

数码相机拍摄入门(六十三)

# 生活照片拍摄技巧



图1:长焦距、大光圈近摄,突出主体。

我们的日常生活是丰富多彩的。那么,如何才能利用丰富的生活素材拍出多姿多彩的照片呢?现在就向大家介绍一些日常生活照片的拍摄技巧。

## 一、拍摄人像

在拍摄人像时,无论拍摄的对象是老人、青年,还是小孩,都要选取适当的方式来刻画他们的特点,刻画其外部形态和心理特点。从用光、构图、影调等方面进行处理;不过要因因人而异。此外,拍摄人像时,宜选择使用ISO100和ISO200的感光度,标准镜头或长焦镜头。其中,长焦镜头可以在被摄对象不注意的情况下抓取自然的神态。

### 1.保持眼睛水平线的拍摄位置

要改善拍摄效果,最简易的方法是从被摄者眼睛的水平线开始。在此基础上,我们再向多种拍摄角度变化。比如:给小孩子拍照时,要弯下膝盖甚至蹲下来,使相机与小孩子的眼睛大体上处于同一



图3:侧面拍摄让画面更有立体感。

水平上,这样拍摄出来的照片会显得更加“亲切”,因为观众会感觉到他们在观察被摄者的眼睛,而眼睛往往是一个人最传神的地方。

### 2.先背景,后人物

背景可以影响整张照片的效果:明亮的色彩、闪亮的物体或被摄者身后的一大群人都会影响整张照片的视觉感受。在选择背景时,要注意的技巧有3个方面:第一靠近被摄者,让被摄者占满整个取景屏。当使用可变焦距镜头时,可以使用长焦距,以放大取景器中被摄者的大小。第二,改变角度,上下左右变换拍摄角度可产生不同的背景效果。第三,使用大光圈。将光圈调节到最大,这样就可以使背景虚化,以便突出被摄者。(如图1,这幅照片就是采用了长焦距、大光圈、近距离拍摄的。背景虚化效果显著,达到了人物主体突出、背景干净的目的。)

### 3.注意防止“红眼”

解决这个问题有两种方法:一是提高环境照明亮度,二是使用相机的红眼减轻闪光模式。相机在正

式曝光前会预闪一次,从而可以减轻红眼程度。

### 4.强制闪光平衡光影

一些具有内置闪光灯的卡片式相机和单反相机都具有“强制闪光”功能,用于阴影部分的补光,并将光滑表面反射的光线“添加”到被摄者的眼睛上,使被摄者的眼神更加吸引人。此外,强制闪光对去除正午高光情况下在眼睛和鼻子等部位留下的阴影也是非常有效的。

## 二、拍摄家庭生活照

在拍摄家庭生活照时主要有5个拍摄要点:一是下功夫提炼主题,使环境气氛与主题吻合;二是场面情景逼真;三是画面活泼,生活气息浓;四是尽量利用现场光源,适当加以补光;五是灵活掌握光圈和快门。家庭生活照中孩子是绝对的拍摄主角,那么在拍摄儿童生活照时除了要做到上面提到的5个拍摄要点以外,还要讲究一些拍摄技巧。

### 1.多用仰拍或俯拍

日常生活中,看到的多数家庭儿童照片,基本都是家长采取站或蹲的姿势,与儿童平视角度,就像前面提到的那样,是最基本的拍摄方法,虽然具有亲近感,但缺乏丰富的变化,比较呆板。其实,在拍摄时还可以采用另外两个角度:站高些俯拍、蹲下来甚至躺下仰拍,这样也许会收到意想不到的拍摄效果。

### 2.掌握好拍摄距离

很多家长在给小孩子拍照片时,基本都是采用一个距离去拍,大多数照片拍摄者与孩子的距离在2~3米,并以全身或大半身为主体,所拍照片缺少距离感,看着也单调。其实可以试着采用距离上的变化,可以拍摄中景(2~3米)、近景(1米以内)、远景(3米以上),甚至特写(0.5米左右)的照片。也可以使用变焦镜头达到同样效果。近到产生自然的变形,远到融入所拍环境之中。这就好

像一部电影,多些场景的变化才能体现出生活的味道。(如图2,拍摄距离5米,将孩子至于花海之中,背景非常漂亮。)

### 3.拍摄孩子侧面

在为孩子拍照片时,很多人往往习惯性地拍孩子的正面。即便偶尔略有些侧面的照片,家长反而认为是拍的不好。其实,家长所拍摄的每一张照片都记录着孩子的成长过程,他们的日常生活应该是多维多向的。所以,在给小孩子拍照时,可以多选取正面、侧面、大侧面甚至背面进行拍摄。(如图3,采用孩子的侧面拍摄,这个角度拍摄显得更有立体感。)

### 4.喜怒哀乐都要拍

打开相册,映入眼帘的一般都是孩



图2:将被摄体融入到环境中。

子们的笑容,有的笑得无奈、有的笑得尴尬、有的笑得生硬,这当然是想说童年是幸福的。可生活中儿童的表情是丰富的,喜怒哀乐记录着他们的成长,这才是人生。

我们可以尝试拍摄笑的、哭的、怒的、也可拍摄沉默的、发呆的、做鬼脸的。一张笑的照片若干年后,也许提不起再看的兴趣,但一张做鬼脸的照片会让人想起画面中的那段故事。

绚丽多彩的生活为我们提供了各式各样的拍摄素材,大家可以根据前面讲述的实际操作技巧,拿起相机,留住美好的回忆,为生活增添无限的乐趣。

文字/摄影: 岳星



## 最常用的英语口语集锦(二十)

- 467. Take me to the airport, please. 请送我去机场。
- 468. Talking with you is a pleasure. 和你谈话很愉快。
- 469. The eggs are sold by the dozen. 鸡蛋按打卖。
- 470. The price just covers the cost. 这个价格正好抵消成本。
- 471. The sweater is of good quality. 这件毛衣质地很好。
- 472. The teacher got a little angry. 老师有点生气了。
- 473. Think carefully before you act. 三思而后行。
- 474. Walt invented the steam engine. 瓦特发明了蒸汽机。
- 475. We are divided in our opinions. 我们意见分歧。
- 476. Whatever I said, he'd disagree. 不论我说什么他都不同意。
- 477. Whoever comes will be welcomed. 无论谁来都会受到欢迎。
- 478. You look as if you didn't care. 你看上去好像满不在乎。
- 479. You should look at it yourself. 你应该亲自看看它。
- 480. Draw your chair up to the table. 把你的椅子拉到桌子旁边来。

“最常用的英语口语集锦”内容由区外事办提供

## “重拾”传统文化

儿时的游戏——“抽陀螺”



抽陀螺,是我国的一种古老的儿童游戏,其过程是用鞭子连续抽击一圆锥物体,使之在平滑地面上旋转。它历史悠久,山西夏县西阴村仰韶文化遗址中曾出土陶制小陀螺。此外,早在宋朝时就出现了类似陀螺的玩具,名字叫做“干

干”。它是一个长约三公分的针形物体,放在象牙制的圆盘中,用手撑着旋转,比赛谁转得最久就为赢家。这是当时嫔妃宫女用来打发深宫内无聊时光的贵族游戏。陀螺有陶制、木制、竹制、石制多种,以木制居多。木制陀螺为圆锥形,上大下小,锥端常加铁钉或钢珠。玩时,以绳绕陀螺使其旋于地,再以绳抽打,使之旋转不停。抽打得越狠,转得越快,故称“抽贱骨头”。

抽陀螺还盛行于上个世纪四十年代的中国,当时老北京的孩子把抽陀螺叫做“抽汉奸”,因那时日本侵占了北京城,不少汉奸助纣为虐,他们跟日本鬼子一样招人恨,老百姓就借抽陀螺时出口气儿,一边抽一边说:“抽汉奸,打汉奸,打败日本,打汉奸。”“抽汉奸,打汉奸,棒子面涨一千。”以解心头之愤恨。