一定限制。在摄影创作时，如何避免手机拍摄功能上的这些劣势，扬长避短，拍摄出更好的照片呢？

本书有专门的章节教大家如何操作手机的拍摄功能，比如如何对焦，如何测光，如何使用手机进行连拍，如何拍摄有趣的画面效果等。不过，手机毕竟只是一个工具，手机摄影，归根结底，还得回归到摄影之上。如何用手机拍摄出高水平的作品，除了要熟练操作手机，熟悉手机摄影的优劣势，扬长避短之外。摄影作为一个艺术门类，基本的构图、用光等技巧，同样需要掌握。

本书一方面能够教会大家如何更好地操控手机，让手机的拍照功能发挥到极致。还会教大家一些最实用、最容易掌握、最出效果的构图方法和用光技巧。同时，还会让大家学到各种常见拍摄题材的实战经验，比如，如何搞定孩子？如何拍好猫猫狗狗？如何将餐桌上的美食拍得更具吸引力？如何将旅途中的一景一物表现得更有意境？如何通过手机后期软件简单处理照片等。

总之，阅读完本书，相信你能拍摄出让人惊叹不已的手机摄影作品！



第 1 章

熟练掌握各种手机拍摄功能

- 1.1 精准对焦让主体更清晰 12
- 1.2 准确测光让照片曝光准确 13
- 1.3 随时调整曝光补偿让画面
明暗适中 15
- 1.4 利用 HDR 功能轻松应对大光
比环境 16
- 1.5 学会灵活运用定时器拍摄 17
- 1.6 开启屏幕辅助线让构图更简
单方便 19
- 1.7 弱光环境下开启闪光灯为主体
补光 20
- 1.8 高速连拍捕捉运动瞬间 22
- 1.9 Android 系列手机中的测光
区域选择功能 24
- 1.10 iPhone 系列手机中的曝光和
对焦锁定 26
- 1.11 全景拍摄模式的几种有趣
玩法 27
 - 1.11.1 正常全景拼接拍摄 27
 - 1.11.2 拍出同一人物多次出现在
画面中的趣味效果 28

第 2 章

手机摄影第一步：把照片拍清楚

- 2.1 尽量保持手机稳定 30
- 2.2 先对焦，再按快门 31
- 2.3 注意逆光的影响 32
- 2.4 曝光要准确 33
- 2.5 避免画面太过杂乱 34

第 3 章

这样构图让照片更具美感

3.1 不同画幅具有不同效果	36
3.2 极简构图	39
3.3 井字形构图	41
3.4 线元素构图	42
3.5 多点式构图	47
3.6 开放式构图	48
3.7 适当增加前景	49
3.8 选择不同的拍摄角度	50
3.9 二次构图	54

第 4 章

掌握一些基本的色彩知识让照片更具魅力

4.1 色彩的三要素	56
4.2 三原色	57
4.3 暖色调画面	58
4.4 冷色调画面	59
4.5 协调色画面	60
4.6 高调影像	61
4.7 低调影像	62

第 5 章

利用不同光线拍摄

5.1 柔光	64
5.2 硬光	65
5.3 顺光	66
5.4 侧光	67
5.5 逆光	68
5.6 侧逆光	69
5.7 合理控制光比	70





第 6 章

手机拍旅行风光

- 6.1 寻找合适拍摄的主体 72
- 6.2 将天空拍摄得更有画面感 74
- 6.3 利用场景中的线元素进行构图 76
- 6.4 将主体安排在画面的黄金分割点位置 77
- 6.5 在不同自然条件下拍摄 78
 - 6.5.1 迷人的落日黄昏 78
 - 6.5.2 抓住时机拍摄耶稣光 79
 - 6.5.3 雨时别样的景色 80
 - 6.5.4 下雪之后白色的世界 81
 - 6.5.5 雾中朦胧的美感 82

第 7 章

手机拍人像

- 7.1 选择合适的背景 84
 - 7.1.1 选择干净简洁的背景 84
 - 7.1.2 选择有规律的元素作为背景 85
 - 7.1.3 注意人物服装颜色与背景颜色的搭配 86
- 7.2 拍人像常用的构图方法 87
 - 7.2.1 平视角度拍摄 87
 - 7.2.2 低角度仰视拍摄 88
 - 7.2.3 俯视拍摄卡通效果 89
 - 7.2.4 利用井字形构图拍摄 90
 - 7.2.5 尝试开放式构图拍摄 91
- 7.3 手机拍合影 92
- 7.4 自拍——拍出最美的自己 93
 - 7.4.1 结合手部动作和不同拍摄角度 93
 - 7.4.2 最佳的俯视 45° 自拍角度 94
 - 7.4.3 利用美颜软件 94

第 8 章

手机拍儿童

8.1 选择合适的拍摄场地	96
8.1.1 保证拍摄环境中的光线 充足	96
8.1.2 简单干净的背景突出 主体	97
8.1.3 选择有孩童气息的背景	98
8.1.4 选择合适的服装	98
8.2 拍摄角度与构图	99
8.2.1 平视拍摄孩子	99
8.2.2 俯视拍摄孩子	99
8.2.3 注意画面中的留白	100
8.2.4 拍摄宝宝局部特写画面	101
8.3 拍摄孩子的几个技巧	102
8.3.1 在孩子不看镜头时进行 抓拍	102
8.3.2 手机连拍记录孩子玩耍的 瞬间	103
8.3.3 注意与孩子的沟通方式	104
8.3.4 不要用手机闪光灯直接 对着孩子闪光	105
8.4 拍摄温馨亲子照	106

第 9 章

诱人美食这样拍!

9.1 选择可以拍摄的素材	108
9.1.1 拍摄美食的原材料	108
9.1.2 拍摄饮料杯	108
9.1.3 拍摄餐具	109
9.1.4 拍摄美食成品	109
9.2 用不同的构图和拍摄角度展现 美食	110
9.2.1 垂直角度拍摄	110
9.2.2 放低角度拍摄	111

