

生活摄影系列

本书教你畅游在宝宝的世界里，通过镜头去发现孩子们的童话天地。无论是仰视还是俯视，都能捕捉到那个自由自在、喜爱幻想的宝宝。

光合网 著

亲亲我的宝贝，



儿童摄影

浙江摄影出版社



用什么角度看你我的宝贝
不要跟镜头说来不及

- 足宝宝“臭美”的欲望
- 其沉浸在自己的世界
- 面的宝宝看过来
- 写那双炯炯有神的眼睛

全新版

看我爬行天下

- 怎样教孩子乖乖听话
- 给宝宝最想要的道具
- 让宝宝保持神秘感
- 带宝宝进入多彩的世界



全新版

亲亲 我的宝贝，儿童摄影



光合网 著

 浙江摄影出版社

责任编辑：程 禾

装帧设计：任惠安

责任校对：程翠华

责任印制：朱圣学

图书在版编目（CIP）数据

亲亲我的宝贝，儿童摄影：全新版 / 光合网著. --
杭州：浙江摄影出版社，2014.1
（生活摄影系列）
ISBN 978-7-5514-0529-4

I. ①亲… II. ①光… III. ①儿童—人像摄影—摄影
艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第287996号

生活摄影系列 | 全新版

亲亲我的宝贝，儿童摄影

光合网 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路347号

电话：0571-85159646 85159574 85170614

邮编：310006

网址：www.photo.zjcb.com

经销：全国新华书店

制版：浙江新华图文制作有限公司

印刷：浙江新华彩色印刷有限公司

开本：710×1000 1/16

印张：12

2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0529-4

定价：38.00元

前言 Preface >

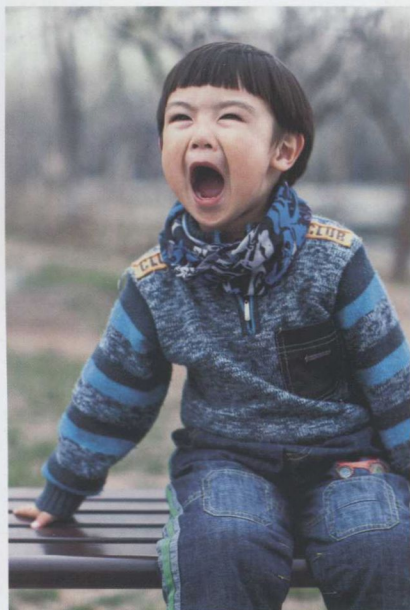
数码相机的普及为如今的家庭带来更加丰富的精彩内容，即便是仅仅回溯到10年前，摄影的数字化也没有像今天这样方便地服务于每个家庭。而且，数码相机在保证了对影像品质的追求的同时，以越来越低廉的价格受到大众家庭用户的追捧，尤其是许多年轻的父母正是因为刚刚有了宝宝才开始了摄影，他们希望用自己手里的相机生动地记录下宝宝每一天的成长。

但如何掌握为宝宝拍摄的窍门，让他们每一个有意思的瞬间记录在照片上，这是一个摄影技巧和拍摄思路的综合问题。我们总希望能够更好地从自己的角度记录宝宝的成长，这的确值得关心。本书的写作动机正缘于此，用通俗易懂的实用方法，有重点有目的地介绍了拍摄技巧、创作思路，并有针对性地对不同年龄段的宝宝设计了丰富的专题拍摄课程，让每一位年轻的父母读者清晰地掌握为宝宝拍摄的各种诀窍。



目录

Contents



前言

01

Chapter

了解数码相机

1.1 数码相机是个大家族	2
1.1.1 卡片机	2
1.1.2 普通家用相机	2
1.1.3 高端家用相机	3
1.1.4 数码单反相机	3
1.2 透过镜头来观察	5
1.2.1 不同焦距镜头的作用	5
1.2.2 不同的变焦范围，不同的变化视角	6
1.2.3 使用远摄变焦镜头	7
1.2.4 使用广角变焦镜头	7
1.3 掌握手持拍摄要领	8
1.3.1 不同方向的持机方式	8
1.3.2 找到最稳定的持机方式	9
1.4 常用取景机位	10
1.4.1 平视取景拍摄	10
1.4.2 俯拍	11
1.4.3 仰拍	11
1.5 光圈和快门	12
1.5.1 光圈	12
1.5.2 快门	13

1.6 掌握正确的曝光	14
1.6.1 相机的曝光模式有哪些	14
1.6.2 记住场景模式的图形标识	17
1.6.3 用好曝光补偿	17
1.6.4 为正确曝光上保险——包围曝光	19
1.7 ISO感光度	20
1.8 WB白平衡	20
1.9 设置好照片的像素值	22
1.10 不要忽视闪光灯的作用	23

02 Chapter

拍好宝贝你能行

2.1 用艺术的眼光看待儿童摄影	26
2.1.1 蹲下来寻找最佳的位置	27
2.1.2 宝宝的眼睛是焦点	28
2.1.3 捕捉宝宝的纯真是关键	30
2.1.4 注重立意和意境表达	30
2.2 好构图拍出漂亮宝贝	31
2.2.1 三分法	32
2.2.2 线条在构图中的运用	33
2.2.3 框式构图	35
2.2.4 远近大小巧安排	35
2.2.5 再靠近一些	37
2.2.6 突出宝宝，竖起相机拍更好	38
2.3 重视前景、背景和道具的运用	40
2.3.1 前景	42
2.3.2 背景	43
2.3.3 巧妙使用道具	43





2.4 培养摄影创作的灵感.....	45
2.4.1 做个富有灵感的拍摄者	46
2.4.2 学会观察的艺术	48
2.4.3 成为宝宝的知心朋友	49

03

Chapter

户外拍摄活力宝贝

3.1 不同光线下拍摄宝宝.....	52
3.1.1 精彩的侧面光	54
3.1.2 生动的正面光	57
3.1.3 诗情画意用逆光	57
3.1.4 怎样巧妙利用阴影	60
3.1.5 把握好阴天散射光	60
3.2 好动的宝宝.....	63
3.2.1 选择合适的快门速度	64
3.2.2 追随拍摄法	65
3.3 抓拍、摆拍两相宜.....	66
3.3.1 抓拍	68





3.3.2 摆拍	71
3.4 红润的小皮肤	73
3.4.1 精确曝光，正确的测光模式	73
3.5 不好的投影要消除	75
3.5.1 日光下避免有阴影	76
3.5.2 消除难看的阴影	77
3.5.3 不要留下虚影	78
3.6 公园里的宝贝更尽兴	81
3.6.1 花丛前的漂亮宝宝	82
3.6.2 草地上的乖娃娃	82
3.6.3 游乐场的开心果	84
3.6.4 小路为照片增加意境	85
3.6.5 公园水景有佳境	86
3.6.6 石凳、长椅的吸引力	87
3.6.7 注意不同的光线条件	88
3.7 快乐的一家	89
3.8 夏季的海滩	91
3.8.1 发现宝宝的天性	91
3.8.2 沙滩游戏	92
3.8.3 美丽的傍晚剪影	93
3.9 暖融融的冬天	94

04 Chapter

在家拍摄更自在

4.1 室内光线巧利用	98
4.1.1 窗户光	99
4.1.2 室内自然光下的童趣照片	102

4.1.3 室内灯光	102
4.1.4 环境色彩对宝宝的肤色有影响	105
4.1.5 确保相机正确曝光	106
4.2 光线由我控制	107
室内闪光灯的妙用	108
4.3 其实拍摄影楼效果很简单	110
4.3.1 为宝宝搭建一个家庭“影棚”	111
4.3.2 让普通的家具为宝宝照锦上添花	112
4.4 我家的宝宝“光溜溜”	112
4.4.1 温馨的小床上，光溜溜的小宝宝	112
4.4.2 精心打扮我家宝宝	115
4.4.3 为宝宝设计拍摄情节	116
4.5 记录下宝宝美妙的一天	117
4.5.1 睡梦中的宝宝	118
4.5.2 宝宝睡醒了	119
4.5.3 妈妈怀抱里的宝宝	120
4.5.4 玩耍中的宝宝	123
4.6 让宝宝照片更“柔美”	125
4.6.1 柔光镜的使用	125
4.6.2 创造柔光效果的其他方法	128



05

Chapter

成长相册中不可缺少的照片

5.1 记住那个令人激动的时刻——宝宝降生	130
5.2 今天很特别——生日纪念照	132
5.2.1 点亮生日蜡烛，共祝宝宝生日快乐	133
5.2.2 和爸爸妈妈在一起	139
5.2.3 记录生日party现场	140
5.3 你是我们的骄傲——全家福	142
5.3.1 老老少少全家福	142
5.3.2 充分利用室内外照明条件	143
5.3.3 小家庭拍照很随意	145
5.4 宝宝和小朋友们	149



06
Chapter

拍摄宝贝成长小专题

6.1 每个时期大不同..... 152

6.1.1 1—3个月的大头宝宝..... 153

6.1.2 4—6个月的胖娃娃..... 159

6.1.3 7—12个月的快乐宝贝..... 164

6.2 我们家的小大人儿..... 169

6.2.1 在宝宝眼里，一切都是新鲜的..... 170

6.2.2 抓拍自由状态下的宝宝..... 171

6.3 留住美好童年..... 175

6.3.1 宝宝美丽的笑容..... 176

6.3.2 宝宝丰富多彩的生活..... 178

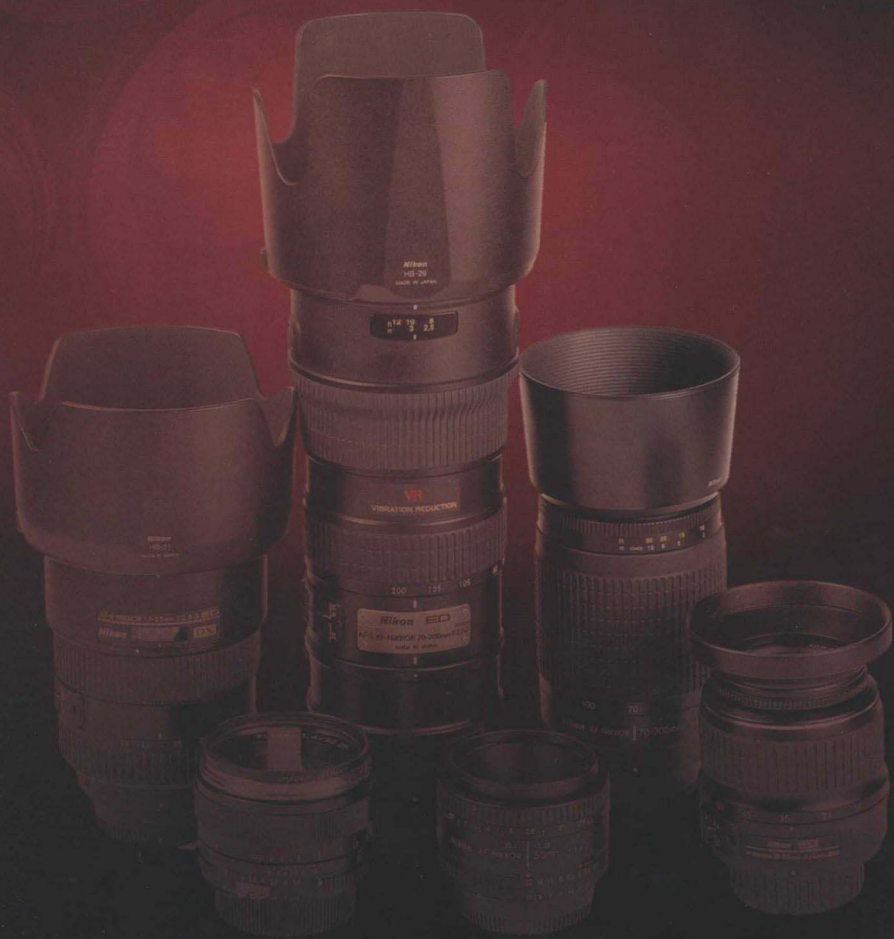


01

Chapter

了解数码相机

宝宝的降生是父母最大的心愿，你会发现宝宝每一天都为你带来新的惊喜，每一步成长都值得你去用心记录！好吧，让我们从认识手中的相机开始！熟悉它的使用方法，为你可爱的亲亲宝贝留下美妙的瞬间。



1.1 数码相机是个大家族

数码相机 (Digital Camera) 也叫数字式照相机, 我们通常把它简称为DC。数码相机是集光学、机械、电子一体化的产品, 集成了影像信息转换、存储和传输等部件, 具有数字化存取模式、与电脑交互处理和实时拍摄等特点。

目前, 数码相机已经普及到百姓家庭。我们平常所看到的数码相机林林总总, 式样万千。但是, 从我们常见的数码相机来看, 大体上可分为以下四类:

1.1.1 卡片机

这类相机基本上都是全自动拍摄模式, 而且设置了很多采用图形标识的场景模式, 在相机的背面装有液晶显示屏幕, 既可取景, 又可观看之前拍摄的照片的效果。卡片机光学变焦范围一般为三倍变焦, 镜头口径较小, 而且小巧的机身方便携带, 操作简单, 容易上手, 很适合初学者使用。

1.1.2 普通家用相机

这类相机的个头略大于卡片机, 镜头的口径和变焦倍数相对卡片机更大, 操作环节的自动化程度较高, 相机的背面也装有利于取景和观看照片的液晶屏幕。普通家用相机同样属于便携式机型, 方便我们携带和使用。



松下LX3



简约的外形



超薄机身设计



佳能SX120 IS



技巧·提示

数码相机在光学系统方面继承了传统胶片相机的成熟技术，例如镜头、光学取景器、内置闪光灯以及曝光控制、自动变焦、自动聚焦等等。二者的主要区别在于：传统的胶片相机是采用感光化学材料（如胶片）来记录影像，而数码相机是采用影像传感器（CCD或CMOS）及一系列相关电路和器件来记录影像。



尼康L110



富士S2900HD

1.1.3 高端家用相机

高端家用相机个头大、镜头口径大、镜筒也比较长，有的相机镜头变焦范围可达到28—200mm，乍一看，很像一台专业相机。这类相机在全自动化功能的基础上还增加了程序曝光、光圈优先模式、快门优先模式和手动曝光等专业相机所具备的功能，其自动对焦、自动测光等功能的运算也更复杂、更精确。通常，这类相机的镜头质量都比较优秀，所以有利于我们拍出高质量的图像。同时，因其兼有易于识别的傻瓜功能，所以也适合初学者使用。如果你对摄影已经有所了解，且非常在意拍出照片的精细程度，不妨使用这种类型的相机。

1.1.4 数码单反相机

数码单反相机又分为入门机型、准专业机型和专业机型。

这类相机采用单镜头反光式取景器，解决了取景视差问题。影像传感器面积较大，有的已经达到了35mm胶片的尺寸。相机的图像处理速度更快，质量更高。数码单反相机源于胶片单反相机，所



佳能G11



索尼NEX5C

以同样可以通过更换镜头来满足我们拍摄的各种需要，并有众多生产厂商的镜头种类予以支持。在数码单反相机上，几乎所有的功能都可以根据拍摄现场的条件和拍摄目的进行手动调节，在拍摄时可以尽情地放飞创作的想象。那大个头、长炮筒、快门连续不断的咔嚓声响、随心所欲更换镜头的无穷乐趣，是不是很有诱惑力？

以上四类相机，卡片机、普通家用相机属于便携式机型，我们带着心爱的宝宝出行时，可将相机随手从衣兜里掏出，快速拍摄，方便至极。而高端家用相机和数码单反相机虽然个头较大，但因其专业化程度高，画质佳，有着卓越的快门速度、精确的测光模式和快捷的AF对焦系统，且单反相机还可根据需要更换镜头，发挥创意更加自如，所以更适合我们拍摄高质量的精美照片。



技巧·提示

数码单反相机的一些入门机型还兼有卡片机和普通家用相机所具有的傻瓜功能，对于初学者来说也很方便。



佳能550D



尼康D5000



尼康D700



佳能EOS-1

1.2 透过镜头来观察

镜头是由透镜组成的光学装置，它是光线进入相机并被记录下来的入口，我们透过镜头去撷取亲亲宝贝的精彩瞬间，通过镜头来记录宝宝美好的成长时光。



镜头焦距 55mm 光圈 1/2.8 快门速度 1/1200s 感光度 ISO100 曝光补偿 0

透过镜头，在宝宝快乐奔跑的脚步中，我记录着宝宝的成长轨迹。

1.2.1 不同焦距镜头的作用

焦距是我们认识镜头的一个重要指标，它指的是镜头所能实现的拍摄距离，其表示单位为“mm”。根据镜头是否具有变焦功能，我们可将镜头分为定焦镜头和变焦镜头。定焦镜头拥有固定的焦距，例如50mm定焦镜头，是指镜头只能固定在50mm焦距上进行拍摄。而变焦镜头则拥有变焦能力，可在一定焦距范围内对之进行调节。变焦镜头使用起来灵活方便，可为我们带来更多的拍摄乐趣。



50mm定焦镜头

对于不同的焦距，在相机位置不变的情况下，画面的视角会发生变化，引起趣味中心的改变，而且镜头焦距的不同所带来的



12-24mm广角变焦镜头



24-70mm标准变焦镜头



70-200mm远摄变焦镜头



技巧·提示

目前，常见的卡片机、普通家用相机上，基本上都提供了三倍或者更多的标准变焦范围，有的高端家用相机，其光学变焦范围可达28-200mm。而单镜头反光相机，由于采用了可换式镜头设计，将机身和镜头完全独立开来，这就使我们可以根据拍摄的需要去更换合适的镜头类型，从而实现更出色的拍摄效果。

差异，不仅仅局限于此，它也带来了宝宝与背景之间的距离关系（纵深感）的变化，焦距越长，宝宝与背景间的距离就越近，而背景也会逐渐地出现虚化的效果。在与宝宝的实际距离不变的情况下，我们换用不同焦距的镜头，所得到的纵深感也会不同。

1.2.2 不同的变焦范围，不同的变化视角

使用标准变焦镜头拍摄：我们肉眼所能看到的视角大约在45°左右，而标准变焦镜头则是以此视角为中心，具备较为适中的变焦比，变焦范围一般为28—70mm或者35—70mm焦距范围。一般情况下，当我们



光圈 f/2.8 快门速度 1/2000s 感光度 ISO100 曝光补偿 0EV
28mm镜头拍摄



光圈 f/2.8 快门速度 1/1800s 感光度 ISO100 曝光补偿 0EV
70mm镜头拍摄