



**+ ЗРИТЕЛЯМ НА YOUTUBE:**

ВЫ ЛУЧШАЯ АУДИТОРИЯ В МИРЕ.  
БЕЗ ВАШЕЙ ПОДДЕРЖКИ  
ЭТОЙ КНИГИ НЕ БЫЛО БЫ.

# + СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	8	ИСТОРИЯ	43
УСТАНОВКИ КАМЕРЫ	11	<b>Создаем выразительные образы, привлекающие вашего зрителя</b>	
<b>Превращаем цифры на дисплее в креативные приемы</b>		12. Как передать с помощью образов вашу собственную историю	44
1. Учимся обращаться с камерой	12	13. Добавляем цвет для передачи настроения	45
2. Выбор правильной глубины резкости для вашей сцены	15	14. Делаем фото процесса, чтобы полнее рассказать о блюде	48
3. Как запечатлеть краткий момент	18	15. Добавляем движение, чтобы привлечь внимание зрителя	50
4. Извлекаем максимум из снимка в темном месте	20	16. Оживляем снимки, вводя человеческий элемент	52
5. Как определить, достаточно ли фото светлое	22	17. Снимаем крупные композиции и большие блюда в домашнем стиле	55
СВЕТ И ТЕНЬ	27	ОФОРМЛЕНИЕ РЕКВИЗИТА	57
<b>Используем самый мощный инструмент для создания потрясающих снимков</b>		<b>Выбираем правильное окружение для вашей еды</b>	
6. Ищем лучшее освещение в доме	28	18. Собираем коллекцию предметов, отвечающих вашим целям	58
7. Используя температуру цвета, делаем образы правдоподобными	32	19. Выбираем фоны и поверхности для ваших композиций	61
8. Направление света может делать еду плоской	34	20. Выбираем реквизит как профессиональный стилист	64
9. Ищем возможность передать блеск влажных объектов	36	21. Насколько хорошо вы знаете застольный этикет?	66
10. Используем зеркала и отражатели, чтобы ваша еда стала звездой шоу	38	22. Советы, как сложить салфетки, чтобы они выглядели естественно	68
11. Играем с тенями для создания чарующей атмосферы	40		

## КОМПОЗИЦИЯ 71

### Организуем объекты в пространстве кадра для максимального визуального эффекта

- 23. Ищем визуальные образы для вашего вдохновения 72
- 24. Выбираем основной элемент композиции 73
- 25. Создаем выразительную композицию на контрасте 76
- 26. Добавляем баланс за счет визуального веса 78
- 27. Применяем линии и формы, чтобы изображение легко смотрелось 81
- 28. Используем цвет как инструмент композиции 84
- 29. Снимаем плоскую композицию сверху для красоты 86
- 30. Снимаем фронтально для ощущения монументальности 88
- 31. Изучаем угол в три четверти, чтобы найти лучшую точку зрения на еду 92
- 32. Придаем снимкам достоверность за счет объектов на заднем плане 94
- 33. Используем негативное пространство в качестве предмета 96
- 34. Планируем ориентацию и соотношения сторон для более выразительных снимков 99
- 35. Делаем эскизы на бумаге, чтобы сэкономить время 100

## ФУД-СТАЙЛИНГ 103

### Подготавливаем еду к фотосессии

- 36. Тестируем рецепты, чтобы не было проблем во время съемки 104
- 37. Проверенные и надежные инструменты для выкладки 105

- 38. Покупаем качественные продукты для прекрасных блюд 108

- 39. Работаем с «дублерами» для облегчения создания композиций 110

- 40. Используем эффектные дополнения для финальных штрихов 112

- 41. Делаем сэндвичи, бургеры и другую аналогичную еду привлекательными внешне 114

- 42. Советы стилиста для великолепных салатов 116

- 43. Подаем роскошные супы 119

- 44. Заставляем красиво выглядеть плоскую еду 122

- 45. Делаем напитки красивыми 125

- 46. Как сделать так, чтобы от мяса невозможно было отвести взгляд 128

- 47. Рецепт идеальных оладий (с сиропом!) 131

- 48. Не психуем, снимая замороженную еду 134

## ПОИСК ВДОХНОВЕНИЯ 137

### Продолжаем в том же духе и проявляем свою креативность

- 49. Используем музыку для создания настроения 138

- 50. Сила объединения с другими творцами 140

- 51. Изучаем мир искусства для новых идей 141

- 52. Секрет, который вам о фотографии никто не расскажет 143

- Благодарности 145

- Об авторе 147

- Указатель 148



## + ВВЕДЕНИЕ

Мы с моим мужем Райаном переехали из нашего родного города Финикс в Аризоне в Нью-Йорк летом 2007 года. Три недели спустя после нашей свадьбы мы сидели в грузовике, пересекающем мост Джорджа Вашингтона, взбудораженные в ожидании того, что ждало нас впереди. Мы нашли новую работу, новых соседей, завели новых друзей и, что особенно важно, открыли для себя новую еду.

Райан работал на литейном заводе, а я в школе. Много денег мы не зарабатывали, и в основном они шли на наши кулинарные эксперименты. Мы изучали местные рестораны и рынки, пользуясь рекомендациями друзей, где можно вкусно поесть. Прокладывали гастрономические маршруты по всему городу, у нас появлялись новые блюда-фавориты, такие как гигантское печенье с шоколадной крошкой в пекарне за углом от нашей квартиры, несладкие сконы с начинкой из чая лапсанг сушонг из маленького кафе на 86-й улице и обжигающе горячие пельмени в бульоне на Пелл-стрит в Чайнатауне.

Примерно в то же время я начала более разнообразно готовить на кухне нашей крохотной квартирки. Она была заполнена кулинарными гаджетами, которые нам подарили на свадьбу, а вдохновение мне давали разнообразные продукты с местных рынков. Меня вдохновляли трапезы в ресторане, готовка дома и сам Нью-Йорк. И хотелось делиться всем этим с теми, кто остался дома. Поэтому я завела блог, купила розовую камеру-мыльницу и взяла за обычное дело постить на своем сайте то, что снимала и ела. Тот первый блог стал началом моей карьеры в качестве фуд-фотографа.

Нужно сказать, что те первые фотографии ужасные. Но у меня было то, что, по-моему, является главным для создания отличных снимков: любовь к еде. Еще у меня было то, что, уверена, есть и у вас. Видение, образы, которые появлялись в сознании, как должна выглядеть фотография. Мне хотелось, чтобы еда буквально выпрыгивала со снимка, демонстрируя, какая она вкусная. Потребовались годы, чтобы те самые образы в моей голове стали реальностью с по-

мощью фотокамеры. Поэтому, если вы только начинаете свой путь как фотограф, наберитесь терпения. Вещи, ради которых стоит потрудиться, не бывают простыми. Фуд-фотография – это не просто навести объектив на блюдо и нажать кнопку спуска. Это мириады креативных решений, которые соединяются, чтобы получился эффектный снимок.

Хорошая новость в том, что ваш путь может стать намного более коротким, чем мой. На страницах этой книги вы найдете уроки, через которые я прошла в сложный период между моментом, когда влюбилась в фуд-фотографию, и временем, когда стала чувствовать себя с камерой уверенно. Я предлагаю вам 52 урока с заданиями, по одному на каждую неделю года. С их помощью вы глубже поймете настройки камеры, свет, сюжет, композицию, фуд-стайлинг, особенности реквизита, научитесь искать новые источники вдохновения. В конце концов, лучший учитель – опыт. Рекомендую держать под рукой блокнот с ручкой, чтобы делать заметки, – это поможет вам в обучении. Я часто рисую от руки эскизы будущих композиций, поэтому рекомендую данный способ для многих уроков в своей книге. Они рассчитаны, кстати, на любой тип камеры, от смартфона или «мыльницы» до зеркальных и беззеркальных фотоаппаратов. Неважно, какого типа ваша камера, обязательно изучите ее вдоль и поперек.

Многие уроки проиллюстрированы снимками, сделанными специально для данной книги. Не стесняйтесь их воспроизводить, особенно если вы новичок в фуд-фотографии. Я тоже копировала других фотографов в процессе поиска своего индивидуального стиля. Эксперименты помогают раскрыть вашу собственную эстетику и перспективу. Занимаясь по урокам в книге, вы можете делиться своими успехами онлайн, используя хештег #pictureperfectfood, чтобы объединиться с другими фотографами, изучающими ту же тему.

Независимо от того, снимаете ли вы еду для чистого удовольствия, работаете над выпуском на рынок продукта питания или хотите при-

влечь больше внимания к своему блогу о еде, фуд-фотография – веселое и полезное дело. Я очень рада возможности быть вашим учителем и искренне верю в вашу способность овладеть всеми необходимыми навыками.

Хотите получить больше информации в области фуд-фотографии? Присоединяйтесь к моему сообществу на сайте [joaniesimon.ck.page/picture-perfect](http://joaniesimon.ck.page/picture-perfect)

## + ПАРА СЛОВ О ФОТООБОРУДОВАНИИ

Чаще всего меня спрашивают именно о нем. Камеры, осветительные приборы, аксессуары, камера смартфона или беззеркалка и так далее. Благословение и проклятие нашей современной эры фотографии заключается в том, что существует невероятное и постоянно расширяющееся количество вариантов, когда дело доходит до оборудования. Хорошая новость в том, что неправильного решения тут нет. **Лучший вариант – начинать с того, что у вас есть.** Как только у вас появится твердое понимание и контроль над существующими инструментами, вы сможете инвестировать в дополнительное оборудование в зависимости от ваших потребностей.

И особенно важно, чтобы, помимо всего остального, что вы почерпнете из книги, вы поняли: «лучшая» камера не гарантирует лучших снимков. Это все равно, что спросить пекаря, в духовке какого бренда он печет свои невероятно рассыпчатые маслянистые основы для пая. Духовка гораздо менее важна, нежели кулинарные навыки пекаря. Настоящая магия любого творчества является результатом объединения креативности и продуманной практики. Сберегите деньги и потратьте лучше свое время на изучение.

+ *Моя первая камера!*









# УСТАНОВКИ КАМЕРЫ

Превращаем цифры на дисплее в креативные приемы

+

Фотоаппарат – мощная вещь. Он позволяет нам делиться с другими людьми образами в наших головах одним нажатием кнопки. Диафрагма и затвор делают гораздо больше, чем просто передают изображения. Творческие возможности для настройки камеры бесконечны. Давайте начнем наше фотографическое приключение с изучения и применения основных настроек камеры, а затем рассмотрим, как их можно использовать на практике. Это будут самые технически сложные вопросы в книге, поэтому, если осилите данные уроки, у вас появится отличная основа для развития навыков в области фотографии.

# 1. УЧИМСЯ ОБРАЩАТЬСЯ С КАМЕРОЙ

С этого все начинается. Вы выбираете объект, объем которого передает сочетание света и тени, и нажимаете кнопку затвора, чтобы запечатлеть экспозицию, которая отображается на вашем ЖК-экране в виде изображения. Согласно определению в цифровой фотографии экспозиция – это количество света, которое достигает светочувствительного сенсора камеры для записи изображения. Я представляю, как частицы света проходят через линзу объектива в камеру и «выжигают» на поверхности сенсора изображение, записывая все нюансы того, что было светом, а что тенью, вплоть до мельчайших деталей. **Яркость или темнота этого изображения зависит от комбинации трех настроек камеры: диафрагмы, выдержки и ISO – вместе называется «треугольник экспозиции».**

В остальных уроках данного раздела мы глубже изучим эти три ключевые настройки и способы, как с их помощью сделать ваши снимки интереснее. Но для начала вам следует узнать, что каждую из названных настроек можно менять, чтобы изображение стало светлее или темнее.

## ОТКРЫТИЕ И ЗАКРЫТИЕ ДИАФРАГМЫ ОБЪЕКТИВА

Во-первых, **диафрагма регулирует отверстие внутри объектива, которое позволяет свету проникать в камеру.** Диафрагму можно широко открыть, чтобы пропускать больше света, обеспечивая более яркую экспозицию, или уменьшить, чтобы создать более темную экспозицию. **Размер диафрагмы измеряется в f-числах, и чем меньше число f, тем шире отверстие диафрагмы.** Например, если вы видите, что диафрагма камеры установлена на  $f/2.8$ , это небольшое число и довольно широкое отверстие по сравнению с  $f/7$  или  $f/9$ , которые соответственно меньше. Звучит странно, да? Действительно, немного сбивает с толку, что меньшее число дает больший диаметр отверстия. Добро пожаловать в мир фотографии.

В конечном счете, если вы хотите получить более яркую экспозицию, пропуская больше света в камеру, отрегулируйте диафрагму на меньшее значение. Если вы находитесь в более темном помещении при  $f/7.1$  и хотите сделать изображение ярче, можете выбрать более широкую настройку диафрагмы, например  $f/4.5$ , или в зависимости от вашего объектива вплоть до  $f/1.8$ . Если снимаете на улице, а экспозиция слишком яркая и передержана, перейдите на более высокое значение  $f$  для меньшего отверстия диафрагмы, например  $f/7$  или выше. Позже мы обсудим эти варианты, но сейчас я хочу, чтобы вы сосредоточились на экспозиции.

## ВЫБОР КОРОТКОЙ ИЛИ ДЛИННОЙ ВЫДЕРЖКИ

Вторая настройка называется выдержкой. Нажимая на кнопку затвора на своей камере, вы слышите щелчок. Даже на смартфонах, где нет той механической детали, которая присутствует в традиционных фотоаппаратах, данный звук воспроизводится, потому что это сигнал к тому, что сейчас будет сделан снимок. Щелчок – это открытие и закрытие затвора камеры. Затвор расположен внутри камеры перед сенсором. **Когда затвор открыт, свет, проходящий через объектив, может достигать сенсора и записывать изображение.** В тот момент, когда вы нажимаете

## + О ЗАТВОРЕ СМАРТФОНА

Многие приложения для смартфонов, такие как Adobe Lightroom для мобильных устройств, имеют режим съемки Pro, в котором вы можете управлять выдержкой затвора (обозначается как S) и ISO. Диафрагма на камерах смартфонов и «мыльницах», как правило, фиксирована и не поддается манипуляциям, но не позволяйте этому факту помешать вам в изучении контроля над экспозицией.







кнопку спуска затвора, затвор открывается, сенсор облучается, затем затвор закрывается и изображение записывается. Этот процесс может происходить быстро или медленно в зависимости от выбранной вами выдержки.

Если вы выберете сравнительно короткую выдержку, например  $1/200$  секунды, период времени, когда затвор открыт и свет проникает внутрь камеры, короткий, а потому света попадет немного. Выбрав более длинную выдержку, вы впустите внутрь больше света, и экспозиция будет ярче. Длительность выдержки среди настроек камеры указывается как время в секунду. Например,  $1/200$  – это одна двухсотая часть секунды, а  $1/1000$  – одна тысячная, а  $1''$  – ровно секунда. (Знак кавычки указывает на полную секунду.) Одна секунда – это очень длинная выдержка, и внутрь вашей камеры попадет много света.

## КОРРЕКТИРОВКА ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ СЕНСОРА К СВЕТУ С ПОМОЩЬЮ ISO

Наконец, третья настройка, ISO. ISO показывает, насколько сенсор чувствителен к свету. Когда вы нажимаете кнопку спуска затвора и свет проходит через объектив и через затвор к сенсору, насколько восприимчив этот сенсор к попадающему на него свету? Я представляю себе ISO как «липкую бумагу». Нужно, чтобы сенсор был очень «липким», чтобы улавливать по возможности каждый фотон, или вы предпочитаете, чтобы он не был настолько «липким»? Более низкое значение ISO, например 100 или 200, менее чувствительно по сравнению с более высокими настройками, такими как 1000, вплоть до максимального значения ISO вашей камеры. Чем выше ISO, тем ярче будет ваша экспозиция.

Напомню: **для создания более яркой экспозиции используйте более широкую диафрагму, более медленную выдержку или более высокое значение ISO. Чтобы создать более темную экспозицию, используйте меньшую диафрагму (большее число f), более быструю выдержку или более низкое значение ISO.** Но остается вопрос: как узнать, какую диафрагму, выдержку и ISO правильно выбрать в конкретной ситуации? Каждая из этих настроек управляет экспозицией,

но у них также есть свои уникальные преимущества, недостатки и творческие возможности. В следующих уроках вы глубже погрузитесь в изучение применения этих настроек, что поможет вам в дальнейшем принятии решений относительно настроек камеры. Но на данный момент самое важное, что вам следует понять, это то, что данные три параметра в сочетании друг с другом определяют, насколько светлая или темная наша экспозиция.

## + ЗАДАНИЕ

Установите на своей камере ручной режим. Если вы раньше ни разу этого не делали, настало время выйти из привычных рамок авторежима и взять все под свой контроль!

Теперь найдите, где можно управлять диафрагмой, выдержкой и ISO, и начните менять их установки.

Установите следующие цифровые значения (или наиболее близкие к ним, которые позволяет ваша камера): выдержка =  $1/100$ , диафрагма =  $f/5.6$ , ISO = 100. Теперь сфотографируйте любой объект. Не старайтесь сделать снимок красивым или идеальным, вы сейчас просто учитесь работать с установками.

Теперь изучите данный тестовый снимок, чтобы понять, не слишком ли он светлый или темный. Если хотите, чтобы он был светлее, выберите более широкую диафрагму, более длинную выдержку или более высокое значение ISO. Изменяйте значения, пока не получите приемлемое качество снимка.

Продолжайте выполнять это упражнение, чтобы чувствовать себя более комфортно при изменении настроек и их влияния на изображение. Поначалу процесс может показаться трудным, и придется напряженно поразмышлять, но обещаю, что чем больше вы будете практиковаться в ручном управлении настройками камеры, тем более естественным для вас это станет и тем проще будет делать идеальные снимки.

## 2. ВЫБОР ПРАВИЛЬНОЙ ГЛУБИНЫ РЕЗКОСТИ ДЛЯ ВАШЕЙ СЦЕНЫ

Помните, я упоминала, что диафрагма не только управляет количеством света, поступающего в камеру, в зависимости от диаметра отверстия внутри объектива, но также имеет творческие возможности? Вы когда-нибудь замечали на некоторых фотографиях, что объект находится в резком фокусе, в то время как область на заднем плане размыта? **Этот фактор размытости под названием боке напрямую связан с диафрагмой.** Диафрагма управляет глубиной резкости. Глубина резкости описывает область фокусировки внутри изображения. Большая глубина резкости означает, что большая часть области изображения находится в фокусе, от передней части сцены до задней. С другой стороны, малая глубина резкости означает, что на изображении есть небольшая область, которая находится в фокусе, и все перед и за этой небольшой областью размыто и таким образом создается боке.

- Когда вы выбираете более широкую диафрагму (f-число меньше), это дает меньшую глубину резкости и создает эффект боке.
- Когда вы выбираете более узкую диафрагму (f-число больше), это дает большую глубину резкости, и большая часть изображения оказывается в фокусе.

Вы можете увидеть данный принцип в действии в фотографиях на следующей странице. Снимок с размытым фоном (боке) был сделан при  $f/3.5$ . Тот, который больше в фокусе, был сделан при  $f/7.1$ . Ни тот, ни другой вариант не является правильным или неправильным, лучше или хуже. Как и многие другие вариации в фуд-фотографии, это лишь вопрос личного вкуса.

### + ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОВЕТ

Чем ближе вы находитесь к объекту, тем более выраженной будет глубина резкости. Если вы снимаете при  $f/2.8$  вблизи объекта, а затем при  $f/2.8$  дальше от объекта, снимок, сделанный физически ближе к объекту, создаст еще большую красивую размытость заднего плана.

### + СОВЕТ ДЛЯ СМАРТФОНА

К сожалению, объективы в наших смартфонах пока не обладают способностью манипулировать диафрагмой. Я говорю «пока», потому что технологии быстро меняются. Однако портретный режим – это настройка, которая воспроизводит эффект боке, определяя основной объект в вашей сцене, а затем добавляя вокруг него маску, размывающую фон. Функция не всегда идеальна и иногда размывает то, что не нужно. Но она позволяет достичь аналогичного эффекта изоляции вашего объекта, чтобы упростить композицию и придать ей объемность.



+ Этот размытый фон боке был снят при  $f/3.5$



+ Взгляните на фокус на этом снимке при  $f/7.1$



Предупреждение насчет широкой диафрагмы: не выбирайте слишком низкое значение. При выборе очень низкого  $f$ -числа вы можете потерять фокус на объекте из-за недостаточной глубины резкости. Изображение парфе при  $f/3.5$ , например, было снято с помощью объектива, на котором можно было бы установить и  $f/1.8$ . Однако число  $f/1.8$  создало бы слишком малую глубину резкости. Я хотела убедиться, что область фокусировки достаточно широка, чтобы передняя часть стакана до середины была в фокусе.  $f/3.5$  стало самым низким  $f$ -числом для этой настройки, при которой объект был бы в фокусе, а фон – с мягким эффектом боке. Главное – выбрать диафрагму и глубину резкости в зависимости от вашего конкретного объекта и внешнего эффекта, который вы хотите создать. По этой причине я всегда первой устанавливаю диафрагму.

Боке – больше чем просто классный визуальный эффект. Это еще и простой способ привлечь внимание к вашему объекту, изолировав его в рамках кадра. Наши глаза естественным образом притягиваются к тому, что больше всего в фокусе. Боке – один из многих инструментов, имеющих в нашем распоряжении, чтобы помочь быстро привлечь внимание зрителя к определенному объекту.

Кроме того, не забывайте, что диафрагма влияет на экспозицию. Если вы собираетесь сделать снимок с выраженным эффектом боке и малой глубиной резкости, помните, что широко открытая диафрагма пропускает в камеру много света. В этом случае в зависимости от освещения в месте съемки вам может потребоваться отрегулировать выдержку и ISO, чтобы уравновесить широко открытую диафрагму.

## + ЗАДАНИЕ

Создайте образ с помощью боке. Независимо от того, используете ли вы портретный режим на смартфоне или управляете настройкой диафрагмы на камере, сделайте снимок любого объекта, используя малую глубину резкости, чтобы создать эффект боке на заднем плане. Это будет значение  $f/4.5$  или ниже, если вы используете зеркальную или беззеркальную камеру. Если эффект боке не такой сильный, как хотелось бы, вспомните, что приближение к объекту или отдаление фона поможет усилить глубину резкости. Поэкспериментируйте, подходя ближе или отходя дальше от объекта, пока не получите желаемый эффект боке.

Сделайте еще один снимок композиции с большей глубиной резкости ( $f/7$  или выше). Отрегулируйте выдержку и ISO по мере необходимости, чтобы сбалансировать экспозицию. Сравните фото с малой глубиной резкости с фото с большей глубиной резкости. Какое из них более эффективно привлекает внимание к вашему объекту? Создает ли один из снимков настроение, которое вам нравится? Как глубина резкости меняет композицию?

Если ваши фотографии сильно размыты и ни один объект не находится в фокусе, прочтите следующий урок, прежде чем выполнять задание. Это должно решить проблему, а затем вы можете вернуться и повторить упражнение с боке.

### 3. КАК ЗАПЕЧАТЛЕТЬ КРАТКИЙ МОМЕНТ

Вы когда-нибудь хотели, чтобы ваше фото запечатлело мгновение? Представьте, что наполняете бокал вином, посыпаете печенье сахаром или поливаете десерт шоколадным соусом. Запечатление доли секунды, когда сахар падает из ситечка, до того как он коснется поверхности печенья, подобно сахарному дождю, создаст у зрителя особое настроение. Когда вы представляете себе эту картину, каким представляется вам сахар? Движущимся пятном? Или он застыл во времени и пространстве в виде крупинки? Выбранная вами выдержка определит, как это действие будет выглядеть на снимке.

Итак, выдержка – это промежуток времени между открытием и закрытием затвора для захвата изображения. Длинная выдержка позволяет большому количеству света попадать на сенсор, поскольку затвор открыт в течение более длительного периода. Короткая выдержка позволяет попасть на сенсор меньшему количеству света.

Имея в виду данную информацию, подумайте о взаимосвязи между временем и движением. Когда вы открываете затвор на более длительный период и перед камерой происходит движение, картинка меняется, и эти изменения будут записаны в конечном изображении. В данном случае появится эффект размытия движения. Например, представьте фото ресторана, по пространству которого проходят люди и выглядят как размытые полосы поперек кадра. С момента открытия затвора до момента его закрытия объект двигался, и это движение было запечатлено в виде размытого изображения. Такой эффект может стать прекрасным художественным приемом при передаче процесса готовки, например взбивания яичных белков, помешивания в кастрюле или раскатывания теста. Так вы дарите движению жизнь.

С другой стороны, если ваша цель в том, чтобы «заморозить» действие, потребуется более короткая выдержка. Затвор открывается и закрывается так быстро, что миг замирает. Для запечатления льющейся жидкости, как на фотографии кофе справа, хорошее отправное значение –  $1/200$ . Если вам нужен суперчеткий снимок всплеска, который бывает на рекламных фотографиях, то значение должно быть ближе к  $1/8000$ . Но помните, что чем короче выдержка, тем меньше света попадает на сенсор. Вот почему студийные фотографы, снимающие быстрые действия, используют дополнительные источники искусственного света или вспышки, когда хотят запечатлеть очень краткий момент.

Следует иметь в виду одну вещь: перемещение камеры также повлияет на изображение, и это особенно важно учитывать при использовании длинной выдержки. Например, если вы снимаете тарелку с неподвижной едой, но используете длинную выдержку, чтобы получить достаточно яркую экспозицию, можете получить размытый снимок, потому что ваше тело физически движется, удерживая камеру. Даже если попытаетесь стоять совершенно неподвижно, вы будете слегка шевелиться, и, если затвор открыт достаточно долго, это небольшое движение приведет к размытости снимка. Вот почему штатив – лучший друг фуд-фотографа, когда он снимает еду с более длинной выдержкой. В противном случае, если у вас нет штатива и вы снимаете с рук, вам придется снимать с выдержкой, достаточной для того, чтобы запечатлеть краткое мгновение. Общее правило: **выбирайте выдержку, при которой ниже значение удваивает фокусное расстояние.** Если вы снимаете с 50 мм объективом, то  $1/100$  будет достаточным значением, чтобы избежать размытия при движении из-за дрожания камеры в руках.





## + ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОВЕТ

Не знаете фокусное расстояние у объектива вашей камеры? Фокусное расстояние измеряется в миллиметрах и представляет собой расстояние от сенсора камеры или пленки до точки, где сходятся лучи света для создания четкого изображения объекта. В общих чертах фокусное расстояние определяет, насколько широк ваш угол обзора. Если снимаете с 24 мм объективом или с зум-объективом до 24 мм, вы сможете видеть широкий угол, и в кадр попадет большая часть сцены по сравнению с более длинным фокусным расстоянием, например 55 мм, 70 мм или даже 200 мм. **Небольшое фокусное расстояние дает широкий обзор. Большое фокусное расстояние – небольшую часть сцены.** На объективе вашей камеры должно быть указано фокусное расстояние. Обратите внимание на число, за которым следует «mm». Большинство зеркальных и беззеркальных камер поставляются со штатным объективом, представляющим собой зум-объектив диапазоном от 18 до 55 мм. Это отличный объектив для первых шагов в области фуд-фотографии.

**Наконец, при съемке движения следует выбрать диафрагму, обеспечивающую достаточную глубину резкости как для объекта, так и для движения, которое должно быть в фокусе.** Например, для фотографии кофе слева я выбрала диафрагму  $f/6.3$ . Это создало достаточно широкую область фокусировки, чтобы и стакан, и кофе, и движение наливаемых сливок были в фокусе, в то время как бутылка с молоком и сахарница на заднем плане оказались в мягком фокусе. Действие помогает привлечь внимание к объекту, поэтому выберите достаточно высокое число  $f$ , позволяющее сфокусироваться на важных частях композиции.

+ Выдержка  $1/200$  «замораживает» момент

## + ЗАДАНИЕ

Поэкспериментируйте с передачей движения при разных значениях выдержки. Во-первых, подумайте о движении, которое хотите запечатлеть. Попросите друга или члена семьи помочь выполнить действие во время съемки. Действия, которые я особенно люблю фотографировать, это наливание сливок в стакан кофе со льдом, просеивание муки в миску и поливание оладий сиропом. Имейте в виду, что, скорее всего, потребуются много попыток, чтобы запечатлеть действие так, как вам нравится. Действия, которые можно повторить без необходимости заменять еду, лучше подходят, чтобы на них практиковаться. Как только вы выбрали действие и готовы к съемке, сделайте снимок движения при  $1/100$ . Затем увеличьте выдержку до  $1/300$  и сделайте еще один снимок. Затем убавьте значение до  $1/60$  и сделайте еще один снимок.

Сравните ваши три снимка и оцените, как по-разному движение выглядит на снимках с разной выдержкой. Какое значение выдержки передает движение так, как вам нравится? Играйте с разными значениями и привыкайте к тому, как выдержка управляет движением. Не забывайте, что выдержка также влияет на экспозицию, поэтому вам может потребоваться компенсировать ее, отрегулировав диафрагму или ISO.