

手机摄影 即学即会

拍美照就这么简单

袁倩 汤彦萱 主编



- **3分钟**能即学即用，特别送给不爱读长篇大论的你
- **11章**摄影入门知识精髓，只与你的挚爱手机匹配
- **500幅**精选摄影作品，模仿着也能拍出心仪的美照



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

手机摄影 即学即会

拍美照就这么简单

主编 袁倩 汤彦萱
参编 李敏 周康奇
张文婷 李钦
刘惠芳 刘敏
柯宇 高宏杰
程媛媛 陈庆伟
曹洪涛 柯举
汤留泉 张弦

周唯 冉 蒋
卢丹 刘波
李吉章 李建华
付士苔 邓世超
边塞 戈必桥
牟思杭 余文晰



机械工业出版社

本书系统地介绍了手机摄影知识，以拍摄场景为主线，通过各种表现手法来传达创作思想，使读者进入摄影创作的殿堂，将技术变为一门艺术。读者能从摄影的个性化中找到共性，结合自身能力快速学习，达到即学即会的目的。书中特别注重摄影APP和专业配件的应用，以实现最佳的拍摄效果。同时，介绍了使照片更漂亮的修图方法和技巧与分享照片和视频的方法。

本书可供所有手机用户、大中专学生、居家生活爱好者、有摄影记录要求的行政管理人员、各类摄影爱好者等广大读者学习使用。

图书在版编目（CIP）数据

手机摄影即学即会 拍美照就这么简单/袁倩，汤彦萱主编.
—北京：机械工业出版社，2018.2
ISBN 978-7-111-59057-6

I. ①手… II. ①袁… ②汤… III. ①移动电话机—摄影技术
IV. ①J41 ②TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第021133号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码 100037）

策划编辑：张秀恩 责任编辑：张秀恩

责任校对：王明欣 责任印制：张 博

北京中科印刷有限公司印刷

2018年3月第1版第1次印刷

169mm×239mm • 12.75印张 • 319千字

0001—3000册

标准书号：ISBN 978-7-111-59057-6

定价：69.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线：010-88361066 机工官网：www.cmpbook.com

读者购书热线：010-68326294 机工官博：weibo.com/cmp1952

010-88379203 金书网：www.golden-book.com

封面无防伪标均为盗版

教育服务网：www.cmpedu.com

前言

随着科学技术的发展，摄影的门槛得到了降低，不再只是摄影工作者才能碰触的门类。无论是摄影爱好者的精美大图，还是生活中一张随意的照片，摄影已经渐渐深入我们的生活当中，成为生活中不可或缺的调味品。照片的记录功能远比文字更加形象化，在这个喧哗浮躁的社会，每一张照片都是我们珍贵的回忆，拿在手里沉甸甸的故事，只属于你，大可慢慢品味。

具有高像素拍照功能的手机上市之初，并未受到摄影爱好者的格外重视，比起名牌数码产品，能照相的手机只不过被当做一件简易拍照的玩具。然而，自从智能手机上开始配置各种特殊效果的影像处理软件开始，配合互联网的快捷传输，手机使用者都被催生成日常生活拍手，就像胶片摄影时代的全自动傻瓜相机一样，一下子掀翻了摄影的贵族体制，成为当今最流行的拍照工具。智能手机作为现代人们日常生活中不可或缺的工具，在带给我们新鲜资讯热点时，也成为我们发挥创造力和想象力的源泉与工具。简洁的操作画面，智能的滤镜补光，携带方便，拍摄迅速，这些特点都能完美适应人们忙碌的快节奏生活。手机已经被公认为是一种“不求人”的拍照设备，它具有物美价廉的优势，而数码相机则不同，还需要配置计算机和宽带进行图像处理，再进行传播。手机自带的无线传递功能，满足了立拍即传的网络社交需求。

现代社会是一个快速消费人们感官刺激的时代。我们在浏览微博、微信中图片的时候，大多都一带而过。在大量碎片化图片信息中，真正能够给我们留下深刻印象、甚至能够打动我们的图片反而很少。手机在给予我们更好的拍摄体验同时，也给希望拍出更好作品的我们提出了更高的要求。手机摄影是一种非常个性化和主观化的视觉表达过程。因此，优秀的手机摄影作品没有可以被量化的明确标准，但是它们却有着很多共性。在练习用手机拍摄的初期，在形成自己视觉标签之前，我们可以通过对这些共性的知识进行学习、模仿，拍出一些不错的摄影作品。



编者

目 录

前言

第1章 手机摄影就要这样玩 ····· 001

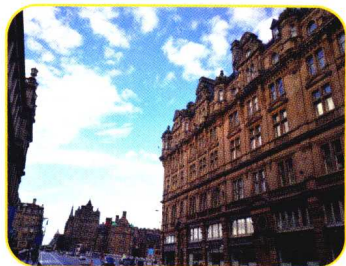
- 1.1 了解手机拍摄 ····· 002
- 1.2 手机拍摄入门 ····· 003
- 1.3 掌握构图是基础 ····· 005
- 1.4 常用的拍摄视角 ····· 009
- 1.5 设定曝光与对焦参数 ····· 010
- 1.6 调整和搭配色彩 ····· 011
- 1.7 灵活运用光影 ····· 013

第2章 常见场景拍摄 ····· 015

- 2.1 温馨家庭 ····· 016
- 2.2 亲子瞬间 ····· 019
- 2.3 朋友聚会 ····· 022
- 2.4 浪漫情侣 ····· 024
- 2.5 游玩之旅 ····· 026
- 2.6 萌宠乐园 ····· 028
- 2.7 商务合影 ····· 030

第3章 拍自己，更简单 ····· 031

- 3.1 找好角度再自拍 ····· 032
- 3.2 选择自拍软件 ····· 034
- 3.3 改变脸型的诀窍 ····· 036
- 3.4 总有适合你的姿势 ····· 039



第4章 微观世界的惊艳之物 ····· 045

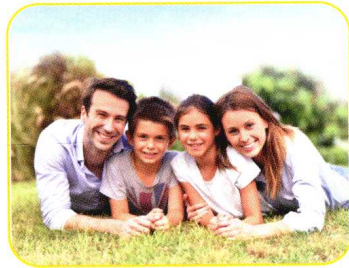
- 4.1 了解微距摄影 ····· 046
- 4.2 不要忽略自然光 ····· 048
- 4.3 捕捉动态昆虫 ····· 049
- 4.4 留住花卉的娇艳 ····· 051
- 4.5 摇摇欲坠的水珠 ····· 053
- 4.6 光彩照人的珠宝 ····· 055
- 4.7 垂涎欲滴的美食 ····· 057
- 4.8 散发生机的静物 ····· 059

第5章 全景大片你也可以拍 ····· 063

- 5.1 全景拍摄是什么 ····· 064
- 5.2 全景拍摄特征 ····· 065
- 5.3 手机全景拍摄方法 ····· 068
- 5.4 全景摄影APP ····· 075
- 5.5 全景拼接软件 ····· 077

第6章 你边走，我边拍 ····· 079

- 6.1 抓住街拍潮流 ····· 080
- 6.2 生活场景更亲切 ····· 085
- 6.3 黑白色彩简单又别致 ····· 088
- 6.4 构图可以更新颖 ····· 090
- 6.5 主体充满画面 ····· 091
- 6.6 街拍美女 ····· 092



第7章 趣味无穷的特效 ····· 093

- 7.1 自带滤镜特效 ····· 094
- 7.2 局部彩色的黑白照片 ····· 096
- 7.3 多种视角的移轴拍摄 ····· 098
- 7.4 完全对称的镜像特效 ····· 101
- 7.5 波光粼粼的倒影效果 ····· 103
- 7.6 迷幻神秘的光晕特效 ····· 105
- 7.7 长曝光捕捉流动光线 ····· 106
- 7.8 把照片打造出年代感 ····· 108
- 7.9 色调分离玩味明与暗 ····· 110
- 7.10 把照片变成不同的画 ····· 111
- 7.11 多重曝光玩转时空 ····· 113
- 7.12 同一人多次现身同一照片中 ····· 117

第8章 回忆满满的特辑制作 ····· 121

- 8.1 旅游相册 ····· 122
- 8.2 爱美刻幸福婚礼 ····· 124
- 8.3 iMovie剪出大片范 ····· 127
- 8.4 手机拍视频要点 ····· 129
- 8.5 手机拍视频软件 ····· 133

第9章 修图给照片再加分 ····· 139

- 9.1 手机裁剪照片 ····· 140
- 9.2 调整照片亮度 ····· 143
- 9.3 照片构图旋转 ····· 145
- 9.4 打造鲜艳照片 ····· 147
- 9.5 添加照片相框 ····· 150
- 9.6 添加照片水印 ····· 152



9.7	处理偏色照片	156
9.8	打造LOMO效果	158
9.9	打造美白肌肤	160
9.10	极致瘦脸瘦身	161
9.11	塑造完美身材	164
9.12	一键快速美颜	165
9.13	打造魔幻照片	166
9.14	特色照片拼图	167
9.15	轻松打造美妆	169

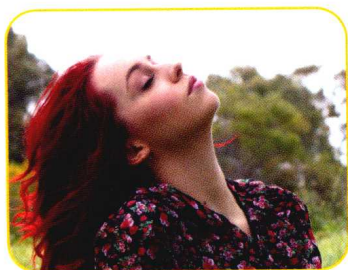
第10章 美的照片和视频应该分享 171

10.1	连接手机和计算机	172
10.2	导出照片和视频	177
10.3	使用微信分享照片	178
10.4	使用QQ分享照片	180
10.5	如何上传至微博	183
10.6	用网盘分享照片	185
10.7	使用手机云分享	186

第11章 配件让你更专业 187

11.1	三脚架帮你稳住手机	188
11.2	自拍杆弥补个人拍摄的不足	190
11.3	外接镜头提高手机拍摄性能	191
11.4	渐变镜解决户外拍摄苦恼	192
11.5	稳定器的妙用	193
11.6	简易配件拍照更灵巧	194

参考文献 196

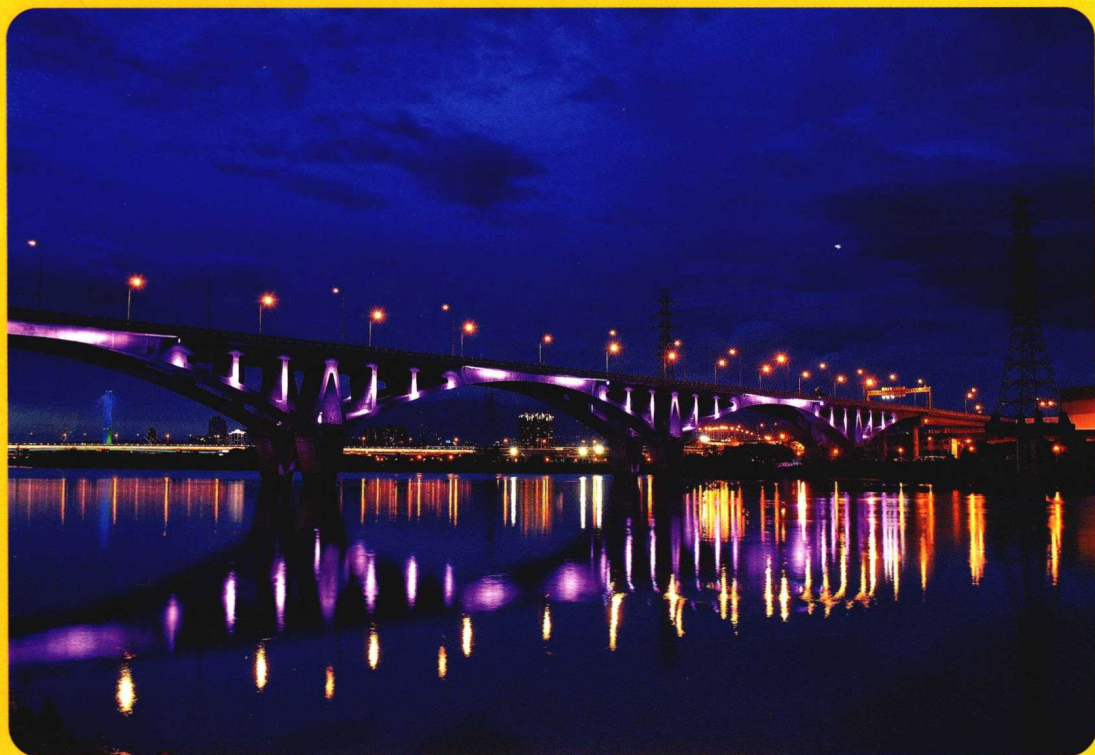


第1章 手机摄影就要这样玩

体验难度：★☆☆☆☆

章节介绍

时至今日，单反相机仍然不能算是大众型产品，也并不是每个使用单反的用户都能熟练地运用手中的设备。对于大多数人来说，一部拍照效果不错的智能手机可能更加方便，也有更高的性价比。虽然受机身尺寸的限制以及“傻瓜”化的操作模式，使得手机拍照效果并不及专业相机，但是它能随时随地记录身边的事物和生活，并即时与亲朋好友分享，也许这就是手机拍照带来的最大乐趣。



1.1 了解手机拍摄

1.1.1 手机拍摄的优点

近两年,手机的拍照效果取得了长足的进步。手机摄影之所以流行,关键原因之一就是便捷,手机的体积较小,可以让使用者随走随拍,同时借助社交软件实现即时分享,这是传统摄影方式不具备的。

目前手机摄像头的像素普遍在800万~1200万,高端拍照手机的像素已经达到1400万以上,这已经能完全满足各种拍摄要求了。手机拍摄的自由度更高,可以更方便地记录身边发生的事,特别是在拍摄突发事件方面,手机摄影发挥了重要作用。此外,对于喜爱自拍的用户来说,没有比手机更具优势的拍摄设备了,还可以借助手机APP,一键完成美化(图1-1)。



图1-1 风景

1.1.2 手机拍摄的缺点

虽说手机拍摄优点很多,但还是有一些难以克服的缺点。首先,手机摄像头普遍无法变焦,而且焦距不够长。即使2015年兴起了双摄变焦的拍摄手机,但其与单反相机的功能相比,差距很大。其次,手机所配的闪光灯多为LED灯,在亮度上与相机的高压氙气闪光灯相比差距较大,夜间应用十分有限。最后,在逆光场景下拍摄,手机摄影很难兼顾亮部和暗部,容易丢失大量的明暗层次,影响画面效果。总之,没有最好的设备,只有优秀的摄影师,钟情于手机摄影的爱好者,要尽量多用手机拍摄(图1-2、图1-3)。



图1-2 动物(李敏)



图1-3 建筑物(李敏)

1.2 手机拍摄入门

1.2.1 手机拍摄界面

不同的手机，其拍摄界面有所不同，不过最常用的快门按钮、闪光灯关闭与开启，摄像头切换、查看相册等基本功能是一样的（图1-4、图1-5）。



图1-4 功能选择界面

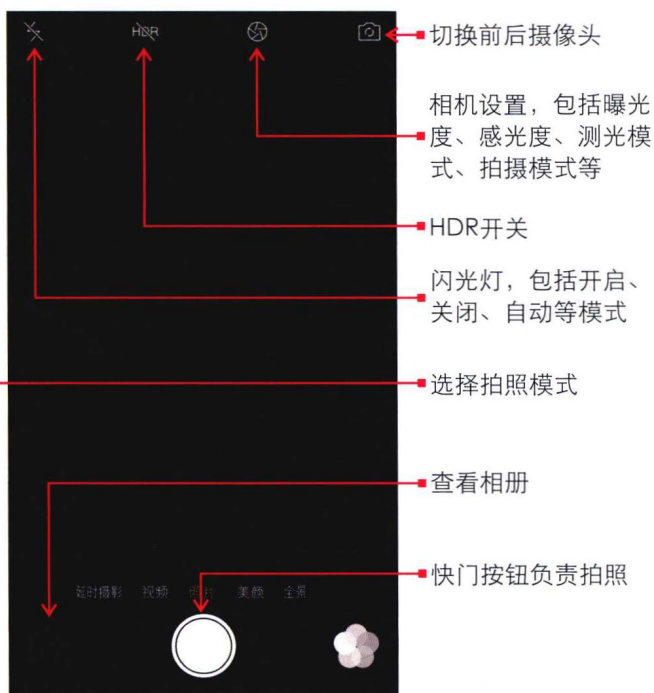


图1-5 拍照界面

手机摄影贴士

机内HDR功能的应用

HDR的全称是High Dynamic Range，即高动态范围，通过计算分析不同的局部，既保留了照片高光部分的层次，又保留了暗部影像的层次，即将几张不同曝光的照片合成1张。以前，HDR摄影爱好者都会通过软件将单反相机拍出的多张照片合成1张HDR图片，但随着手机性能的提升，现在也可以直接在手机上通过拍摄多张曝光不同的照片来实现HDR。

简单地说，HDR是让照片无论高光还是阴影部分的细节都很清晰，即当你拍摄光比较大的作品时，缩小光比，营造一种高光不过曝、暗调不欠曝的效果。让亮处的效果鲜亮，而黑暗处保留更多的主体细节，能分辨物体的轮廓和深度，而不是以往的一团黑。在使用手机拍照时，HDR并非总会非常有效，如果光线本来就够好，画面中又没有细碎的高光，那么HDR将会导致画面颜色变淡，也没有更多的细节可言，照片整体层次感下降。

1.2.2 如何选择手机

在智能手机领域，苹果iOS、微软Windows Phone、Android三大系统可谓“三足鼎立”。

1. 苹果iPhone (iOS系统)

苹果手机的拍照设备向来处于一流水准，自iPhone 5S起，其光圈值从f/2.4提升到了f/2.2，闪光灯更换为双色温闪光灯；iPhone 6更是将单个像素的尺寸提升到了1.5微米水平。

iPhone 8 Plus 的广角与长焦双镜头，在拍摄时可进行光学变焦。一系列强大功能使得iPhone手机成为手机拍照的首选机型（图1-6）。

2. 微软Windows Phone

Lumia系列手机在拍照方面的造诣向来可圈可点。重新让大家再次拾起智能手机拍摄的Lumia 920，到暗光拍摄王Lumia 925，以及带来影像革命的Lumia 1020，再到现如今动辄2000万像素起的Lumia旗舰新机。

仅仅从像素来看，现在的WP旗舰手机已经让很多相机都望尘莫及（图1-7）。

3. 谷歌Android

安卓系统追求功能丰富，特点是个性化突出，拍照社交化。安卓系统的开放性特点不仅仅反映在机型数量上的丰富，拍照方面也同样是各具特色，同时这种开放性也在影响着传统相机领域。

另外，安卓系统和互联网概念的加入也使得传统相机具备了更加浓郁的社交特色，可玩性也更加丰富（图1-8、图1-9）。

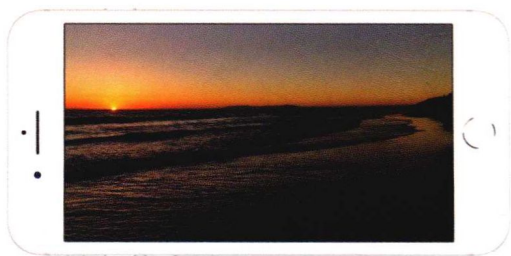


图1-6 iPhone 8



图1-7 Lumia 1020



图1-8 vivo X9s Plus



图1-9 红米Note 4X

1.3 掌握构图是基础

对于使用手机进行摄影的用户来说，构图技巧值得每一位摄影者花费精力理解和掌握，并且学习构图不需要购买任何昂贵的器材，了解构图的基本原则，掌握常用的构图技巧，能极大地提高拍摄者的摄影水平。

1.3.1 中央式构图法

中央式构图，即将目标的主体放在画面的中间。在使用中央构图时，最好可以寻找1个简洁的背景，或是与主体有比较大的对比，才可以突显想要拍摄的主体。如果在拍摄时未能找到非常简洁的背景，可以善用浅景深的拍摄方法，这样可以令主体从背景中跳出来，加强主题的表达（图1-10）。

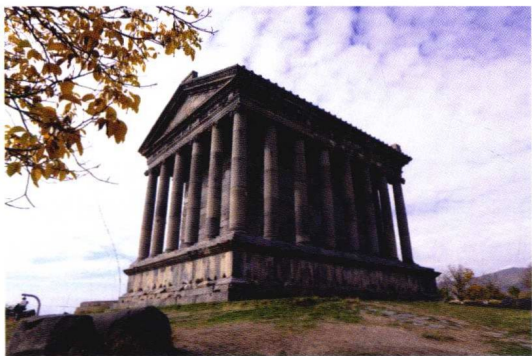


图1-10 中央式构图（周唯）



图1-11 水平线构图（李敏）

1.3.2 直线构图法

直线构图方式包括水平线和垂直线两种。

1. 水平线构图

水平线原本是指，向视线的水平方向看去，天和水的交界线。与之类似的构图方式统称为水平线构图。关于水平线构图很重要的一点是：最好不要让水平线从画面中间穿过，一般来讲，水平线条应放在画面上、下1/3处（图1-11）。

2. 垂直线构图

这种构图方式常用来表现高耸的景物，如建筑、树木、山川峭壁、瀑布水流等主题，同时也用于人像拍摄（图1-12）。在垂直的画面内容选取上，要表现垂直线的力度和形式感，使照片简洁而大气。



图1-12 垂直线构图（李敏）

1.3.3 斜线构图法

斜线具有动感，能够令人激动，增加构图的气势。摄影者可以利用篱笆、石墙、桥梁、雪垅、影子等构成这种线条。斜线构图在人像摄影中经常用到。斜线构图所产生的拉伸效果，对于表现女性修长的身材或者对拍摄对象身材方面的缺陷进行美化具有非常不错的效果（图1-13）。



图1-13 斜线构图

1.3.4 圆形构图法

圆形构图在通常情况下是规则的圆形，也可以是散点构成的不甚规则的圆的形状。椭圆形构图大都采用宽大于高的横幅形式，不仅有静态效果，也会产生动态效果，同时还具有较为明显的整体感，使画面的各个部位得到较好的表现（图1-14）。



图1-14 圆形构图

1.3.5 曲线构图法

1. S形构图法

常见的曲线构图方式包括S形构图与C形构图。S形构图是一种基本的经典构图方式。画面上的景物成S形曲线的方式分布，具有延长、变化的特点，使画面看上去有韵律感，多用于河流、道路等主题（图1-15）。



图1-15 S形构图（周康奇）

2. C形构图法

C形构图具有曲线美的特点，又能产生变异的视觉焦点。在安排主体对象时，必须安排在C形的缺口处，使受众的视觉随着弧线推移到主体对象。C形构图多用于工业题材、建筑题材（图1-16）。



图1-16 C形构图

1.3.6 框式构图法

框式构图就是利用类似框架的前景将被摄体框起来，可以恰当表现出前后景的纵深效果。框式构图有助于主体与前景很好地结合在一起，并使主体在画面中突显出来。框式构图的重点在于怎样寻找框架（图1-17）。



图1-17 框式构图

1.3.7 放射式构图法

放射式构图是以主体为核心，景物呈向四周扩散放射的构图形式，可使受众的注意力集中到被摄主体，又有开阔、舒展、扩散的效果。绽放的烟花同样是最好的放射式构图的主题（图1-18）。



图1-18 放射式构图

1.3.8 消失点构图法

透视规律给出了近大远小的透视规则，所以在远方，可以看到平行线汇聚于一点，这个点被称做消失点。在利用手机拍摄时，采用消失点构图方法不但可以让画面更具冲击力，而且平行线会引导观赏者将视线移至消失点，使得画面的空间感更强一些（图1-19）。



图1-19 消失点构图（李敏）

1.3.9 黄金分割构图法

“黄金分割”是由古代希腊人发明的几何学公式，指将整体一分为二，较大部分与整体部分的比值等于较小部分与较大部分的比值。这个比例被公认为是一种最能带给人视觉美感的比例关系。黄金分割构图就是将摄影主体放置在黄金分割点上，追求构图的美观与和谐（图1-20）。



图1-20 黄金分割构图



图1-21 九宫格构图

1.3.10 九宫格构图法

九宫格构图是最常见、最基本的构图方法，将主体静物或人物放在九宫格交叉点附近的位置，能使画面更生动（图1-21）。

1.4 常用的拍摄视角

1.4.1 俯拍

简单地说，俯拍就是摄影者以一个高的角度从上往下拍摄，即拍摄的视角在物体上方。这种拍摄视角可以很好地表现物体形状，同时适合拍摄宽广宏伟的场面，例如站在山顶或者楼顶拍摄等。高点俯拍的景色往往缺少明确的主体，但却具有明显的层次，构图时可以尝试将地平线和天空收入画面。在不同的情境下，会得到截然不同的效果（图1-22）。



图1-22 俯拍

1.4.2 平拍

拍摄点与被摄对象处于同一水平线上，以平视的角度拍摄，这种拍摄称为平拍。采用平拍视角拍摄，所构成的画面效果更接近于人们的视觉习惯，所形成的透视感比较正常，不会使被摄对象因透视变形而扭曲。因此，这种平拍的表现方法在摄影实践中应用最广泛，运用起来比较快捷方便（图1-23）。



图1-23 平拍（李敏）

1.4.3 仰拍

采用低角度仰拍所产生的效果与高角度俯拍正好相反。低角度仰拍往往会造成拍摄对象下宽上窄的透视变形效果。仰拍所带来的变形在摄影构图中被广泛应用，这种变形不全是有害的，在一定情况下，可以强调拍摄对象高大的气势；同时，仰拍的视角也会刻画出发射对象底部的更多细节，还可以起到过滤画面、净化背景的作用（图1-24）。



图1-24 仰拍（李敏）