



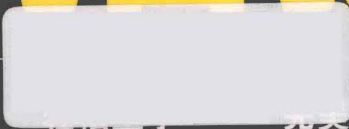
# Nikon

说明书不能教会你的实拍经验!

# D800/D800E

# 单反摄影 实拍技巧

余星瑶 向玮 著



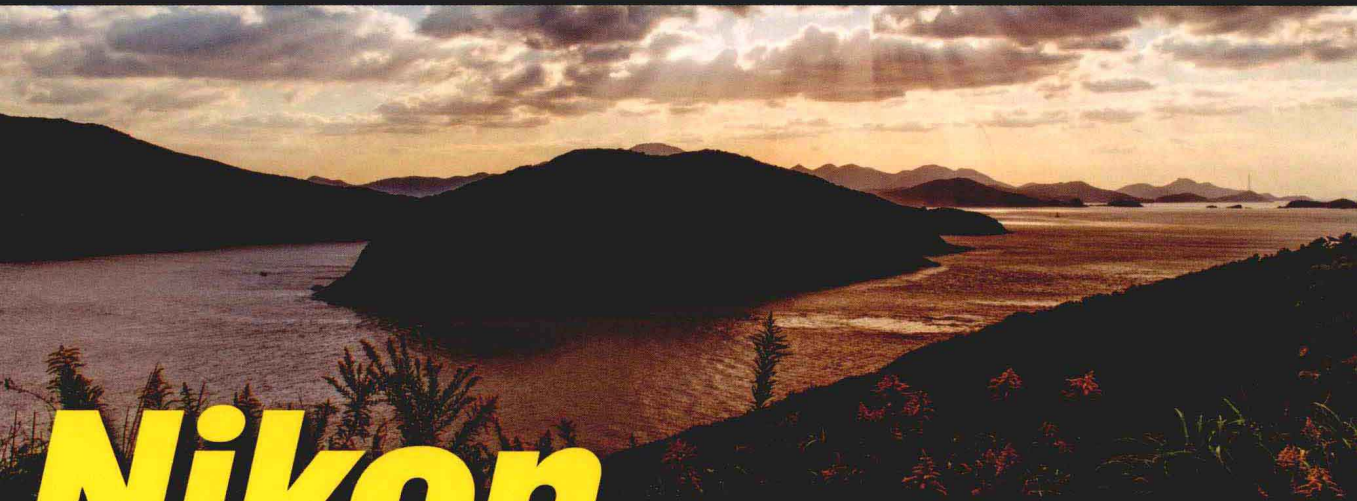
360° 解析菜单设置  
日常清洁呵护相机  
精准操控测光与曝光  
各种题材的精确对焦  
各种环境下设定ISO

6大技巧拍摄风光  
人像摄影拍摄体验  
都市夜景拍摄技巧  
花草静物拍摄的心经  
视频短片的十大秘诀

实用配置

19支高性价比镜头  
数码摄影必备的滤色镜  
玩出精彩的外接闪光灯  
RAW格式解压关键技巧  
黑白照片转换简单处理

人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS



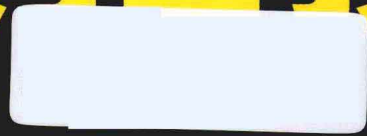
**Nikon**

余星瑶 向玮 著

**D800 / D800E**

单反  
摄影

**实拍技巧**



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目 (C I P) 数据

Nikon D800/D800E单反摄影实拍技巧 / 余星瑶, 向  
玮著. -- 北京: 人民邮电出版社, 2013. 11  
ISBN 978-7-115-32548-8

I. ①N… II. ①余… ②向… III. ①数字照相机—单  
镜头反光照相机—摄影技术 IV. ①TB86②J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第173423号

## 内 容 提 要

Nikon D800/D800E将135全画幅数码单反带入了3000万像素级的时代。随着其功能和性能的全面提升,也  
给其操作和使用提出了更高的要求。本书根据读者的学习习惯和使用习惯对其菜单进行详细的讲解,并对尼  
康D800实际拍摄中需要掌握的核心技术进行了抽丝剥茧似的解读,本书还为读者提供了镜头、三脚架、背包、  
闪光灯等必备的配件推荐。对于用户非常关心的视频拍摄、器材维护保养和后期制作,本书也有详细的讲述。

本书适合 Nikon D800/D800E 的用户以及对其有购买需求的用户学习参考。

- 
- ◆ 著 余星瑶 向 玮  
责任编辑 胡 岩  
责任印制 周昇亮
  - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号  
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
  - ◆ 开本: 787×1092 1/16  
印张: 10  
字数: 300千字 2013年11月第1版  
印数: 1-3000册 2013年11月北京第1次印刷
- 

定价: 49.00 元

读者服务热线: (010)67132786 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



# 前言

尼康用户在经历了漫长的4年等待之后，终于迎来了Nikon D800和Nikon D800E这两个双胞胎兄弟。在全画幅时代，1200万像素的D700一直被用户和业界所诟病，像素太低成为限制尼康用户群发展的最大瓶颈。更多的职业摄影师不得不放弃尼康，或者直接升级到D3X。四年之后，Nikon D800/D800E不鸣则已，一鸣惊人，不仅全面超越了前作D700，而且将像素值一举提高到了前所未有的3600万像素级，其像素量级直逼中画幅，让业界一片哗然。作为尼康感光元件的提供商，索尼还没有采用这款感光元件的机型面世，这也突破了两大厂家此前合作的模式。

Nikon D800/D800E发布之后，由于像素高带来的负面效果，使原来不少分辨率较低的镜头直接出局，厂家的官方推荐只有寥寥16支镜头，再加之显示屏颜色失真，对焦失效，以及传说中的“漏油”等负面消息一直困扰着D800，但是这都没有影响销量激增的强劲势头，积攒了4年的购买力几乎在不到一年的时间全面爆发了。D800从刚刚上市的将近3万元的售价，一下降到目前不到1.8万元的平民价格，更使其成为市场上最炙手可热的产品。

尽管有不少非议困扰着D800，但是我们还是要公道的说，Nikon D800/D800E作为升级机型还是非常厚道的，很多原件与尼康旗舰机型D4完全一致，而且功能上做了很大的提升，对于职业摄影师和高级发烧友是一台完全能够胜任各种题材拍摄的利器。

由于性能的提升和功能的加强，Nikon D800/D800E在使用上也给尼康的新老用户出了不少难题，其功能只复杂多样是前所未有的，要在短期内将其全部掌握也绝非易事。本书针对Nikon D800用户量身定制。本书全面介绍了D800的性能与功能，全面解析了D800的菜单使用和设置技巧，笔者根据自己多年的使用尼康相机的经验还特别加强了主题实战内容，无论初学者还是发烧友都能从中学到新的知识和技法；笔者还针对尼康用户的实际需要提供了有关其他器材的配置建议；现在是流媒体时代，单反的高清摄影功能已经成为标配，乐于尝试的人群日渐庞大，在这方面，笔者也提供了独到的经验。

Nikon D800/D800E的功能和性能非常强大，但是想要驾驭好也不是一朝一夕的事情，笔者将自己的亲身体验与读者进行分享，希望能够让读者尽快掌握好自己手中的相机。

向玮

2013.6

# 目录



## 1 性能卓越的 NikonD800/D800E

- | 坚固的机身设计 / 2
- | 3630万像素全画幅CMOS图像传感器 / 2
- | 全新设计的EXPEED 3图像处理引擎 / 3
- | 51点自动对焦 / 3
- | 全高清D-Movie数码动画 / 4

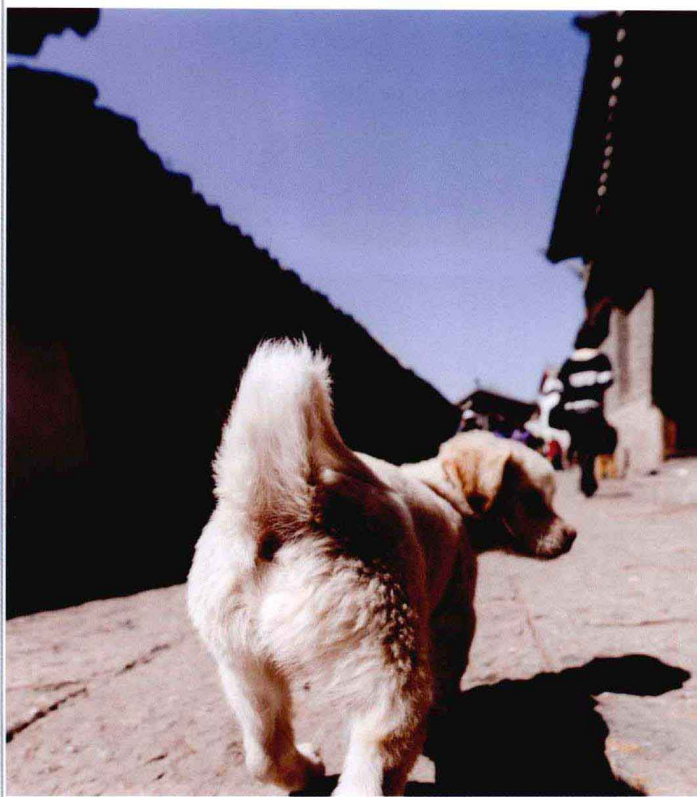


## 2 NikonD800/D800E 机身结构解析

- | NikonD800顶部结构 / 6
- | NikonD800/D800E相机正面结构① / 7
- | NikonD800/D800E相机正面结构② / 8
- | NikonD800/D800E背面结构 / 9

## 3 NikonD800/D800E 菜单详解

- | 播放菜单 / 12
- | 拍摄菜单 / 15
- | 自定义设定菜单 / 23
  - | 自定义设定库 / 24
    - | 自动对焦 / 24
    - | 测光/曝光 / 27
    - | 计时/AE锁定 / 28
    - | 拍摄/显示 / 30
    - | 包围/闪光 / 33
    - | 控制 / 35
    - | 动画 / 38
- | 设定菜单 / 40
- | 润饰菜单 / 45
- | 我的菜单 / 55



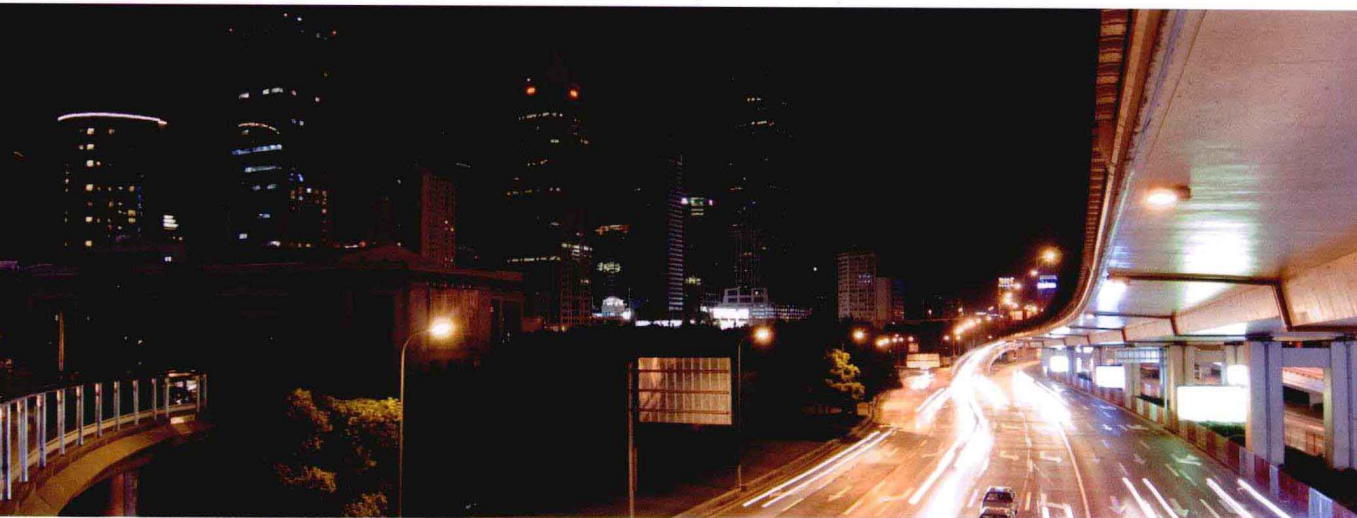
# 4 Nikon D800/D800E 维护及保养

- | 数码相机固件升级 / 58
- | 机身外观清洁 / 59
- | 液晶屏的保护 / 60
- | 清洁传感器灰尘 / 61
- | 镜头及滤镜清洁技巧 / 61
- | 谨防存储卡损毁 / 62
- | 取景器的保护 / 62
- | 正确使用和保养电池 / 63
- | 平时将快装板和相机连接 / 64
- | 调整自动对焦 / 65
- | 相机的防水防潮 / 66
- | 如何清除霉菌 / 68
- | 温度的影响 / 69
- | 防静电 / 70



# 5 Nikon D800/D800E 实战技巧

- | 精确使用测光 / 72
  - 风光摄影中的测光技巧 / 72
  - 环境人像拍摄中的测光技巧 / 74
- | 掌握对焦模式 / 74
  - 风光摄影中的对焦技巧 / 76
  - 人像摄影中的对焦技巧 / 77
- | 巧用ISO控制 / 77
- | 玩转白平衡 / 81
  - 白平衡包围曝光 / 81
  - 人像摄影中的白平衡设置 / 83
- | 风光摄影 / 83
  - 准备工作 / 84





注意环境 / 85  
控制光线 / 86  
运用前景 / 86  
抓住色彩 / 87  
不要乱用白平衡 / 87

#### 人像摄影 / 88

准备工作 / 88  
服装和主题 / 89  
环境与道具 / 89  
互动是关键 / 90  
手的简单摆放 / 91  
角度选择 / 91  
表情及抓取 / 92  
制作黑白照 / 92

#### 都市夜景摄影 / 93

准备工作 / 93  
稳字当先 / 94  
抓住色彩 / 95  
大胆取舍 / 95  
略微曝光过度 / 96  
耐心等待 / 96

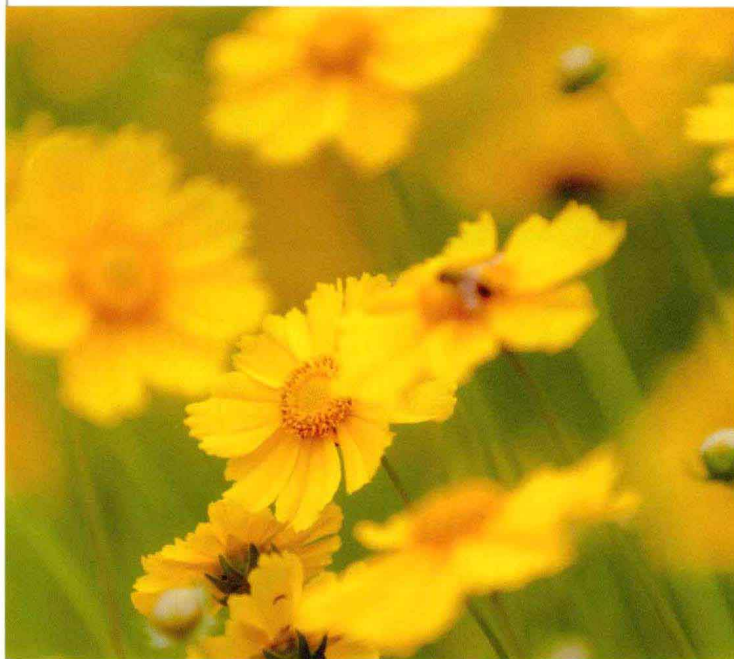
#### 花草静物摄影 / 97

准备工作 / 97  
注意背景的选择 / 99  
光线和光圈变化 / 100  
增加水滴 / 101  
使用反光板或闪光灯补光 / 101  
抓住虫虫 / 102



# 6 Nikon D800/D800E 视频短片的拍摄

- 大尺寸CMOS / 104
- 1080p全高清画质 / 104
- 多使用专业设备 / 105
- D-Lighting功能效果显著 / 105
- 人像曝光调整功能 / 106
- 画面避免使用自动白平衡设置 / 108
- 以多角度、多种焦距拍摄 / 109
- 使用手动对焦控制焦点范围 / 110
- 使用较高的快门速度和较低的感光度 / 111
- 极限环境下使用高ISO拍摄短片 / 112
- 使用高速存储卡 / 112
- 拍摄前观察环境 / 112
- 善于捕捉事件的高潮 / 113
- 围绕中心拍摄 / 113
- 注重环境与细节的拍摄 / 114



# 7 Nikon D800/D800E 完美配置

镜头选配 / 116

7支常用定焦镜头 / 117

3款值得考虑的微距产品 / 123

9支变焦镜头 / 125

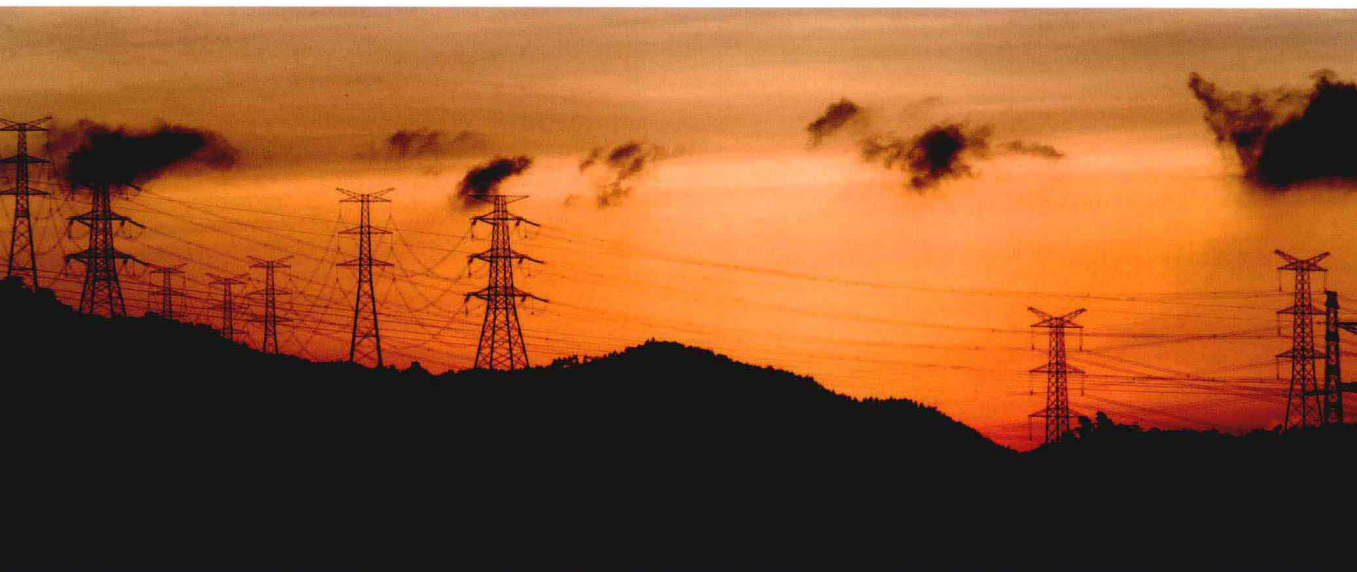
滤镜 / 132

外接闪光灯选配 / 133

三脚架选配 / 137

摄影包选配 / 139

其他配件选配 / 142



# 8 Nikon D800/D800E RAW文件的转换和简单处理

RAW文件的简单调节 / 147

黑白图片的简单处理 / 151





# 1

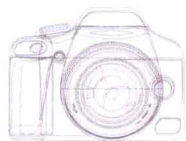
**Nikon**

**性能卓越的**

**D800/D800E**

尼康D800/D800E采用了一枚3630万像素FX格式全画幅CMOS图像传感器。该传感器的尺寸为35.9mm×24mm，在200dpi的分辨率下可以输出A1尺寸的画面(841mm×594mm)。该款相机共有D800与D800E两个版本，其中D800E机身内置的低通光学滤镜，可以给我们带来更加清晰锐利的影像。



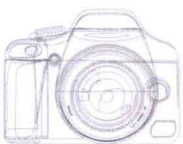


## 坚固的机身设计

D800/D800E采用了铝镁合金外壳结构，不但防尘密封性能良好，同时相机的重量也比D700轻了约10%（体积146mm×123mm×82mm，重量900g）。100%画面覆盖率(FX格式下)，可以让我们感受到FX格式在舒适视觉方面的优势，并且在拍摄静止图像时获得一览无遗的景象。

D800/D800E的快门元件经过超过20万次的释放测试，以保证其耐用性和精确度。此外，它

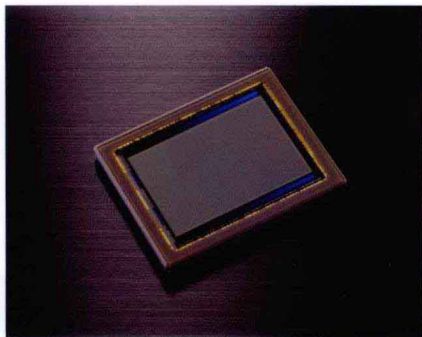
们采用了CF和SD双卡槽设计。我们可以在两张存储卡中分别记录RAW和JPEG文件，或同时在两张卡上记录相同的数据以进行备份等。该机首次使用了USB 3.0接口，可以更高速地解决数据传输问题。同时3.2英寸92万像素的广视角液晶屏，100%光学取景器视野率，优异的操作性，以及良好的扩展性能，都是D800/D800E过人的优势。



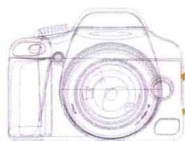
## 3630万像素全画幅 CMOS图像传感器

D800/D800E的3630万像素是135数码相机的一个里程碑，它标志着135相机在物理解析力上已经和部分120中画幅数码相机（如宾得645D）平起平坐。同时对比竞争对手的2000万像素级别产品，该机在理论解析力上有着50%以上的优势。

不过，也正因为有着如此高的像素，D800/D800E对镜头的要求非常高，目前尼康自己也只为其推荐了少量最新款的尼康镜头（很多老款镜头在分辨率等方面无法满足其需要），因此要配备好整个D800/D800E摄影系统，成本高昂且选择不多！





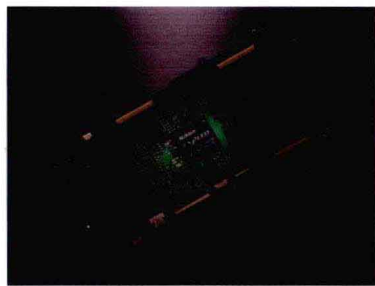
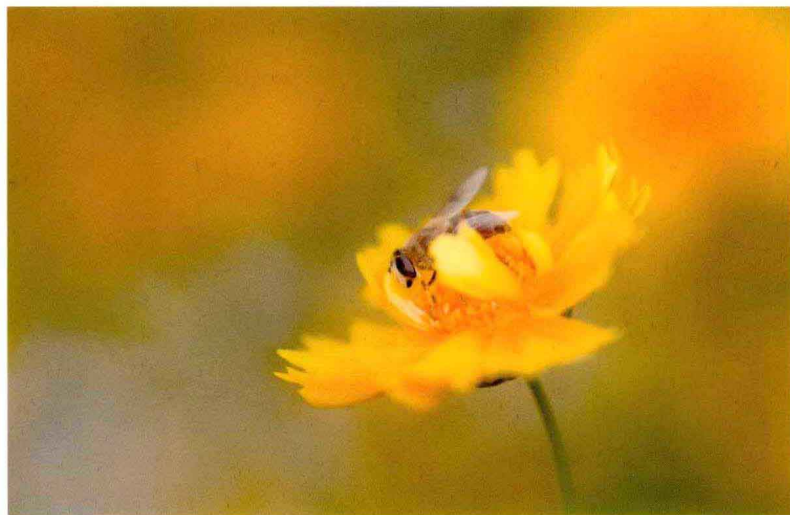


# 全新设计的EXPEED 3图像处理引擎

D800/D800E采用了和D4一样的高速、多功能、高性能的EXPEED 3图像处理引擎，该图像处理引擎的处理能力比2代引擎快了近22倍，足以应对高像素带来的庞大数据信息处理。也因为新一代的图像处理引擎，D800/D800E的ISO感光度范围则达到了ISO

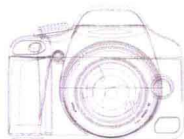
100至ISO 6400，并可扩展至ISO 50~ISO 25600。

有了优秀的图像处理引擎，D800/D800E在低感光度下可以获得竞争对手难以达到的精致画质，而高感下的噪点控制水准也并不输给竞争对手的产品。



## TIPS

超高的像素加上优异的图像处理器，带来了D800/D800E无以伦比的精细画质。也让其成为了目前像素最高和细节最完美的135数码单反相机。

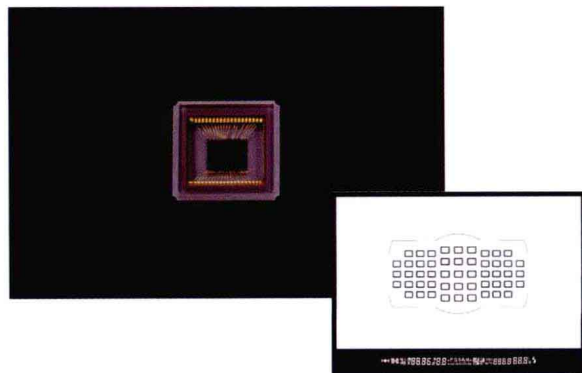


## 51点自动对焦

D800/D800E装备有尼康最高级的Multi-CAM 3500FX自动对焦感应器模块，同时提高了低照度下的对焦能力，在91000像素3D彩色矩阵测光元件的帮助下，工作照度降低到了-2EV。其51个感应点运作精确，几乎是人眼可视能力的物理极限。当使用任何光圈为f/5.6或以上的AF尼康镜头时，可以依靠照相机取景器中央的15个十字型感应器来侦测垂直和水平线条。此外，当光圈为f/8时，可使用中央的11个对焦点来进行自动对焦，这对于结合2.0×增距镜拍摄远距离主体非常有利。

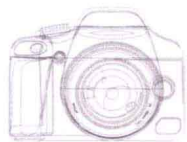
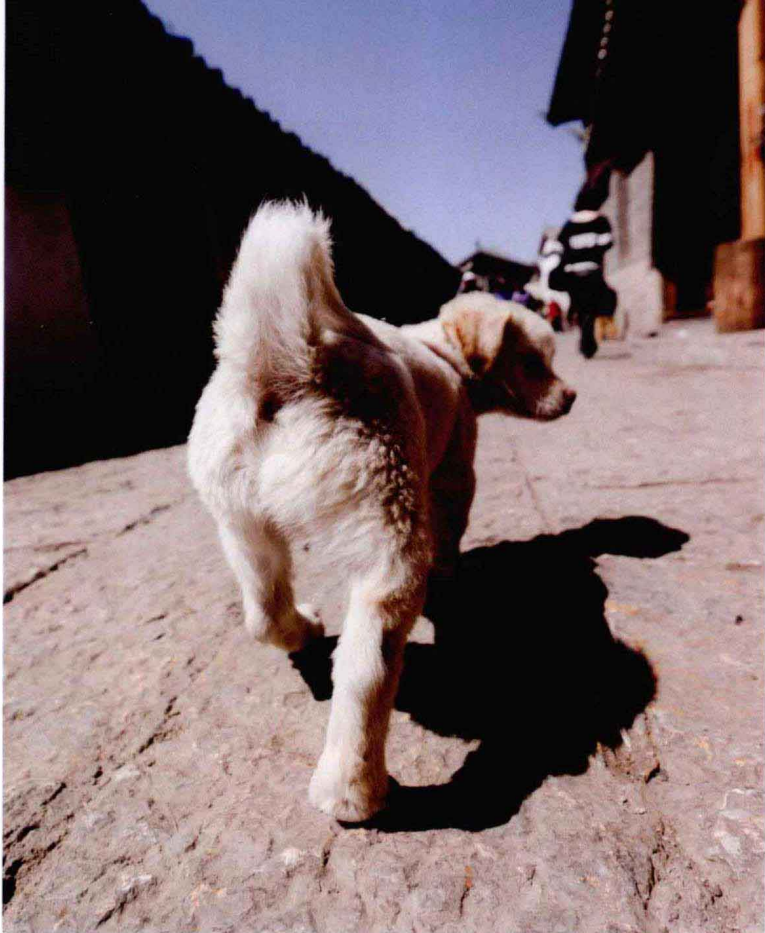
D800/D800E还拥有4种图像区域选择，其中包括FX格式(35.9mm×24mm)，5:4(30mm×24mm)，1.2×(30mm×19.9mm)和DX格式(23.4mm×15.6mm)。所有裁切的图像区域均在取景器内标出以便查看。当使用

尼康DX镜头时，照相机将自动选择DX格式。也就是说，D800/D800E不但是一台性能优异的全画幅数码单反相机，还是一台非常不错APS-C画幅产品，可以让我们随时在两者间选择及切换（包括其他画幅），而且不用担心像素不够用（APS-C画幅是1600万）。





强悍的51点对焦系统，让我们可以随心所欲地捕捉每一个精彩瞬间。哪怕是低角度的盲拍，D800/D800E的自动对焦系统也可准确地锁定目标，保证画面焦点的清晰！



## — 全高清D-Movie数码动画

针对竞争对手在高清视频拍摄方面的优势，D800/D800E加入了全高清D-Movie数码动画拍摄功能。支持1080/30p/24p或者720/60p/30p的高清视频拍摄，并且通过H.264/MPEG-4 AVC格式保存。同样，在视频拍摄时D800/D800E也可以选择FX模式，或者选用DX模式来获得1.5×的焦距扩展。此外，为了针对更专业的应用，D800/D800E可以通过HDMI（8比特4:2:2）将高清信号直接输出至外部设备，并且在机身上还提供录音扩展接口和录音电平监视功能。从此，电影级的高清短片对于尼康用户来说，也唾手可得。



# 2

**Nikon**

**D800/D800E**

## 机身结构解析

在了解完D800/D800E的最新性能后，我们该对其机身有一个完整的认识，熟悉D800/D800E各个部位及按键的作用，以便操作起来更加方便。



# Nikon D800顶部结构



1 释放模式拨盘

2 释放模式拨盘锁定接触按钮

3 QUAL按钮

图像品质

图像质量

双键重设

4 照相机背带圈

5 WB按钮

白平衡

6 ISO按钮

ISO感光度

自动ISO感光度控制

7 BKT包围曝光按钮

8 配件热靴（用于另购的闪光灯组件）

9 电源开关

10 快门释放按钮

11 按钮

曝光补偿

双键重设

12 动画录制按钮

13 MODE/按钮

曝光模式

格式化存储卡

14 控制面板

15 焦平面标记（）



# Nikon D800/D800E相机正面结构①



1 内置闪光灯

2 闪光灯弹出按钮

3 /  按钮

闪光曝光模式

闪光曝光补偿

4 内置麦克风

5 闪光同步端子盖

6 10针遥控端子盖

7 闪光同步端子

8 10针遥控端子

9 接口盖

10 外置麦克风接口

11 USB接口

12 耳机接口

13 HDMI迷你针式接口

14 镜头安装标记

15 镜头释放按钮

16 AF模式按钮

17 对焦模式选择器

18 测光耦合杆

19 反光板

## Nikon D800/D800E相机正面结构②



1 AF辅助照明器

自拍指示灯

防红眼灯

2 副指令拨盘

3 景深预览按钮

4 Fn（功能）按钮

5 照相机电源连接器盖

6 电池舱盖锁闭

7 电池舱盖

8 用于另购MB-D12电池匣的接口盖

9 三脚架连接孔

10 镜头卡口

11 CPU接口

# Nikon D800/D800E 背面结构



- |              |                             |            |
|--------------|-----------------------------|------------|
| 1 取景器        | 12 Lv按钮即时取景                 | 20  / ? 按钮 |
| 2 取景器接目镜     | 13 即时取景选择器                  | 保护         |
| 3 屈光度调节控制器   | 14 存储卡存取指示灯                 | 优化校准       |
| 4 测光选择器      | 15 info (信息) 按钮             | 帮助         |
| 5 按钮         | 16 环境亮度感应器<br>(用于自动显示屏亮度控制) | 21 MENU按钮  |
| AE/AF锁定      | 17  (确定) 按钮                 | 菜单         |
| 6 AF-ON按钮    | 18  按钮                      | 22 显示屏     |
| AF-ON        | 缩略图                         | 23  按钮     |
| 7 主指令拨盘      | 缩小播放                        | 回放         |
| 8 多重选择器      | 19  按钮                      | 24  /  按钮  |
| 9 存储卡插槽盖     | 放大播放                        | 删除         |
| 10 对焦选择器锁定开关 |                             | 格式化存储卡     |
| 11 扬声器       |                             | 25 接目镜快门杆  |