

本书案例视频教程
均配二维码
扫描即可观看

给生活来点特效

手机创意摄影

与

短视频

完全攻略

拍照自修室 编著



无需专业的摄影与摄像器材，
小手机也可以拍特效大片

抖音头部特效MCN机构

慧慧周 拍照自修室 非非宇

倾力
打造

破亿点赞量，全球累计播放量超40亿次的手机创意摄影
与特效短视频教程分享

16种堪比电影大片的视频特效创意，使用手机就能实现
25种创意拍摄思路和精品素材，开启你的脑洞时刻
5分钟即学即用，爆款短视频拍起来就这么简单

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

给生活来点特效

手机创意摄影

与

短视频

完全攻略

拍照自修室 编著



化学工业出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

给生活来点特效：手机创意摄影与短视频完全攻略/
拍照自修室编著. —北京：化学工业出版社，2019.8
ISBN 978-7-122-34443-4

I. ①给… II. ①拍… III. ①移动电话机-摄影
技术 IV. ①J41②TN929.53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 085559 号

责任编辑：孙 炜 李 辰

装帧设计：尹琳琳

责任校对：宋 玮

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

710mm×1000mm 1/16 印张12 $\frac{3}{4}$ 字数312千字 2020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：79.00元

版权所有 违者必究

关于拍照自修室

从手机特效出发，在特效领域追求更佳。

从专注手机创意视频教程，到成为国内第一的拍照垂直领域 IP 自主研发机构以及抖音企业号的最头部账号，这是拍照自修室成立近两年时间取得的成绩。同时，在成长的路上，我们持续吸引了一众国内顶尖的后期人才，组成了一个顶级特效制作团队，为“慧慧周”账号制作特效视频，目前已经成为抖音上特效流的领军团队。

这个账号建立的初衷，是因为我们意识到在当下的短视频领域，抖音很大程度上能够帮助我们找到什么才是真正值得大家去学习的，进而将市场验证过的有效爆款视频制作方法教给爱好者。与此同时，也可以提升团队持续输出优质的创意特效短视频的能力，当我们自己拥有生产优质内容的能力，再通过拍照自修室的学习，让拍照自修室的关注者能够拥有同样产出优质内容的能力。



三生三世



扫码看视频



翅膀硬了



扫码看视频



流浪地球



扫码看视频

让拍照成为一件小事



在接触并习惯手机拍摄之前，我一直觉得手机拍照不过是玩玩而已，也一度认为只有用相机才能拍出真正的摄影作品。当静下心来认真研究手机摄影这回事后，我才发现那不过是我曾经所持有的一种固有偏见。

拍照自修室是我同我先生以及事业伙伴——多多共同创立的。在此之前，我是一名中学老师并且喜欢拍照——被拍的那种；多多是一名广告导演并且也同样喜欢拍照——拿相机拍摄的那种。我们也都喜爱旅行，因为想要在发展自己爱好的同时记录下更多美好生活，发掘“拍照”与“被拍”的乐趣，让更多人轻松、愉快地享受“拍”与“被拍”的过程，于是我们创建了“拍照自修室”这个自媒体账号，成为了自媒体人中的一员。作决定的那天，对很多人来说只不过是普通的一天，而对于我们而言，却是全新生活的开始。

自修室成立之初，它还没有占据我们过多的时间，而我们也只是投入了一部分精力来做这件事情。那时候多多还有本职工作在身，我们也还抽得出时间出去旅行，所以教程内容也都是随机的，可能是在我们外出旅行的过程中想到一个选题然后执行出来，也有可能是他拉着我在楼下小区录制的。

最开始的时候，我们尝试过使用相机拍摄，这源于我先生多年的拍摄习惯。后来他偶然在手机上下载了一个修图软件——Snapseed，当时这款软件推出了一个新功能，叫做

“双重曝光”，作用相当于 Photoshop 里面的蒙版，他一下子就兴奋起来了，当天就带着我出去拍了一个创意作品（在本书第 4 章中能看到这个案例）。同时也进一步激发了我们对于手机拍照的兴趣。

可以说，深入了解手机拍摄这件事推翻了我们对于拍摄的一贯认知。一直以来，大家都觉得拍摄是一件专业的、学习成本高的事情。但是随着技术的发展，越来越多专业化的东西逐渐大众化，越来越多精英化的爱好开始平民化。尤其是手机和通讯技术的发展，使得先前很多使用电脑才能完成的事情我们现在用手机都可以做到，比如支付、比如游戏、比如办公。

所以拍摄应该也可以。有了这个信念之后的很长一段时间里，我们都在研究是不是有更多的软件可以把以前电脑上才能处理的图片或者视频使用手机来进行后期加工。事实是，我们真的找到了很多解决方案。而这些解决方案被我们加入创意一个一个实现出来之后，越来越多的人喜欢上了我们的教程，越来越多的人关注我们，给我们留言，希望能有更多教程，在这种甜蜜的压力下，我们投入了更多精力，生活重心也在逐步往这上面转移。

这个过程中，我们始终只做了一件事情。为对拍照这个事情有一些兴趣的人，提供简单、易操作的拍摄思路，让拍摄不再“高大上”，而是变得就像吃饭、喝水、打开电视机一样简单。这是大家喜欢我们视频的主要原因，也是我们的初衷：让拍照成为一件小事。因为我们觉得，拍摄不应该是一件专业人士才能完成的事，每个人都可以通过拍摄很棒的内容来记录自己的生活。

到现在，我们已经有十多个班级的同学一起学习、交流，全网大概有上千万人看过我们的教程，这让我们越发觉得自己真的在逐步实现一些最初的梦想。除了共同收获这种知识输出的成就感，拍照自修室给我们带来的更多的是内心的感动，因为在拍照自修室，我们见证过很多故事，这些故事深深打动了我们。

再平淡如水的生活，也能拍出别样精彩的故事。

在我们的班级群里，有一位关注我们很久的人，他是一位还很年轻的 90 后小僧人，

决心往后余生同青灯佛祖为伴。他说关注拍照自修室给他的生活增添了很多有趣的东西，在修课之余，给师兄弟拍一些创意小视频，同时也记录了生活。之前我们在上海办过一次线下活动，他特地录制了一段视频，在视频里他表示很开心自己能够遇见拍照自修室，让他的生活多了很多乐趣。

成长才是一个人最美的姿态。

拍照自修室的班级里，还有一位很朴实的姑娘。有一次交作业的时候，我意外发现她在拍视频这件事情上很有想法。后来几次聊天中，她主动跟我说，关注拍照自修室以后，感觉找到了喜欢做的事情，现在慢慢地也在一些平台上积累了一定的粉丝量。这其中让我最开心的是看到她的视频里从她自己，逐渐出现小朋友，慢慢地，她的先生也开始出境，而且她的镜头感也越来越棒，人也越发地自信和美丽。

对生活多点耐心，我们能收获更多。

拍照自修室里面的一位同学曾经讲过一句话：关注拍照自修室以后，我把以前用来逛街、看电影、跟朋友聚会、追剧的时间全部用来拍摄和剪片了。

她曾经是个“拍摄小白”，现在已经成为拍照自修室班级群的课代表，她的视频获得了很多人的喜欢，甚至自己也开始输出知识并进行分享。很多时候我们的成长来源并不是我们天生比别人多拥有很多，而是我们赋予了自己对成长极大的耐心，从未放弃。

当这些故事发生我身边的时候，我逐渐明白拍照自修室给我带来了什么。我想那是一种热爱生活的力量。每次在思考创意选题的时候，在一次一次反复尝试，将所有执行细节掰碎了再输出的时候，总是不自主地会想起罗曼·罗兰的一段话：

“世上只有一种英雄主义，就是在认清生活真相之后，依然热爱生活。”

出世的美好太少太少，学会在平淡的生活中创造美、欣赏美、发现美，才是对生活最大的热爱。

慧慧同



目 录

准备好了吗？ 这里是拍照自修室

- 002 / 拍摄，究竟是为了什么？
- 005 / 取景框外的灵感来源
- 007 / 提高拍摄意识的必备招式
- 009 / 好创意的关键，是学会跨界混搭



让手机拍摄产生质变 的装备

- 012 / 有它们，拍摄就稳了
- 012 / 自拍杆
- 013 / 三脚架
- 014 / 稳定器
- 015 / 视角不够，镜头来凑
- 015 / 广角镜头
- 016 / 长焦镜头
- 017 / 微距镜头

关于手机拍摄，你不得不知道的一些事

- 020 / 了解你的手机相机参数
- 020 / 快门速度
- 021 / 感光度
- 022 / 光圈
- 023 / 白平衡
- 024 / 感受焦点的魔力
- 024 / 对焦清晰的实用技巧
- 026 / 夜景光斑如何拍摄
- 028 / 把摄影构图拆给你看
- 028 / 常用构图方式
- 030 / 有趣的错位摄影
- 033 / 全景模式还可以这样玩
- 033 / 利用全景模式拍自己
- 036 / 利用全景模式拍倒影

4 手机创意摄影让你的照片更出彩

- 040 / 手机慢门创意摄影
- 041 / 在人群中拍出主体清晰的照片
- 044 / 光绘摄影
- 048 / 手机夜景创意摄影
- 049 / 黑金风格夜景
- 052 / 创意夜景
- 056 / 闪光灯人像
- 061 / 手机摄影创意后期
- 064 / 黑白上色
- 067 / 悬浮照片
- 071 / 人物碎片
- 075 / 水墨头像

6 小视频秒变好莱坞大片

- 100 / 神奇的视觉魔术
- 100 / 神奇的视觉魔术
- 101 / 分身视频
- 106 / 灵魂出窍
- 111 / 漂移木马
- 113 / 玩转时间游戏
- 114 / 人物定格
- 119 / 时间暂停
- 123 / 想象力是你的超能力
- 124 / 控雨
- 130 / 变天
- 137 / 地裂
- 141 / 天赋异禀
- 145 / 意念控制

5 短视频的前世今生

- 082 / 导演口中的专业术语没你想得那么难
- 083 / 帧速率与分辨率
- 085 / 视频编码格式
- 087 / 声音的重要性
- 089 / 这样拍视频看上去才不业余
- 089 / 镜头运动，动静结合才能拍出好片
- 091 / 像电影一样分镜头
- 093 / 视频不仅仅是“剪”这么简单
- 093 / 蓝、绿幕抠像
- 096 / 转场小技巧
- 096 / 好用的后期剪辑 APP

7 让创意再飞一会

- 152 / 巧妙运镜
- 156 / 手机倒水
- 161 / 蓝色血月
- 167 / 朋友圈穿越
- 172 / 无限循环
- 177 / 温暖小人国
- 181 / 流浪地球

结语

- 190 / 哪些困境，我们曾走过

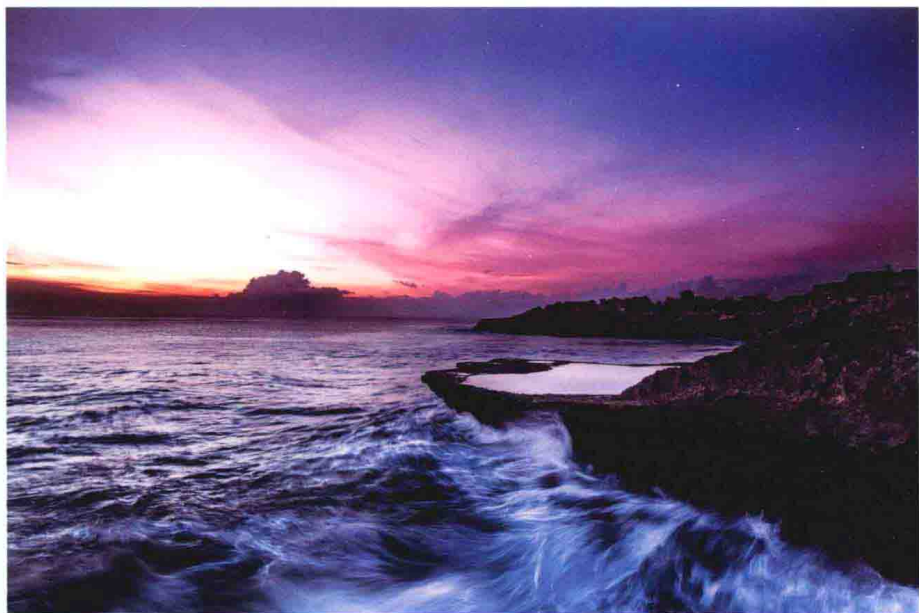


准备好了吗？
这里是拍照自修室

—— 拍摄， 究竟是为了什么？

每个领域和爱好在细分的时候都能找到不同的流派，拍摄也不例外。在摄影中，有风光摄影、日系人像、商业摄影、美食摄影、人文摄影、纪实摄影……在短视频领域里，你会看到玩特效的、玩转场和运镜的、擅长旅拍的……还有我们这本书中着重在讲的手机拍摄。但跳出这些，我个人认为其实大家都不过是记录者而已，拍摄最重要的不是那些技巧，而是源于一种触动，触动你的，或是光影，或是故事，或是情绪。

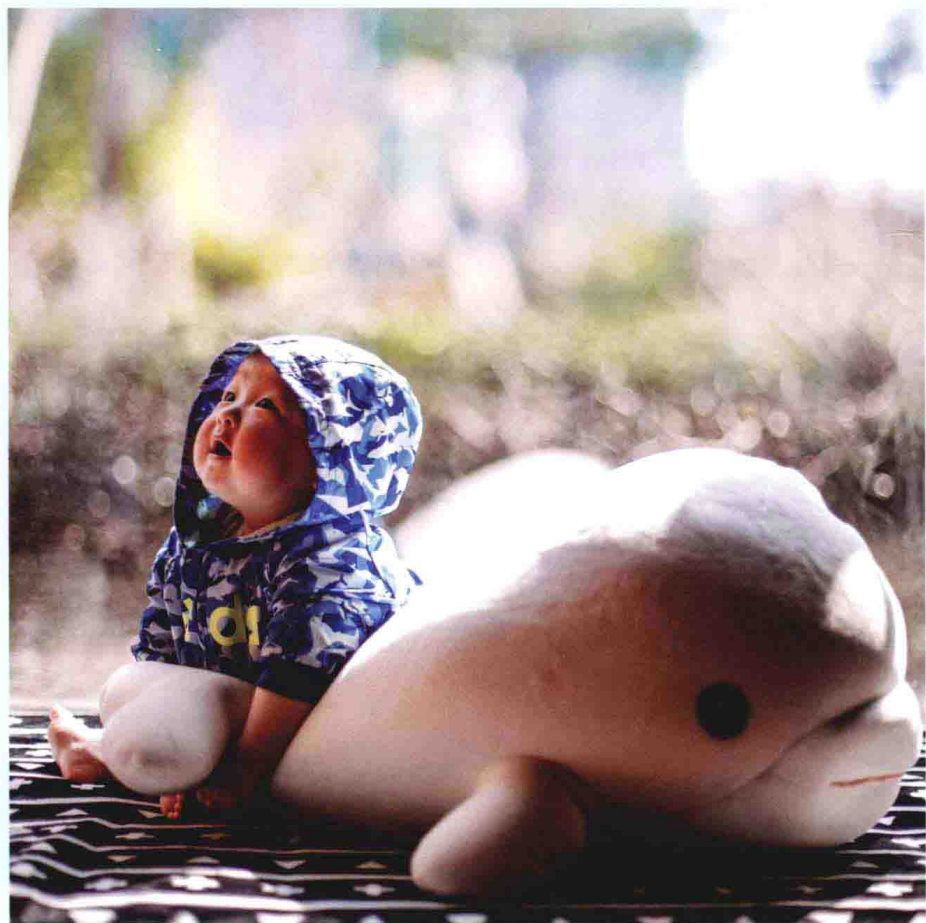
比如当我们身处海边，辽阔的天际线尽收眼底，海风吹来，带着海上独有的腥味，海浪击打着岩石，远处的天泛出让我们为之惊艳的斑斓色彩。



比如，当我们抛开工作，放松地待在家里，房间里布满柔和的光线，孩子揉着惺忪的双眼从午觉的时光中醒来，周围的环境十分静谧。在这段持续的时间里，你敞开内心的大门，体会着温柔与爱。

再比如，当我们在旅途中，总有一些风景想要记录，总有一些情绪想要表达。不想要太单一的照片，不需要太复杂的特效。用一组镜头记录我们所经历的，讲述我们的旅途心情。

这些触动让你举起手中的设备，透过镜头，把它们记录下来。拍摄不是你出趟门，随意拍几千张照片或者一大堆视频素材，回来挑选，而是有取舍地拍，这样才会进步。就像后期，重要的不是那些步骤和参数，重要的是感觉，感觉这件事情……要怎么说呢？它是你调过无数张照片之后，对自己审美的一种潜意识还原，类似的东西就好像学语言时候的语感，举起相机后习惯性的构图。





扫码看视频

可是，当我们使用手机拍摄时，会慢慢发现，我们与取景框之间的关系，并不像我们与世界之间的关系那般，多元与丰富。我们会被那狭窄的取景框束缚，取景框里只有光线，它剥离了你的嗅觉、触觉，可能还有听觉。取景框呆板的视角里能表达出的内容，远远小于眼睛能看到的東西。

在每次拿起手机拍摄时，你是否有一丝迷茫，不知道拍什么好？

取景框外的 灵感来源

拍摄要想如鱼得水，我们需要有拍摄意识。

什么是拍摄意识？

首先你要有一双会思考的眼睛，面对一些特殊的时刻，不再是拿起手机就拍，而是在发现的基础上加以创造。其次，你还需要成为一个导演或者摄影师，只是，你不需要专业水平，一流二流三流，业余的都可以。

因为手机拍摄真的没有门槛，不需要了解复杂的相机参数，人人都可以参与。哪怕是拍视频，你也不需要会写脚本，不需要背台词，只需要让原本普通的人与事，瞬间变得与众不同。

譬如旅行中遇到雨天，当所有人都认为这是一个糟糕的天气，不知如何下手拍摄时，你



扫码看视频



是否可以像电影里的超级英雄一样，使出一个魔法，让雨滴静止？

譬如同样是到此一游的打卡照，你如何避开人群，让照片里只留下你和自己？

又譬如，在景区门口，其他人都在比着剪刀手，穿着冲锋衣与标志性建筑合影时，你何

不来一个大变身，拍摄一个俯瞰众生的小视频。

技术服务于形式，形式服务于内容，内容服务于想法。同样的场景，同样的按下快门，如何让你的拍摄与其他人的不一样，差别就是在想法上。

