

微

点

郑志强

Easy Photography Class

编著

课

简单
摄影课

(实战版)



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

简单 摄影课

(实战版)

Easy Photography Class

郑志强 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目（C I P）数据

简单摄影课：实战版 / 郑志强编著. -- 北京：人民邮电出版社，2018.2
ISBN 978-7-115-46521-4

I. ①简… II. ①郑… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第203838号

内 容 提 要

学习摄影，入门很容易，但要拍出好照片，却有一定难度。本书的目的，是让读者能够尽快了解、熟悉和掌握摄影基本知识，实现真正入门；之后读者可借助作者多年实拍经验的总结和倾情分享，尽快提高自己的拍摄水平。

本书的内容主要分为这样几个部分：第1章介绍相机相关知识，进而让你完成从拍照到摄影的转变；第2~6章介绍摄影的技术要点、构图、影调、色彩等知识；第7章介绍照片常见的问题，以及应该怎样改进；第8章总结了多种题材的实拍经验，可以帮助读者快速的提高自己的实拍水平；最后，第9章介绍了简单却非常实用的照片后期技巧。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影入门知识体系，从拍照到摄影、从技术到美学、从照片分析到实拍、从实拍到数码后期，相信读者在学习过本书之后，可以真正实现摄影的入门和提高。

本书内容非常全面，适合摄影新手从入门开始，循序渐进地学习，也适合摄影培训机构用作教材。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

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>

北京富诚彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：11

2018年2月第1版

字数：226千字

2018年2月北京第1次印刷

定价：49.00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

CONTENTS

目 录

第1章 认识相机, 开始拍照

1.1 当前主要相机的分类	16
DC 卡片机	16
数码单反相机	16
微单相机	16
手机	16
1.2 相机取景与拍摄原理	17
摄影成像的原理	17
取景原理	18
拍摄成像的原理	18
1.3 画幅: 大、中、全、APS 画幅形式	19
1.4 正确的姿势与操作	22
持机与拍照姿势	22
光学或电子取景	22



第2章 不同的视界：从拍照到摄影

2.1 画面的摄影要素	27
主体：众星捧月	27
陪体：抬轿子	27
前景：画以深远为贵	28
背景：交代信息	28
留白：此时无声胜有声	29
2.2 主体突出 4 种途径	30
2.3 主题与主体的关系	31
2.4 画面要干净	31
2.5 色彩不过三	32
2.6 拍好片要等待	33

CONTENTS

目 录

第3章 拍出好片的7个要素

3.1 焦距与镜头	35
定焦镜头与变焦镜头	35
广角、标准、长焦镜头	36
特殊镜头	37
3.2 对焦的5个要点	39
自动与手动对焦	39
单点与多点对焦	41
3种对焦模式的用法	41
锁定对焦的用与不用	43
3.3 曝光三要素与画面特效	44
“水龙头”原理与曝光	44
光圈	45
快门	47
感光度	48
3.4 测光	50
四大主要测光类型	50



“阳光 16”法则	52
“白加黑减”的原理及使用	52
曝光锁定问题	54
3.5 曝光模式	55
P: 求快	55
S/Tv: 动静	56
A/Av: 虚实	56
M: 操控	58
B 门之必杀技	60
3.6 白平衡的用法	61
白色的作用	61
白平衡与色温	62
控制白平衡的 4 大核心技巧	63
3.7 附件	66
摄影背包选择要点	66
四种滤镜的用途	67
三脚架与快门线	71

CONTENTS

目 录

第4章 构图决定成败

4.1 提炼画面——最重要的构图环节	77
4.2 透视与画面意境	79
4.3 构图规律及审美	80
黄金法则的延伸	80
对比的作用	82
构图的“减法”	83
构图的“加法”	85
4.4 构图常识	86
高机位俯拍	86
低机位仰拍	87
平拍更接近人眼的视觉规律	87
水平线构图获得平稳的效果	88
4.5 常见的几何构图技巧	89
对角线构图	89
S形构图	89



三角形与倒三角形构图	89
圆形构图	89
放射式构图	89
对称式构图	90
框景构图	90

第5章 光影的艺术

5.1 光线的属性与照片效果	93
直射光效	93
散射光效	94
反射光效	95
5.2 光线的方向与照片效果	96
顺光场景怎样拍	96
侧光场景怎样拍	97
斜射光场景怎样拍	97
逆光场景怎样拍	98

CONTENTS

目 录

顶光场景怎样拍 99

5.3 一天中的光线与适用的摄影题材 100

早晨的光线 100

上午的光线 101

中午的光线 102

下午的光线 104

黄昏的光线 104

夜晚的光线 105

第6章 色彩美学

6.1 懂一点儿色彩 107

色彩的要素 107

黑色系照片的特点 109

摄影作品中灰调的作用 110

白色系照片的特点 111

其他主流色系照片的特点 111



6.2 艺术领域常见的配色技巧	113
互补色与照片画面	113
相邻色与照片画面	114
照片冷暖怎样搭配	114
6.3 最亮丽的色彩	116
使用鲜明的整块色彩	117
突出单一的主色调	117
丰富多彩的色彩控制	119

第7章 学会分析照片

7.1 3种模糊	121
抖动模糊	121
对焦失败	122
对焦错误	122
7.2 4种曝光问题	124
高光溢出	124

CONTENTS

目 录

轻微过曝或欠曝	125
曝光不足	126
关键位置欠曝	127
7.3 照片的六大美学问题	128
缺少视觉中心（主体）	128
构图不紧凑	129
画面不干净	130
构图不完整	131
缺乏影调变化	132
没有拍摄价值	133

第8章 不同照片的拍摄要点

8.1 风光摄影	135
小光圈或广角拍摄有较大的景深	135
设定趣味中心	136
地平线要平	138



尽量站得高一点	139
利用线条的力量	140
画面不要太满	141
不必拘泥于经典构图方式	142
使用附件获得更美的效果	142
8.2 人像摄影	144
横拍人像与竖拍人像的选择技巧	144
虚化背景让人物形象更醒目	146
选择简洁的背景突出主体人物	146
给视线留有空间，让画面不再拥挤	148
尽量避开正面，稍稍的侧面照更漂亮	148
人物眼睛在画面上方 1/3 处最自然	150
九宫格人像	151
对角线人像构图	152
现代小清新风格	153
8.3 花卉摄影	154
手动选择对焦点：找准焦平面	154
拍摄时间的选择：找到最佳拍摄时间	155
设定单点单次自动对焦，提升画质	156



CONTENTS

目 录

光圈设定：少用极大和极小光圈	157
手持相机拍摄花卉，快门速度越快越好	158

第9章 轻松学会修片

9.1 轻松学会白平衡调色	161
白平衡模式 + 色温 / 色调的调整方法	161
“白平衡工具”取色一步校色法	162
9.2 一键优化明暗影调	164
9.3 在 Camera Raw 中修复照片暗角和畸变	165
9.4 Camera Raw 去雾，让照片更通透	167
9.5 人像精修	168
面部污点及瑕疵修复	168
柔化皮肤	170
提亮眼白	170
美白牙齿	171
去除过重的眼袋	171
完美脸型精修技巧	173

简单 摄影课

(实战版)

Easy Photography Class

郑志强 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

简单摄影课：实战版 / 郑志强编著. — 北京：人民邮电出版社，2018.2
ISBN 978-7-115-46521-4

I. ①简… II. ①郑… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第203838号

内 容 提 要

学习摄影，入门很容易，但要拍出好照片，却有一定难度。本书的目的，是让读者能够尽快了解、熟悉和掌握摄影基本知识，实现真正入门；之后读者可借助作者多年实拍经验的总结和倾情分享，尽快提高自己的拍摄水平。

本书的内容主要分为这样几个部分：第1章介绍相机相关知识，进而让你完成从拍照到摄影的转变；第2~6章介绍摄影的技术要点、构图、影调、色彩等知识；第7章介绍照片常见的问题，以及应该怎样改进；第8章总结了多种题材的实拍经验，可以帮助读者快速的提高自己的实拍水平；最后，第9章介绍了简单却非常实用的照片后期技巧。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影入门知识体系，从拍照到摄影、从技术到美学、从照片分析到实拍、从实拍到数码后期，相信读者在学习过本书之后，可以真正实现摄影的入门和提高。

本书内容非常全面，适合摄影新手从入门开始，循序渐进地学习，也适合摄影培训机构用作教材。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

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>

北京富诚彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：11

2018年2月第1版

字数：226千字

2018年2月北京第1次印刷

定价：49.00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

创作一本厚厚的摄影教程容易，但将一本书写“薄”却很难。这需要大量摄影知识进行总结和压缩，去伪存真；与此同时，还要兼顾初学者轻松阅读和学习的需求，起点太高、跨度太大都会让人望而却步。

这本书概括和总结了非常重要的相机操控知识、从拍照到摄影的转变的知识、摄影基本技术、摄影美学理念、摄影作品分析能力、摄影实拍、数码后期等内容，是笔者多年从事摄影创作和教学工作的总结。

这本书涉及的知识点非常全面，而且经过笔者认真的筛选和整理，建立了一种由浅入深、逻辑层层推进的摄影教学体系。广大读者只要跟随本书认真学习，就一定能实现摄影的入门和提高。

书中部分知识点可能不够全面和深入，但限于有限的篇幅很难将摄影这门“手艺”讲得全无漏洞。如果读者在学习过程当中发现不妥之处，或是对数码后期等知识点有进一步学习的需求，可以加入我们的摄影教学 QQ 群 240653226、8572839，与笔者进行一对一的沟通和交流；也可以关注我们的微信公众号“深度行摄”（ID：shenduxingshe），学习摄影知识。



可扫码关注我们的公众号！