

电脑报 总策划

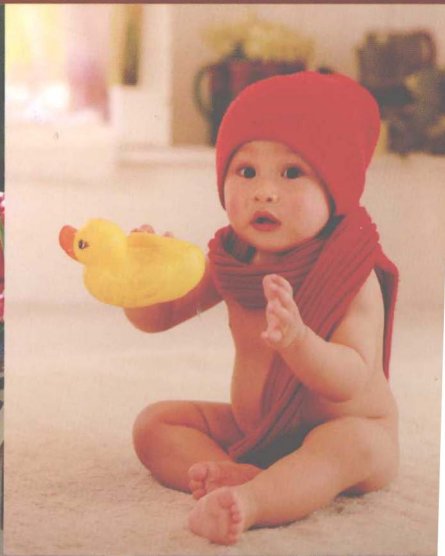
送给父母的最佳礼物 专为中老年人量身定造

老爸老妈 学摄影

轻松的拍摄手法 简单的照片处理 健康的摄影常识

公园休闲 • 夕阳红之旅 • 宝贝孙子 • 趣味宠物 • 老照片翻拍

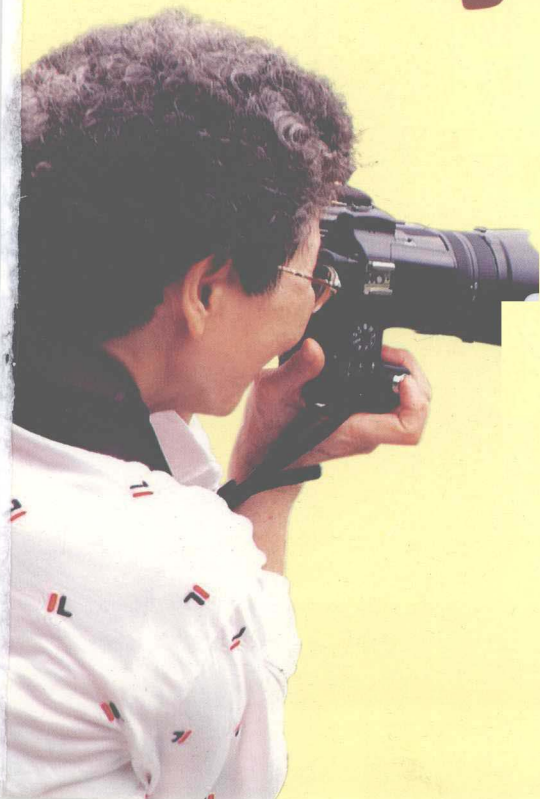
杨 骋 编 著





老爸老妈 学摄影

杨骋 编著



 电脑报电子音像出版社
CEAP ELECTRONIC & AUDIOVISUAL PRESS

内容提要

本手册是一部专为中老年摄影爱好者量身定做，集相机购买、摄影基础、各类拍摄题材、“傻瓜”式后期处理、电脑“扫盲”及健康保健知识为一体的摄影实用指南，是丰富中老年人晚年生活的健康读物、生活化读物。

本手册从目前最流行的数码相机的选购和推荐，到基本的摄影原理，再到每一种主题摄影的实用拍摄技法的学习；从认识光圈、快门、感光度、测光、对焦，到如何正确操作相机；从对构图、环境、用光和时差等基本功的诠释，到各种题材实拍技巧的介绍均应有尽有。通过本书的实战训练，可以重点掌握包括公园休闲、夕阳红之旅、居家摄影、翻拍处理、微光摄影等每一个摄影主题内容下的纪实类、环境人像、小品类、微距摄影、风景、旅行人像、人文民俗、城市建筑、儿童人像、宠物摄影、照片书画艺术翻拍、舞台表演及夜景拍摄等十多种摄影题材的详细拍摄方法。

光盘要目

1. 百余张优秀摄影作品鉴赏及参数
2. 上千张精美电子相册模板
3. 主流图像浏览工具
4. 简单易用图像处理工具
5. 数码电子相册制作工具

版权所有 盗版必究

未经许可 不得以任何形式和手段复制和抄袭

老爸老妈学摄影

编 著：杨 骋
技术编辑：郭 彦
版式设计：杨 亚
出版单位：电脑报电子音像出版社
地 址：重庆市双钢路3号科协大厦
邮政编码：400013
服务电话：(023)63658888
发 行：电脑报经营有限责任公司
经 销：各地新华书店、报刊亭
C D 生产：苏州新海博数码科技有限公司
文本印刷：重庆建新印务有限公司
开本规格：889mm × 1194mm 1/24 12印张 220千字
版 号：ISBN 978-7-89476-198-9
版 次：2009年8月第1版 2009年8月第1次印刷
定 价：39.80元(1CD+手册)

前言

在数码相机日趋普及的今天，越来越多的中老年朋友跟随时代潮流加入到数码摄影的行列中来，学习摄影技术、进行摄影艺术创作。但是，数码相机毕竟是一个新潮玩意儿，面对有别于传统胶片银盐相机的数码相机，中老年朋友使用起来可能存在着诸多疑惑，比如选购方面、各种题材的拍摄方面、后期处理及打印冲印方面等等。虽然目前市面上已经出现了不少数码摄影类书籍，但是由于种类繁多、读者年龄段区分模糊、拍摄题材和内容针对性不强等特点令人无法进行全面系统及有深度地持续学习。

考虑到以上原因，在我们的精心策划和认真编撰下，一部专为中老年朋友量身定做，集相机购买、摄影基础、各类题材拍摄方法、“傻瓜”后期处理、电脑“扫盲”及健康保健知识为一体的摄影实用指南诞生了。通过本书的学习，读者可以从目前最流行的数码相机的选购和推荐，到基本的摄影原理，再到每一种主题摄影的实用拍摄技法的学习；从认识光圈、快门、感光度、测光、对焦，到如何正确操作相机；从对构图、环境、用光和时差等基本功的诠释，到各种题材实拍技巧的介绍均应有尽有。

本书共分 10 章，由浅入深地介绍了数码摄影及照片处理的各方面知识。第一章介绍的是数码相机的选购知识，带领读者识破卖场猫腻选购武器，并附上温馨售后提示等信息；第二章是摄影基础知识讲解，该章对摄影的技术知识一网打尽，将一些摄影术语和技术要点进行地毯式彻底“扫盲”；第三章至第七章是全书的重点，我们从 5 个摄影主题向各位中老年朋友讲解各类摄影艺术题材的拍摄方法，其中穿插各种拍摄题材需要注意的关键点，并以实战的形式阐述和强调摄影的构图、用光和其它技巧，从而帮助中老年朋友拍摄出理想的照片；第八



章主要是数码相片的后期制作和处理，通过一系列“傻瓜”软件的操作，几步教会中老年朋友对照片进行快速处理；第九章和第十章分别介绍了一些互联网知识及照片的打印冲印知识，这些都是数码摄影在具体应用方面应掌握的初步技巧，其中每一步操作都通过实例进行了全方位的展示。

内容形式方面，在针对中老年人自身特性和学习特点的情况下，本书讲解细致深入，循序渐进，用浅显、通俗易懂的语言及鼓励式讲解的模式让中老年朋友不需费太大的力气就能快速掌握各种摄影艺术题材的拍摄技巧，全书较大字号以及清晰明了的图片将为中老年朋友的阅读带来舒适的感受。同时，在丰富的文字背景资源下，我们增加了大量产品图例、操作图表及实战拍摄图片（附上详细拍摄参数）以供参考学习，真正做到以图析文、讲求捷径，给中老年朋友更加直观的学习和操作方案，用最简单的操作方式拍摄出成功的艺术摄影照片。另外，我们还结合每章相关内容，重点穿插中老年人的健康保健知识，使本书的应用更加生活化和健康化。

各位中老年朋友，想象一下在你退休后的闲暇时光中，拿着专业的照相设备，在公园、广场的花草丛中，海滨、山边的优美景色里，到处留下你步履矫健的身影和俯仰侧身的拍摄姿态，穿梭于鲜花盛开的大自然中，定格于色彩斑斓的秀



色里，欣赏着美丽的风光，呼吸着清新的空气，对身体是锻炼，对精神是陶冶，学习摄影绝对是很好的养生手段！所以，不要再犹豫了，带上相机跟我们一起来进行拍摄、享受多姿多彩的人生吧！

由于本书内容较多，编写时间仓促，书中难免存在疏漏和不足之处，恳请广大读者提出宝贵意见。在此感谢本书部分素材提供者张驰、汪应峰、杨庆华及冯晓霞等。

编者

2009年8月



老爸老妈学摄影

目录

C O N T E N T S

第1章 摄影设备的选择

- | | | | |
|---------------------|----|--------------------|----|
| 1.1 相机的种类 | 2 | 1.3.2 存储卡的选购 | 22 |
| 1.1.1 数码卡片相机 | 2 | 1.3.3 电池的选购 | 24 |
| 1.1.2 数码单反相机 | 4 | 1.3.4 滤镜的选购 | 24 |
| 1.2 相机的选购 | 6 | 1.3.5 摄影包的选购 | 26 |
| 1.2.1 购买前的准备 | 6 | 1.4 购买现场注意事项 | 29 |
| 1.2.2 购买注意事项 | 8 | 1.4.1 卖场猫腻举例 | 29 |
| 1.2.3 购机须知 | 9 | 1.4.2 验机步骤 | 30 |
| 1.2.4 购机要点及误区 | 11 | 1.5 日常保养与维修 | 32 |
| 1.2.5 卡片机、单反机及镜头推荐 | 13 | 1.5.1 日常保养 | 32 |
| 1.3 附件的选购 | 20 | 1.5.2 行货与水货 | 33 |
| 1.3.1 脚架的选购 | 20 | 1.5.3 售后及维修 | 34 |

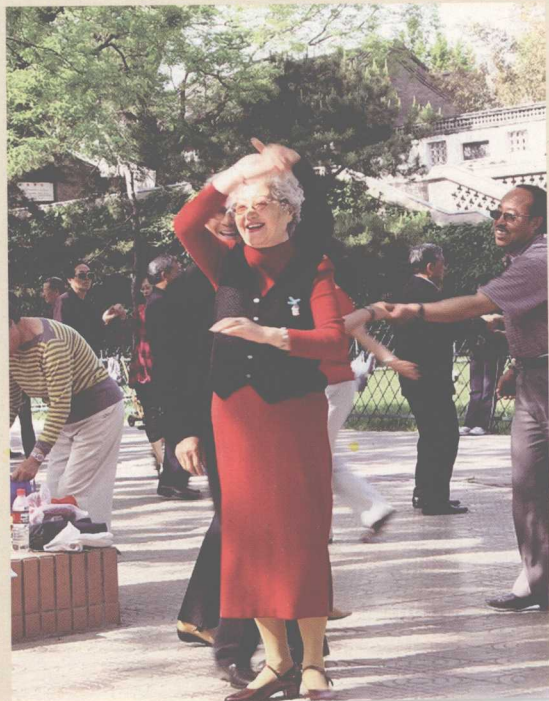
1.6 购机网站推荐	34
1.6.1 主流网站推荐	35

1.6.2 二手网站推荐	35
1.6.3 各大相机厂商的官方网站	36

第2章 摄影基础入门

2.1 光圈	38
2.2 快门	40
2.2.1 快门的工作原理	40
2.2.2 快门的速度	41
2.3 光圈和快门速度的组合	42
2.3.1 选择光圈	43
2.3.2 选择快门速度	44
2.4 曝光模式	45
2.4.1 快门和光圈优先	46
2.4.2 手动曝光模式	47
2.4.3 场景模式	47
2.5 包围式曝光	48
2.6 曝光补偿	49
2.7 感光度ISO与噪点	51
2.7.1 感光度ISO	51
2.7.2 噪点	52
2.8 白平衡	52
2.8.1 自动白平衡	53
2.8.2 钨光白平衡	53
2.8.3 荧光白平衡	53
2.8.4 室内白平衡	54

2.8.5 手动设置	54
2.9 对焦方式	55
2.9.1 自动对焦	55
2.9.2 手动对焦	55
2.9.3 多重对焦	55
2.9.4 全息自动对焦	56
2.10 景深	56
2.11 测光	58



2.11.1 测光方式	58	2.14.2 感光器件尺寸	66
2.11.2 测光模式	59	2.15 闪光灯	69
2.12 焦距	60	2.15.1 闪光灯的定義	69
2.13 变焦	60	2.15.2 闪光灯的作用	69
2.13.1 光学变焦	60	2.15.3 闪光灯的類型	70
2.13.2 数字变焦	62	2.15.4 闪光灯模式	71
2.14 感光器件	63	2.16 镜头	73
2.14.1 感光元件类型	63		

第3章 “公园休闲”主题拍摄

3.1 人文纪实照的拍摄	76	3.3 花草昆虫的拍摄	98
3.1.1 什么是人文纪实摄影	76	3.3.1 微距构图	99
3.1.2 人文纪实摄影的类型	77	3.3.2 景深控制	99
3.1.3 人文纪实摄影的拍摄器材	77	3.3.3 巧用光线	99
3.1.4 人文纪实组照拍摄方法	78	3.3.4 不同焦距的运用	100
3.1.5 人文纪实摄影的拍摄形式	78	3.3.5 对焦与测光	100
3.1.6 人文纪实环境人像拍摄方法	87	3.3.6 背景选择	100
3.2 公园小景的拍摄	89	3.3.7 实践运用	101
3.2.1 公园流水的拍摄	90	3.3.8 样片及参数	101
3.2.2 公园风景的拍摄	95		

第4章 “夕阳红之旅”主题拍摄

4.1 风景照的拍摄方法	106	4.1.2 摄影时机	120
4.1.1 摄影构图	106	4.1.3 意境	122

4.1.4 剪影·····	125	4.2.6 注意景深·····	134
4.1.5 黄金分割·····	126	4.2.7 夜景拍摄·····	134
4.1.6 参照物·····	128	4.3 人文民俗的拍摄·····	135
4.1.7 纹理·····	129	4.3.1 人物结合环境·····	135
4.1.8 简单化·····	130	4.3.2 交流与沟通·····	136
4.2 旅行人像的拍摄·····	131	4.3.3 利用民俗表演·····	137
4.2.1 选景·····	131	4.3.4 细节表现特点·····	139
4.2.2 人景搭配·····	132	4.4 城市建筑的拍摄·····	143
4.2.3 表情抓拍·····	132	4.4.1 拍摄条件·····	143
4.2.4 姿势摆放·····	133	4.4.2 拍摄方法·····	143
4.2.5 曝光控制·····	133	4.4.3 其他要点·····	144

第5章 “快乐宝贝、趣味宠物”主题拍摄



5.1 居家儿童照·····	150
5.1.1 儿童照的拍摄方法和要点·····	150
5.1.2 拍摄时机·····	160
5.1.3 拍摄注意事项·····	164
5.2 趣味宠物照·····	164
5.2.1 拍摄准备·····	164
5.2.2 相机设置·····	165
5.2.3 拍摄技巧·····	166
5.2.4 拍摄注意事项·····	169

第6章 “翻拍艺术”主题拍摄

6.1 拍摄设备	172	6.4 翻拍样张	174
6.2 拍摄方法	172	6.5 拍摄后期处理	176
6.3 书画翻拍	174		

第7章 “舞台表演、迷人夜景”主题拍摄

7.1 舞台照的拍摄	182	7.1.4 样片及参数	187
7.1.1 带什么设备进场	182	7.2 夜景拍摄	191
7.1.2 怎么拍	183	7.2.1 夜景拍摄的工具	191
7.1.3 需要注意什么	186	7.2.2 夜景的拍摄方法	192

第8章 简单、快捷的后期制作

8.1 数码相片的导入与浏览	202	8.3.1 Photoshop的简单应用	222
8.1.1 数码相机与电脑直联	202	8.3.2 “光影魔术手”的应用	230
8.1.2 使用读卡器连接	203	8.4 电子相册的处理	242
8.1.3 浏览及筛选	204	8.4.1 建立相册	242
8.2 图像格式的介绍	217	8.4.2 添加照片	243
8.2.1 图像格式	217	8.4.3 添加音乐	243
8.2.2 压缩存储	221	8.4.4 设置特效	244
8.3 图像处理	221	8.4.5 设置交互菜单	245
		8.4.6 刻录VCD光盘	245

第9章 丰富多彩的互联网应用

- | | | | |
|---------------------|-----|--------------------|-----|
| 9.1 中老年人上网的好处 | 248 | 9.3 参加国内外比赛 | 255 |
| 9.2 开博客 | 250 | 9.4 图片库签约 | 257 |
| 9.2.1 申请注册 | 250 | 9.5 逛摄影论坛 | 258 |
| 9.2.2 建相册、传照片 | 252 | 9.5.1 色影无忌论坛 | 258 |
| 9.2.3 写博文分享经验 | 254 | 9.5.2 蜂鸟摄影论坛 | 261 |

第10章 照片的冲印和制作

- | | |
|--------------------------|-----|
| 10.1 像素 | 264 |
| 10.1.1 最大像素 | 264 |
| 10.1.2 有效像素 | 265 |
| 10.2 分辨率 | 266 |
| 10.2.1 正确运用分辨率 | 266 |
| 10.2.2 分辨率与图像格式的关系 | 267 |
| 10.3 像素、分辨率和照片尺寸 | 268 |
| 10.3.1 像素与分辨率的显示关系 | 268 |
| 10.3.2 像素与照片尺寸的关系 | 269 |
| 10.4 照片的冲印 | 272 |
| 10.5 照片打印输出系统选购 | 274 |
| 10.5.1 照片打印机 | 274 |
| 10.5.2 供墨系统与墨盒 | 277 |



Chapter

1

摄影设备的选择





在数字化浪潮扑面而来的今天，新技术和新产品越来越多地影响着我们的生活，拥有一件数字化的产品也早已成为了一种新时尚。同时，中老年朋友退休以后更加需要培养一些兴趣和爱好来度过闲暇时光，购买一台数码相机学习摄影，留住身边的每一个精彩瞬间，为自己的人生沉淀下美好的记忆是非常有意义的事情。下面将从讲述相机的种类开始，告诉各位中老年朋友应该如何选择一款价格实在、功能实用、适合自己使用的“最佳数码相机”。

1.1 相机的种类

照相机一般可按其使用技术特征（如：画幅大小、取景方式、快门形式、测光方式）来分类，也可按照相机的外形和结构来分类。按画幅尺寸大小可分为便携卡片相机、35mm相机（常称135照相机）、120照相机、110照相机、126照相机、中画幅照相机和大画幅照相机等。

在这里为了更贴近中老年朋友所需，便于理解，主要围绕最流行的数码卡片相机和数码单反相机作讲解，这两类是如今市面上出现最多、最容易接触到的相机，同时也有轻便、快速、功能先进、种类多样、支持庞大的定、变焦镜头系统（数码单反相机）等特点，是目前技术发展最先进、最完善的相机。

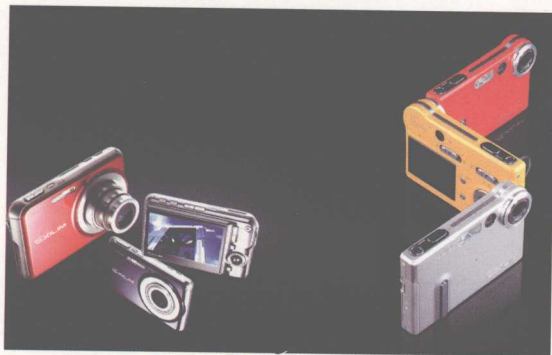
1.1.1 数码卡片相机

1. 认识数码卡片相机

卡片相机指那些拥有小巧的外形、轻巧的机身以及超薄时尚设计的便携相机，其中，佳能 IXUS 系列、尼康 COOLPIX 系列、索尼 T 系列、奥林巴斯 μ 系列、富士 F 系列和卡西欧 Z 系列等相机都应划分于这一领域。卡片相机



随身携带非常方便，虽然它们功能并不强大，但是标准配置中也拥有曝光补偿功能，再加上区域或者点测光模式，所以，这些小东西在有时候还是能够完成一些摄影创作。至少对画面的曝光可以进行基本的控制，再配合色彩、清晰度、对比度等选项，很多漂亮的照片也可以来自这些小东西。

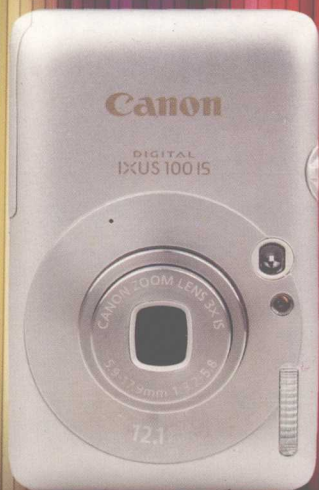


越来越普及的数码相机正在走进大众消费市场



佳能 IXUS 系列卡片数码相机

IXUS 100IS



2. 数码卡片相机的优缺点

选择数码卡片相机首先要了解它的优缺点，看是否适合自己的需求，另外，一旦拥有就要扬长避短，针对使用。

优点：时尚的外观、大屏幕液晶屏、小巧纤薄的机身，操作便捷、便于携带；

缺点：手动功能相对薄弱、超大的液晶显示屏可能会使耗电量增大、镜头性能较差、快门时滞较长，导致针对某些题材的拍摄（如：夜景拍摄、人文运动抓拍等）达不到令人满意的效果。

1.1.2 数码单反相机

数码单反相机指的是单镜头反光数码相机（即 Digital 数码 /Single 单独 /Lens 镜头 /Reflex 反光的英文缩写 DSLR）。目前市面上常见的数码单反相机品牌有：尼康、佳能、宾得、富士、适马、松下、三星等等，其中尼康和佳能拥有着非常庞大的镜头群以供用户进行选择，是数码单反相机的首选。

1. 数码单反相机的工作原理

要使用单反相机，首先我们应该简单了解其工作原理。其实很简单，在单反相机的工作系统中，光线透过镜头到达反光镜后，折射到上面的对焦屏并结成影像，透过接目镜和五棱镜，我们就可以在取景器中看到外面的景物了。与此相对的，一般数码相机只能通过液晶屏(LCD)或者电子取景器(EVF)看到所拍摄的影像。

在用单反相机进行拍摄时，按下快门钮，反光镜便会往上弹起，感光元件(CCD或CMOS)前面的快门幕帘便同时打开，通过镜头的光线便投影到感光原件上感光，释放快门钮后反光镜便立即恢复原状，观景窗中再次可以看到影像。单镜头反光相机的这种构造，确定了它是完全透过镜头对焦拍摄的，它能使观景窗中所看到的影像和感光元件或胶片上永远一样，它的取景范围和实际拍摄范围基本一致，十分有利于直观地取景构图。





数码单反相机及镜头

2. 数码单反相机的主要特点

数码单反相机最大的特点就是可以交换不同规格的镜头。另外，现在数码单反相机都定位于数码相机中的中高端产品，因此在关系数码相机摄影质量的感光元件（CCD 或 CMOS）的面积上，单反相机的面积远远大于卡片机，这使得单反相机的每个像素点的感光面积也远远大于卡片机，由此，每个像素点也就能表现出更加细致的亮度和色彩范围，使数码单反相机的摄影质量明显高于数码卡片相机，所以常用于新闻、旅行、风光、人像、运动等几乎所有的摄影题材。



尼康数码单反相机镜头群



奥林巴斯数码单反相机及其镜头群



1.2 相机的选购

如何根据我们自身的情况选择相机，购买的时候究竟应该更多地侧重于哪些方面呢？下面我们就介绍一些选购知识，带领各位中老年朋友选择和购买相机。

1.2.1 购买前的准备

1. 明确用途和目的

确定购买相机的用途与目的是非常重要的，我们可以想想买数码相机主要是侧重于哪些方面的拍摄需求，简单说就是买来做什么的。比如：有的朋友买数码相机是为了出去旅游；有的朋友希望能学摄影；有的朋友想拍摄微距照片；当然也有人想拍人像特写照片或者给刚刚出生的小孩拍照留念等。总之，一定要明明白白地消费。

另外，最终照片的输出问题也需要事先考虑好，要考虑到自己是否需要冲印很大的照片或者仅仅是在屏幕上看。通过这样考虑，我们才能决定需要购买多少像素的机器，如果我们仅仅是在屏幕上观看或者只冲印到6英寸这种常见的尺寸保存，那么600万像素的机器已经足够了；如果是要冲印到12英寸（参加比赛或做为家庭装饰用）以上，那么我们就需要买像素尽量高的相机，为我们以后细节的调整留出更多的操作空间。

2. 预算有多少

在决定了购买相机的用途和目的之后，我们就应该依照自己的经济能力（价格范围）决定一个可以承受的心理价位，比如2000~4000元、6000~8000元或者上万元等等。确定预算进行针对性的购买可以帮助我们节约不少时间，在选择的时候更有目的性。

