

# 人像摄影构图与模特姿势200例



[人像摄影构图与模特姿势200例 下载链接1](#)

著者:周沐吉子

出版者:电脑报电子音像

出版时间:2010-8

装帧:

isbn:9787894761743

《人像摄影构图与模特姿势200例》写到：你也许不是一个职业的摄影师，她也不是一位专业模特，那么这就是最适合你入门的一本人像摄影指南。本手册作者长期从事摄影工作，通过对多年的美女、婚纱、儿童写真拍摄经验的总结，精心整理了人像构图的常用方法和一套非常容易上手的站、坐、蹲、趴拍照美姿，在此献给爱拍照的哥哥，及爱做模特的漂亮妹妹们。

作者介绍:

目录: 1 人像摄影构图基础

人像镜头的选择  
适合人像表现的焦段  
望远镜头的特性  
数码时代的人像镜头  
望远镜头的人像摄影技巧  
中望远焦段的应用  
超望远焦段的应用  
标准镜头人像摄影技巧  
广角镜头人像摄影技巧  
广角镜头  
超广角镜头  
摄影构图基本常识  
构图最重要的两点  
被摄体位置  
处理好背景和前景的关系  
恰当安排摄影画面构成  
摄影画面的主题表达  
摄影画面要突出主体  
陪体是为主体服务的  
画面前景的安排  
用背景交代环境  
用画面留白表达意境  
人像摄影的取景范围  
特写  
近景  
半身与七分身  
全身  
人带景  
横幅还是竖幅  
人像摄影的拍摄角度  
正面人像  
七分面人像  
三分面人像  
侧面人像  
看镜头与不看镜头  
拍摄角度的选择——面部  
拍摄角度的选择——全身  
人像摄影构图方法  
井字构图  
对角线构图  
三角构图  
变形三角构图法  
框景构图  
S形构图  
同消失点构图  
异消失点构图  
2美少女拍照POSE基础  
自然的姿态  
尝试侧身的姿势  
记住要收腹  
别驼背  
不要只会立正  
站姿时腔8的变化  
重心要放在一条腿上

站姿时手的姿势  
看起来腿更修长的站法  
头发应整齐  
远离白眼  
杜绝表情呆若木鸡  
在镜头下变瓜子脸  
坐椅子要坐前沿  
如何坐更漂亮  
蹲姿注意事项

### 3 美女拍照站姿示范

基本站姿  
旋转动作  
跳跃动作  
步行动作  
正立站姿  
侧面站立——单腿翘起  
侧面站立——踢腿  
交叉站姿  
日系风格的站姿  
突出美腿的站姿  
青春活泼的站姿  
搭配道具的站姿  
性感站姿  
颓废风格站姿  
回眸一笑

### 4 美女拍照坐姿示范

坐姿的变化  
椅子正坐  
椅子侧坐  
椅子不一定要坐  
坐地上——正面  
坐地上——侧面  
坐其他地方

### 5 美女主题摄影姿势实例

性感时尚MM  
阶梯上的坐姿  
阶梯上的站姿  
墙边的坐姿  
墙边的站姿  
门边的姿势  
俏皮动作及各种手势  
可爱表情

### 6 儿童摄影构图与姿势

儿童摄影构图与要点  
满构图为主  
多些变化拍摄视角  
尝试特写或远景  
多拍拍孩子侧面  
喜怒哀乐全要拍  
抓住孩子最自然的表情  
跳出传统拍摄内容的圈子  
.....

婚纱摄影的构图与美姿  
· · · · · (收起)

[人像摄影构图与模特姿势200例 下载链接1](#)

## 标签

摄影

兴趣

人像摄影

PDF

## 评论

很是实用。无论你是爱拍美女的哥哥，还是爱摆pose的美眉~  
哇哈哈看完了，虽然不能成为专业的模特或者摄影师，但学会了如何欣赏别人的摄影作品。但有涉猎，可以略知一二、不懂装懂了。

[人像摄影构图与模特姿势200例 下载链接1](#)

## 书评

[人像摄影构图与模特姿势200例 下载链接1](#)