

ZHENYANGPAISHE

怎样拍摄  
人体

作品

● 旅日摄影师郑伟最新力作

RENTIZU PIN

浙江人民美术出版社



摄影：郑伟

# 怎样拍摄人体作品

ZENYANG  
PAISHARENT

浙江人民美术出版社



---

图书在版编目 (C I P) 数据

怎样拍摄人体作品/郑伟摄. —杭州: 浙江人民美术出版社, 2004.4  
ISBN 7-5340-1830-7

I. 怎... II. 郑... III. 人像摄影—中国—现代—摄影集 IV. J423

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第029876号

---

责任编辑: 王 铭  
摄 影: 郑 伟  
设 计: 金 龙 郑 伟

《怎样拍摄人体作品》

浙江人民美术出版社出版·发行

(杭州市体育场路 347 号)

全国各地新华书店经销

杭州开源数码设备有限公司

杭州富春印务有限公司

2004 年 4 月第 1 版·第 1 次印刷

开本: 889 × 1194 1/16 印张: 8

印数: 0,001—10,000

ISBN 7-5340-1830-7/J·1578

定价: 68.00 元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换



# 前言

我们在古罗马时代的雕塑以及中国敦煌壁画之中，可以看到人类早期对人体美的崇拜。人之躯体随着人类的进化而逐渐变得精致完美起来，人类最早感悟到的是人的自身之美，直到今天我们常会惊叹在数千年前的艺术家们对人体生理特征的理解之深刻与对人体造型美的认识之成熟程度。有史以来，艺术家们不断地采用不同的表现手法，反复地追寻与描绘自身天体之美，并创作出了许多经典的传世之作，使得裸体类作品成了美术史上一个具有辉煌成就的重要门类。

近代科技的发展，使摄影艺术成为一种重要的艺术门类，而表现人体之美又是摄影的强项。人体摄影能将人体之美表现得更为客观与真实，其既能最直接而真切地再现物象，又能使艺术家以最快捷而又艺术的方式去捕捉人体的千姿百态。从人体摄影中所呈现出来的多彩、真实和单纯之美，体现出了摄影艺术的专业优势。这种优势应该说是其他的艺术门类所不能替代的。

郑伟是一位事业性很强的旅日摄影家，多年来已出版了许多优美而健康的人体摄影作品。郑伟无论在影棚之中，还是在大自然里，都能十分灵性地利用光与影的变化，抓住人体在不同的环境里产生的精彩瞬间变化，以及其所形成的造型与色彩的和谐感觉，创造性地拍摄出了许多动与静相结合的具有优美意境的作品。随着摄影技术的不断演进，摄影已发展成为除绘画与雕塑之外的又一种能形象地反映生活美、自然美，尤其是人体美的重要艺术形式。人体摄影在中国刚刚起步，我高兴地看到郑伟在这个领域之中不但找到了适合自己的方位，还取得了丰硕的成果。

中国美术学院教授 吴山明

2004年3月











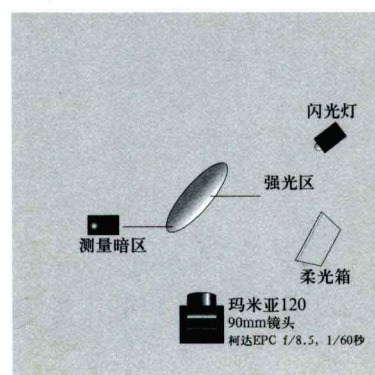






## 人体肌肤的表现

肌肤的质感——为表现女性的健康肌肤质感，可将水喷在皮肤表面形成晶莹的水珠，通过柔光箱和强侧光投射，产生强烈而细腻的视觉效果。





















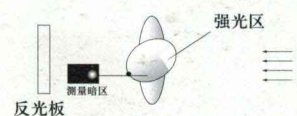






## 人体自然光的表现

得体、和谐的光照可以恰如其分地表现女性优美的曲线，使人体曲线的表现更引人注目。这幅画面以自然光为主。左、右侧光柔和地勾画出人体轮廓和造型，单纯的侧光与复杂的背景对比，使主体更突出。



玛米亚120  
90mm镜头  
柯达EPC 1/5.6, 1/30秒























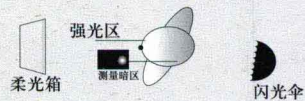






## 人体与景物的表现

采撷生活的细节，通过侧身造型的姿态，以景烘托女人体自然、优雅的特征，拍摄时要体现人与景的和谐。此作品追求了一种古典、传统的油画效果。



玛米亚120  
90mm镜头  
柯达EPC f/11, 1/60秒

























### 人体光影的表现

这是常用的经典姿势。扭动的身躯，通过一只侧面主灯塑造出鲜明生动的肢体语言。拍摄人体最好使用柔光，但须谨慎，在此图中可看出形体起伏中的光影有些斑驳琐碎。



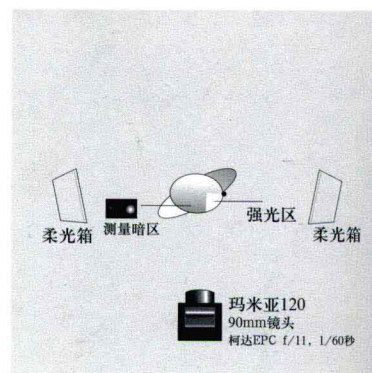






## 人体“S”形的表现

“S”形造型是最能表现女性流畅的曲线：胸部的隆起、腰部的瘦削、臀部的圆润，魅力十足。脸部被纱巾披盖，更能加强从手臂延伸至大腿之间的“S”形效果。

































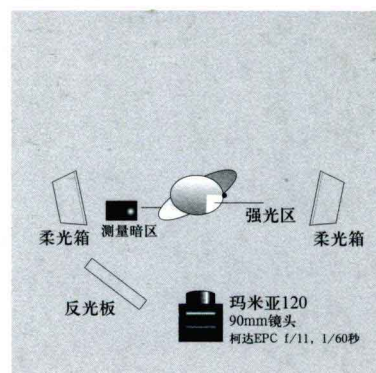






### 人体塑像造型的表现

稳重、凝重是塑像所要达到的视觉效果。人体塑像的造型则让人体曲线清晰地展现在人们的面前。这幅作品，注重多角度的视觉效果，其美感启发于古希腊雕塑的经典之作。

















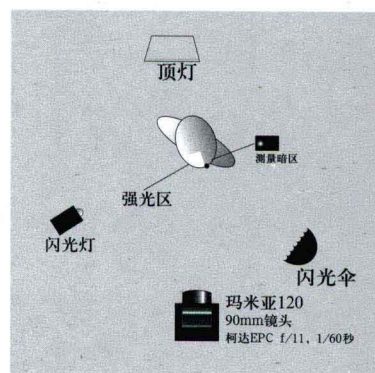






### 人体坐姿的表现

自然的坐姿，表现出人体的优雅大方，肢体的自然摆放使线条更为明快。此图以对角线构图，将人体的修长和柔美充分表现，画面也显得静中有动。









































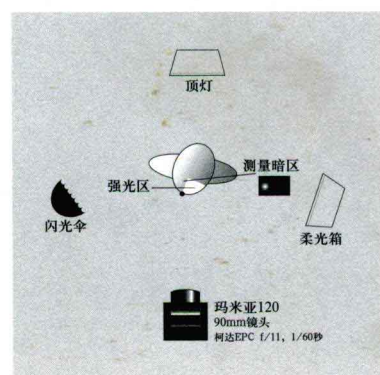






## 人体卧姿的表现

卧姿是注重形体鲜明线条的姿势。拍摄时应注意处理好人体横卧时的臀部、手臂、大腿和小腿这些柔软部位与硬质的平台和地板接触，小心形体挤压变形。垫上一张皮毛毯就很好地解决了这个问题，并取得了理想的形体线条美感。

















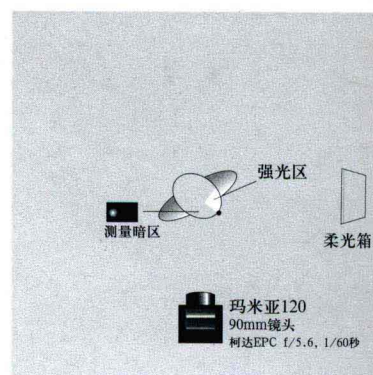






### 人体“I”形的表现

运用单侧光，在深暗背景的衬托下，女体胸围、腰围和臀围这“三围”的优美曲线在“I”形造型中充分体现，更显得亭亭玉立。







### 人体与物体的对比

暗与亮、柔与刚是人体拍摄中最常见的艺术表现。画面把柔和的人体与刚硬的物体组合在一起，通过强光的布置拍摄而成，给视觉有一种强烈的冲击力，使作品有丰富的画面质感。



























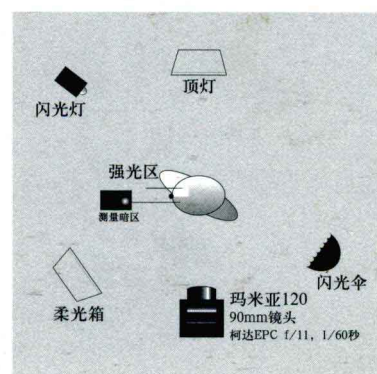






## 人体线条的表现

在人体拍摄中主要抓住人体三点一线的变化。此幅作品的人体线条是通过人体的双腿正卧，上体扭动，脸部侧视，而产生优美曲线。突出女性肩与胸、腰与臀，以及修长大腿之间线条变化和整体和谐美。



































### 人体蹲姿的表现

女性的蹲姿给人一种多姿多彩的曲线美,披上轻柔的纱巾,更显出造型的飘然流动之感。

















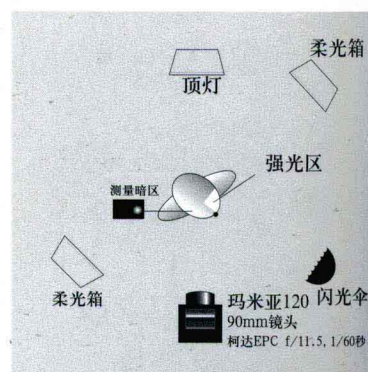






## 人体跪姿的表现

跪姿是很能体现女性娇柔的姿势，图中这一“曲”，只有女性才能达到这样的效果。加上道具的布置配合，更能体现女性跪姿的美。

























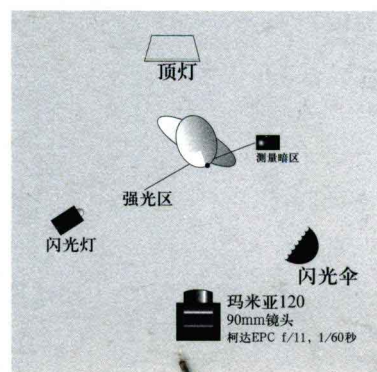






### 人体立姿的表现

人体立姿有“1”、“C”和“S”字形。本图的立姿是“C”式，是最基本的姿态，也是比较容易产生表现力。运用单侧光、反光，在深背景的衬托下，展现出了女性温柔、娴静和柔美的形象。

























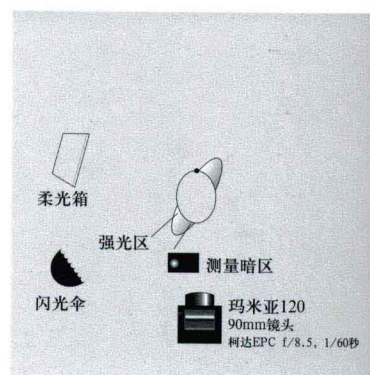






## 人体“Z”形的表现

人体“Z”形主要由坐着或屈膝的形体表现出来。屈膝“Z”形很好地表现了腰、背、臀部的曲线美，两只手臂摆放位置适当，会使人体造型显得自然、舒畅、轻松。

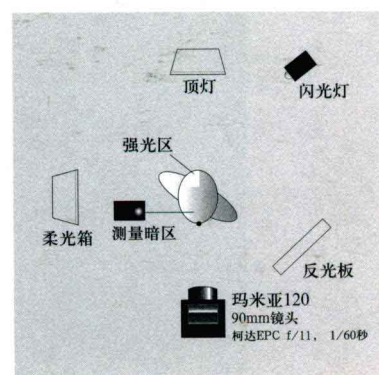




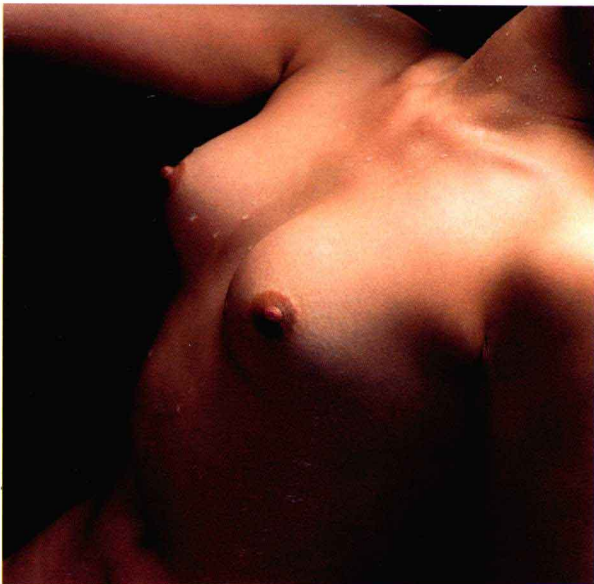


## 人体局部的表现

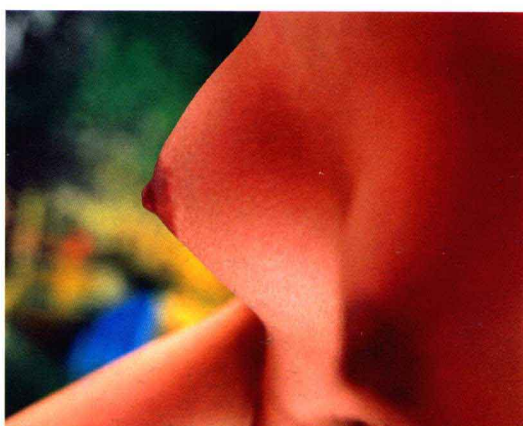
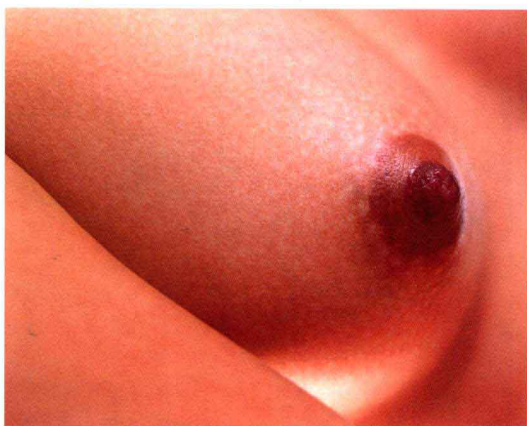
、 人体局部的表现是侧重于人体某部分的特征，用后侧光的手法表现视觉主体的线条变化。















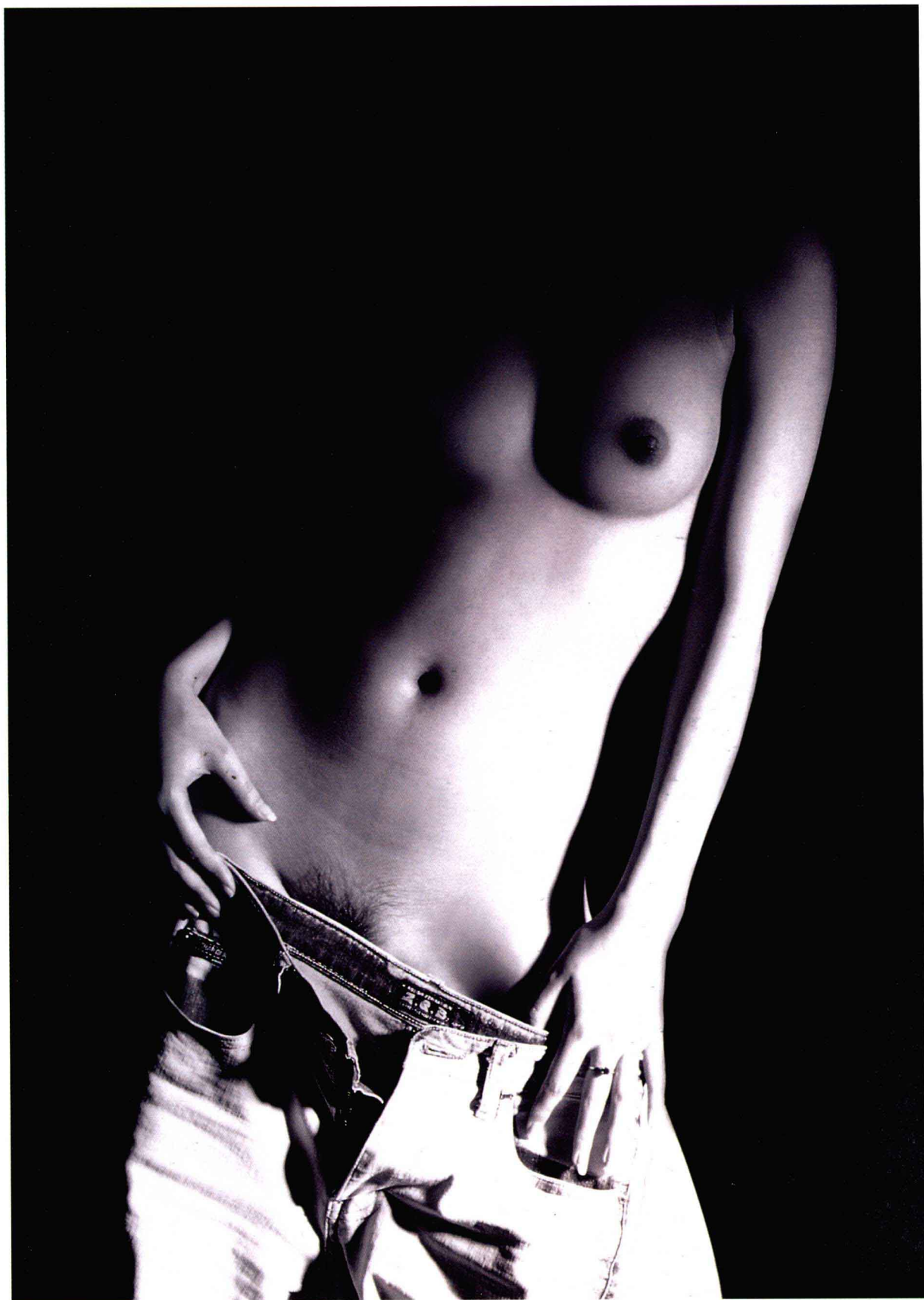














































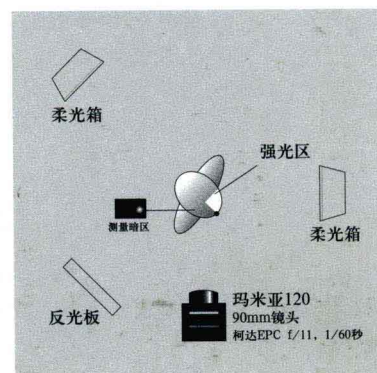






## 人体形神的表现

一幅作品“形”与“神”的好坏，主要是在于拍摄过程中能否抓住模特的形体、眼和手之间动作协调和舒展，通过抓拍捕捉到人体“形神”兼备的最佳角度。















































### 人体运动的表现

动感拍摄，要求摄影师与模特之间的配合要默契，每一个运动姿态和抓拍必须统一，才能拍出一幅幅动感优美的人体作品。此组人体运动造型就很好地表现了女人体各种动态，配上飘动的丝带更使体态轻盈柔和、舒展自然。

























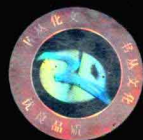




ISBN 7-5340-1830-7



9 787534 018305 >



ISBN 7-5340-1830-7/J·1578

定价: 68.00 元

