

# 富士微单

雷波 编著

## 摄影入门



- ✓ 微单相机按钮和菜单功能速查手册
- ✓ 轻巧便携，旅拍途中也能随时翻阅
- ✓ 相机操作和摄影实拍技巧一本掌握

Enjoy  
Photography

让你的微单摄影之路不再有困惑!



化学工业出版社

# 富士微单 摄影入门

雷波 编著



化学工业出版社

· 北京 ·

本书重点讲解了富士微单相机的功能设置及使用方法，以解决许多摄影爱好者虽然一直在使用相机，但对许多实用功能缺乏了解的问题。本书对相机的每一个按钮以及绝大部分常用功能菜单进行了全面的讲解，并对各类镜头、滤镜以及常用摄影附件的选择与使用方法进行了介绍。同时，还通过大量精美的实拍照片，深入剖析了使用富士微单相机拍摄人像、儿童、风光、微距、动物等常见题材的技巧，以便让读者在掌握相机操作的基础上快速提高实拍技能。

本书特别适合将要或已经购买富士微单相机的摄影爱好者阅读。

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

富士微单摄影入门/雷波编著. —北京: 化学工业出版社, 2019.4

ISBN 978-7-122-33966-9

I. ①富… II. ①雷… 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 (2019) 第 033179 号

---

责任编辑: 孙 炜 李 辰

装帧设计: 王晓宇

责任校对: 边 涛

---

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 天津图文方嘉印刷有限公司

880mm×1230mm 1/32 印张6½ 字数162千字

2019年5月北京第1版第1次印刷

---

购书咨询: 010-64518888 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

---

定 价: 58.00 元

版权所有 违者必究

# 前言

工欲善其事，必先利其器。在摄影行业，这句话应该如何解释呢？笔者以为这并不是指要拍出好照片，必须先要有好器材。器材固然重要，但与好照片并不画等号。那么怎样才能拍出好照片呢？笔者认为掌握手中相机的使用技巧是第一要务。试想如果在拍摄时都不能够正确设置参数、菜单功能选项，不能够充分利用相机的内置功能解决拍摄难题，又如何能抓住时机拍出好照片呢？

本书是一本能够帮助读者全面、深入、细致地了解 and 掌握富士微单相机的各个按钮和常用功能，理解画幅与取景方式的区别，搞懂镜头和附件的选择与使用，学会拍摄佳片必须掌握的摄影知识以及实拍技法的实用型图书。

首先，本书对富士微单相机的各个按钮及拨盘的作用进行了详细讲解，如镜头释放按钮、MENU/OK 按钮、Q 按钮等。

其次，本书对使用富士微单相机拍摄时要注意的事项进行了剖析，如快门的正确按法、拍摄前应该检查的参数等。

第三，本书讲解了各个曝光模式，让摄影爱好者清楚地知道各种模式的适用场合及拍摄效果。

第四，讲解了丰富的镜头和附件知识，包括镜头基础知识、镜头保养技巧、不同用途的推荐镜头、常用滤镜的应用场景和使用技巧。

第五，讲解了富士微单相机的白平衡运用技巧，以及决定照片品质的 3 个因素。

第六，讲解了各类摄影题材的实战技法，如时尚美女、可爱儿童、山峦、水景、日出日落、雾景、花卉、雪景、动物、城市风光、城市夜景等。

本书在讲解各部分内容时，还加入了提示模块，给出了一些不同型号相机间在功能上的细微区别、使用经验和注意事项，以便帮助读者了解相机功能。

为了方便及时与笔者交流与沟通，欢迎读者朋友加入光线摄影交流 QQ 群（群 12: 327220740）。关注我们的微博 <http://weibo.com/leibobook> 或微信公众号“好机友摄影”，每日接收全新、实用的摄影技巧。

也可以拨打我们的电话 13011886577（同微信号）与我们沟通交流。

编著者

# 目录

## 第1章

### 学会使用机身按钮

熟练使用相机的重要性	2
相机上的按钮功能如何学习	4
通过本书学习	4
通过视频学习	4
通过新媒体学习	5
通过官方手册学习	5
使用镜头释放按钮更换镜头	6
拆卸镜头	6
安装镜头	6
安装与拆卸镜头的注意事项	6
使用Q按钮快速设置拍摄参数	7
认识相机的Q按钮	7
使用快速菜单设置参数的方法	7
使用MENU/OK按钮调控相机菜单	8
使用DISP/BACK按钮切换屏幕	
显示信息	9
使用播放按钮检视照片	10
掌握回放照片的基本操作	10
利用触摸屏进行播放照片的操作	11
使用删除按钮删除照片	12
利用富士相机录制视频	13
使用前指令拨盘快速设定光圈与曝光补偿	13
使用后指令拨盘调节快门速度与快速菜单中的设定	14
按快门按钮前的思考流程	15
该用什么拍摄模式	16
测光应该用什么? 测光测哪里	16

用什么构图	17
光圈、快门、ISO感光度应该怎样设定	17
对焦点应该在哪里	17

## 第2章

### 决定摄影成败的细节

摄影与射击的共性——稳定	19
按快门的正确方法	20
必须重视的拍前检查	21
检查镜头等装备是否带齐	21
查看相机参数	21
文件格式和文件尺寸	21
光圈和快门速度	22
感光度	22
曝光补偿	22
白平衡模式	23
自动对焦及自动对焦区域模式	23
测光模式	23
辩证使用RAW格式保存照片	24
保证足够的电量与存储空间	25
检查电池电量级别	25
检查存储卡剩余空间	25



## 第3章

### 合理使用不同的拍摄模式

从自动挡开始也无妨	27
高级SR自动模式 	27
根据拍摄题材选择特定模式	
快速“出片”	28
肖像模式 	29
美肌模式 	29
风景模式 	30
运动模式 	30
夜景模式 	31
夜景模式（三脚架） 	31
烟火模式 	32
日落模式 	32
雪景模式 	33
海滩模式 	33
潜水模式 	34
聚会模式 	34
花卉特写 	35
文字 	35
控制背景虚化用光圈优先模式（A）	36
定格瞬间用快门优先模式（S）	37
匆忙抓拍用程序自动模式（P）	38
自由控制曝光用M挡	39
全手动曝光模式的优点	39
判断曝光状况的方法	41
用B门拍烟花、车轨、银河、星轨	42

## 第4章

### 富士镜头详解

镜头标识名称解读	44
学会换算等效焦距	45
了解焦距对视角、画面效果的影响	46
明白定焦镜头与变焦镜头的优劣	47
大倍率变焦镜头的优势	48
变焦范围大	48
价格亲民	48
在各种环境下都可发挥作用	48
大倍率变焦镜头的劣势	49
成像质量不佳	49
机械性能不佳	49
小倍率变焦镜头的优势	50
成像质量佳	50
拥有恒定光圈	50
小倍率变焦镜头的劣势	51
不能适用各种拍摄题材	51
价格昂贵	51
恒定光圈镜头与浮动光圈镜头	52
恒定光圈镜头	52
浮动光圈镜头	52
不同焦段镜头的特点	53
广角镜头	53
中焦镜头	53
长焦镜头	54
微距镜头	54
常用镜头推荐	55
XF 16-55mm F2.8 R LM WR 广角镜头	55
XF 55-200mm F3.5-4.8 R LM OIS 变焦镜头	56

XF 18-135mm F3.5-5.6 R LM OIS WR 变焦镜头	57
XF 56mm F1.2 R APD 定焦镜头	58

## 第5章

### 就这几招让你的相机 更稳定

拍前深呼吸保持稳定	60
用三脚架与独脚架保持拍摄稳定性	60
脚架类型及各自特点	60
用豆袋增强三脚架的稳定性	61
分散脚架的承重	61
用快门线与无线快门遥控拍摄	62
快门线的使用方法	62
无线快门遥控拍摄	63
如何进行遥控拍摄	63
使用定时自拍避免机震	64

## 第6章

### 滤镜配置与使用详解

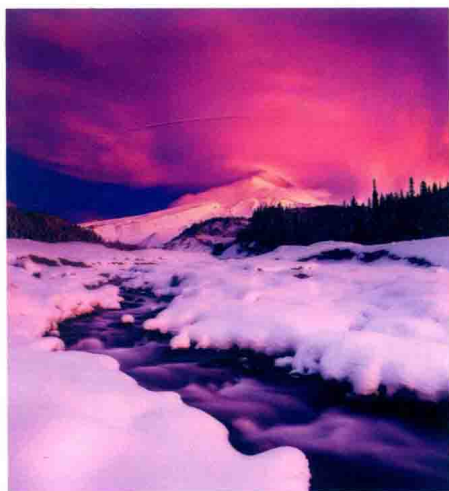
滤镜的“方圆”之争	66
选择滤镜要对口	66
UV镜	67
保护镜	67
偏振镜	68
用偏振镜压暗蓝天	68
用偏振镜提高色彩饱和度	69
用偏振镜抑制非金属表面的反光	69
中灰镜	70

中灰渐变镜	71
什么是中灰渐变镜	71
在阴天使用中灰渐变镜改善天空影调	71
使用中灰渐变镜降低明暗反差	71

## 第7章

### 色温与白平衡运用技巧

白平衡与色温的概念	73
什么是白平衡	73
什么是色温	74
富士白平衡的含义与典型应用	76
手调色温——自定义画面色调	77
巧妙使用白平衡为画面增彩	78
在日出前利用阴天白平衡拍出 暖色调画面	78
利用暖黄荧光灯白平衡拍出 蓝调雪景	78
使用白炽灯白平衡拍出冷暖 对比强烈的画面	79
利用低色温表现蓝调夜景	79



## 第8章

### 决定照片品质的3个因素 之一——曝光

曝光三要素之光圈——控制	81
光线进入量	81
认识光圈及表现形式	81
光圈数值与光圈大小的对应关系	82
光圈对曝光的影响	82
曝光三要素之快门速度——控制	83
相机感光时间	83
快门与快门速度的含义	83
快门速度的表示方法	84
快门速度对曝光的影响	85
快门速度对画面动感的影响	86
曝光三要素之感光度——调整	87
相机对光的敏感度	87
理解感光度	87
感光度对曝光结果的影响	88
ISO感光度与画质的关系	89
感光度的设置原则	90
曝光补偿——实现个性化画面的 撒手锏	91
曝光补偿的概念	91
判断曝光补偿的方向	93
正确理解曝光补偿	94
测光模式——曝光的总控制台	95
多重测光模式 	95
中心加权测光模式 	96
点测光模式 	97
平均测光模式 	97
利用曝光锁定功能锁定曝光参数	98

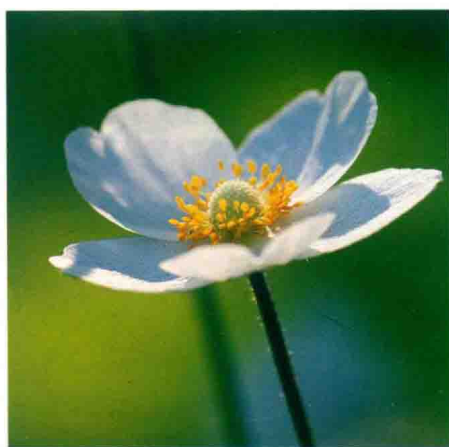
## 第9章

### 决定照片品质的3个因素 之二——对焦

对焦的概念	100
对焦点的概念	100
根据拍摄题材选用自动对焦模式	101
拍摄静止对象选择单次自动 对焦 (S)	101
拍摄运动的对象选择连续自动 对焦模式 (C)	102
设置不同的连续自动对焦模式	103
设置1 多重曝光的标准设置	103
设置2 忽略障碍物并继续跟踪 拍摄对象	103
设置3 用于加速/减速的拍摄对象	103
设置4 用于突然出现的拍摄对象	103
设置5 用于不规则移动和加速/减速 的对象	103



设置拍摄时释放优先还是 对焦优先·····	104
设置“脸部识别/眼睛识别设置” 功能拍摄人像·····	105
8种情况下手动对焦比自动更好·····	106
使用“对焦确认”辅助手动对焦·····	108
4招选好对焦位置·····	109
驱动模式与对焦功能的搭配使用·····	110
单拍模式·····	110
连拍模式·····	111
自拍模式·····	111



## 第10章

### 决定照片品质的3个因素 之三——景深

什么是大景深与小景深?·····	113
影响景深的因素——光圈·····	114
影响景深的因素——焦距·····	114
影响景深的因素——物距·····	115
拍摄距离对景深的影响·····	115
背景与被摄对象的距离对景深 的影响·····	116



## 第11章

### 掌握构图与用光技巧

画面的主要构成·····	118
画面主体·····	118
画面陪体·····	118
画面环境·····	119
景别·····	120
特写·····	120
近景·····	120
中景·····	120
全景·····	121
远景·····	121
经典构图样式·····	122
水平线构图·····	122
垂直线构图·····	123
斜线构图·····	123
S形构图·····	124
三角形构图·····	124
透视牵引构图·····	125
三分法构图·····	125

散点式构图	126
框式构图	126
对称式构图	127
光的属性	128
直射光	128
散射光	128
光的方向	129
顺光	129
侧光	129
前侧光	130
逆光	130
侧逆光	131
顶光	131

妙用光线获得金山银山效果	152
水景的拍摄技巧	155
利用前景增强水面的纵深感	155
利用低速快门拍出丝滑的水面	156
波光粼粼的金色水面拍摄技巧	158
雪景的拍摄技巧	160
增加曝光补偿以获得正常的曝光	160
用飞舞的雪花渲染意境	161
太阳的拍摄技巧	163
拍摄霞光万丈的美景	163
针对亮部测光拍摄出剪影效果	164
拍出太阳的星芒效果	165
迷离的雾景	167
留出大面积空白使云雾更有意境	167
利用虚实对比表现雾景	168
花卉的拍摄技巧	170
利用逆光拍摄展现花瓣的纹理 与质感	170
用露珠衬托出鲜花的娇艳感	172

## 第12章

### 美女、儿童摄影技巧

逆光小清新人像	133
阴天环境下的拍摄技巧	135
如何拍摄跳跃照	137
日落时拍摄人像的技巧	139
夜景人像的拍摄技巧	141
趣味创意照	145
拍摄儿童宝贝	146

## 第13章

### 风光摄影技巧

山景的拍摄技巧	150
逆光表现漂亮的山体轮廓线	150
利用前景让山景画面活起来	151



## 第14章

### 昆虫、鸟类等动物摄影技巧

- 拍摄昆虫的技巧····· 175
  - 利用实时显示拍摄昆虫····· 175
  - 逆光或侧逆光表现昆虫····· 176
  - 突出表现昆虫的复眼····· 176
- 拍摄鸟类的技巧····· 177
  - 采用散点构图拍摄群鸟····· 177
  - 采用斜线构图表现动感飞鸟····· 177
  - 对称构图拍摄水上的鸟儿····· 178
- 拍摄其他动物的技巧····· 180
  - 抓住时机表现动物温情的一面····· 180
  - 逆光下表现动物的金边毛发····· 180
  - 高速快门加连续拍摄定格精彩瞬间····· 181
  - 改变拍摄视角····· 183

## 第15章

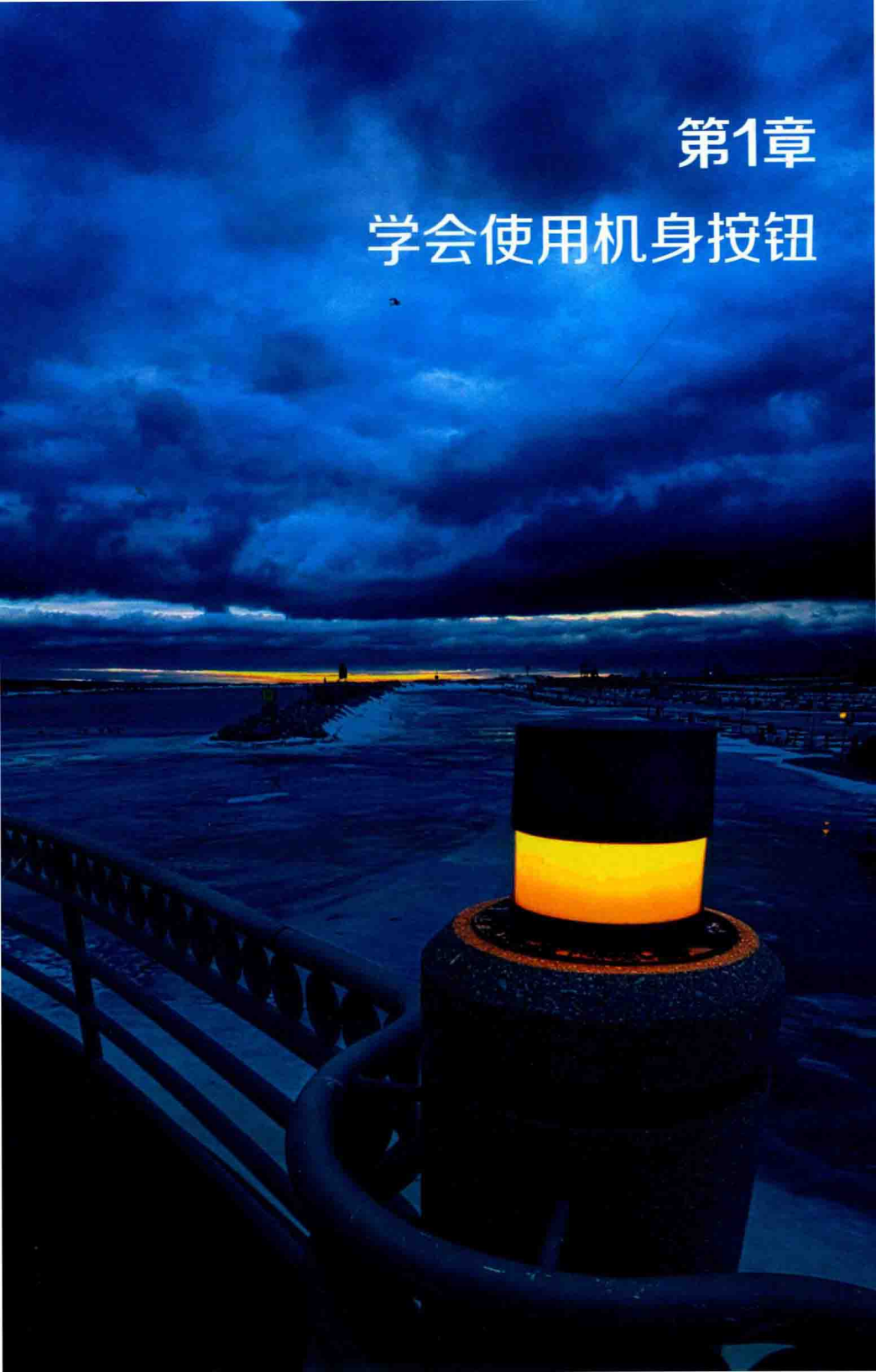
### 城市建筑与夜景摄影技巧

- 拍摄建筑的技巧····· 186
  - 逆光拍摄建筑物的剪影轮廓····· 186
  - 拍出极简风格的几何画面····· 186
  - 通过构图使画面具有韵律感····· 187
  - 使照片出现窥视感····· 187
  - 拍摄建筑精美的内部····· 188
- 拍摄夜景的技巧····· 190
  - 天空深蓝色调的夜景····· 190
  - 车流光轨····· 192
  - 奇幻的星星轨迹····· 195



# 第1章

## 学会使用机身按钮



## 熟练使用相机的重要性

摄影圈一直流行着一句话：最重要的是镜头后面的那个头，并被很多摄影爱好者及专业摄影师所认同，其中的“镜头”往往统指相机、镜头及相关附件等器材，而“镜头后面的那个头”，当然就是指摄影师本人，这在很大程度上说明了，摄影需要摄影师综合运用构图、光线、色彩等摄影知识，结合对拍摄对象的捕捉甚至布局等，才有机会拍出摄影佳作。但要注意的是，很多摄影初学者，容易将这句话反向理解为“镜头(器材)是不重要的”，这就是初学者很容易走进的误区了。在笔者看来，“最重要的是镜头后面的那个头”这句话对摄

影初学者而言，是不准确甚至是错误的。

“工欲善其事，必先利其器”，这句话出自《论语·卫灵公》，意为工匠想要使他的工作做好，一定要先让工具锋利。同理，对摄影而言，要想做好“摄影”这个工作，用好“相机”这个工具，是必要的前提和基础。读者经常遇到由于持机姿势问题而导致照片拍虚了、由于测光模式问题而导致照片曝光过度或曝光不足、由于白平衡设置问题而导致照片偏色等这些初学者容易犯的错误，往往都是对相机使用不当，或没有充分认识到相机使用的重要性导致的。



17mm F18 25s ISO200

另外，回到“最重要的是镜头后面的那个头”这句话中，笔者并不否定甚至是赞同它的价值，只是对初学者而言，这句话的前面应该加上一句“当你玩转相机以后”，这样才会让初学者正确认识“玩转相机”的价值和重要性。

从另一个角度来说，布烈松、安塞尔·亚当斯、李小白、简庆福、陈长芬、石广智、贺延光等国内外的诸多摄影名家中，无一不是能够熟练使用相关摄影器材的“器材高手”。但器材使用的价值是有限的，当熟练使用器材后，其使

用价值就很难再进一步提高了；反之，摄影思想层面的价值则可以说是无限的。因此，各大摄影名家没有人会标榜自己是“器材高手”，因为这只是摄影的初级阶段，但不可否认，这些摄影名家往往是以“器材高手”为基础，或逐渐成为了“器材高手”，从而保证自己的摄影创作、思想表达，不会受到器材的限制。而对摄影初学者而言，恰恰是处在“摄影的初级阶段”，因此非常有必要掌握好相机及相关器材的使用。



## 相机上的按钮功能如何学习

“器欲尽其能，必先得其法”，这句话同样出自《论语·卫灵公》，是“工欲善其事，必先利其器”的后半句，意为想要让工具发挥它的作用，必须先明白它的使用方法。同理，对摄影而言，要发挥相机的作用，为摄影创作保驾护航，就要先掌握其使用方法。

对相机而言，最先接触到的就是相机上的各个转盘、按钮等，这些往往是相机的核心功能，也是摄影过程中经常用的，因此下面以相机上的典型按钮为例，结合本书内容讲解其功能的学习方法。

### 通过本书学习

本书对相机的基本结构及常用按钮的用法做了详细的演示和说明，可以让读者较为直接和快速地了解其功能，是最常用的学习方法。

以右侧的图文说明为例，要设置图像质量，首先按下MENU/OK按钮，然后使用▲和▼方向键选择“图像质量”选项，按下▶方向键进入下一级菜单，继续按下MENU/OK按钮确认设置即可。

此外，本书还配有大量功能示意图，帮助读者直观地理解一些抽象、枯燥的功能及参数，再结合优秀的摄影作品，提高学习兴趣和效率。

### 通过视频学习

除了使用本书这种平面纸媒体进行学习外，还可以在网上搜索与摄影相关的视频教程，例如，可以进入funsj.ke.qq.com学习与摄影相关的免费摄影课程。



按下MENU/OK按钮，使用▲或▼可选择需要设置的选项，使用▶方向键可进入下一级菜单。再次按下MENU/OK按钮可确认选项



## 通过新媒体学习

对初学者而言，遇到难以理解的问题时，不妨通过手机APP、QQ群、微信公众号等新媒体，通过提问、交流等方式，提高自己的学习效率。例如，可以关注我们的微信公众号“好机友摄影”，里面已经有5000余篇摄影类文章，内容丰富。此外，如果将问题发到后台，还可以获得专业人士解答。



## 通过官方手册学习

官方的相机手册中，往往提供了极为丰富和详细的相机说明，几乎所有相机相关的功能和参数，都能找到深入、详尽的数据，具有很强的说明性。

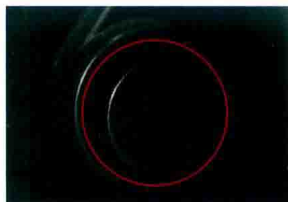


## 使用镜头释放按钮更换镜头

使用微单相机的乐趣之一就是可以根据题材更换镜头，例如，拍摄风光时，可以更换成视野宽广的广角镜头；在拍摄人像时，可以更换成能够虚化背景的大光圈镜头；而在拍摄微距题材时，可以更换成展示其细节之美的微距镜头。所以，拆卸镜头与安装镜头的方法与技巧，是每一个摄影爱好者都需要学习的。

### 拆卸镜头

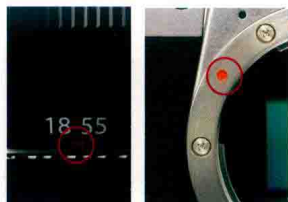
要拆卸镜头，首先应该一手握住机身，另一手托住镜头，然后按照下面所示的流程进行镜头更换操作。



按下镜头释放按钮



按箭头所示的方向旋转镜头



旋转至两个红点重合时，即可顺利取下镜头

在拆卸镜头前切记要关闭相机的电源，相机离地面的距离不要太高，应尽量在桌上、地面或垫在相机包上拆卸，这样当出现不小心将相机或镜头从手中掉落的情况时，也不至于摔坏相机或镜头。

### 安装镜头

安装镜头与拆卸镜头的方法刚好相反，即机身和镜头上各有一个红点，在安装镜头时，将二者的红点对齐，垂直插入镜头，按顺时针方向扭动，直至听到“咔嗒”一声，即表示完成镜头安装。

### 安装与拆卸镜头的注意事项

需要注意的是，每换一次镜头，就会给传感器沾灰创造机会。

因此，在多沙、多尘的环境中拍摄时，如沙滩、沙漠或泥土地的马路边等，使用相机时尽量不要更换镜头，以免导致大量进灰。在水雾较重，如海边、瀑布旁边等地方也不建议更换镜头。

另外，建议养成卡口朝下更换镜头的习惯，这样可以减少传感器沾灰的风险。当更换好镜头重新启动相机后，可以开启相机的“传感器清洁”功能进行清洁，以保证感光组件的洁净。