

佳能 EOS

雕光摄影 编著

5D Mark III

数码单反摄影 从入门到精通

5D Mark III的机身结构及菜单设置大揭秘、摄影技术与实战技法大解析等

8大章节让你顺利从入门到精通

- 详解佳能EOS 5D Mark III
- 佳能EOS 5D Mark III拍摄技术
- 巧妙安排画面构图
- 摄影高手的相机设置

- 佳能EOS 5D Mark III摄影实拍技法
- 佳能EOS 5D Mark III的高清摄像功能
- 佳能EOS 5D Mark III镜头与附件的选择
- 图片后期处理



鼎力
推荐

辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

佳能 EOS

5D Mark III

数码单反摄影
从入门到精通



辽宁科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

佳能EOS 5D Mark III数码单反摄影从入门到精通 / 雕光摄影编著.
沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2013. 11

ISBN 978-7-5381-8266-8

I. ①佳… II ①雕… III. ①数字照相机—单镜头反光照相机—
摄影技术 IV. ①TB86 ②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第217170号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁美术印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm×240mm

印 张: 18

字 数: 200千字

印 数: 1~4000

出版时间: 2013年11月第1版

印刷时间: 2013年11月第1次印刷

责任编辑: 于天文

封面设计: 数码创意

责任校对: 刘 庶

书 号: ISBN 978-7-5381-8266-8

定 价: 78.00元

联系电话: 024-23284740

邮购热线: 024-23284502

E-mail: mozi4888@126.com

http://www.lnkj.com.cn

前言

通过物体所反射的光线使感光介质曝光的过程是摄影，也叫照相，这是技术层面对摄影的理解；对于消逝瞬间的记录，也是拍摄者展现内心情感、表达思想的实现手法，这是从艺术层面对摄影的解释。

事物的发展都有一个由简单到复杂、由表及里的过程，《佳能EOS 5D Mark III数码单反摄影从入门到精通》就是为满足使用者从了解相机到拍摄精美照片的要求而出现的。

全书共有8个章节，从全面详解佳能EOS 5D Mark III相机到对于5D Mark III拍摄技术的介绍，让读者学会使用佳能EOS 5D Mark III相机；又从画面的构图安排、摄影高手的相机设置、摄影实拍技法进行全面剖析，快速提高摄影水平；对高清摄像和镜头及配件的选购的介绍，加强对摄影知识的扩展；最后还对时下流行的后期图片处理作了介绍和实例讲解，让读者对照片可以进行后期处理，使得照片更加出色。

参加本书编写的包括：李倪、汪洋、汪美玲、何玲、杨留斌、丁海关、马丽、吴羨、安小琴、何佳、汪起来、张爽、易娟、杨威、李红、樊媛超、赵丹华、杨景云、戴珍、范志芳、刘海玉、李影、罗树梅、周梦颖、赵静宇、费晓蓉、钟叶青、王萍、赵琴、周文卿、陈诚、沈奇文等。由于作者水平有限，时间仓促，书中难免有疏漏之处，恳请广大读者朋友给予批评指正。若读者有技术或其他问题可通过邮箱xzh2008@sina.com和我们联系。



佳能

EOS 5D Mark III

数码单反摄影从入门到精通

目录

01 详解佳能EOS 5D Mark III

- 1.1 佳能EOS 5D Mark III快速上手.....2
- 1.2 相机菜单及功能设定.....8

02 佳能EOS 5D Mark III 拍摄技术

- 2.1 光圈的使用.....12
- 2.2 快门的使用.....16
- 2.3 感光度的设置.....20
 - 什么是感光度.....20
 - 感光度对画面的影响.....21
 - 快门速度和感光度的关系.....22
- 2.4 白平衡的设置.....22
 - 色温.....22
 - 白平衡.....23
- 2.5 关于测光模式.....24
 - 测光原理.....24

- 测光模式.....25
- 2.6 曝光补偿的使用.....29
- 2.7 巧用包围曝光.....32
 - 自动包围曝光.....32
 - 白平衡包围曝光.....34
- 2.8 选择对焦方式和对焦模式.....35
 - 对焦方式.....35
 - 对焦模式.....37
- 2.9 利用直方图查看曝光.....38

03 巧妙安排画面构图

- 3.1 摄影构图的概念和目的.....42
- 3.2 重点突出主体.....43
- 3.3 主体与陪体一起构造画面情节.....47
- 3.4 空白：创造画面意境.....48
 - 画幅的选择与裁切构图.....49
- 3.5 常用的构图技巧.....52
 - 三分法构图.....52
 - 九宫格构图法.....54
 - 稳定感强的三角形构图.....54
 - 动感十足的S形构图和C形构图.....57
 - 对角线构图.....58
 - 汇聚线构图.....60
 - 中央构图.....61
 - 曲线构图.....62
 - 横线构图与竖线构图.....63
 - 增加临场感的框景式构图.....65
 - 封闭式构图与开放式构图.....67
- 3.6 减法的实现——突出主体元素
 - 三把剑.....68
 - 景深减法.....68
 - 广角夸张减法.....69
 - 阻挡减法.....70
- 3.7 寻找对比元素.....71
 - 明暗对比.....71
 - 远近大小对比.....72

色彩对比	73
动静对比	74

04 摄影高手的相机设置

4.1 “自定义功能1”菜单	76
曝光等级增量	76
ISO感光度设置增量	77
包围曝光自动取消	79
包围曝光顺序	79
包围曝光拍摄数量	80
安全偏移	81
4.2 “拍摄2”菜单	82
曝光补偿/AEB	82
ISO感光度设置	83
自动亮度优化	85
自定义白平衡	86
自定义白平衡、白平衡偏移/包围	87
4.3 “拍摄3”菜单的设置	90
照片风格	90
长时间曝光降噪功能	98
高ISO感光度降噪功能	99
4.4 多元化的曝光模式	102

05 佳能EOS 5D Mark III 摄影实拍技法

5.1 风光摄影	108
日出日落的拍摄技巧	108
山景拍摄技巧	110
海景拍摄技巧	113
森林的拍摄技巧	115
红叶的拍摄	118
湖泊与倒影的拍摄	119
雪景的拍摄技巧	121
四季风光特色——绿意盎然的春天	123
四季风光特色——枝繁叶茂的夏天	124
四季风光特色——秋高气爽的秋天	125
四季风光特色——白雪皑皑的冬天	127

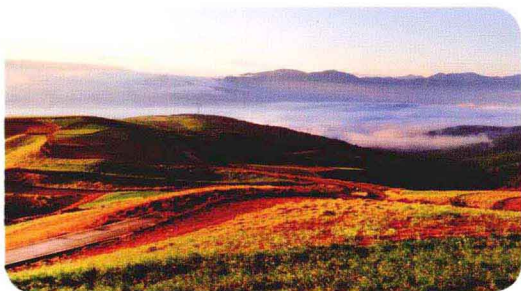
5.2 人像摄影	128
美女人像的拍摄	128
儿童人像的拍摄	139
老人像的拍摄	142
运动人像的拍摄	144
5.3 建筑摄影的拍摄技巧	147
仰拍	147
俯拍	147
发现建筑的结构美	149
选择拍摄时间	150
5.4 城市灯光与夜景的拍摄技巧	151
夜景的曝光	151
流光溢彩的车灯	152
拍摄烟花	152
5.5 花卉摄影	153
利用不同镜头拍花卉	154
充分利用光比	155
5.6 宠物摄影	157
拍摄宠物的什么	158
让宠物动起来	159
5.7 城市街头摄影	161
拍摄市井人像	161
拍摄有特色的建筑	163
拍摄橱窗或者店铺的商品	166
5.8 展场摄影	167

06 佳能EOS 5D Mark III的高清摄像功能

6.1 短片拍摄前的准备工作	170
设置短片记录尺寸	170
几台相机同时拍摄时的时间码设置	172
设置同步录音功能	172
手动设置录音音量，避免音量忽高忽低	173
避免短片拍摄时录入操控相机的声音	173
6.2 自动曝光拍摄短片	174
6.3 机内短片剪辑功能	175
6.4 使用电视机观看拍摄的高清短片	175
6.5 设置视频制式	176

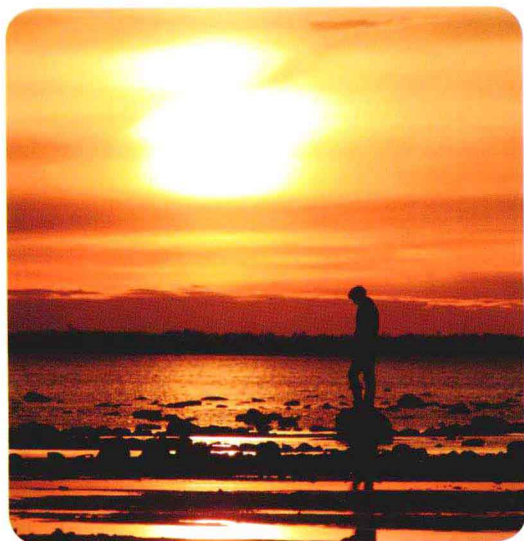
07 佳能EOS 5D Mark III镜头与附件的选择

7.1 佳能镜头的名称解读	178
7.2 佳能镜头的种类	179
变焦镜头	179
定焦镜头	180
广角镜头	181
长焦镜头	182
微距镜头	183
7.3 镜头的焦距	184
7.4 顶级广角变焦镜头大三元之一: EF16~35mm f/2.8 L II USM	186
7.5 顶级标准变焦镜头大三元之二: EF24~70mm f/2.8 L USM EF24~70mm f/2.8 L II USM	188
7.6 顶级中长焦变焦镜头大三元之三: EF70~200mm f/2.8 L IS II USM	190
7.7 经济型广角变焦镜头小三元之一: EF17~40mm f/4 L USM	192
7.8 兼顾轻便与画质的多用途镜头小三元之二: EF24~105mm f/4 L IS USM	194
7.9 轻量型中长焦变焦镜头小三元之三: EF70~200mm f/4 L IS USM	196
7.10 轻量型中长焦变焦镜头小三元之三: EF70~300mm f/4~5.6 L IS USM	197
7.11 专业旅行镜头一镜走天下: EF28~300mm f/3.5~5.6 L IS USM	200
7.12 专业人像镜头: EF50mm f/1.4 /EF85mm f/1.2 L II /EF135mm f/2 L USM	202
7.13 高性价比微距镜头: EF100mm f/2.8 Macro USM	207
7.14 L级微距镜头: EF100mm f/2.8 L Macro IS USM	209
7.15 佳能EOS 5D Mark III 附件选择与详解	211
镜头遮光罩的选购	211
附加镜的选购	213
存储卡的种类	217
读卡器的选购	218
配置外置闪光灯	219
相机脚架的选购	221
佳能EOS 5D Mark III 摄影包的选择	222
其他附件的选购	223



08 图片后期处理

8.1 在Photoshop中调整色彩平衡.....	228
8.2 在Photoshop中调整画面亮度.....	229
8.3 在Photoshop中调整画面对比度.....	230
8.4 利用“色阶”命令美白肤色.....	231
8.5 利用“修复”画笔去除痘痕.....	233
8.6 常用滤镜的介绍.....	235
8.7 修正高层建筑的透视效果.....	237
8.8 照片曝光不足时的处理办法.....	239
8.9 处理曝光过度的照片.....	240
8.10 通过裁切照片突出主体.....	242
8.11 对照片进行重新构图.....	243
8.12 校正倾斜的照片.....	245
8.13 制作怀旧效果的黑白照片.....	246
8.14 加深画面中天空的蓝色.....	248
8.15 更改手提包的颜色.....	250
8.16 制作鱼眼镜头的效果.....	251
8.17 给照片添加镜头光晕.....	253
8.18 制作灯光的闪烁效果.....	254
8.19 制作位移效果.....	255
8.20 制作倒影效果.....	256
8.21 缩放效果的制作.....	258
8.22 Photoshop的液化整形术.....	259



佳能

EOS 5D Mark III

数码单反摄影从入门到精通

01

详解佳能EOS 5D Mark III

佳能EOS 5D Mark III 快速上手
相机菜单及功能设定

1.1 佳能EOS 5D Mark III 快速上手



1 自拍指示灯

在使用自拍功能时闪烁，提示拍摄前的倒计时。

2 快门按钮

位于手柄顶端的斜面上，全按下就能够得到一张照片，半按快门的时候将锁定曝光和对焦。

3 遥控感应器

用于检测遥控器的不可见闪光。

4 反光镜

能够将光线向上反射到光学取景器，允许一部分光线向下投射到自动对焦感应器上。

5 景深预览按钮

位于镜头卡口旁，可以缩小镜头的光圈，便于在取景器中观察图像的清晰范围，随着光圈的减小，图像也会变暗。

6 手柄（电池仓）

能够舒适地手持相机全靠它，并且装有电池。

7 镜头卡口

连接相机与数码光学镜头。

8 触点

这里的触点指的是电子触点，它们与镜头上对应的触点相接触，使相机和镜头能够进行信号传输。

9 镜头固定销

安装及固定数码光学镜头。

10 镜头释放按钮

按下该按钮将解锁数码镜头，这样即可旋转镜头，完成更换镜头或卸下镜头的操作。

11 麦克风

用于录制单声道的声音。

12 镜头安装标志

在安装镜头时起到辅助的作用，将镜头上的红色标志与机体的红点对准，旋转镜头，即可完成安装镜头的操作。



1 取景器目镜

通过观察取景器，可以在拍摄照片时进行构图。

2 眼罩

取景器四周是一个柔软的橡胶框，当摄影者的眼睛紧紧压在取景器时，可以挡住外面的光线，如果摄影者戴着眼镜，还可以防止划伤镜片。

3 INFO.信息按钮

按下此按钮，能够在液晶屏幕上显示电子水准仪、功能介绍或切换不同的信息显示。

4 菜单按钮

进入或退出EOS 5D Mark III 背面液晶监视器上的菜单。在操作子菜单时，还可以使用这个按钮退出子菜单，返回到主菜单。

5 创意图像/对比回放（两张图像显示)/直接打印按钮

切换照片风格、选择HDR模式、选择多重曝光模式、在液晶屏幕上同时显示两张图片进行对比或对图像进行打印的操作。

6 RATE评分按钮

可以用五个评分标记来为图像或短片评分，配合其他功能按钮可以完成图像复制的操作。

7 索引/放大/缩小按钮

可以在液晶屏上同时显示出4幅或9幅图像；可以在液晶显示器上将拍摄的图像放大1.5~10倍。

8 图像回放按钮

显示最后拍摄的图像，并通过旋转转盘显示前一张或后一张图像。要退出回放模式的时候需要再次按下此按钮。按下快门的时候，相机也会自动退出回放。

9 删除按钮

删除按钮的外观印有一个垃圾桶图标，非常直观地显示出了它的功能。在回放图像的时候，如果有不需要的或不满意的图像需要删除时，请按下此按钮。

10 扬声器

发出5D Mark III所有功能的提示音以及短片音频。

11 光线感应器

在调整液晶显示器的时候，请不要用手指或其他东西挡住这个圆形的外部光线感应器。

12 液晶监视器

这块液晶监视器拥有惊人的104万像素，用于查看影像和浏览菜单。当使用它查看图像的时候，会发现它能够完美地呈现出所拍摄图像的所有细节，高分辨使你能够很好地检查图像的对焦、颗粒及锐度。

13 多功能锁开关

将此按钮的开关置于右侧时，可以防止出现主拨盘、速控转盘和多功能控制钮移动或改变设置的情况。

14 数据处理指示灯

数据处理指示灯亮起或闪烁时，表示图像正在写入存储卡或正在从存储卡中读取，或者正在删除图像或正在传输数据。在此期间请勿打开存储卡卡槽，不要取出存储卡、电池，不要摇晃或撞击相机，以免损坏图像。

15 速控转盘

用于选择拍摄选项，如光圈值或曝光补偿值，也可以用来浏览菜单，还可以作为辅助控制器，调整由其他控件设置的某些功能。

16 设置按钮

在使用菜单的时候，确定某项操作时需要按下SET按钮。

17 触摸盘

在拍摄短片时，使用触摸盘可以安静地对相机的快门、光圈、ISO感光度、曝光补偿、录音电平和耳机音量进行调节，保证短片中尽可能不出现过多杂音。

18 速控按钮

能够直接选择和设定显示在液晶监视器上的拍摄功能，在场景智能自动（A+）模式下，可以只选择或设定记录功能、存储卡、图像记录画质和驱动模式。

19 多功能控制钮

多功能控制钮包含了8个方向键和中间的一个按钮，能够选择自动对焦点，校正白平衡，在实时显示拍摄期间自动对焦点或放大框，在回放时滚动放大图像，操作速控屏幕，只在垂直和水平方向工作。

20 自动对焦点选择按钮

佳能5D Mark III设有61个自动对焦点用于自动对焦，可以根据不同的场景或被摄体来选择适合的对焦点。

21 自动曝光锁定按钮

当对焦区域不同于曝光测光区域或需要使用相同的曝光设置拍摄多张照片时，需要使用自动曝光锁按钮。

22 自动对焦启动按钮

在P、Tv、Av、M、B模式下，按下此按钮将执行与半按快门按钮时相同的操作，启用实时显示拍摄时可使用此按钮来进行对焦。

23 开始/停止按钮

选择实时显示拍摄或短片拍摄的时候，按下此按钮选择开/关。

24 实时显示拍摄/短片拍摄选择开关

此按钮的上方有两个小图标，红色的代表了短片拍摄功能，白色的代表了实时显示拍摄功能，拨动按钮选择需要的拍摄模式。



1 闪光同步触点

这个触点的作用在于能够使外接闪光灯与相机连接并且正常工作，在相机与闪光灯之间交换曝光参数、变焦设置、白平衡信息等数据。

2 热靴

它的全称为“闪光灯热靴”，主要的功能在于插入并固定外接闪光。

3 电源开关

这是相机的主开关，操控杆拨向OFF时，相机关闭无法执行任何操作；操控杆拨向ON，相机开启，正常工作。

4 背带环

相机拥有两个背带环，用来安装佳能公司配送的相机背带。

5 模式转盘

这个模式转盘上涵盖了9种不同的拍摄模式，分别为B挡拍摄模式、M挡全手动模

式、Av挡光圈优先模式、Tv挡快门优先模式、P挡全自动模式、A+场景智能自动模式，以及三挡自定义拍摄模式。有关这些内容会在后面的章节中详细叙述。

6 模式转盘锁释放按钮

该按钮是5D系列第一次使用到的。我们常常会在拍摄过程中不小心触碰到模式转盘导致相机设置的更改，而该按钮恰好非常有效地避免了这一情况的发生，除非按下它，否则模式转盘和相机开关是无法拨动的。

7 测光模式选择/白平衡选择按钮

它有两项功能，按下按钮旋转主拨盘能够在评价测光、局部测光点测光以及重点平均测光之间切换；旋转速控转盘则会在自动、日光、阴影、阴天、钨丝灯、白色荧光灯、双光灯、用户自定义和色温之间转换。

8 自动对焦模式选择/驱动模式选择按钮

按下此键旋转主拨盘将会在单次自动对焦、人工智能自动对焦和人工智能伺服自动对焦之间循环选择。这里的驱动模式包含了单拍、高速连拍（6张/s）、低速连拍、静音单拍、静音连拍、10s自拍/遥控、2s自拍/遥控之间的切换，选择方法是按下按钮之后旋转速控转盘。

9 自动对焦区域选择模式/多功能按钮

它能够辅助选择自动对焦区域模式，在使用外接闪光灯时，瞄准取景器中央覆盖的被摄体按下此按钮拍摄照片，可以得到比较精准的闪光曝光。

10 主拨盘

该拨盘用来更改诸多拍摄设置。当需要更改的设置成对地出现在一个功能按键上时，主拨盘用来更改其中的一项；在回放的时候，可以在指定的图像数量内，在已拍摄的图像中间跳转；按下菜单之后还可以在设置页之间移动。

11 液晶显示屏照明按钮

按下该按钮将开启琥珀色的照明灯，照亮液晶屏的时间为6s；在照明灯开启的情况下，按下此按钮将关闭照明灯；如果正在使用模式转盘或其他拍摄控件时，6s之后照明灯仍保持点亮状态。

12 液晶显示屏

这块液晶显示屏能够提供相机状态及相机设置的各种信息参数，包括曝光模式、剩余可拍摄数量、电池状态等。关于这部分内容在后面会详解。

13 ISO感光度设置/闪光曝光补偿按钮

按下此按钮之后旋转主拨盘能够更改感光度的设置，旋转速控拨盘会更改闪光曝光补偿值。

14 屈光度调节按钮

旋转此按钮，可以根据自己的视力情况，进行屈光度校正。

顶板上3个控制按钮的功能

按钮	旋转主拨盘	旋转速控转盘
测光模式选择/白平衡选择按钮	平均测光、局部测光、点测光、中央重点平均测光	自动、日光、阴影、阴天、钨丝灯、白色荧光灯、闪光灯、用户自定义、色温
自动对焦模式选择/驱动模式选择按钮	单次自动对焦、人工智能自动对焦、人工智能伺服自动对焦	单拍、高速连拍、低速连拍、静音单拍、静音连拍、10s自拍/遥控、2s自拍/遥控
ISO感光度设置/闪光曝光补偿按钮	自动ISO感光度、ISO100-6400、L (ISO50)-H1 (51200) 范围内设定下限、ISO100-H2 (102400) 范围内设定上限	闪光曝光补偿 (可正、负补偿，最高2级)

**1 三脚架接孔**

三脚架接孔是用来连接相机与三脚架的。

2 电池仓盖

打开电池仓盖即可取出或者安装电池。

3 存储卡插槽盖/卡槽

打开存储卡插槽盖即可将存储卡从卡槽中取出或插入。



4 电焦平面标记

若要测定拍摄对象和照相机之间的距离，可以通过照相机机身的焦平面标记来测量。

5 电池仓盖释放杆

如箭头所示方向滑动释放杆并打开仓盖，即可安装或者拆下电池。



1 端子盖

这两块橡皮盖的后面有佳能EOS 5D Mark III相机的6个不同的端子。

2 外接麦克风输入端子

这个端子是用来连接外接立体声麦克风的，这个外接麦克风需要带有3.5mm的微型插头，可以录制立体声声音。当连接了外接麦克风时，将自动切换为通过外接麦克风录音。

3 PC端子

用于连接非专用电子闪光灯的端子。如果在影棚拍摄，它被用于连接影室闪光灯来使用。

4 遥控端子（N3型）

这个端子的作用在于连接各种佳能遥控释放开关、定时器 and 无线控制器。

5 耳机端子

该端子旁边有一个耳机的图标，插入带有3.5mm微型插头的立体声耳机，能够连接相机的耳机端子，可以在短片拍摄期间收听声音，还可以在短片回放期间收听声音。如果使用的是外接立体声耳机，可以收听立体声。

6 音频/视频输出/数字端子

使用相机配套的USB数据线连接计算机，能够完成图像或短片的输出；插入兼容Pictbridge的打印机，即可输出硬拷贝，打印图像。需要注意的是，图像的传输或打印要在相机保持开机状态下才能完成。

7 HDMI mini输出端子

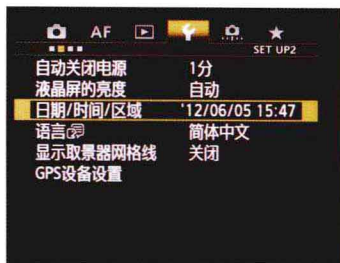
要想使用这个端子，就需要另外购买一条数据传输线，才能够把EOS 5D Mark III相机连接到高清电视上，因为适合该端口的电缆并没有随机一起提供。当然，如果拥有一台高清电视，那么就值得花些钱观看相机中的精美图片。

1.2 相机菜单及功能设定

日期菜单设置

这项功能就是为相机来设置时间、日期以及所在的区域的。尤其是在当你出游的时候，一定要将相机的这些基本设置调整正确。

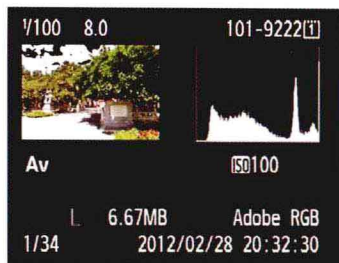
设置完成后，相机将会把时间嵌入拍摄图像中。由于许多图像管理软件都使用拍摄日期作为排序、检索的依据，因此本项设置虽然看似简单但事实上是很重要的——特别是当你在出国旅行并且跨越时区的情况下，就必须要再次重新设定正确的时间、日期以及所在地。



▲“日期/时间/区域”选项位于“设置2”菜单下第3位。按下SET按钮进入菜单设置页面，使用速控转盘操作



▲将时间、日期、区域三项调整为正确的数值，使用速控转盘转动操作。“确定”为确认修改结果，不更改为“取消”



▲照片下方就会出现拍摄照片的具体时间和日期了

如果是在电脑上查看图像，选中图片点击右键，选择“属性”来查看具体的拍摄信息，将会显示出拍摄照片的日期、时间、区域和机型等

设置照片存储格式（设定画质）

佳能EOS 5D Mark III在画质选择的术语上，也有别于此前的EOS其他型号的相机。相信佳能的老用户都知道，在菜单设置中，RAW的格式有3种，分别为RAW、sRAW1、sRAW2，而自从佳能推出EOS 7D开始，就将这3种模式的术语作了调整，将它们分别改为RAW、mRAW、sRAW，EOS 5D Mark III也从7D的身上将这个特点延续了下去，并且佳能公司之后可能都会用这种名称来为其相机的设置菜单命名。所以忘掉RAW、sRAW1、sRAW2这三个名称吧，以后用的机会会越来越少了。



▲“图像画质”选项位于“设置”菜单下第1位。按下SET按钮进入菜单设置页面，使用速控转盘操作



▲画质的选择较多，可以根据拍摄的需要进行选择