

微单摄影 实拍技巧



兰易 编著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

微单摄影 实拍技巧

兰易 编著



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内 容 提 要

本书以主流微单相机为例，全面介绍了微单相机的使用方法、主题实拍技法，主要包括认识微单相机、微单相机选购必读、摄影快速上手等内容，同时，特别针对花卉、宠物、风景、人像、夜景等主题，详细介绍了实拍技法。读者通过阅读本书，学以致用，就能以最简单的方法拍摄出属于自己的“作品级”照片。

本书摄影技法全面、独到，案例丰富，具有较强的针对性和实用性，特别适合微单摄影初学者阅读，同时，有一定基础的摄影爱好者也可参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

微单摄影实拍技巧 / 兰易编著. —北京: 中国电力出版社, 2019.1

ISBN 978-7-5198-2694-9

I . ①微… II . ①兰… 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(2018)第276305号

出版发行: 中国电力出版社

地 址: 北京市东城区北京站西街19号(邮政编码100005)

网 址: <http://www.cepp.sgcc.com.cn>

责任编辑: 刘 焯 马玲科(liuchi1030@163.com)

责任校对: 黄 蓓

装帧设计: 王红柳

责任印制: 杨晓东

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

版 次: 2019年1月第一版

印 次: 2019年1月北京第一次印刷

开 本: 787毫米×1092毫米 16开本

印 张: 14.25

字 数: 238千字

印 数: 0001—3000册

定 价: 69.00元

版权专有 侵权必究

本书如有印装质量问题, 我社发行部负责退换

前言

相机人人有，但美照不是人人都会拍。本书将引导您用微单相机，以最简单的方法拍摄出属于自己的“作品级”照片。让您即使是初学者，也能拍好拍对。

摄影新手常问下面的问题：

天空看起来很亮啊，光线应该很充足，为什么拍出的人物都暗暗的？

别人的美食照看起来都好好吃，为什么我拍起来的就像是剩菜剩饭？

明明就在同一个地方拍照，为什么我拍出的照片就是感觉比较平凡？

光圈优先？快门优先？ISO？好复杂啊！还是使用 AUTO 模式就好了。

……

这些问题，都能够在本书中得到解答。本书介绍了如下几方面的内容：

- 全面掌握微单相机使用技法。以主流微单相机为例，全面介绍微单相机的使用方法。浅显文字搭配生动插图，让您迅速掌握微单相机的操控技法。

- 详细解答摄影基础理论。光圈、快门、焦距……摄影构图、定时自拍、创意风格增强、自动 HDR 拍摄……知道这些基本问题的答案后，您就能更上一层楼。

- 主题实拍技法现学现用。花卉、宠物、风景、人像、夜景等立即可用的主题实拍技法，适用于各种摄影场景，让您马上就能拍出美美的照片。

就从现在开始，用手里的微单相机，开启您的摄影生活，用随拍美照诉说心情故事，拍出精彩每一天！

编者



目 录

前言

第1单元 认识微单相机	1
1.1 微单究竟是什么相机	2
1.2 不同系统的微单相机	3
1.3 有关微单相机你必须了解的几个概念	7
1.4 你到底需要微单相机还是数码单反相机	12
1.5 微单相机选购必读	15
1.6 好纠结，我选什么品牌的微单相机	16
1.7 镜头选择是微单相机选购重点吗	16
1.8 购买微单相机时的验机方法	17
1.9 市售主流各品牌微单相机速览	18
第2单元 微单相机摄影快速上手	19
2.1 初次上手，做好这些事情就好	20
2.2 拍摄前的基础设置一次全搞定	22
2.3 稳住！拿稳相机才能拍出好照片	23
2.4 使用智能自动模式拍摄我的第一张照片	24
2.5 让照片活起来——各种画面特效应用	27
2.6 创意风格增强照片的视觉效果	29

2.7 人脸检测功能更精确聚焦人脸	30
2.8 美肤就这么简单	33
2.9 笑脸快门留住最美瞬间	34
2.10 用连拍定格运动画面	34
2.11 第一时间将照片与朋友分享	35

第3单元 微单相机摄影进阶技巧 37

3.1 曝光你真懂了吗	38
3.2 控制曝光三要素——光圈、快门和感光度	39
3.3 选对测光模式就能准确曝光	39
3.4 根据拍摄对象正确设置曝光模式	42
3.5 曝光补偿轻松控制画面曝光量	49
3.6 曝光锁定有效控制测光值	50
3.7 自动 HDR/ 动态范围优化增强照片的细节和层次	52
3.8 曝光不可或缺的感光度	54
3.9 对焦决定影像清晰度	55
3.10 白平衡让照片更漂亮	62

第4单元 摄影创作必学——构图 65

4.1 完美构图决定摄影实拍成败	66
4.2 构图需要考虑的要素	67
4.3 完美照片的构图秘诀	68

4.4 摄影画面的组成要素	71
4.5 活用各种不同的拍摄角度与距离	74
4.6 构图的经典定律：黄金分割	78
4.7 水平线构图	81
4.8 垂直线构图	81
4.9 斜线构图	82
4.10 曲线构图	83
4.11 不规则线构图	83
4.12 三角形构图	84
4.13 框式构图	84
4.14 放射线构图	85
4.15 中央构图	86
4.16 隧道式构图	87
4.17 棋盘式构图	87

第5单元 摄影创作必学——光线色彩 89

5.1 摄影就是用光作画的艺术	90
5.2 日常生活中，可以利用哪些光线	91
5.3 了解光线的方向，拍出光线的感情	94
5.4 顺光展示更多细节	95
5.5 前侧光表现被摄物质感	96

5.6 侧光增强画面立体感	96
5.7 逆光营造剪影效果	97
5.8 顶光突出明暗对比	99
5.9 摄影师必学的色彩常识	99
5.10 三原色与色彩空间 RGB & Color Space	101
5.11 色彩三要素	104
5.12 色彩在摄影构图中的作用	107
5.13 白色表现明亮、朴素	108
5.14 黑色表现庄严、神秘	109
5.15 黄色表现欢快、辉煌	110
5.16 蓝色表现纯净、沉稳	110
5.17 红色表现喜庆、欢乐	111
5.18 绿色表现清新、淡雅	112
5.19 摄影中的影调	113
5.20 在摄影主题表达中运用影调	116

第6单元 完美风景实拍技巧大补贴 117

6.1 使用自动对焦和手动对焦的时机	118
6.2 风景摄影中对焦位置与成像的差异	119
6.3 根据拍摄题材选择曝光模式	119
6.4 正确的曝光补偿原则——白加黑减	120

6.5 风景摄影构图原则必学	122
6.6 让风光的摄影背景简洁	123
6.7 让风光摄影的背景变得简洁	124
6.8 用倒影扩大表现力	124
6.9 利用前景增强画面空间感	125
6.10 全景照片能展现壮阔的风景	125
6.11 大场景风景一定要注重留白	126
6.12 天空云彩构图	126
6.13 树木摄影构图	128
6.14 城市 / 建筑摄影构图	128
6.15 湖泊 / 海洋摄影构图	129
6.16 溪流 / 瀑布摄影构图	131
6.17 山景 / 沙漠摄影构图	132
6.18 草原摄影构图	133
6.19 雪景摄影构图	134
6.20 把握一天中不同时段的光线	135
6.21 捕捉晨昏时分最美的光线	136
6.22 在风景摄影中使用渐变灰镜	137
6.23 在风景摄影中使用偏振镜	138
6.24 不同季节拍摄要领	139

6.25 不同天气拍摄要领	141
---------------	-----

第7单元 唯美人像实拍技巧大补贴 143

7.1 人像摄影拍摄要领详解	144
7.2 巧用拍摄模式，人像摄影简单上手	146
7.3 人像摄影中准确对焦	148
7.4 选择最恰当的拍摄视角	150
7.5 选择最合适的拍摄角度	151
7.6 完美人像摄影这样取景	153
7.7 完美人像摄影这样构图	155
7.8 对准人物脸部中灰位置测光	158
7.9 避免皮肤反光过多	159
7.10 前侧光使脸形更标准	159
7.11 侧光突显人物个性	160
7.12 林布兰打光法展现人物坚毅的性格	160
7.13 蝶形打光法突显精致的五官	161
7.14 闪光灯使人物脸部更干净	162
7.15 轮廓光突显人物的轮廓线条	162
7.16 明暗搭配的背景增强画面层次	163
7.17 在树林中拍摄时使用透光板过滤光线	163
7.18 水边拍摄避免水面强烈反光	164

7.19 草地上拍摄使用反光板避免人物偏绿	164
7.20 直射阳光照射下缩小画面反差	165
7.21 蓝色背景光为夜景人像增添神秘感	165

第8单元 花卉 / 宠物实拍技巧大补贴 167

8.1 花卉摄影实拍技法	168
8.2 宠物摄影实拍技法	178

第9单元 夜景摄影实拍技巧大补贴 187

9.1 在夜景拍摄中正确设置相机	188
9.2 准确测光决定夜景摄影的成败	189
9.3 根据被摄物选择适当曝光模式	190
9.4 活用光圈优先模式拍摄夜景	190
9.5 夜景摄影中准确曝光很重要	191
9.6 正确选择夜景摄影的曝光参数	193
9.7 如何控制夜景中的噪点	193
9.8 夜景摄影中的完美构图	194
9.9 拍出现代建筑物的灯光效应	195
9.10 平移相机使建筑物具有动感	196
9.11 成功捕捉夜色中的细节	197
9.12 利用动静对比拍摄夜色	198
9.13 抓拍夜色中的动态虚影	199

第10单元 网店商品实拍技巧大补贴 201

- | | |
|-------------------|-----|
| 10.1 网店商品拍摄需要的器材 | 202 |
| 10.2 拍摄商品的适用构图规则 | 202 |
| 10.3 用光表现商品的色彩 | 203 |
| 10.4 用光表现商品的质感 | 204 |
| 10.5 借助光位表现商品的形状 | 205 |
| 10.6 拍摄玩具 | 207 |
| 10.7 拍摄玻璃器皿 | 208 |
| 10.8 拍摄饮料、酒类 | 209 |
| 10.9 拍摄香水 | 210 |
| 10.10 拍摄首饰配件 | 210 |
| 10.11 拍摄服装 | 211 |
| 10.12 让水果和蔬菜更新鲜水灵 | 212 |
| 10.13 突出美食诱人的光泽 | 212 |
| 10.14 表现热气腾腾的美食 | 213 |



第①单元

认识微单

相机



1.1 微单究竟是什么相机



2010年6月9日，索尼发布 NEX-5C 相机，并将其命名为“微单”：介于卡片相机和单反相机之间的跨界产品，具有卡片相机的轻便机身，却能像单反相机一样更换镜头，并提供和单反相机同样的画质。

其实，在索尼推出“微单”相机之前，奥林巴斯、松下、三星等消费电子巨头已经推出了相关产品。与索尼命名“微单”不同，奥林巴斯、松下、三星等把这类相机称之为“单电”。



1-1

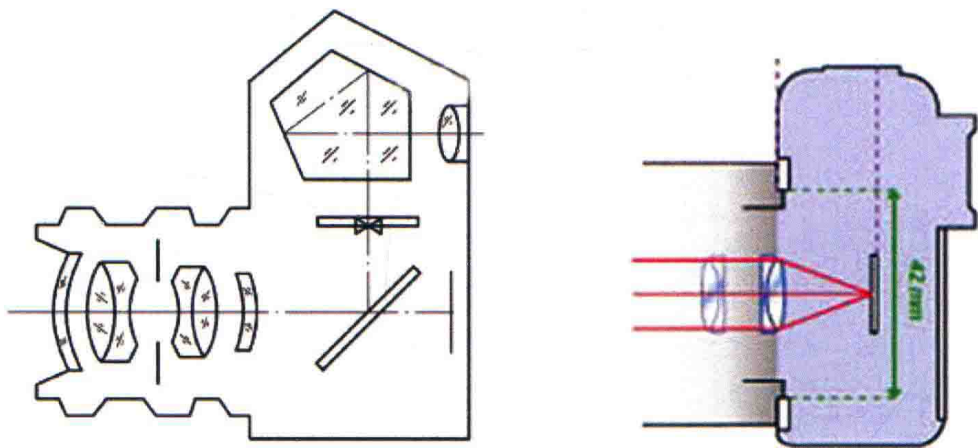
微单相机

从法律上来讲，“单电”和“微单”属于索尼公司的两个商标：前者指采用半透明固定式反光板、支持 α （阿尔法）卡口镜头的 SLT 系列相机，后者指完全省略反光板和五棱镜、采用全新 E 卡口的 NEX 系列相机。

在索尼注册前，“单电”一词就已经在摄影爱好者圈中广为流传，但微单的起源最先还是索尼，一经传播这个时尚的称呼就迅速应用到了其他品牌的同类产品上。

根据此类相机的构造原理，业界将“微单”统称为 EVIL（Electronic Viewfinder Interchangeable Lens，带有电子取景器的可换镜头数码相机），在其中文表述上也统称为“微单相机”。

微单相机基于感光元件 LiveView（实时显示拍摄）技术而出现，微单是介于单反和卡片机之间的一种机器，去掉了单反相机的核心部件——反光板，而取景方面，在 LiveView 的支持下，它是用单镜头并通过此镜头反光取景的相机，辅以电子取景器（EVF）的设计，大大缩小了镜头卡口到感光元件的距离，因此，可以获得比单反更小巧的机身，也保证了成像画质与单反相同。



1-2

单反相机、微单相机内部结构比较示意

由于采用了比卡片相机更大的感光元件，微单相机的成像质量近似或者根本就等同于单反相机，而去掉了反光板和反光镜箱之后，微单相机的机身可以做到更加轻薄。“卡片之薄，单反之用”就是此类相机的真实写照。

目前，索尼 α 系列 /NEX 系列、松下 G 系列、奥林巴斯 OM-D 系列、三星 NX 系列、佳能 EOS M 系列、富士 X-Pro 1 和宾得 K-01 都属于微单相机的市售产品。

1.2 不同系统的微单相机



按照使用感光元件的尺寸差异，目前，微单相机主要分为 Micro Four Thirds（简称 M 4/3）与 APS-C 两大系统。

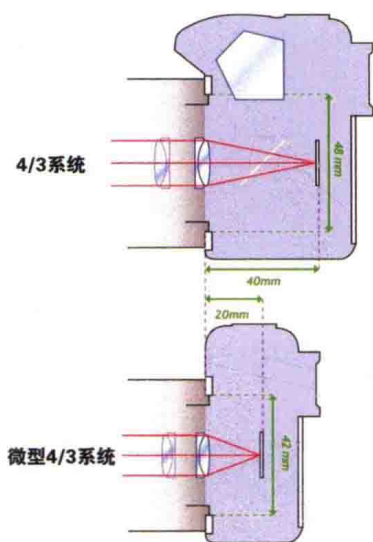
2008 年底，松下发布了 Lumix G1 相机，这是全球首款无反光板、可换镜头并采用电子取景的相机。它的出现意义非凡，推倒了微单相机时代的第一张多米诺骨牌。



1-3

松下 Lumix G1 相机

松下 Lumix G1 是在奥林巴斯和松下合作的 4/3 系统上改进而成的，取消了 4/3 系统的反光镜，法兰距从 40mm 缩短到 20mm，机身体积以及镜头大小得以大幅度缩小。它配合微 4/3 系统专用镜头拍摄，可通过转接环使用原来的 4/3 系统镜头，并且大部分都能实现自动对焦。



1-4

4/3 单反系统与 M 4/3 系统的结构对比示意

提示：什么是法兰距？

法兰距是镜头卡口到感光元件之间的距离。可换镜头数码相机在设计卡口之初就固定了法兰距，以便设计的各个镜头安装到卡口后都能实现无限远合焦。不同品牌的卡口法兰距不一样，例如，普通单反相机的法兰距为 40mm，微单相机的法兰距为 18mm 左右，卡片相机镜头可以直接靠近感光元件，法兰距几乎可以忽略不计。