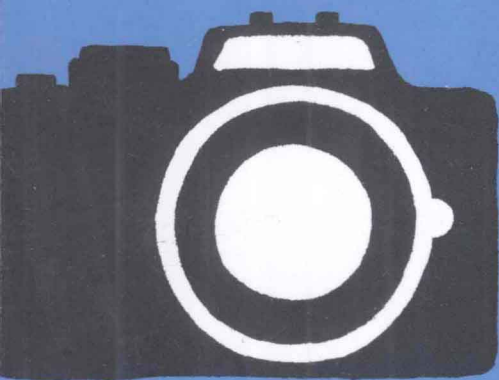


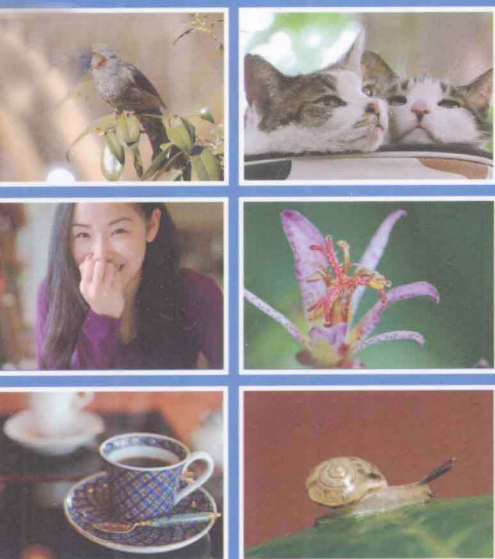
· 阶梯式的拍摄技法全解析
· 让你的摄影水平快速晋级

(日) 上原善二、荻洼圭、桃井一至○著
唐晓艳○译

59个不同
拍摄场景的
关键点



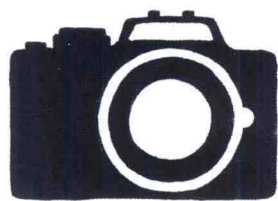
数码单反摄影 晋级手册 摄影技巧全掌握



如果画面明亮的物体较多，相机便会降低曝光，于是拍摄的画面就稍暗一些。

献给那些还在依赖数码单反相机的自动档拍照的人，让你迅速告别新手阶段！





数码单反摄影 晋级手册

摄影技巧全掌握

(日) 上原善二、荻洼圭、桃井一至◎著
唐晓艳◎译



版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

摄影技巧全掌握 / (日) 上原善二, (日) 荻洼圭,
(日) 桃井一至著; 唐晓艳译. — 北京: 中国民族摄影
艺术出版社, 2013. 8

(数码单反摄影晋级手册)

ISBN 978-7-5122-0444-7

I. ①摄… II. ①上… ②荻… ③桃… ④唐… 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163686号

TITLE: [デジタル一眼レフカメラが上手くなる本 (ISBN:978-4-7981-2062-1)]

BY: [上原 センジ / 荻窪 圭 / 桃井 一至]

Copyright © Zenji Uehara, Kei Ogikubo, Kazushi Momoi, 2010

Original Japanese language edition published by SHOEISHA.Co.,Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher. Chinese translation rights arranged with SHOEISHA.Co.,Ltd., Tokyo through NIPPON SHUPPAN HANBAI INC.

本书由日本株式会社翔泳社授权北京书中缘图书有限公司出品并由中国民族摄影艺术出版社在中国范围内独家出版中文简体字版本。

著作权合同登记号: 01-2013-4483



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总策划: 陈庆

策划: 李伟

设计制作: 季传亮

书名: 数码单反摄影晋级手册——摄影技巧全掌握

作者: (日) 上原善二、荻洼圭、桃井一至

译者: 唐晓艳

责编: 张宇

出版: 中国民族摄影艺术出版社

地址: 北京东城区和平里北街14号(100013)

发行: 010-64211754 84250639 64906396

网址: <http://www.chinamzsy.com>

印刷: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

开本: 1/16 170mm × 240mm

印张: 13.5

字数: 160千字

版次: 2013年10月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-5122-0444-7

定价: 49.80元

Contents

第一章

先来体验一下摄影的乐趣吧

掌握理论之前先试着拍摄一下吧！

强烈的拍摄兴趣比拍摄技巧更重要..... 10

不断变换自己的位置，尝试从各种角度拍摄..... 12

通过尝试各种构图，体会如何完美地将被摄体收纳到四边形的画面中..... 15

熟悉广角镜头、标准镜头、长焦镜头的不同拍摄范围..... 18

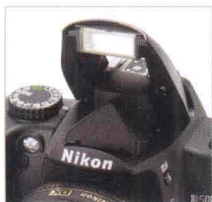
“光线”是影响拍摄效果的一大要素..... 20

尝试自己制作简易反光板，学会如何控制光线..... 22

光线较暗时可以使用闪光灯，灵活掌握摄影的方法..... 24

专栏

拍摄时你都经历了哪些失败..... 26





第二章

最需要了解的基础知识

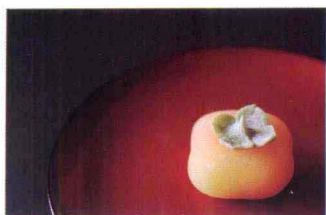
了解数码单反相机的基本构造和工作原理·····	28
通过调整快门速度，展现不同的拍摄效果·····	30
掌握基础摄影技巧拍摄清晰的照片，与因手抖拍摄的模糊照片说再见·····	33
总是出现手抖，处理技巧是什么·····	36
想拍摄出背景完美虚化的照片，就需要先了解光圈的作用·····	39
根据目的和用途选择合适的ISO感光度·····	42
摆脱全自动模式拍摄，掌握模式拨盘的使用方法·····	44
使用光圈优先还是快门速度优先呢？可以根据被摄体区分使用·····	46
掌握改变画面明亮度的曝光补偿，学会看懂柱状图·····	49
正常曝光并不适合所有拍摄场景，根据个人喜好设置合适的曝光度·····	52
对焦的基本技巧是什么·····	55
不要依赖相机的自动对焦点，可以尝试对焦到自己喜欢的位置上·····	57
微距拍摄身边的完美世界，掌握熟练的拍摄方法·····	63
如何才能像专业摄影师一样拍出背景完美虚化的漂亮照片呢·····	65
相机背面的液晶显示屏是拍摄信息的宝库，学会熟练应用各种功能·····	67
选择自然还是鲜艳的色彩模式呢？使用自己喜欢的色调拍摄·····	69
利用滤光镜表现不同的拍摄效果·····	71
白平衡是关系到色调的重要设置·····	73
拍摄失败了，该如何补救·····	75
色彩和质量总是不够完美，这是为什么呢·····	77
什么是像素、照片尺寸·····	79
了解数码相机的主要部件——成像元件（感光元件）·····	81
JPEG和RAW的不同点是什么？该如何区分·····	83
色彩空间该如何设置，是Adobe RGB还是SRGB·····	85



第三章

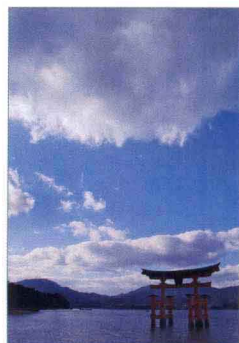
不同场景下拍摄时的59个关键点

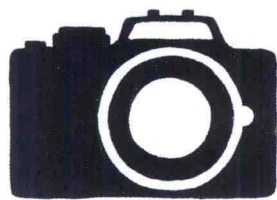
身边最熟悉的被摄体是最难拍的·····	88
人像摄影中应拍摄到人物的哪个部位·····	90
使用不同焦距的镜头拍摄出氛围不同的人物照片·····	93
最适合拍摄人像的中长焦和长焦镜头·····	96
如何才能将背景大面积虚化，以突出人物呢·····	97
考虑光照方向，自由拍摄人像·····	98
运用反光板拍摄完美照片·····	100
如何在室内熟练拍摄人像·····	102
夜晚拍摄人像的诀窍是什么·····	104
拍摄孩子时，一定要以孩子的视线为准·····	106
不要太拘泥于相机的设置，最重要的是拍摄孩子自然的动作·····	109
在室内如何才能把孩子拍得更可爱呢·····	112
教你如何把婴儿拍得更加可爱——室内篇·····	114
教你如何把婴儿拍得更加可爱——室外篇·····	115
挑战拍摄滑雪、足球等户外运动·····	116
如何拍摄排球等室内运动呢·····	118
用独特的构图和拍摄时机彰显照片的个性·····	121
要想在室内把狗狗拍得更可爱，需要哪些技巧呢·····	123
室外拍摄狗狗时，需要注意哪些事项·····	125
三个简单的方法，让你轻松拍摄到活泼乱动的猫咪·····	127
将猫咪与风景融为一体，拍摄印象深刻的照片·····	129
拍摄者不同，照片的效果会迥然不同·····	132
巧妙利用光线拍出美味的食物·····	134



将亲手做的食物拍得更加美味·····	137
拍摄点心或者便当时，需要突出主角·····	139
如何拍摄适合上传到博客上的美食照片呢·····	141
要想拍好日式料理，必须重视整体的氛围·····	144
如何把甜点照片拍得更明亮、奢华·····	147
拍摄日式甜点需要重视氛围·····	150
拍摄包装精美的点心以及很有特色的日式甜点·····	152
亮丽色调拍摄各类茶点和水果·····	154
室内拍摄小物件的关键是什么·····	157
利用室内光拍摄杂货时，需要多花些心思·····	160
利用照明，呈现有趣的拍摄效果·····	162
如何拍摄用于拍卖会的收藏品·····	163
拍摄四季景色的关键点是什么·····	164
不错过任何一个精彩瞬间的广角变焦镜头·····	167
拍摄交通工具需要注意构图和快门速度·····	169
在植物园拍摄植物时，长焦镜头和三脚架最能大显身手·····	171
在动物园拍动物时，动物较远且隔着玻璃该怎么拍摄·····	174
如何拍摄有特色的建筑呢·····	176
是该抑制还是利用玻璃的反射呢·····	178
尝试不使用三脚架拍摄夜间街景·····	179
如何把人物和背景都拍得更加漂亮·····	180
如何拍摄漂亮的海边景色·····	181
如何拍摄出专业效果的城市夜景·····	182

使用夜景人像模式拍摄.....	184
站在高楼上拍摄夜景.....	185
拍摄充满幻想色彩的夜景.....	186
只要有三脚架，烟花拍摄只是小菜一碟	188
如果天公作美的话，设定好相机就可以了.....	190
注意对焦和构图，拍摄出漂亮的天空.....	192
如何才能拍好连绵的山峦.....	194
拍摄大海的关键是展现张力还是体现辽阔.....	196
河流与瀑布等水流的拍摄要点.....	198
漫步大自然中时相机该如何设置.....	200
如何才能把火烧云拍得更迷人.....	202
将美丽的樱花完美展现的秘诀.....	204
让我们尝试去拍摄与樱花有关的各种风景吧.....	206
怎样才能拍出最美的红叶.....	208
想拍下美丽的夜空，就用长焦镜头吧.....	211
最想拍下闪电落下的那一刻.....	212
试着用长焦变焦镜头抓拍那些街头或水边的鸟儿.....	213





数码单反摄影 晋级手册

摄影技巧全掌握

(日) 上原善二、荻洼圭、桃井一至◎著
唐晓艳◎译





献给“只会用自动模式拍摄”的各位朋友

用卡片相机摄影的时代结束了！

当你入手一台数码单反相机后，就会想尝试各种拍摄。

想拍摄人物、宠物、美食、生活用品、天空……虽然拍摄对象不同，但是都想将其拍成完美、成功、值得自己骄傲的照片，这种心情是一致的。

你可能会说：“设置成自动模式就行了呀！”

确实，这一模式下也能拍出漂亮的照片，

但好不容易买来的数码单反相机，只用这一模式拍摄，也太浪费了。

“什么是曝光”“什么是光圈”……如果将这些问题都一一解决了，你会发现自己在不知不觉中已经迈入摄影高手的行列。

这本书就是面向刚刚入手数码单反相机的新手而编写的。

想掌握最基本的摄影技巧吗？

想更加自由、娴熟地拍摄照片吗？

想摆脱“只会用自动模式拍摄”吗？

那就跟我一起来吧！





Contents

第一章

先来体验一下摄影的乐趣吧

掌握理论之前先试着拍摄一下吧！

强烈的拍摄兴趣比拍摄技巧更重要..... 10

不断变换自己的位置，尝试从各种角度拍摄..... 12

通过尝试各种构图，体会如何完美地将被摄体收纳到四边形的画面中 15

熟悉广角镜头、标准镜头、长焦镜头的不同拍摄范围..... 18

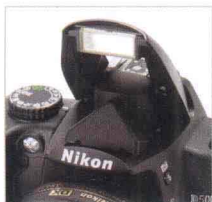
“光线”是影响拍摄效果的一大要素..... 20

尝试自己制作简易反光板，学会如何控制光线..... 22

光线较暗时可以使用闪光灯，灵活掌握摄影的方法..... 24

专栏

拍摄时你都经历了哪些失败..... 26





第二章

最需要了解的基础知识

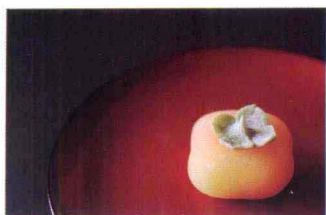
了解数码单反相机的基本构造和工作原理·····	28
通过调整快门速度，展现不同的拍摄效果·····	30
掌握基础摄影技巧拍摄清晰的照片，与因手抖拍摄的模糊照片说再见·····	33
总是出现手抖，处理技巧是什么·····	36
想拍摄出背景完美虚化的照片，就需要先了解光圈的作用·····	39
根据目的和用途选择合适的ISO感光度·····	42
摆脱全自动模式拍摄，掌握模式拨盘的使用方法·····	44
使用光圈优先还是快门速度优先呢？可以根据被摄体区分使用·····	46
掌握改变画面明亮度的曝光补偿，学会看懂柱状图·····	49
正常曝光并不适合所有拍摄场景，根据个人喜好设置合适的曝光度·····	52
对焦的基本技巧是什么·····	55
不要依赖相机的自动对焦点，可以尝试对焦到自己喜欢的位置上·····	57
微距拍摄身边的完美世界，掌握熟练的拍摄方法·····	63
如何才能像专业摄影师一样拍出背景完美虚化的漂亮照片呢·····	65
相机背面的液晶显示屏是拍摄信息的宝库，学会熟练应用各种功能·····	67
选择自然还是鲜艳的色彩模式呢？使用自己喜欢的色调拍摄·····	69
利用滤光镜表现不同的拍摄效果·····	71
白平衡是关系到色调的重要设置·····	73
拍摄失败了，该如何补救·····	75
色彩和质量总是不够完美，这是为什么呢·····	77
什么是像素、照片尺寸·····	79
了解数码相机的主要部件——成像元件（感光元件）·····	81
JPEG和RAW的不同点是什么？该如何区分·····	83
色彩空间该如何设置，是Adobe RGB还是SRGB·····	85



第三章

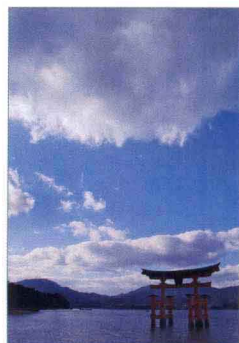
不同场景下拍摄时的59个关键点

身边最熟悉的被摄体是最难拍的·····	88
人像摄影中应拍摄到人物的哪个部位·····	90
使用不同焦距的镜头拍摄出氛围不同的人物照片·····	93
最适合拍摄人像的中长焦和长焦镜头·····	96
如何才能将背景大面积虚化，以突出人物呢·····	97
考虑光照方向，自由拍摄人像·····	98
运用反光板拍摄完美照片·····	100
如何在室内熟练拍摄人像·····	102
夜晚拍摄人像的诀窍是什么·····	104
拍摄孩子时，一定要以孩子的视线为准·····	106
不要太拘泥于相机的设置，最重要的是拍摄孩子自然的动作·····	109
在室内如何才能把孩子拍得更可爱呢·····	112
教你如何把婴儿拍得更加可爱——室内篇·····	114
教你如何把婴儿拍得更加可爱——室外篇·····	115
挑战拍摄滑雪、足球等户外运动·····	116
如何拍摄排球等室内运动呢·····	118
用独特的构图和拍摄时机彰显照片的个性·····	121
要想在室内把狗狗拍得更可爱，需要哪些技巧呢·····	123
室外拍摄狗狗时，需要注意哪些事项·····	125
三个简单的方法，让你轻松拍摄到活泼乱动的猫咪·····	127
将猫咪与风景融为一体，拍摄印象深刻的照片·····	129
拍摄者不同，照片的效果会迥然不同·····	132
巧妙利用光线拍出美味的食物·····	134



将亲手做的食物拍得更加美味·····	137
拍摄点心或者便当时，需要突出主角·····	139
如何拍摄适合上传到博客上的美食照片呢·····	141
要想拍好日式料理，必须重视整体的氛围·····	144
如何把甜点照片拍得更明亮、奢华·····	147
拍摄日式甜点需要重视氛围·····	150
拍摄包装精美的点心以及很有特色的日式甜点·····	152
亮丽色调拍摄各类茶点和水果·····	154
室内拍摄小物件的关键是什么·····	157
利用室内光拍摄杂货时，需要多花些心思·····	160
利用照明，呈现有趣的拍摄效果·····	162
如何拍摄用于拍卖会的收藏品·····	163
拍摄四季景色的关键点是什么·····	164
不错过任何一个精彩瞬间的广角变焦镜头·····	167
拍摄交通工具需要注意构图和快门速度·····	169
在植物园拍摄植物时，长焦镜头和三脚架最能大显身手·····	171
在动物园拍动物时，动物较远且隔着玻璃该怎么拍摄·····	174
如何拍摄有特色的建筑呢·····	176
是该抑制还是利用玻璃的反射呢·····	178
尝试不使用三脚架拍摄夜间街景·····	179
如何把人物和背景都拍得更加漂亮·····	180
如何拍摄漂亮的海边景色·····	181
如何拍摄出专业效果的城市夜景·····	182

使用夜景人像模式拍摄.....	184
站在高楼上拍摄夜景.....	185
拍摄充满幻想色彩的夜景.....	186
只要有三脚架，烟花拍摄只是小菜一碟	188
如果天公作美的话，设定好相机就可以了.....	190
注意对焦和构图，拍摄出漂亮的天空.....	192
如何才能拍好连绵的山峦.....	194
拍摄大海的关键是展现张力还是体现辽阔.....	196
河流与瀑布等水流的拍摄要点.....	198
漫步大自然中时相机该如何设置.....	200
如何才能把火烧云拍得更迷人.....	202
将美丽的樱花完美展现的秘诀.....	204
让我们尝试去拍摄与樱花有关的各种风景吧.....	206
怎样才能拍出最美的红叶.....	208
想拍下美丽的夜空，就用长焦镜头吧.....	211
最想拍下闪电落下的那一刻.....	212
试着用长焦变焦镜头抓拍那些街头或水边的鸟儿.....	213



第一章

先来体验一下 摄影的乐趣吧

