



手机短视频创作

策划、拍摄、剪辑与发布

## 第4章

# 手机短视频的拍摄方法

# 目录

CONTENTS

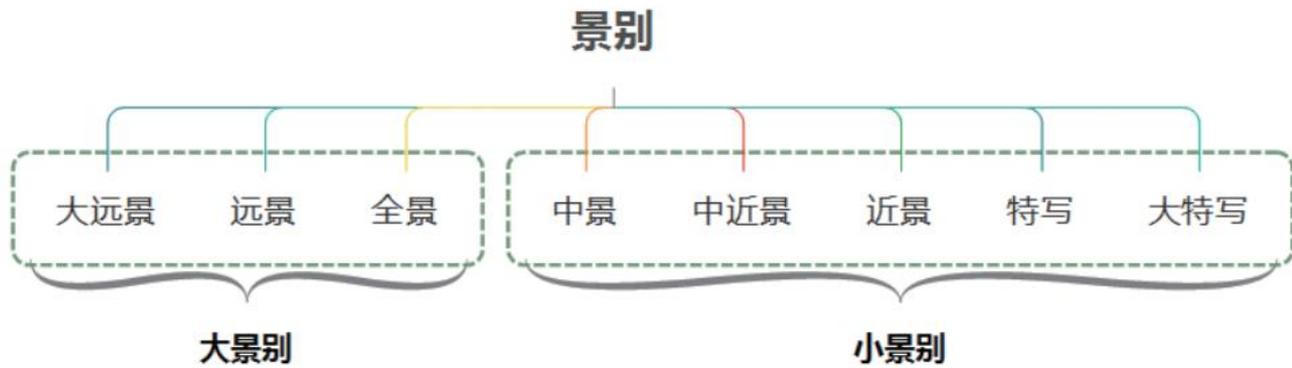
- 4.1 景别
- 4.2 拍摄角度
- 4.3 光线运用
- 4.4 视频画面构图
- 4.5 运镜
- 4.6 镜头组接与转场



## 4.1 景别

由于拍摄工具与被摄主体的位置距离不同，导致被摄主体在拍摄工具取景器中呈现的画面的范围大小不一样，而这个画面范围就是景别。

在其他拍摄条件不变的前提下，当被摄主体处于距离拍摄工具较远的位置时，所得到的画面范围较大，而被摄主体的尺寸相对较小，细节不显著，景别较大；而当被摄主体处于距离拍摄工具较近的位置时，所得到的画面范围较小，被摄主体的尺寸相对较大，景别较小。



景别的分类

## 大远景

——以空间景物为拍摄对象，表现其范围和广度，是用于**交代空间关系**的功能性景别，常用于短视频的**片头或片尾**。

大远景的景别空间范围最大，**被摄主体不超过画框高度的 1/4**，仅是景物空间的点缀，隐约可见。



## 远景

——在远景的取景范围中，**被摄主体**的高度比大远景中的高度有所增加，但**不超过画框高度的 1/2**，能够隐约辨其轮廓，但看不清细节。

与大远景侧重强调悠远辽阔的景物空间不同，远景更加**强调空间的具体感、被摄主体在空间中的位置感**，以及**被摄主体与环境间的关系**。采用远景的景别方式可以实现借景抒情的效果。



## 全景

—— 全景的取景范围是用整个画框来表现**被摄主体的全身或场景的全貌**。

全景既能清晰展示被摄主体的全貌或被摄人物的全身，又能交代清楚周围的环境。需要注意的是，**人物的头顶和脚下要留出适当的空间**，并且**头顶要比脚下留出更多的空间**。



## 中景

—— 中景的取景范围为**人物膝盖以上**的部分。

中景的视距适中，观众既可以看清人物上半身的活动，又能感受周围的环境，中景可以同时满足观众的视觉和心理需求。



## 中近景

—— 中近景的取景范围介于中景、近景之间，用于表现**人物腰部以上**的活动。

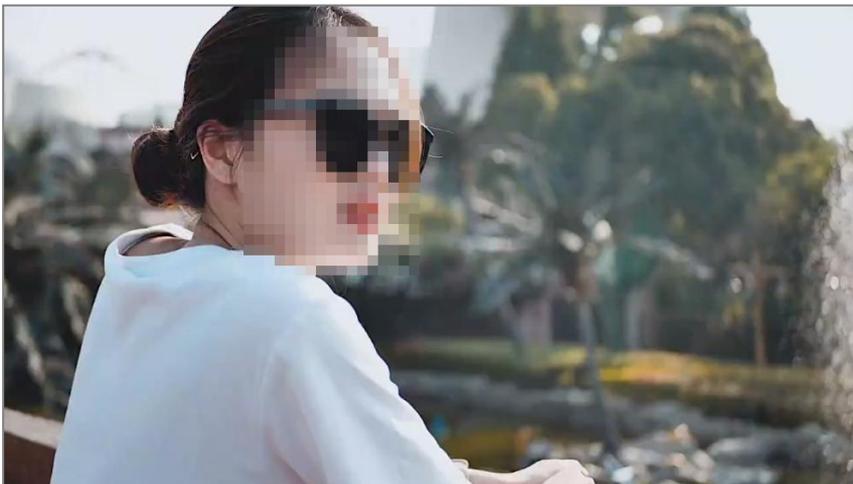
采用中近景有利于展示人物的上半身，特别是头部动作和面部神情。在访谈类短视频中，利用中近景可以拉近人物之间的视觉和心理距离，增强现场感、亲切感与交流感。



## 近景

——近景用于表现**人物胸部以上**的动作。

近景的画面内容趋于单一，人物占据绝大部分画面，人物表情展示得很清楚，背景与环境特征不明显。



## 特写

——特写的取景范围为**肩部（或颈部）以上的人物面部或被摄主体的某个局部**，视距较近。



## 大特写

——大特写用整个画框来表现**人物面部或被摄主体的局部**，如一双眼睛、一只耳朵、一只脚、一个拳头、行驶的车轮、转动的钟表、行走的脚步等。

大特写的视距最近，比特写的视觉冲击力和感染力更强，能够给观众留下更深刻的印象，具有**提醒、暗示、强调**等作用。





## 4.2 拍摄角度

当我们观看外界事物时会有不同的观察角度，同样，采用手机进行取景拍摄也有不同的拍摄角度，这决定着摄像师从哪一个视点来观看被摄主体，交代什么意图，如何认识被摄主体，这就是拍摄角度的选择与运用。

拍摄角度是指摄像师运用拍摄设备及取景器进行构图、取景、拍摄时的视角和位置，包含三个维度：拍摄距离、拍摄方向和拍摄高度。

## 4.2.1 拍摄距离

### 拍摄距离

指拍摄视频时**拍摄设备与被摄主体之间的空间距离**。

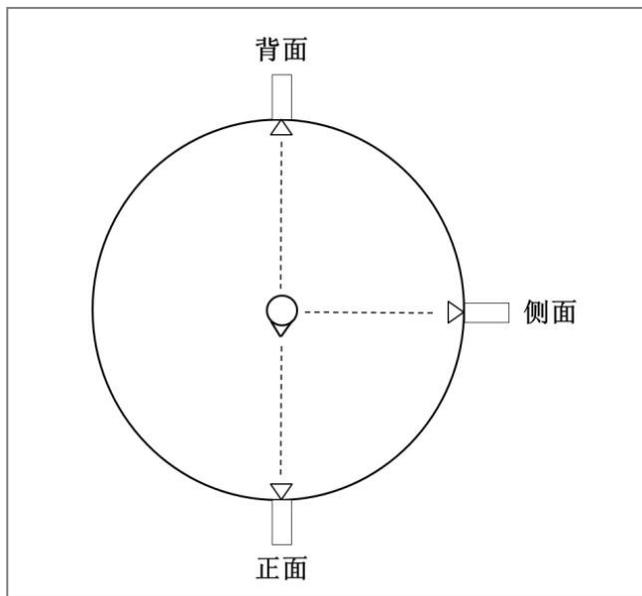
在焦距不变的情况下，改变拍摄距离仅影响景别的大小。

拍摄距离越远，景别越大；拍摄距离越近，景别越小。

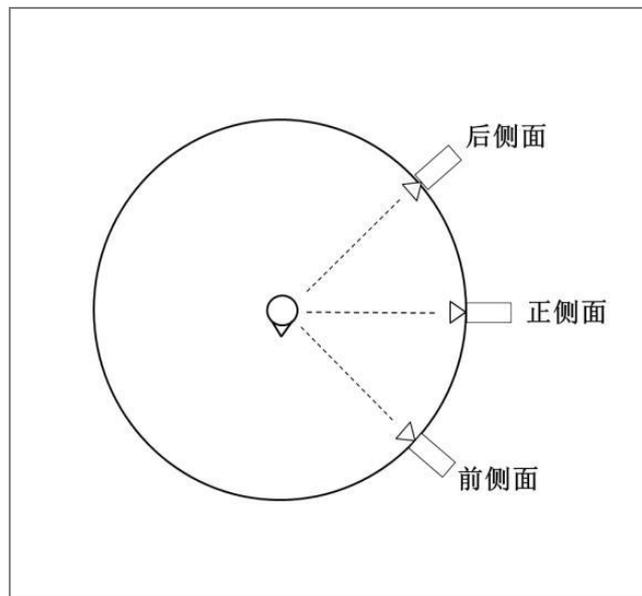
## 4.2.2 拍摄方向 |

### 拍摄方向

——指手机摄像头与被摄主体在水平面上的相对位置，包括正面、侧面和背面。其中，侧面方向又可以细分为正侧面、前侧面和后侧面。



拍摄方向



侧面方向

## 4.2.2 拍摄方向 |

### 正面拍摄

——指利用手机摄像头在被摄主体的正前方进行拍摄，观众看到的是被摄主体的正面形象。



## 4.2.2 拍摄方向 |

### 正侧面拍摄

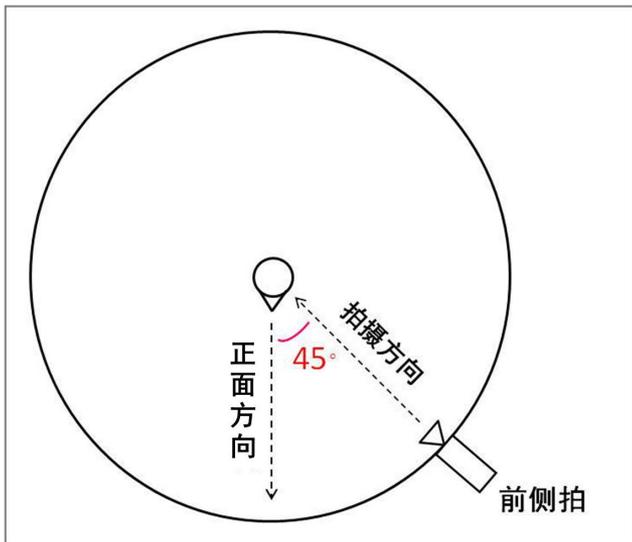
——指手机摄像头的拍摄方向与被摄主体的正面方向呈  $90^\circ$  的夹角。



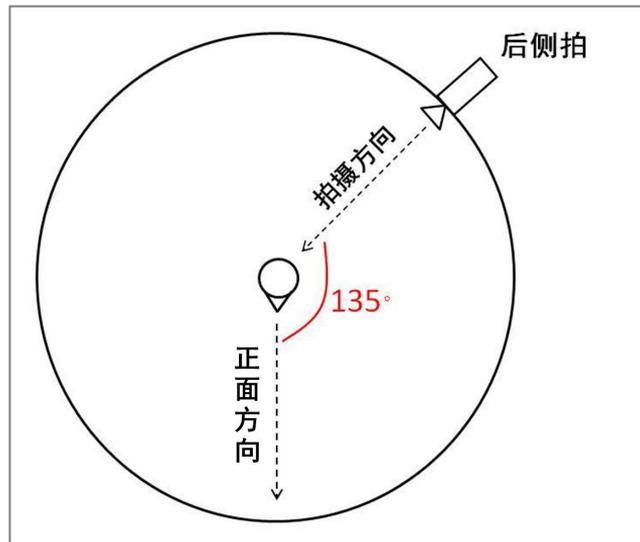
## 4.2.2 拍摄方向

### 前 / 后侧面拍摄

前侧面拍摄是指利用手机摄像头在被摄主体的前侧面进行拍摄，也就是手机摄像头的拍摄方向与被摄主体的正面方向约呈 $45^\circ$ 的夹角。后侧面拍摄是指利用手机摄像头在被摄主体的后侧面进行拍摄，也就是手机摄像头的拍摄方向与被摄主体的正面方向约呈 $135^\circ$ 的夹角。



前侧面拍摄



后侧面拍摄

## 4.2.2 拍摄方向

### 前 / 后侧面拍摄

前侧面拍摄是指利用手机摄像头在被摄主体的前侧面进行拍摄，也就是手机摄像头的拍摄方向与被摄主体的正面方向约呈 $45^\circ$ 的夹角。后侧面拍摄是指利用手机摄像头在被摄主体的后侧面进行拍摄，也就是手机摄像头的拍摄方向与被摄主体的正面方向约呈 $135^\circ$ 的夹角。



前侧面拍摄景物



后侧面拍摄人物

## 4.2.2 拍摄方向 |

### 背面拍摄

——指利用手机摄像头在被摄主体的正后方进行拍摄，使观众有与被摄主体同一视线的主观效果。背面拍摄有时也可用于改变被摄主体、陪体的位置关系。



## 4.2.3 拍摄高度 |

### 拍摄高度

——指手机摄像头与被摄主体在垂直面上的相对位置和高度，具体的拍摄方式包括平拍、仰拍、俯拍和顶拍。



## 4.2.3 拍摄高度 |

### 平拍

—— 又叫平角度拍摄，手机摄像头与被摄主体处于同一水平线上，以平视的角度进行拍摄。



## 4.2.3 拍摄高度 |

### 仰拍

——指利用手机摄像头偏向水平线上方进行拍摄，拍摄的视角在被摄主体的下方。



## 4.2.3 拍摄高度 |

### 俯拍

——与仰拍相对，拍摄的视角在被摄主体的上方，摄像师**以一个较高的角度拍摄从上往下的画面。**



## 4.2.3 拍摄高度 |

### 顶拍

—— 指利用手机摄像头**从空中向下大俯角拍摄**，或者**利用无人机航拍地面**。顶拍具有极强的视觉表现力，既能使观众鸟瞰场景的全貌，又能使观众享受翱翔在场景之上的视觉快感。





## 4.3

# 光线运用

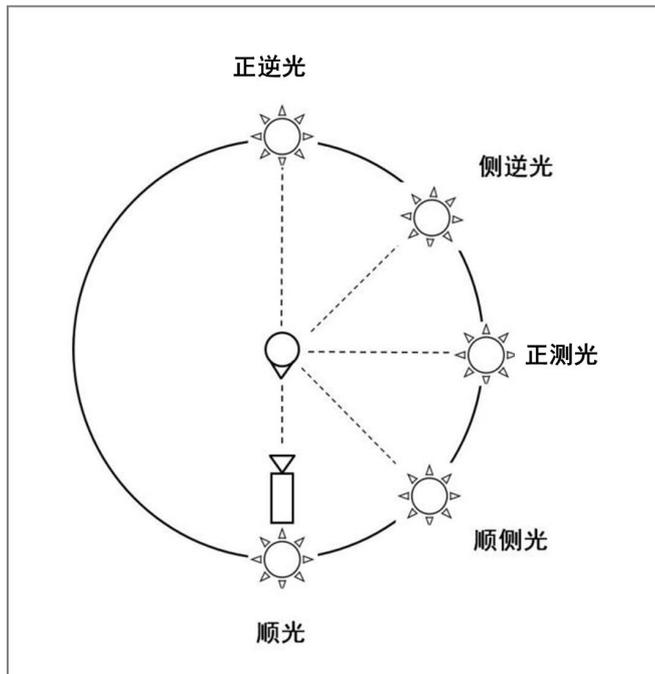
在短视频拍摄过程中，摄像师无时无刻不与光线打交道。光线不仅能够照亮环境，还能通过不同的强度、色彩和角度等来描绘世间万物，影响视频画面的呈现效果。

光线多种多样，下面分别从光位、光质和造型光三个方面对短视频拍摄过程中的光线运用进行介绍。

## 4.3.1 光位

### 光位

以**光线的投射方向**来划分，可以将光线分为水平方向的顺光、侧光和逆光，侧光还可以细分为顺侧光和正侧光，逆光还可以分为正逆光和侧逆光。此外，还有垂直方向的顶光与脚光等。



## 4.3.1 光位 |

### 顺光

—— 又称**正面光**或**前光**，能够使被摄主体表面受光均匀，暗调少，但看不到由明到暗的影调变化和明暗反差，不利于表现被摄主体的立体感和质感。



## 4.3.1 光位

### 侧光

——指光源的投射方向与手机摄像头的拍摄方向形成一定的夹角，可以使被摄主体产生明暗反差和影调变化，凸显其立体感和质感，是视频画面空间造型的常用光线。



侧光



顺侧光

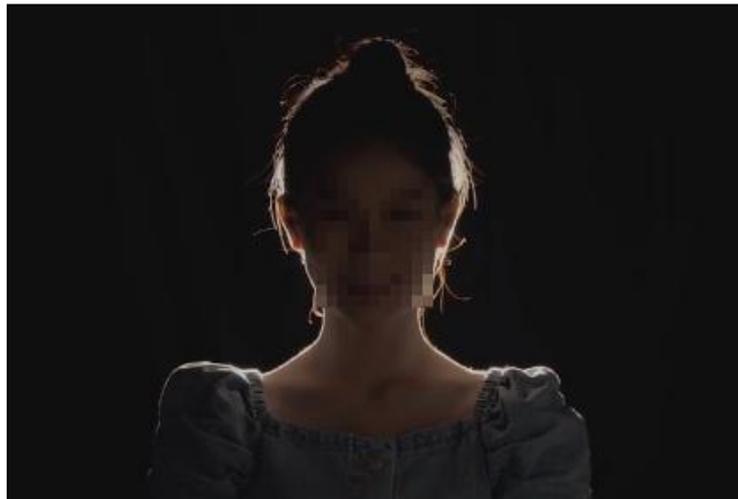


正侧光

## 4.3.1 光位

### 逆光

是光源投射方向与拍摄方向相对，光源处于被摄主体的后方或侧后方，也称背面光、轮廓光。由于光线照射角度、高度的不同，逆光又可以分为正逆光和侧逆光。



正逆光



侧逆光

## 4.3.1 光位 |

### 逆光

——是光源投射方向与拍摄方向相对，光源处于被摄主体的后方或侧后方，也称背面光、轮廓光。由于光线照射角度、高度的不同，逆光又可以分为正逆光和侧逆光。

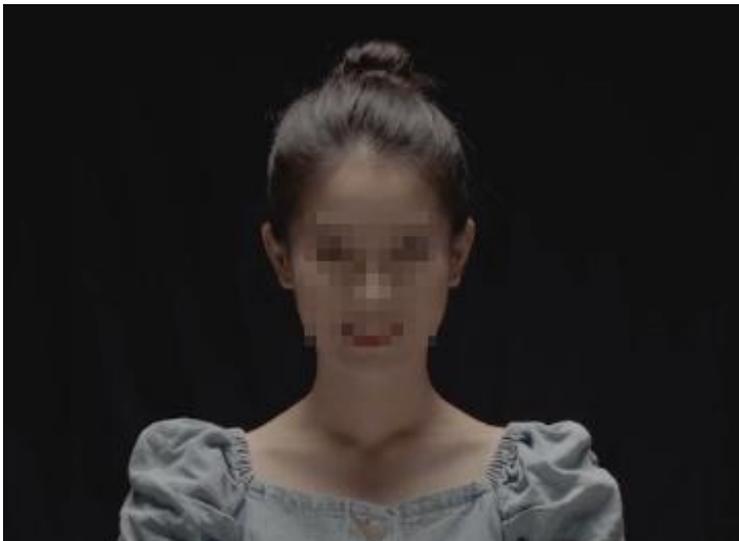


逆光剪影效果

## 4.3.1 光位 |

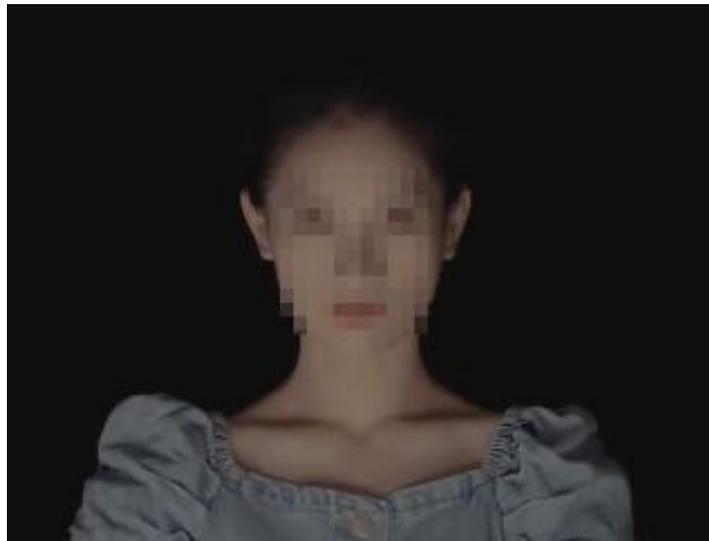
### 顶光

——指从被摄主体的顶部投射下来的光线。



### 脚光

——指从被摄主体的底部或下方发出的光线。



## 4.3.2 光质

### 硬质光

——即**强烈的直射光**，如晴天的阳光，或者直接照射在人或物体上的人造光，如闪光灯的光、照明灯光等，它们产生的阴影明晰而浓重。



### 软质光

——是一种**漫散射性质的光**，**没有明确的方向**，不会让被摄主体产生明显的阴影，例如，阴天、雨天、雾天的天空光，或者添加柔光罩的灯光等。



### 4.3.3 造型光

#### 主光

—— 又称塑型光，是**刻画人物和表现环境的主要光线**。不管主光的方向如何，都应在各种光线中占主导地位，是视频画面中最引人注目的光线。

#### 辅助光

—— 又称副光，是用于**补充主光照明的光线**。辅助光一般多是无阴影的软光，用于减弱主光的生硬、粗糙的阴影，降低受光面和背光面的反差，提升暗部影像的造型表现力。

#### 轮廓光

—— 一般采用硬朗的直射光，**从侧逆光或正逆光方向照射被摄主体**，形成明亮的边缘和轮廓形状，将物体与物体之间、物体与背景之间分开，增强画面的空间深度。轮廓光通常是视频画面中最亮的光，但要防止它照射到手机摄像头上出现眩光，使视频画面质量下降。

#### 环境光

—— 又称背景光，是**照亮被摄主体周围环境和背景的光线**，它可以消除被摄主体在环境背景上的投影，使被摄主体与背景分开，描绘出环境气氛和背景深度。此外，环境光还能在一定程度上融合各种光线，营造统一的画面基调。

### 4.3.3 造型光 |

#### 光比

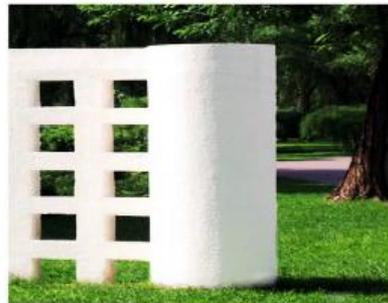
——主要是指被摄主体主要亮部和暗部的受光量差别，一般情况下主光和辅助光的光比约为 3 : 1。



大光比



正常光比

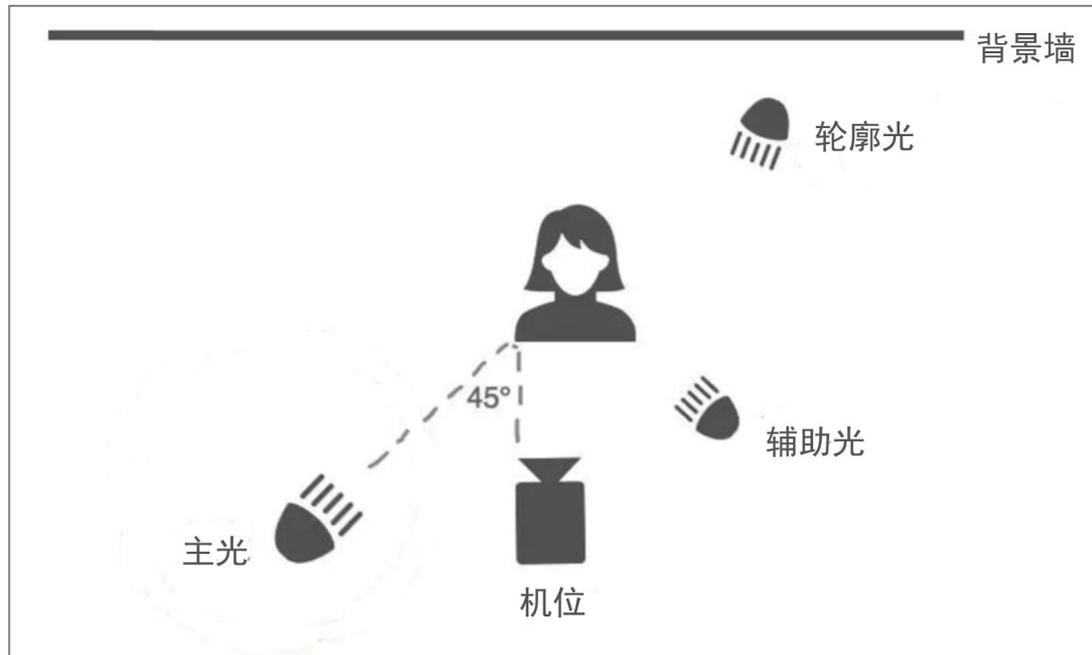


小光比

### 4.3.3 造型光

#### 三灯布光法

主要是指针对**以人物为主体**的灯光布置方案，主要包括主光、辅助光和轮廓光。





## 4.4

# 视频画面构图

画面视频构图是把被摄主体及各种造型元素加以有机地组织、选择和安排，以塑造视觉现象，构成画面样式的一种创作活动。构图能够创造画面造型，表现节奏与韵律，是视频作品美学空间性的直接体现，传达给观众的不仅是一种认识信息，同时也是一种审美情趣。

下面将介绍视频画面构图的形式元素、视频画面构成的结构元素及视频画面构图的要求。

## 4.4.1 视频画面构图的形式元素

### 光线

——是视频画面构图的**先决条件**。

### 色彩

——在拍摄短视频时，通过对画面色彩构成的主观控制，**对色彩元素进行设计、提炼和选择搭配**，渲染、烘托出主题和内容所需要的情绪基调和特定氛围。

## 4.4.1 视频画面构图的形式元素

### 影调

——指视频画面中的影像所表现出的**明暗层次和明暗关系**，它是处理画面造型、构图及烘托气氛、表达情感、反映创作意图的重要手段。



亮调画面



暗调画面



中间调画面

## 4.4.1 视频画面构图的形式元素

### 影调

——指视频画面中的影像所表现出的**明暗层次和明暗关系**，它是处理画面造型、构图及烘托气氛、表达情感、反映创作意图的重要手段。



硬调画面



软调画面



中间调画面

## 4.4.1 视频画面构图的形式元素

### 线条

—— 一般是指视频画面所表现出的**明暗分界线和形象之间的连接线**，如地平线、道路的轨迹、排成一行的树木的连线等。



水平线构图

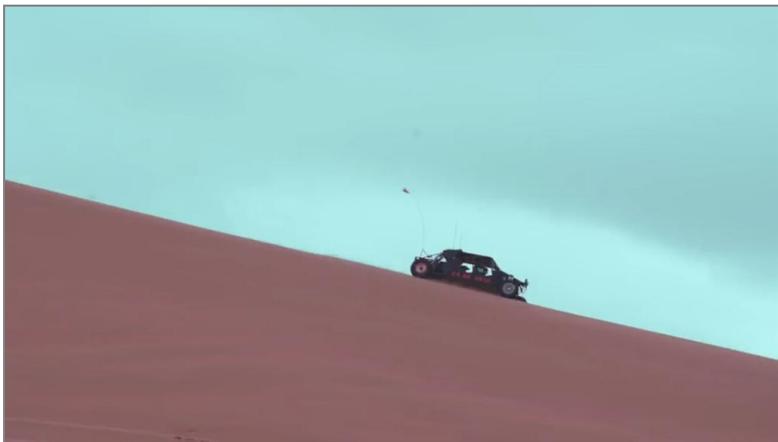


垂直线构图

## 4.4.1 视频画面构图的形式元素

### 线条

—— 一般是指视频画面所表现出的**明暗分界线和形象之间的连接线**，如地平线、道路的轨迹、排成一行的树木的连线等。



斜线构图



曲线构图

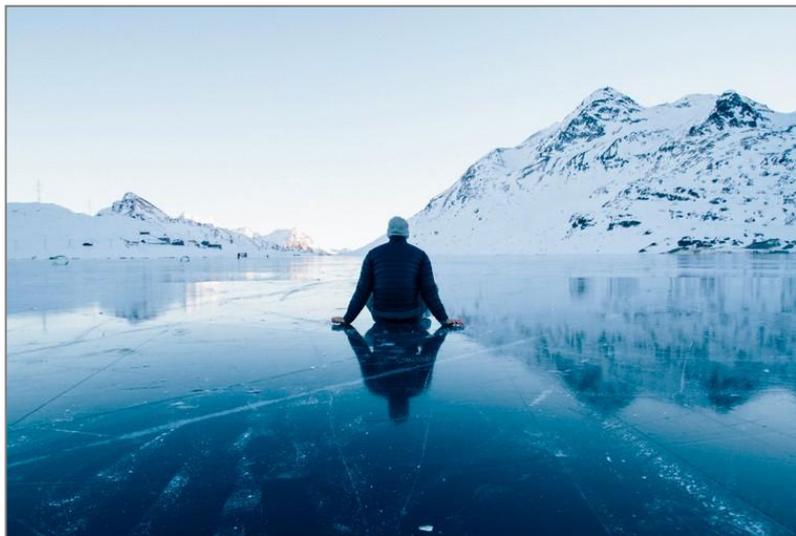
## 4.4.2 视频画面构成的结构元素

### 被摄主体

——是**拍摄者要表现的主要对象**，它既是表达视频内容的主要载体，也是视频画面的结构中心。可以是某一个被摄主体，也可以是一组被摄主体；被摄主体可以是人，也可以是物。



通过虚实对比突出被摄主体

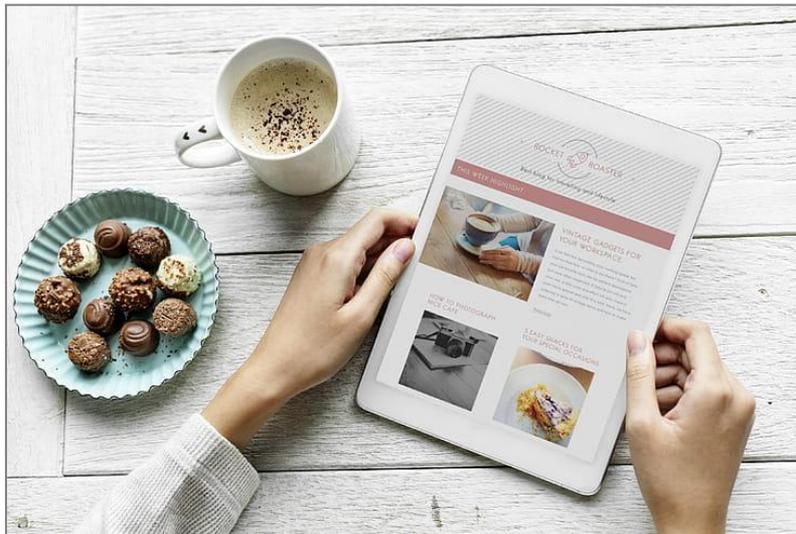


间接表现被摄主体

## 4.4.2 视频画面构成的结构元素

### 陪体

——指在视频画面中**与被摄主体有着紧密的联系**，或者**辅助被摄主体表达主题**的对象。



陪体帮助被摄主体说明视频内容



陪体使画面层次更丰富

## 4.4.2 视频画面构成的结构元素

### 前景

——指视频画面中**被摄主体前面或靠近镜头的景物或人物**，能够表现一定的空间关系和人物关系。前景有时可能是陪体，但更多的情况下前景是环境的组成部分。



## 4.4.2 视频画面构成的结构元素

### 背景

——指在被摄主体后面用来衬托被摄主体的景物。视频画面中的背景可以是陪体，也可以是环境的组成部分。



## 4.4.2 视频画面构成的结构元素

### 留白

—— 在视频拍摄过程中，留白是指在视频画面的特定位置留出一定的空白，让观众视线得以延伸。视频画面的留白包括天空留白、运动留白和关系留白。



天空留白



运动留白

### 4.4.3 视频画面构图的要求



遵循美学原则



灵活构图，立意明确 ▶



对比构图



斜构图

### 4.4.3 视频画面构图的要求



遵循美学原则



灵活构图，立意明确 ▶



残缺式构图



框架式构图

### 4.4.3 视频画面构图的要求



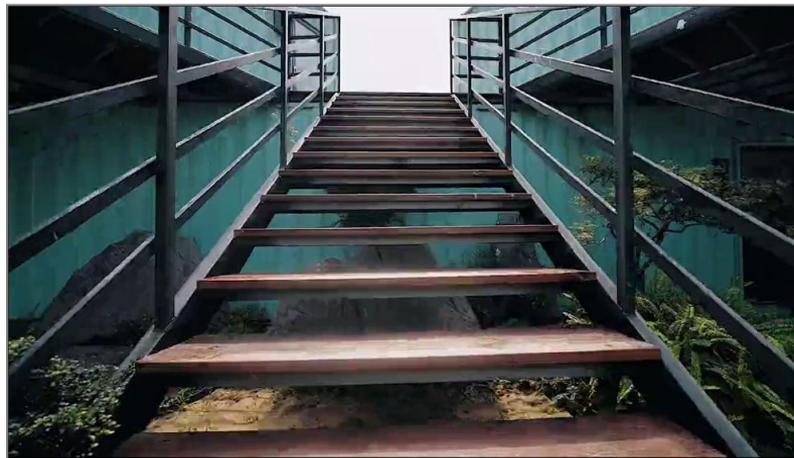
遵循美学原则



灵活构图，立意明确



画面要有表现力和造型美感 ▶



具有表现力的构图方式

### 4.4.3 视频画面构图的要求



**遵循美学原则**



**均衡**



**灵活构图，立意明确**



**画面运动要有依据**



**画面要有表现力和造型美感**



**主题服务原则**



## 4.5 运镜

运镜就是运动镜头，即通过机位、焦距和光轴的运动，在不中断拍摄的情况下，形成视点、场景空间、画面构图、表现对象的变化。通过运镜拍摄，可以增强视频画面的动感，扩大镜头的视野，影响视频的速度和节奏，赋予视频画面独特的感情色彩。

在手机短视频拍摄过程中，常见的运镜方式有推镜头、拉镜头、摇镜头、跟镜头和综合运动镜头。

## 4.5.1 推镜头

### 推镜头

——指手机摄像头由远及近，向被摄主体方向移动，逐渐形成近景或特写的镜头。推镜头改变了观众的视线范围，画面由整体慢慢引向局部。



## 4.5.2 拉镜头 |

### 拉镜头

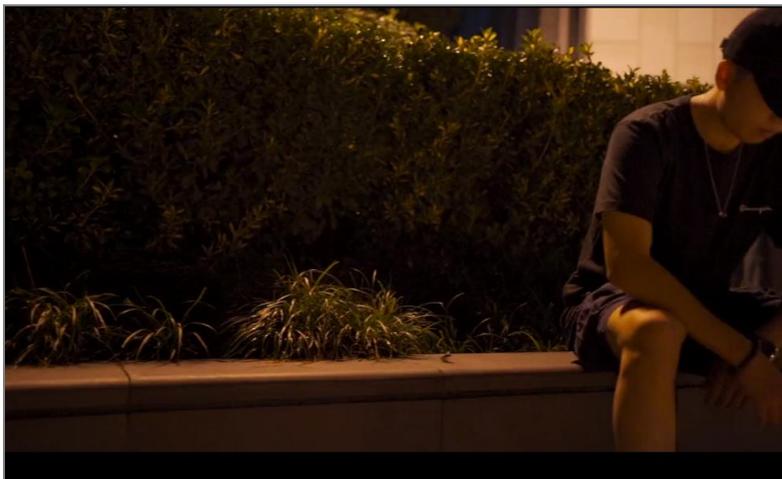
——与推镜头相反，指手机摄像头向被摄主体反方向运动，画面由特写或近景拉起，在镜头后拉的过程中视距变大，观众的视线由细节变为整体，画面逐渐变为全景或远景。

## 4.5.3 摇镜头 |

### 摇镜头

——指**手机机位不动**，借助三脚架上的活动底盘（云台）或摄像师自身进行**上下、左右旋转运动**来改变手机摄像头轴线方向的拍摄方法。

摇镜头的运动形式包括水平横摇、垂直纵摇、中间带有几次停顿的间歇摇、手机旋转一周的环形摇、各种角度的倾斜摇或速度极快的“甩”镜头。



## 4.5.4 跟镜头

### 跟镜头

——是手机摄像头跟踪运动着的被摄主体进行视频拍摄的一种方法，可以形成连贯、流畅的视觉效果。

跟镜头始终跟随拍摄一个在行动中的被摄主体，以便连续而详尽地表现其活动情形，或者表现被摄主体在行动中的动作和表情。



## 4.5.5 综合运动镜头 |

### 综合运动镜头

——指在一个镜头中将推、拉、摇、移、跟、甩、晃、升降等运动拍摄方式有机地结合起来进行拍摄。

综合运动镜头的运动方式多种多样，如推摇、拉摇、拉跟等。



## 4.6

### 镜头组接与转场

镜头是短视频创作最基本的单位，是指用拍摄设备所拍摄的一段连续的画面，或者两个剪接点之间的片段。镜头组接，就是将一个个镜头画面组合连接起来，成为一个整体。

段落与段落、场景与场景之间的过渡或转换称为转场。

## 4.6.1 镜头剪接点

### 剪接点

——是影视剪辑专业术语，就是把不同内容的镜头画面相连接，构成一个完整的动作或概念。简单来说，剪接点就是**两个镜头画面相连接的点**。

由于镜头包括声、画两部分，所以剪接点也分为**画面剪接点**和**声音剪接点**。无论哪种剪接点，都以镜头画面的主体动作为依据。

## 4.6.1 镜头剪接点



### 主体动作剪接点

- 相同主体动作剪接点

在动作中切换镜头

在动作刚发生变化的瞬间切换镜头



## 4.6.1 镜头剪接点



### 主体动作剪接点

- 相同主体动作剪接点

在动作中切换镜头

在动作刚发生变化的瞬间切换镜头

- 不同主体动作剪接点 ▶



## 4.6.1 镜头剪接点

### ▶ 主体动作剪接点

- 注意动作的自然衔接，使镜头中两个不同主体的运动具有相同的动势
- 注意动作形态的相似
- 保持不同的被摄主体在相同的画面区域 ▶



## 4.6.1 镜头剪接点 |



**主体动作剪接点**



**情绪剪接点**



**节奏剪接点**



**声音剪接点**

- 对白剪接点
- 音乐剪接点
- 音响剪接点

## 4.6.2 镜头组接原则

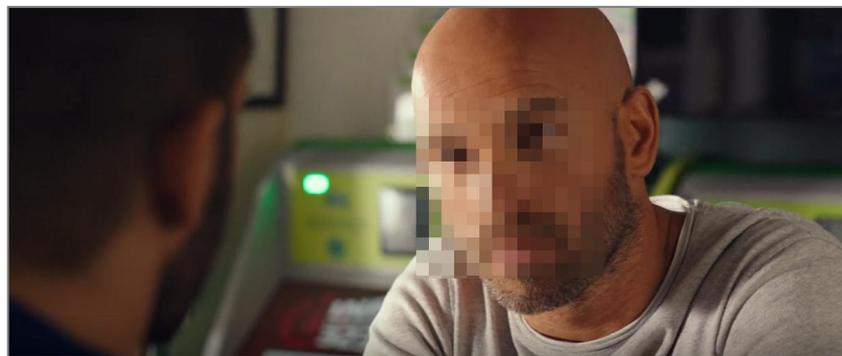
- ▶ 符合生活逻辑
- ▶ 色彩和谐
- ▶ 前后形态相似
- ▶ 静接静，动接动
- ▶ 景别组接要有变化 ▶



同一主体不同景别组接

## 4.6.2 镜头组接原则

- 符合生活逻辑
- 色彩和谐
- 前后形态相似
- 静接静，动接动
- 景别组接要有变化
- 符合轴线规律 ▶



双人对话场景

## 4.6.3 镜头转场规律 |



### 技巧转场

- 淡出、淡入
- 叠入、叠出
- 划入、划出
- 甩切
- 虚实互换
- 定格
- 多屏画面

## 4.6.3 镜头转场规律 |



### 无技巧转场

- 切
- 跳切
- 两极镜头转场
- 运动转场
- 相似性转场 ▶
- 利用特写转场
- 空镜头转场
- 主观镜头转场
- 声音转场
- 遮挡镜头转场



# 课后习题

1. 在手机短视频拍摄中，景别有哪些分类？
2. 视频画面构图的形式元素和结构元素分别包括什么？
3. 在手机短视频拍摄中，常见的运镜方式有哪几种？
4. 如何寻找镜头剪接点。
5. 简述短视频镜头的组接原则。

