

中国科学出版集团
新世纪书局

人像 | 水景 | 山景 | 树木 | 花卉 | 城市街景 |
园林古建 | 动物 | 静物等众多实拍场景中的构图方法



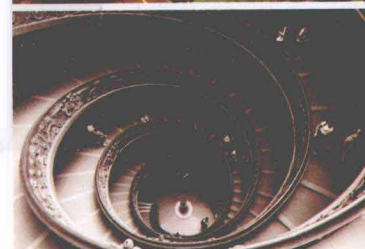
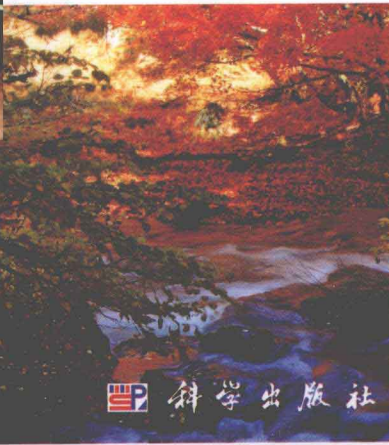
摄影构图 实拍技法手册

影像光标 编著

提升专业水准
拍出好照片



本书适合所有摄影爱好者，将本书置于手边勤加练习，一定可以掌握构图方法，拍出满意的摄影作品



科学出版社

摄影构图 实拍技法手册



影像光标 编著



内 容 简 介

构图是摄影最基础、也是最重要的技巧之一，是拍摄出优秀作品的基本功。一幅好的摄影作品总是离不开优秀的构图，因此，每一位摄影爱好者都有必要扎实掌握构图的方法和技巧。

全书以数码单反摄影为主要切入点，围绕摄影中最重要的构图知识进行讲解。全书共分为7章，两大部分——理论部分和实践部分。第1~3章是理论部分，帮助读者打好基础，让读者对各种构图方法有一个基础、直观的认识。在理论部分主要讲解构图的基本要点、构图与取景、影响构图的重要因素、各种构图方法等内容。第4~7章是实践部分，通过书中大量的实拍范例，让读者对构图的运用有更深的认识，再结合读者自身的拍摄训练，最终会达到对摄影构图充分掌握的目的。在实践部分主要讲解了人像、风光、动物、花草等主题摄影的实拍技法，每一类主题摄影讲解中都列举了多个实拍照片，帮助读者进一步掌握构图方法。

本书适合所有摄影爱好者，将本书置于手边勤加练习，一定可以掌握构图方法，拍出满意的摄影作品。

图书在版编目(CIP)数据

摄影构图实拍技法手册 / 影像光标编著. —北京:
科学出版社, 2010.11
ISBN 978-7-03-029153-0

I. ①摄… II. ①影… III. ①摄影构图—手册
IV. ①J406-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第192800号

责任编辑: 刘 薇 张 静 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 孙 旭

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划
北京市彩和坊印刷有限公司印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011年1月 第 一 版

开本: 16 开

2011年1月第一次印刷

印张: 10.5

印数: 1—4 000

字数: 221 000

定价: 39.80 元

随着人们生活水平的提高,对生活的质量要求也在不断提升,艺术创作、假日出游已成为人们日常讨论和考虑的话题。于是,集艺术创作与纪实于一身的摄影就进入了人们的生活范畴。随着数码科技的飞速发展,曾经仅作为专业摄影师使用的数码单反相机,如今也成为了人们记录生活,游览名胜拍照留念的工具。

数码单反相机既具有专业相机的操作手感和成像效果,又具备数码摄影的及时性和便捷性,深受各个阶层摄影爱好者的喜爱。但是无论多么便捷,多么优质的摄影器材,对摄影基本技术的要求是不会改变的。

构图是摄影最基础、也是最重要的技巧之一,是拍摄出优秀作品的基本功。一幅好的摄影作品总是离不开优秀的构图,因此,每个摄影爱好者都有必要扎实掌握构图的方法和技巧。

就构图方法而言,除极少数较为复杂之外,基本上所有的方法都不难掌握。比如三分法构图、斜线构图、曲线构图等都很容易掌握,但是要运用到实际拍摄中就不那么容易了。因为在实际拍摄中,拍摄者所面对的通常不是预料之中的或一成不变的场景,被摄主体、环境光线往往都在发生变化,复杂的环境也对构图造成了很大的影响。

因此作为一名摄影爱好者,仅仅掌握各种构图的方法还远远不够,将这些方法与技巧灵活运用,才能拍出好照片。本书内容分为理论和实践两大部分,理论部分就是为了帮助读者打好基础,让读者对各种构图方法有一个基础、直观的认识。在理论部分主要讲解了构图的基本要点、构图与取景、影响构图的重要因素、各种构图方法等内容。实践部分则是通过书中大量的实拍范例,让读者对构图的运用有更深入的认识,再结合读者自身的拍摄训练,

动物、花草等主题摄影的实拍技法，每一类主题摄影讲解中都列举了多个实拍照片，帮助读者进一步掌握构图方法。

书中通过大量照片，从不同层次、不同角度为读者介绍不同的构图方法在各种拍摄题材中的灵活运用，以及相同的构图方法在不同场景中的灵活应用。在讲解过程中，大部分照片均配有线条示意图进行说明，让读者对构图方法有更直观的认识。

无论您是一名刚开始学习摄影的初学者，还是一位对摄影构图知识有所欠缺的爱好者，或是一位成熟的摄影师，本书都能够让您有所收获。希望每一位读者都能够认真阅读，勤加实践，这样一定會在摄影构图上获得很大的提升。

编著者

2010年11月

第1章 构图是体现摄影水平的关键 1



第一节 初识构图 2

1.1.1 画面的基本视觉元素 2

1.1.2 画面的其他元素 12



第二节 构图的基本要点 13

1.2.1 善于用独特的视角观察选景 14

1.2.2 突出主体 14

1.2.3 布局要清晰、合理 16

1.2.4 精简画面中的素材 17



第三节 构图与取景 18

1.3.1 构图与取景的基本原则——做减法 18

1.3.2 不同景别的构图 19



第四节 协调好画面主体、陪体、环境的关系 22

1.4.1 摄影主体是什么 22

1.4.2 摄影陪体是什么 23

1.4.3 环境的重要性 24

第2章 影响构图的几个重要因素 27



第一节 画面“深度”的标尺——景深 28

2.1.1 如何用光圈控制景深 28

2.1.2 镜头焦距与景深的关系 30

2.1.3 拍摄距离与景深的关系 31



第二节 影调在构图中的作用 32

2.2.1 高调与低调构图 32

2.2.2 暖调和冷调构图 37

2.2.3 冷暖色调对比构图 42



第一节 初学摄影常用的构图 44

- 3.1.1 水平线构图44
- 3.1.2 垂直线构图.....46
- 3.1.3 三分法构图47
- 3.1.4 斜线构图49
- 3.1.5 放射线构图50
- 3.1.6 对称性构图.....51



第二节 摄影爱好者的构图实战 54

- 3.2.1 黄金分割构图54
- 3.2.2 十字形构图.....55
- 3.2.3 三角形构图56
- 3.2.4 O形构图.....58
- 3.2.5 框式构图60
- 3.2.6 对角线构图61



第三节 专业摄影师的构图技法63

- 3.3.1 S形构图63
- 3.3.2 倒影构图64
- 3.3.3 利用剪影构图65



第一节 不同距离下的人像构图 68

- 4.1.1 全景构图——充分展现模特的美丽68
- 4.1.2 中景构图——对画面合理地裁剪69
- 4.1.3 近景构图——展示恰到好处的空间感69
- 4.1.4 特写构图——细腻的部位表现70



第二节 别具一格的视角70

- 4.2.1 机位高低决定构图71
- 4.2.2 随机应变的拍摄角度73



第三节 人像构图实战76

- 4.3.1 可爱的儿童77
- 4.3.2 老人的晚年生活场景80
- 4.3.3 美丽的少女81



第一节 风光构图的基本规则 86

5.1.1 对景深的控制及构图 86

5.1.2 视角决定构图 88



第二节 拍摄山峰的构图方法 90

5.2.1 主次结合 90

5.2.2 角度的选择 92

5.2.3 构图宜简洁 93

5.2.4 镜头的选择 94



第三节 水景的拍摄构图 95

5.3.1 拍摄水景的一些构图技巧 95

5.3.2 大海的拍摄构图 98

5.3.3 湖泊的拍摄构图 99

5.3.4 瀑布的拍摄构图 100



第四节 不同天气下景物的构图 102

5.4.1 雨天的拍摄构图 102

5.4.2 拍摄冰雪的取景构图 105

5.4.3 云的拍摄构图 106



第五节 拍摄雾景的构图 108

5.5.1 营造纵深感 108

5.5.2 对景物的取舍 109



第六节 拍摄日出日落的构图 111

5.6.1 拍摄日出的构图 112

5.6.2 拍摄日落的构图 114



第一节 拍摄动物技巧 117

6.1.1 慎用闪光灯 117

6.1.2 及时抓拍 119

6.1.3 选好拍摄时间 119



第二节 家养宠物构图实拍 121

6.2.1 巧构图展现宠物的搞笑与可爱 122

6.2.3 拍摄好动小狗的构图	126
-----------------------	-----



第三节 野生动物构图实拍	127
--------------------	-----

6.3.1 拍摄要领	128
------------------	-----

6.3.2 拍摄鸟类的构图	129
---------------------	-----

6.3.3 拍摄昆虫的构图	132
---------------------	-----

6.3.4 拍摄爬行动物的构图	134
-----------------------	-----

第四节 动物园实拍构图	135
-------------------	-----

第7章 花草构图实战拍摄 136



第一节 拍摄花草的方法和技巧	137
----------------------	-----

7.1.1 怎样运用拍摄光线	137
----------------------	-----

7.1.2 背景的选择	139
-------------------	-----

第二节 拍摄花卉的构图	141
-------------------	-----



第三节 花草构图之一——秋日红叶	143
------------------------	-----

7.3.1 巧妙安排背景	144
--------------------	-----

7.3.2 背景处理	145
------------------	-----

7.3.3 构图要点	147
------------------	-----



第四节 花草构图之一——清秀的荷花	149
-------------------------	-----

7.4.1 简洁背景的构图	150
---------------------	-----

7.4.2 利用荷叶辅助构图	151
----------------------	-----

7.4.3 适当利用点缀物辅助构图	152
-------------------------	-----

7.4.4 微距拍摄对细节进行构图	153
-------------------------	-----



第五节 花草构图之一——灿烂的桃花	154
-------------------------	-----

7.5.1 构图的技巧	154
-------------------	-----

7.5.2 拍摄的注意事项	156
---------------------	-----

第六节 花草构图之一——顽强的小草	157
-------------------------	-----

附录 构图中的几种创意思维 159

第 1 章

构图是体现摄影水平的关键



好的摄影作品始终离不开巧妙的构图，好的摄影构图能将画面中的构成元素以点、线、面的方式巧妙地组接到一起，形成一幅完整的作品。在拍摄时，若不能把握好构图要素，拍出的画面就难以突出主体、表达主题，给观者一种

第一节 初识构图

构图就是将画面中的各个元素按照拍摄者的表达需要进行有机的组合。下面我们从构图最基本的点、线、面、色彩、空间等几个方面来进行说明。

📷 光圈 : F 4.5

🔑 快门 : 1 / 403s

ISO ISO : 100

📌 构图不仅是画面元素的安排，色彩也占很大比重



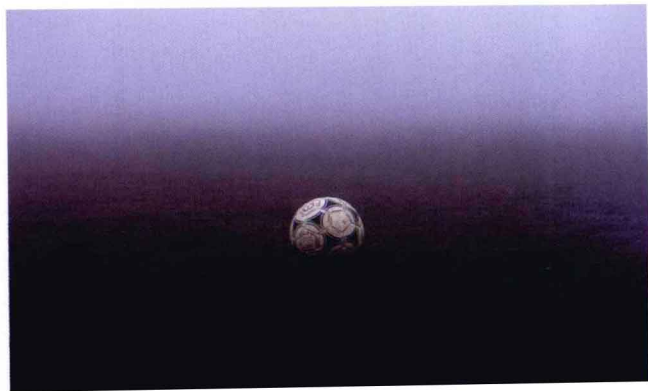
1.1.1 画面的基本视觉元素

1. 点——构图的支点

点是属于二维平面构成基本单位，强调的是它在画面中的具体位置。照片中的点所处的不同位置对人产生的心理感觉也是有所不同的，具体的情况如下：

① 位于画面中心的点

当一个点位于画面的中心时，会让这个点在画面中显得非常突出，尤其是在背景比较单一的情况下，如果拍摄者是想强调被摄对象，就可以采用这种构图方式。



📌 虽然画面整体颜色比较淡，主体颜色也不突出，但是主体足球放置在画面中心，还是起到了很好的突出效果



如果是拍摄碑文或者标志性景点建筑，采用中心点的构图方法还能达到一种庄重的效果。

◎ 光圈：F 8

📷 快门：1/99s

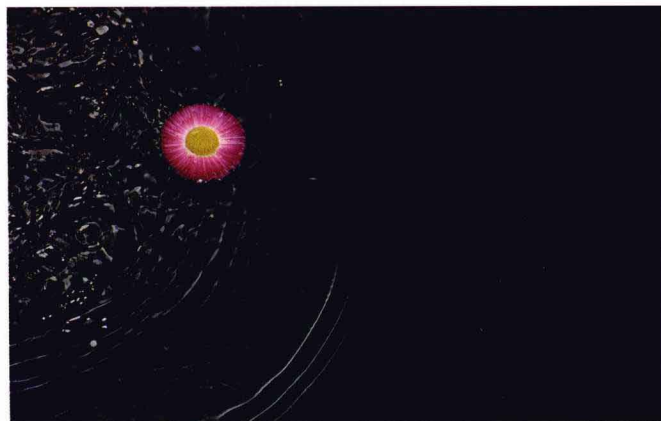
ISO ISO：100



■ 将雕塑放在画面中心，得到一种庄重、突出的效果

② 位于画面边缘的点

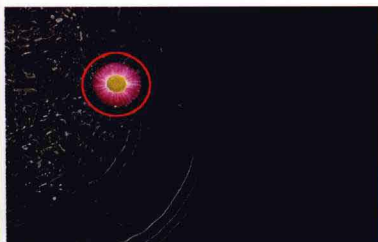
如果画面中的点位于三等分的位置时，可以让人感觉画面有稳定感，增强画面的表现力。将画面中的点放在三等分处靠近画面边缘位置的构图方法，也是符合人们的视觉顺序的。



◎ 光圈：F 2.8

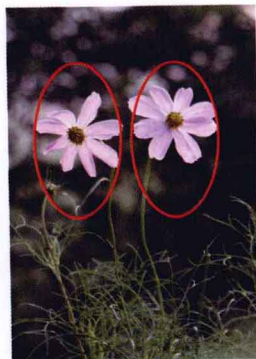
📷 快门：1/60s

ISO ISO：100



3 两个大小相同的点

在画面中出现两个相同的点，通常都会通过对比或联系来进行表现。如果通过对比来表现，可以突出表现两者的颜色、大小、形状差异等，通过这些差异，可以避免构图的死板，增加画面的表现力。如果通过联系来表现，则可表现两者的交流等。



光圈：F 6.4
快门：1/83s
ISO：200



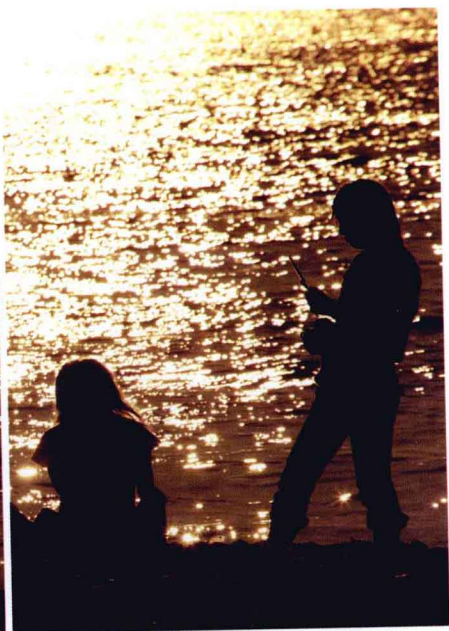
两朵大小相同的花一左一右形成了画面当中两个大小相同的点

4 两个大小不同的点

如果画面上存在着一大一小两个点，就会让人的视线自然而然地从大点移向小点，可以让画面视觉产生一种倾斜感，使画面更生动，而且这种倾斜感不会影响到画面的美观。



光圈：F 16
快门：1/1024s
ISO：100



两个大小不同的点让观赏者的视线自然发生移动，使画面更生动

如果是处在不同水平线上的两个大小不同的点，观赏者的视线也会自然地从近处的点向远处的点移动，可以体现出画面的距离感，这也是构图中比较常用的一种方式。



📷 光圈：F 20
📷 快门：1 / 15s
ISO ISO：160



不同距离上的两只白天鹅为画面增添了纵深感

2. 线——美的杠杆

线是构图里第二个重要的元素。要想有成功的构图，需要了解如何使用线，如何利用线来实现某种意境。线在画面中还能引起某种心理反应或成为一种象征。

① 垂直线条

垂直线条可以产生一种纵向的高度感，可以促使观赏者视线上下移动，造成耸立、高大、向上的印象。

采用垂直线条拍摄高楼等建筑物可以突出其高大的形象；拍摄树木等可以展现其蓬勃的生命力；拍摄人民英雄纪念碑等建筑还可以体现其庄严雄伟。



◎ 光圈 : F 10

📷 快门 : 1 / 30s

ISO ISO : 400

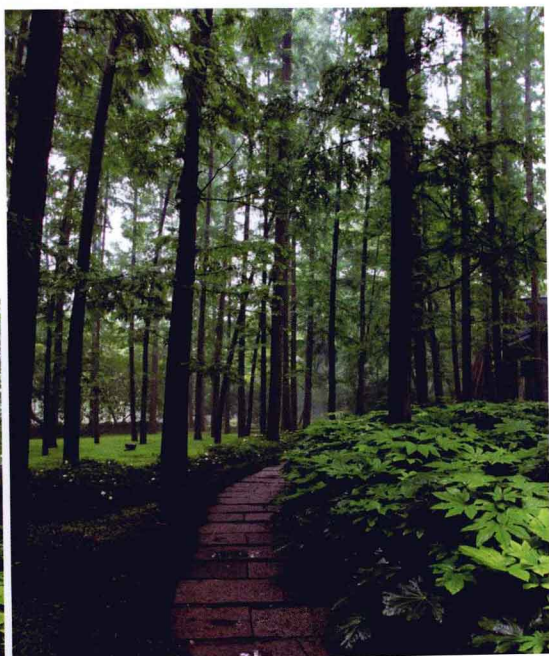
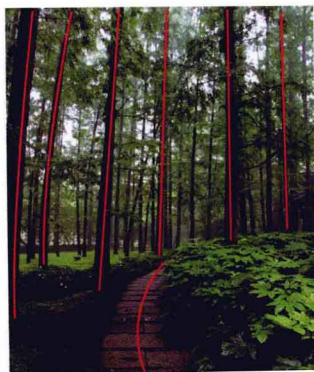


■ 垂直线条突出表现建筑物的高大

◎ 光圈 : F 4

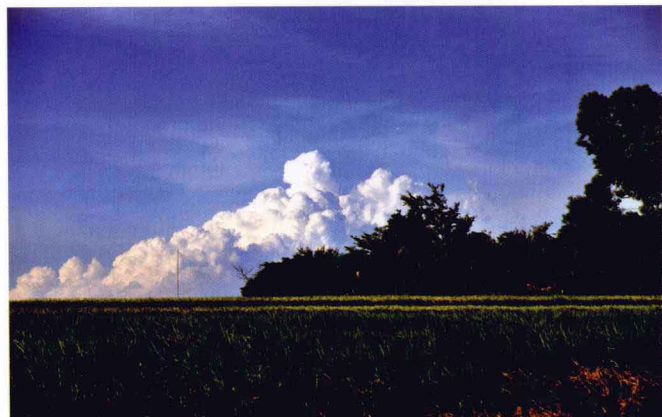
📷 快门 : 1 / 20s

ISO ISO : 200



② 水平线条

画面中的水平线条可以导致观赏者的视线发生左右移动，产生开阔、伸延、舒展的效果。通常在比较开阔的画面中，我们都可以发现水平线条的影子，比如拍摄一片开阔的草地，总少不了地平线，此时地平线就是画面中的水平线，这时的水平线除能给画面增加横向的宽阔感，还能增加画面的纵深感，如下图，如果我们用手把地平线以上的部分遮住观察，则画面顿时没有了横向纵向的距离感。



📷 光圈 : F 5.6
📷 快门 : 1 / 2500s
ISO ISO : 400



■ 地平线将草地和天空隔开，也增加了画面的广阔感

单一的水平线可以体现横向的宽阔感，多水平线可以体现一种强烈的层次感和节奏感。如下图，画面中的重点不是地天相接的那条水平线，而是天空中云层构成的一系列水平线条。这些水平线条为天空增添了丰富的层次感和节奏感。



📷 光圈 : F 8
📷 快门 : 1 / 8s
ISO ISO : 250



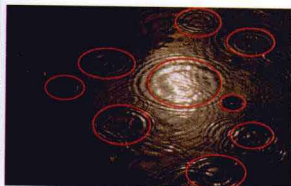
■ 云层构成的多条水平线让画面充满层次感和节奏感

③ 圆线

在拍摄水面的波纹等的画面中，我们经常可以看到一个个的圆，这就是圆线的使用。圆线可以起到视线集中的作用，使观赏者的视线渐渐向圆心移动，对除了圆心外的被摄物体非常有突出作用。

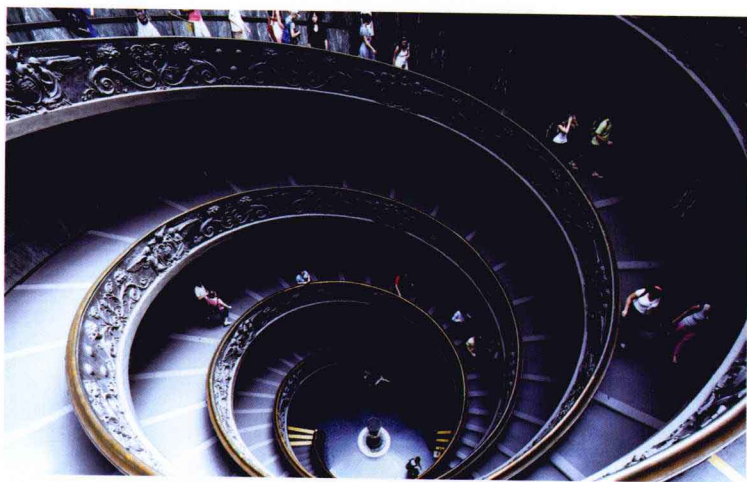


 光圈 : F 5.6
 快门 : 1/1250s
 ISO : 200

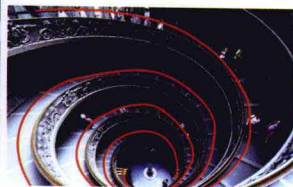


一个个的圆形线条构成的画面，具有很好的律动感

非封闭式的圆形线条带有强烈的旋转性动感，能让人们的视线随之旋转并逐渐向中心移动。在拍摄旋转楼梯等画面时产生的非封闭式圆形线条，能将观者的视线引向画面圆心深处，产生一种纵向的透视感。



 光圈 : F 8
 快门 : 1/250s
 ISO : 300



非封闭式的圆形线条具有强烈的旋转效果和纵深效果

④ 斜线和对角线

斜线的存在范围十分广泛，山峰、土丘、树枝、道路以及很多静物等都可以通过斜线来表现。斜线条能使人的视线从画面的一端向另一端扩展或收缩，富于动感产生变化不定的感觉。跟水平线或垂直线一样，排列整齐的斜线条组也能产生很强的动感。