

2023年摄影心得体会 学习摄影心得体会 (优质6篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

摄影心得体会篇一

我从很久以前就喜欢摄影，原因很简单，因为相机可以记录事实，定格时间，把美与感动凝固在画面里。也因此我很早就买了数码单反相机，胡乱地拍摄着生活中的点点滴滴，因为没有认真的学习过，所以一直徘徊在摄影的门外停止不前。直到有朋友向我介绍**的摄影班，才有机会与**结缘。从20xx年参加版里的**学员培训班开始，就陆续参加班里的活动，完成规定作业，进行各种练习，拍摄了很多照片。这两天整理这段时间的照片，从中清楚地发现了自己成长的脉络，一时间感慨无限。

通过审视自己拍摄的一张照片，总结自己学习、外拍的经历，感觉收获颇多，这也是自己迈向摄影人的第一步。学习的路是坎坷的，有时会有怠惰，但老师一直督促着我们不断前行，同学们互相帮助为枯燥的学习增添了无限的乐趣。摄影是减法，但对摄影知识的学习却永无止境，只增不减。摄影是一门综合性很强的艺术，涉及数学、美术、物理、计算机等多个学科的知识，特别是从未接触过摄影的学员要学习的东西很多，想在短时间内掌握要下很大的气力。在学习的同时钻研摄影技术，进行课外练习是必不可少的，只有熟练掌握摄影技术，才能准确表达出自己想要拍摄的主题，也只有掌握了摄影技术才能谈得上对其取舍，对拍摄内容加减，才能进行自己想要的创作。

随着摄影学习的深入，我逐渐从设备、技术，向摄影思想转

变。“摄影是对美的追求。”在摄影创作的过程中，要用美的眼光去看世界，在生活中发现美，在摄影过程中找到美，这是作为摄影人应该具备的一种能力。我们要学着用几何的眼光观察身边的事物，撇开他们的一般属性，把我们的世界打造成一个二次元世界，用点、线、面，明暗、色调来重新组合画面，像一个画家一样，将我们看到的事物一一重塑，表现在自己的作品里。这也就是老师同学们一直津津乐道的摄影眼，是我们为之努力的方向。但摄影绝不是简单的记录，更是一种感受，是摄影者自己对生活、人性的感悟与理解。单纯追求光影、色彩和线条的构成，也只是得到形式上的美，照片没有内涵是经不住品鉴的。而好的作品能够传达作者的感情，增加画面的感染力。只有形式、内容和作者的感受完美结合，并为观赏者所体会时，才能成为形神兼备的优秀作品，所以我们在锻炼自己的摄影眼的同时，也要怀着一颗热忱的心去完成拍摄，这就是今天我对摄影的理解。

在为自己的成长欣喜之余，我也发现自身存在的问题。随着摄影知识的增长，我越来越感到抓起相机无从下手，因为要思考的东西太多，而往往当你犹豫的时候，画面就错过了。这是一个瓶颈，我相信随着我摄影经验的积累和不断的实践，我终将克服这个问题。

下面我谈谈自己在这段学习时间里个人收获。

在**的学习中收获最多的还是摄影知识。《纽摄》是我接触的第一本摄影书，照相机的说明书也成为身边常备的小册子，在反复阅读理解的基础上，不断实践，按下快门。看着自己从前稚嫩的照片和今天初见构思的图片，我确信自己在成长，然而接触越多，感觉自己会的越少，要学习的东西太多。虽然我们很快就要结束摄影学习了，但绝不能放松对摄影知识的学习。

在学习的同时，我们还认识了一批热爱摄影的良师益友。是**带领我走进了摄影的殿堂，成为一个尚不合格的摄影人。

师傅领进门，修行在个人。虽然我们即将毕业，但这是我们新的起点，我们要自己在摄影的世界里慢慢摸索前进。在今后的日子里，我将继续和热爱摄影的朋友们沉淀下来，互相学习，共同进步。

最后，我想说做好任何一件事情都需要锲而不舍的精神，摄影也是一样。让我们保有这份对摄影的执着和热情，不断学习、观察、积累、练习，我相信我们的付出必将在摄影之路上收获更多的喜悦！

摄影心得体会篇二

通过一个月来对摄影基础及构图与用光的不断实践、不断学习，我逐步提升了自己的审美观念和处理画面(事物)的方法，这主要表现在以下几个方面。

认识水平略有提高。学习摄影以来，不断加强了自己对摄影的认识、认识水平，这主要体现在摄影的基础操作、构图与用光的实践练习、学习国内外摄影史。学习本来就是一个不断认识、不断发现、不断总结的过程，反复地学习和不断的总结会形成良好的学习方法和认识事物的能力。通过摄影基础课程的学习，我熟悉了相机的一些基本原理和简单的操作；通过构图与用光的专业课程学习，我们在脑海中就形成了一个很好的意识：谨慎构图、合理布光，力求使画面达到完美状态，使事物永远停留在最美丽的一瞬间；还有通过国内外摄影史的学习，我们对摄影的历史和前身有了比较好的认识，也对摄影的未来有着明确的方向性。这只有在学习中才能体会到的，是一个认识的过程，需要我们用心地学，用心去领悟。

质与量发生着变化。唯物主义辩证法告诉我们，只有当量达到一定的积累的时候才会有可能引起质的变化。所以我们要真正的想去认识事物的本质必须要有个量化的过程，这正是我们教学所提倡的，因为这是一个提高认识的必要的途径。

比如在洪江采风学习的两天，我拍了一些照片，在电脑上预览的时候才发现原来那些都有点暴光过度，所以整个画面显得苍白无力，缺少暗色调，一片迷茫的感觉。虽然我当时是采用的准确的暴光，但对这相机来说还是暴光偏高，这是我没有对本相机的一些性能有个全面的了解，只是按照常规的来，忽略了一些由于相机本身所产生的误差的特性，这是一个很重要的因素；还有一个是因为我平时没有过多的尝试，没有去总结在拍摄过程中的出现的问题，也许是当时拍的时候根本没有发现问题，就没有了解决问题的可能。所以在今后的拍摄当中，我一定要勇于去拍、敢去尝试，并且发现问题之后及时总结出来，把弊端和好的方法也记载下来，以便下次的正确的操作提供一些理论依据，不断地知道自己前进。

形成自身独特的思维方法和艺术风格。这相对来说是一个比较艰难的任务，但作为一名摄影专业生来说，我们要尽早确定自己的发展方向、明确自己的目标，才能向着那个方向前进。因此，我们应当培养自己的思维方式，对待事物形成自己独特的见解并通过摄影的渠道很好地表现出来。纵观国内外的各位摄影大师，他们都有着自己的思维方式和独特的艺术表现形式，从而影响了世界摄影艺术的发展。如：罗伯特卡帕是以一名专职的战地记者而著名的，他拍摄了大量罕为人见的战争现场实况；卡蒂埃布勒松是以抓拍现实生活的普通细节和感人场景而著称的摄影大师等等。我认为思维方法不只是摄影者选择的拍摄对象和角度等，还应该包含着摄影者的设计创意、设计元素和所要表达的思想情感。这方面，我们要多看下有名的摄影大师的一些代表作，从中我们就可以看出摄影师所要传递的思想，他的构图和取景方法，对光线的运用等。只有识多才能见广，通过不断地学习和实践加上自己的领悟就会自然而然地形成了自己的风格，也就是所谓的世界观达到了一定的认识程度。

最近我下了许多有关摄影的论文，开始看的时候比较茫然，不知道要怎么去学习，不知道从何下手，因为全是一些高见者说的一些很专业的话，他们谈自己对摄影领域有关方面

的自我认识，不过也谈的很客观，毕竟人家也是看了很多书籍杂志的，更何况还是比我们还专业的人士。看了一些以后，确实感觉到了这对自身的提高很有帮助，我们可以从中学习到很多知识，包括我们根本就不知道的还有那些模糊的，看多了以后，我觉得那是帮我们理清了思路，真正去读懂它、去理解它，那对我们来说也是一种积累，一种无形的量化积累。这样可以使自己少走很多弯路，虽然我现在看的不是很多，但是一天看一篇，只要坚持下去，那也是种自我学习的方式。

说到艺术，在摄影上一直有一个分歧已久的观念：摄影算不算艺术？我听到更多的回答是：“摄影不属于艺术”这样回答也是出自我目前的前辈和老师们的。在我看来，之所以这么说并不是没有道理的，尤其在数字摄影时代走进平民百姓的生活后，摄影这种看似艺术的行为被更多人都在运用。什么是艺术？艺术是文化的精髓！什么是精髓？这个就不用在更多解释了。很多人在搞摄影、在玩摄影，那么有谁创作出了代表文化的精髓呢？你是否能做到像海顿、贝多芬或是莫扎特等等那样可以通过自己创作的艺术能达到让你流芳千古的境界呢？如果不能，那么你创作的不属于艺术，如果在这个文化形式从事的人中能创作出文化精髓的比重是如此之小，那么也就不奇怪称这种文化形式是非艺术的了。但，这些并不能代表我个人对摄影真正的看法，如果有人问我：“摄影算不算艺术？”我会说：“摄影是一种介于艺术和非艺术之间的文化形式，如果说它是非艺术的，就像我刚才说到这些一样，在这个文化形式行业中能创作出精髓的人群比重太少了，看似艺术的东西很多人在一生中都无法创作出来，那它肯定就不太适合被赋予艺术的头衔。但是，哪位资深的摄影家能自信的告诉我：“安塞尔·亚当斯，创作的”月升“不是艺术？他创作的摄影是不是一种影调视觉艺术的巅峰？他的作品是不是文化形式的精髓？这种文化形式是不是被人普遍确认为摄影呢？”既然是艺术，我们就要承认，像亚当斯这样的摄影文化巨匠还有很多，就像手工艺术一样，唐三彩可以在拍卖会上交到不菲的价格，也没有哪个笨人会上万的价格去购买一张消

色的普通照片，当然国人爱炒作和炫富除外，艺术被不同的人群会有不同的看待，有人认为中国东北的二人转是艺术，有人认为公众下做与众不同的行为也是艺术，有人也会认为肖邦用波兰的民间舞蹈运用到钢琴作品后也是艺术。我也不是学艺术出身的，也没有整天钻研看似艺术气息很浓重的科目，例如哲学、文学等等。如果我给艺术下一个定义恐怕又会遭到艺术人士的批判，但是我有头脑会分析，我想这是我摄影作品创作的灵魂，什么是分析？分析就是独立的思考，不忙碌听从别人的意见，就像有人说：“这世界上有风，很多人相信，无论你们信不信，反正我是信了”。但是我会告诉你：“在这世界上，我一生从没看到过风，但是我依然坚信的原因是我看到了柳树被无形的力量所摇动，这种无形的力量就是人们常常被人描述中的——“风”。我为什么会知道这点？很简单：推理。物理学家也是通过数学模式作为推理来测量星系的距离的，只不过它看似更严谨些。说到这么多，那么什么是艺术呢？艺术就是一种文化的精髓体现。“文化”这个词在这里很突出很关键。

为什么谈到摄影我要提起艺术呢？这是很重要的标致性意义！接触摄影最首要的并不是拿起相机进行拍照，而是树立观念！这点是我非常想要对摄影人尤其是初学者要说的。当你拿起一个相机即将要创作一幅影像时，你要知道，通常这幅影像只有两种结果：一种是被称作“照片”另一种结果是“作品”为什么要加通常呢？因为还有第三种可能：它有可能一下子就成为一幅作品，也有可能比普通照相出的照片看上去更糟糕，因为这种可能被叫做“测试”。如果在这三种可能出现的影像结果中，我想潜意识中我们几乎没有哪个人希望自己的拍出的影像会成为一张普通意义上的照片，但是实际上，却是如此。是什么导致了我们的照片被沦为普通照片的结果呢？心态是关键！

我们明知道自己的照片不能成为一种艺术的结果，但是我们仍以艺术作为第一目标尽最大可能的进行创作，这就是一种摄影中的最佳心态！能否严谨的持有这种心态是摄影中是否可

以决定一张好照片最关键所在。

摄影师除了要有严谨的心态，还要有独立的眼光，这样才能脱凡出俗，俗与不凡往往就差一线之间，平淡的光效够直接最简单，但是由于光线方向的直白性无法产生光影交织而形成的二维平面的立体视效，这无疑就是俗，只要改变光源位置或是被摄体就可以通过光影修饰在平面中产生视觉上更为立体的图像。这里更需要的就是要有独立的眼光。独立的眼光需要有独立的思考能力，摄影也是需要很强的思考能力的。

“多思考多观察多实践多总结”这十二个字包含了摄影全部的学习方法。

摄影首先要思考是没有错的。我们为什么要摄影?有什么好处?为什么要拿起相机?为什么要拍摄?做摄影和做事做人其实是一样的。要有明确的目的性，这样你的人生才不至于茫然。多观察是基于多思考的前提下，想后必然要观察，洞察你想象的对象，从中发现它的特征，然后在继续思考它正常的状态和非正常的状态，都有哪种可能，其中哪些是你想要哪些是你应当去避免的。通过仔细的分析论证后才要去多实践。不要忘记想象和现实永远是会出现不相符的，所以我们要通过大量的在现实中的实践，去不断总结经验，最后筛选出最理想的结果。我想这是一套拍摄好照片的思路，其中“多思考”是最重要的!简单的三个字包含了太多人生的意义。摄影从始至终记录的都不是别人，而是你的人生。

摄影心得体会篇三

因为爱好摄影共同兴趣使影友聚在一起。在休闲健身怡情养性的同时，心中多了愉快。在多次的采风实践中，我对这个爱好，也有了一定认识：这就是：到了这个年龄段学习摄影，不可以不当会事儿，但又不可以太当会事儿。

一，不可以不当会事儿

首先，既然走进摄影，就要学习这门综合艺术。摄影不仅仅是简单概念的照相，它需要一定的知识积淀和文化修养，山水风物，历史民情，都要在学习和吸纳。摄影又是含有很多技巧，需要在长间的拍摄过程中认真地学习，做到腿勤、眼勤、嘴勤。腿勤，就是经常出去跑跑多拍片。因为，好片是可遇不可求的；眼勤，就是尽心仔细地观察四周景物，就是善于“找活”。嘴勤，就是多向老师们学习请教，不论你原来什么身份，进到这个圈里，只有当学生的份，没有摆架子的场。不下功夫，不虚心学习，懒惰而不求进取的人，很难拍出上桌面的东西，大片总是赏赐给那些勤快的人。

其次，在勤奋的同时，还应有自己的构思与创作。采风时，要善于发现极具特征的景物，自己培养独到的眼光。否则，人家找地儿你楞着，人家拍片你站着，人家发片你看着，没有拍摄的创作激情。没有成就感。那你就拿不出好东西，你就会逐步失去摄影兴趣。离出局也便不远了。

再者，既然走进摄影，一定是置办了摄影器材。自己或者是儿女花了几千上万的钞票，就是为了咱老有所好，老有所学，老有所长，老有所乐，为了这份高雅的'追求。为了保持良好精神状态和健康的身体。你把上万元垮在了脖子上，当摆设作秀，或是闲着这份摄影资源，实现不了其使用价值，对不起真金白银，更是忽略了自己或身边辛苦挣钱的人。

二，又不可太当会事儿。

什么事都有个度，过度了就不好；就会出问题。

因为我们买相机的目的，是为了兴趣爱好健康，如果违背了这个宗旨就错了，就过了。

第二摄影虽然叫玩，如果为了拍一个片子，去蹬山，趟河，没有控制好精气神，到头来伤了身体，就适得其反了。

第三，这个年龄的人都是从苦日子熬过来，大都经历过那一段苦难岁月，明白享乐生活来之不易和懂得当今子女们工作的辛苦。为了玩，大把的花钱买相机已经很在意了，如果再继续无截止投入，玩不动的时候，扔下一堆被淘汰的破玩意，是一种忘本，也是对家的不负责任。

第四，拍片就是个由头，作品就是个载体，赏片就是个消遣，点评就是个聊天。即便去参展，也就是凑热闹，真的不必要去太当回事儿。

摄影本身也是高雅艺术，能够怡情养性。走进摄影，也就走进了风光，摄影间，玩中学，学着玩，学得轻松，玩得不苦。采风不伤身，不劳神，评片不伤友。把自己放在摄影过程里尽享其乐，这才是应取的态度。

摄影心得体会篇四

在学习中邵老师讲到“多拍”，从宏观上来讲就是多实践，多积累经验，从具体来说就是不妨多试试镜头，以多为胜，多中选优，或者在探索出最优方案后重新精心拍摄某一场景。光学相机摄影要用胶卷，当场没法知道拍得满意不满意，要洗出来才知道。以多为胜吧，必然要浪费大量胶卷，成本太高，所以光学摄影往往是惜“镜”如金，轻易不按一下快门的，乃至精思细量地抓住镜头拍上一张，回去冲洗后才能知道结果，如果不够满意那就难了，时过境迁想补救已来不及了，所以老摄影家常常感叹光学摄影是充满遗憾的艺术。

数码摄影则不同了，影像现时储存在机内的磁性载体上，又可以现时回放观察，不满意消去重来就是了，这就是数码摄影的一大优势。所以在拍摄过程中无论是拍景还是拍物往往是先确定一个专题，围绕专题选定若干个场景，每个场景先围着它转几圈，拟出不同角度、不同光线条件(逆光、顺光、测光等)下的拍摄方案，然后就毫不吝惜地猛拍一气，有时同

一角度同一方案也重复拍上好几张，然后就停下来回放，不满意的镜头当场就删，往往十去七八，只留下两三张做初选成果。然后再拍摄下一个场景，依此泡制，直至完成一个专题。在采风实践中我深有体会，拿相机拍上二三百甚至四五百个镜头也不过就留七八十张回来。存入微机硬盘，再放大回放，又删去一部分。对自己满意的照片可以通过photoshop作编辑处理，达到理想效果。

二、曝光时力求保持相机的稳定

作为新手来讲，有时相片影像模糊并不是由于对焦不准，而是因为相机把持得不稳。一般情况下，对于新手来说，当曝光速度低于1/60秒时已有可能影响成像的清晰。要保持相机稳定，一是要持机姿态和力度正确，二是要按快门键的力度适当。要练出这个基本功看来似乎很简单，却非一日之功可得。其一最简单，就是给身体或手找个依靠物；其二，把相机皮带挂在脖子上，把相机向前伸至皮带拉紧，就形成了3点支撑，持相机的稳定度就大大提高了。第三个办法就是用三脚架，最好用10秒延时拍摄。

三、扬长还要注意避短

数码相机的摄影响应比较迟钝，从按下快门到摄影启动的这段时间明显要比光学摄影长得多，所以拍摄运动中的物体时往往抓不住或抓不准镜头。最好使用相机的连拍功能来弥补其不足。

四、独特的拍摄角度与别致的构图

要求艺术贵在创新，不应体现在意境上，同时也应体现在画面的形式美上，要使作品别开生面，耳目一新，就要通过形式美的手段，不断创造新的视觉感受。

关于构图，已经有很多文章教我们如何运用黄金分割、井字

格焦点等原则，就像是画国画有一条原则：注重“留白”，也就是说不要把画面填得太满。一是构图的对称性。除非是想突出表现摄影主体自身的对称性，否则应偏移一点角度拍摄，因为过于对称容易给人“死板”的感觉。二是线条过于横平竖直容易流于刻板，要学会用另一组线条如对角线、s线构图，三角形等来打破主体线条的控制。三色彩的运用很重要，光线明暗及其对比是影响意境的很重要的因素。

五、关于会议摄影及人物摄影

会议摄影不受时间限制，可以随时拍摄，技术必须是“狠、稳、准”，要动中有静，静中有动，有情有趣。对于人物摄影应该具备敏锐的形象观察力，善于利用摄影的视觉语言传达信息和感情，对形象的变化有细致的辨别能力，并熟练运用摄影的造型技术和技巧，对艺术的执著追求是培养形象敏感的有效步骤，也是摄影记者取得成功的原动力。

安佑忠老师把他独身去非洲的照片给我们作了详细的讲解，通过他拍摄的连续的图片真实的反映了当地人的文化及生活。安老师说既然拿起了相机，就要有一个摄影师的职责，摄影家不仅要具备地质家的眼睛，更要具备探险家的精神。

摄影心得体会篇五

拍照圈里的冤家太都不以名利为念，他们或功成名就，以熏陶情操；或喜爱旅游，把它当生产；更多的人是热爱糊口、酷爱天然，借山川人物花鸟虫鱼抒发情怀。大师在一起，或讨论器材，或讲讲创，更多的时候是诗酒唱和，不着边际的，是个很乏味的圈。但我是个对事物观其大概马虎而不求甚解的人，即便在紧张的工中，也是做一做、停一停，东张西望，喜欢以傍观的身份观赏事物。弄个小相机，混在他们中间，没有若干品交待，只能写这篇文章搪塞。

糊口中风景从我们身边掠，咱们震撼、冲动，用镜头把它记

录上去，凝固成永恒的刹时。对摄影快乐喜爱来说，相机是他的情人，对她诉说着人生路上的万种风情。摄影喜好是一群幻想主义，他们寻求最好的东西、最美的场景、绝佳的时机拍出最好的照片。每每看到摄影师对着一个场景，重复构图，不竭调解曝光组合，以求获得最好的效果。他们要将本身的人文感受传播给我们，提练出诗的意境。

天下上没有第二个职业象摄影一样，工和享受连系得如完满。披星带月摸黑上山，只为等待日出时那静静绽开的彩霞、云蒸霞蔚的春雾、肃穆肃穆的远山，在朝阳喷薄而出的瞬间，完成他们的创。他们是为工辛劳呢，还是为享受这视觉的盛宴而愿意呢？家庭主妇若是仅仅是本人一个人用餐，饭菜每每做得很简朴，爱厨房就是爱家人。摄影来不及细细咀嚼这视觉的盛宴，选择最美的打包带给咱们年夜众。糊口中从来不足美景，而不足的是发现。

摄影师们训练有素的目光通构图和光影的使用，把咱们屡见不鲜的东西拍得竹苞松茂，付与它们思维。因，经常有人惊叹：拍出来的照片比实景美。摄影师把美景分化成一个个瞬间，反复对照把玩，真是享用美色的妙手啊！最好的场景也好，最好的时刻也好，对摄影师来说，都不是最难的。难的是抓拍糊口的刹时。他们是一群猎人，时刻筹办捕获生存中的漂亮，从闪电劈裂的天穹到烟花绽放天空，从舞台精美的造型到赛场碰撞的雄姿。要取得一张好的照片，我认为必要“四美具，两难并”，一美是构图造型美。

拍摄主体或大或小、或圆或偏，咱们通构图使其位置恰当、能干显眼、与前后景搭配得交相辉映，这离不开点线面、透视、投影的矫捷运用。二美是光影景深美，光影是图片的魂灵。没有光的强弱反差，只是把主体的影像留下来了，那是照像，而不是艺术照片。在光影的幻化中，主体才能显露出质感、沧桑感和律动感。同一个场景，核心的不同，存眷的影像部位分歧；景深差别，清晰的局限分歧。

由于如许，平面的图片有了立体的觉得。三美是场景刹时美。镜头中的动物(日、月、云、人、畜、车等)，都运动到了最佳地位，把这奇丽的刹时定格下来，这是最难等到的。四美是提炼主题美。好照片要有好名字，取名的程就是提炼主题的程。做到胸中有数，先有主题再拍摄，或见景生情、因情取景都是能够的。两难并是指拍摄和制都很重要。数码单反相机拍出的照片须要举行后期制，调解亮度对比度、色阶、白平衡，乃至进行一些修补。

而真正的艺术照片，还要举行深刻的加工。 摄影师并不是一群骆鸟，只是动地期待着生涯中优美刹时的出现。他们经常缔造美景。布景、灯光、摆拍是缔造美景，操纵各类制图软件对数码相片举行后期制，更是如。这是一个光和影的魔幻天下，很多摄影师沉溺。有人认为□ps和避孕术一样，是改动人类生活的重大创造。不我以为□ps既是摄影的高层次，是对拍照这个“遗憾的艺术”的须要弥补，也是摄影的误区，度的制使照片失真，失去了拍照艺术的根本。

人生的价值在创造。一个人不管他的年岁多小，不再学习了，他就进入了老年；不再创造了，对这个社会就没有什么代价了。我也盼望更多的朋友进入文学和摄影的殿堂，为我们的生活增添更多的美。

摄影心得体会篇六

什么是新闻摄影?所谓新闻摄影就是以摄影图片的形式对正在发生的事件进行的新闻报道。

首先，是在没有三角架，特别是在光线比较暗的情况下，手持相机一定要稳，要注意姿势，在站立时，应避免身体的前倾或后仰，因为这样会导致身体失衡进而影响双手的稳定。同时左右脚一前一后地站开，在降低重心的同时使身体更加稳定，这样拍出的照片才能较好的避免过虚的情况出现。

其二，是要注意取景和构图，构图有很多形式美的原则，不过作为新闻报道的摄影，要区别于艺术摄影，在取景和构图要突出重点，把照片的主体焦点放在活动的重点事物上，跟主体无关的景物，最好不要放在取景框里。

其三，与取景和构图密切相关的是照相前对所照的内容的一个通盘考虑。即思想上要有充分准备，因为一些新闻事件，一个精彩的镜头在瞬间就会消失。所以要提前想到自己的站位，以及镜头焦距可调节的范围是否能够达到自己需要的效果，并做好准备，时刻注意抓拍时机。

其四，图片的大小要适中，对于存档的新闻照片，一般1m就可以了，如果是需要刊印画册，那么就要看需要而定了，一般相机设置照片质量越高，相机的反映越慢。

其五，一个场景，特别是主体人物在做动作时，要注意多拍几个镜头，这样才能从中选优。其六，如果是自己组织的一些活动，在活动最精彩，也是最能反映事件的时候，这时候可以人为组织从不同角度重复进行拍摄，以达到最佳的效果。

个人感觉新闻图片最重要的是在于图片要有现场感、真实感，要有感染力、冲击力，要能够使得图片在进入人们视野第一瞬间传达出新闻消息，让人看了之后就有一种身临现场的感觉。