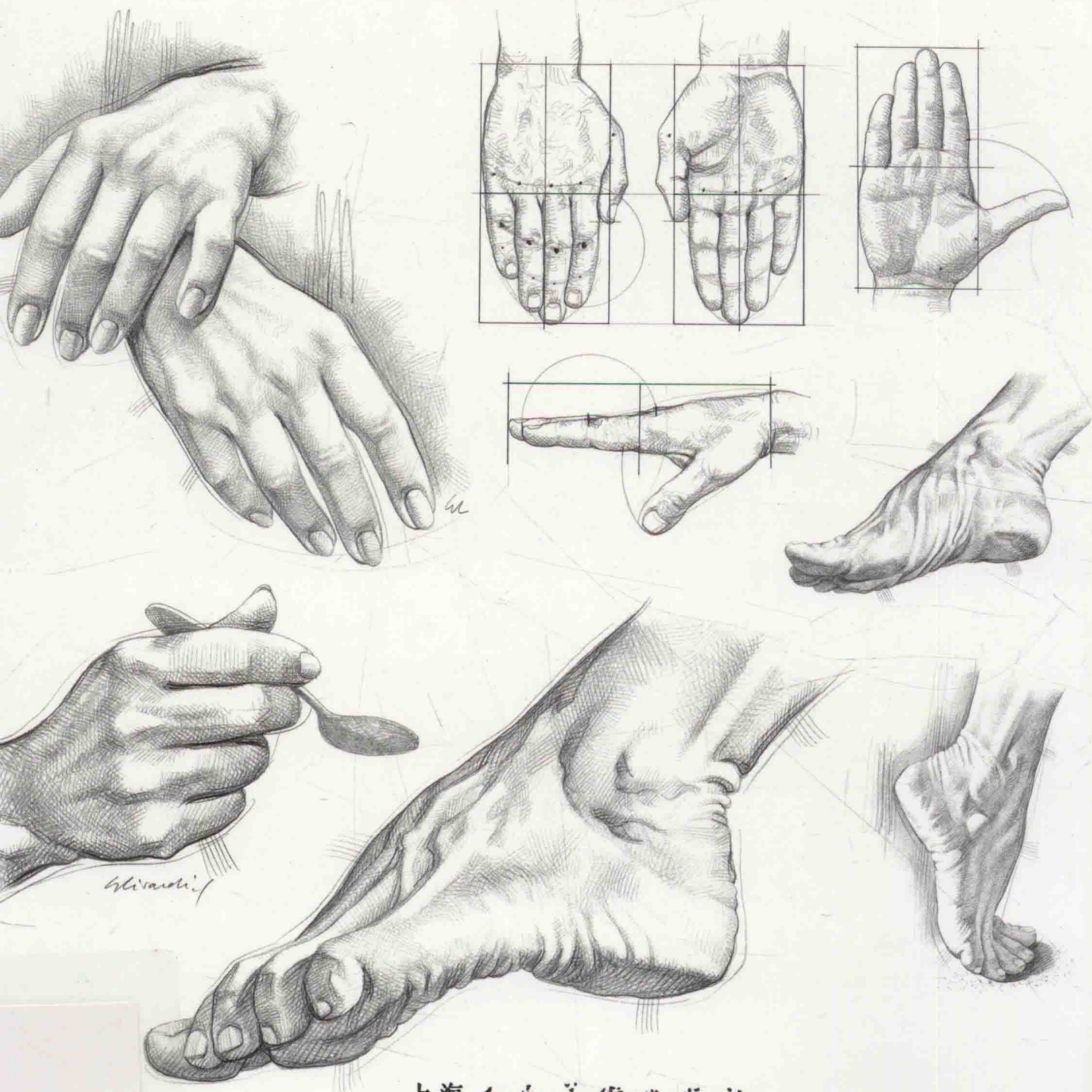


手与足素描

我们的目标是在最短的时间内，表现出手与足的结构、姿态和动作

【意】乔瓦尼·席瓦尔第 著



上海人民美術出版社

意大利经典素描训练教程

手与足素描

【意】乔瓦尼·席瓦尔第 著

王慧明 译



上海人民美術出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

手与足素描 / (意) 席瓦尔第著 ; 王慧明译. -- 上海 : 上海人民美术出版社, 2016.1

书名原文: Drawing Hands and Feet

(意大利经典素描训练教程)

ISBN 978-7-5322-9592-0

I. ①手… II. ①席… ②王… III. ①手—素描技法—教材 ②足—素描技法—教材 IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第181748号

原版书名: Drawing Hands and Feet

原作者名: Giovanni Civardi

Copyright © Il Castello S.r.l., via Milano 71/73 12-20010 Cornaredo (Milano), Italy, 2009 La Mano e Il Piede

Translation © 2013 Shanghai People's Fine Arts Publishing House

All rights reserved. No part of this work covered by the copyright hereon may be reproduced in any form or by any means, graphic, electronic, or mechanical, including photocopying, recording, taping, web distribution, or information storage and retrieval systems without the written permission of the publisher.

Rights manager: Mimo Xu

本书简体中文版经Il Castello出版社公司授权, 由上海人民美术出版社独家出版。版权所有, 侵权必究。

合同登记号: 09-2013-781

手与足素描——意大利经典素描训练教程

著 者 【意】乔瓦尼·席瓦尔第

翻 译 王慧明

责任编辑 徐 捷

版权经理 徐 捷

美术设计 叶 鹰 朱世元

封面设计 刘 旻

技术编辑 朱跃良

出版发行 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号)

邮编: 200040 电话: 021-54044520

网 址 www.shrmms.com

印 刷 上海晨熙印刷有限公司

开 本 889×1194 1/16

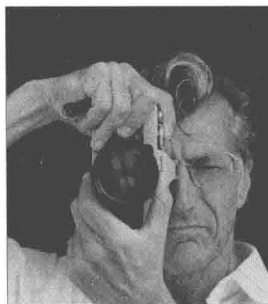
印 张 4印张

版 次 2016年1月第1版

印 次 2016年1月第1次

书 号 ISBN 978-7-5322-9592-0

定 价 28.00元



乔瓦尼·席瓦尔第 (Giovanni Guglielmo Civardi), 1947年生于米兰。长期作为职业插画师与雕塑家工作, 并投入了数年间潜心研究艺用人体解剖学。同时, 也教授人体结构绘画课程。

燕子也有为了觅食而离巢的时候。

光线确定结构以及凸显外形; 阴影创造层次以及柔化形态。

上帝给予一些东西的同时也会带走一些东西, 但请相信总有一些事物是会留存下来的。

意大利经典素描训练教程

手与足素描

【意】乔瓦尼·席瓦尔第 著

王慧明 译



上海人民美術出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

手与足素描 / (意) 席瓦尔第著 ; 王慧明译. -- 上海 : 上海人民美术出版社, 2016.1

书名原文: Drawing Hands and Feet

(意大利经典素描训练教程)

ISBN 978-7-5322-9592-0

I. ①手… II. ①席… ②王… III. ①手—素描技法—教材 ②足—素描技法—教材 IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第181748号

原版书名: Drawing Hands and Feet

原作者名: Giovanni Civardi

Copyright © Il Castello S.r.l., via Milano 71/73 12-20010 Cornaredo (Milano), Italy, 2009 La Mano e Il Piede

Translation © 2013 Shanghai People's Fine Arts Publishing House

All rights reserved. No part of this work covered by the copyright hereon may be reproduced in any form or by any means, graphic, electronic, or mechanical, including photocopying, recording, taping, web distribution, or information storage and retrieval systems without the written permission of the publisher.

Rights manager: Mimo Xu

本书简体中文版经Il Castello出版社公司授权, 由上海人民美术出版社独家出版。版权所有, 侵权必究。

合同登记号: 09-2013-781

手与足素描——意大利经典素描训练教程

著 者 【意】乔瓦尼·席瓦尔第

翻 译 王慧明

责任编辑 徐 捷

版权经理 徐 捷

美术设计 叶 鹰 朱世元

封面设计 刘 旻

技术编辑 朱跃良

出版发行 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号)

邮编: 200040 电话: 021-54044520

网 址 www.shrmm.com

印 刷 上海晨熙印刷有限公司

开 本 889×1194 1/16

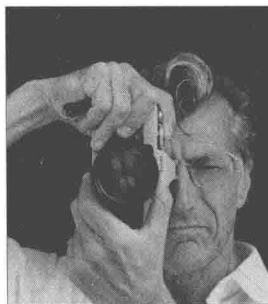
印 张 4印张

版 次 2016年1月第1版

印 次 2016年1月第1次

书 号 ISBN 978-7-5322-9592-0

定 价 28.00元



乔瓦尼·席瓦尔第 (Giovanni Guglielmo Civardi), 1947年生于米兰。长期作为职业插画师与雕塑家工作, 并投入了数年间潜心研究艺用人体解剖学。同时, 也教授人体结构绘画课程。

燕子也有为了觅食而离巢的时候。

光线确定结构以及凸显外形; 阴影创造层次以及柔化形态。

上帝给予一些东西的同时也会带走一些东西, 但请相信总有一些事物是会留存下来的。

简介

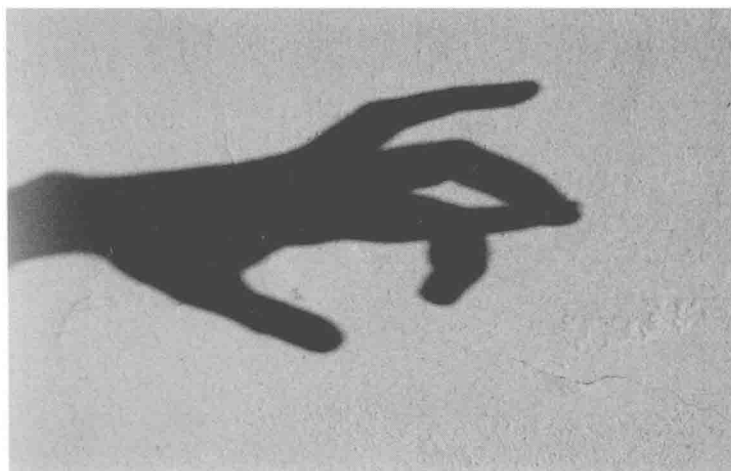
每个人的手都有着自己的特征，或长或短；或呈圆锥形，或呈扁平状；或强壮，或瘦弱。人手在外观上存在着各种细微的差别，没有两只手是完全相同的。同样，手指和指甲的形状也是千差万别。不仅如此，手的外形还会因日常运动和生活习惯而各有差异，即使在同一个人身上，经常活动的那只手就会比较少活动的那只手要大一些。因此，通过细微观察，对手的研究可使我们在许多领域受益。例如，医生经常会从病理学的角度来研究人的手，从而更好地在医学领域服务大众。在人类进化过程中，大拇指的发展和进化是人类有别于其他灵长类动物的明显特征之一，这也使人手从爬行的任务中解放了出来，人类从此成为直立的两足动物。

手被认为是人体中最能表达含义的器官，它甚至还被赋予了某种象征意义。在史前岩石壁画中，我们经常会发现手印，在神秘的加尔加斯壁画中，手被塑造得更强更有力量。

我们如何去理解手势在生活中和艺术作品中的意义呢？触摸、紧握、祝福、列举、祈祷、劳作，这些平常的手势和举动，呈现着最丰富的人类情感，暗示着最微妙的心理活动。每个时代的每个伟大的画家，在他们的作品中描绘手时都会带上自己的个性特征。试想一下“哥特式”手、“文艺复兴式”手以及“立体派式”手的差别，罗丹、卡拉瓦乔、伦勃朗、席勒所画的手之间也有很大的差别。

因此，手与足常常被认为是素描、油画或雕塑作品中最难描画和塑造的人体部位。它们所呈现的姿势千姿百态，因此它们也毫无疑问地具有着复杂性。然而，如果我们仔细地观察和比较手和脚，如果我们通过观察逐步了解了操纵手脚外形动作的基本骨骼结构，我认为画好手和脚并非难事。

在这本书中，我会用最基本的元素于不同的章节中来演示如何观察手和脚的方法，并且提出一些值得思考和练习的主题，首先我会采用一些客观和模拟现实的方法，进而逐步加入主观感觉和个性风格。这将对你描绘这些人体中具有最丰富表达含义的部位有着极大的帮助。



1.工具和技法

描绘人体或人体部分的形象，如手、足等，无论是速写还是写生，都可以用最简单和常见的工具，如铅笔、木炭、色粉笔、钢笔以及墨水、水彩、毡笔等等。

使用不同的工具会产生不同的画面效果，除了用不同的绘画材料和技法外，还可以使用不同的画纸，可以用光滑的纸，也可以用粗糙的纸，还可以用卡纸、白纸或有色纸等等。



钢笔和墨水

通常，我们可以用毛笔或蘸水笔蘸墨水作画，也可以用其他工具来达到一些比较特殊的效果，如可以用加粗的蘸水钢笔、曲线笔、圆珠笔、喷笔、毡笔以及竹签等进行描绘。画面调子的明暗通常取决于笔在纸面上画线的密度。有时在光滑的卡片上作画也是不错的选择，因为卡纸质地光滑紧密，能避免不规则的墨水渗透入纸张。若在纸面上有了不必要的痕迹或墨点，我们还可以用手术刀或剃须刀片小心地将其刮去。



铅笔

铅笔因它丰富的表现力和创造性，成为了最常用的素描工具，它可以用来速写和绘制草图，也可以用于更深入地刻画。另外，你还可以用石墨铅笔笔芯（直径从0.5到0.7毫米）来作画。大直径和较柔软的石墨铅笔很适合用来作画，石墨笔芯可以装在自动伸缩的装置里，就像铅笔一样使用方便。铅笔根据软硬程度的不同可以分为从9H到6B的不同等级，从非常坚硬的9H到极其柔软的6B，其所画出的线条从又细又淡逐渐变为又黑又粗。

炭条

用炭条刻画明暗光影能表现出极其清晰的细节，并且炭条非常容易掌握，因此炭条一般被认为是最理想的人体写生工具。绘画人体时，我们可以用炭条快速地表现出画面完整的调子和人体的体积感，这样最能体现出炭条这种万能工具的优点。无论是用压缩炭条，还是木炭条，都需要注意不要弄脏了画纸。只要用橡皮轻擦一下，炭条所刻画的线条就会融合在一起，如用橡皮轻擦一下右图中手指的轮廓线，手指和阴影部分就柔和地统一了起来。最后，记得要喷上定色液，以此来保护完成的画面。



水彩

水彩技法更接近油画而不是素描，因为它用毛笔画的。水彩、水溶性墨水和被水调后的中国墨汁，非常适合用来表现人体，并且能达到和谐丰富的画面效果。在快速写生时，我们还可以用水溶性色铅笔来进行描绘，其画痕可以用画笔蘸上水后快速地融合在一起。这种工具比较适合厚的卡纸或纸板，因为它可以避免纸张因受潮而产生弯曲变形的情况发生。



综合技法

使用粗糙的、有色的或暗色的纸张时，混合技法可以达到更好的效果。有很多组合方式可供选择，如丙烯颜料、钢笔和墨水、蛋彩颜料、水彩、炭条、石墨笔芯等等。但是你必须要对每种工具都有详细的了解并且能很好地掌握，才能避免描绘出来的效果是混乱和缺乏美感的。使用不同绘画工具来创作一张素描，可以使画面层次更丰富，并且达到极其独特的效果。



2.练习建议

观察方法及着手绘画的建议

在任何事物中寻找完美的艺术家，是永远也不可能实现完美的。

——欧仁·德拉克洛瓦

观察一下自己的手和脚，它们是我们非常熟悉的身体部分，观察一下为了绘画或做模型的人体部位，又或者再观察一下跑步或走路运动着的人体部位，努力寻找其基本的、普遍的形态特征。然后比较一下你所遇到的人们的手，可以是你的朋友或熟人的手，也可以是那些你在拥挤的公共场合（如在公交车上、地铁里、餐馆、游泳池、体育馆、舞蹈班、艺术或手工艺作坊等等场所）看到的人们的手，比较一下它们在姿势和形态上的细微差别。

照片、电影、电视和电脑上的人物形象，都将有助于你区别和抓住手和脚的动态。当然，要画好手与脚，还要用铅笔和画板进行大量的写生练习，并且要注意质量和完成的效果。即使你始终将注意力放在同一只手或脚上，你也要了解：各种不同的姿势是通过生理骨骼的解剖结构来完成和表达的。更重要的一点是：局部的手或脚是通过整个身体的姿态来表达的。在任何时候，都要认真地充满热情地去观察和绘画，保持这一习惯是提升你绘画技巧和创造力的秘诀。

同时，我们还要养成随时从形态上评估不同的手和脚的习惯，特别是手，因为随着年龄的增长，从事各种不同的劳作之后，手的形态也会发生很大的改变。通过注意这些方式，你将获得非常实用的观察技巧。当你画肖像或插图时，又或者当你需要有效地表达一个人的情绪时，这种技巧就十分关键。这种训练尤其重要，它能使你盲目地追求画得像，而是以此作为情感的激发点，融入自己的个性需求来表现模特、展现模特，避免匠气。

画自己的手和脚是深入研究它们的好办法，你会发现，手和脚所表现的和你的脸所传达的表情是具有相同的价值的，甚至比你的脸部表情还要意味深长。然而，如果你只局限于观察同一部分，很快你就会发现，你的视野范围非常局限。最好的办法是用一面或多面镜子，来观察并描绘手和脚在镜中的形象，用你自己独特的方法来研究不同的光线、透视和阴影效果，这种方法对绘画而言将非常有效。

在研究解剖时，我们还要同时考虑艺术的表达方式和审美需求，换言之，就是要先观察、理解，然后才能表现。建议：每天至少画一只手或一只脚，无论写生或临摹。

手的解剖

手是人体上肢的最远端，呈扁平状，特别是因为它连着背脊表面，很容易受到骨骼结构的影响。腕部和手掌的骨骼各自对应相连，指骨对应着相应的手指。手通过腕关节与上臂相连接，并且沿上臂纵向轴向前延伸。

一定要记住，根据惯例，手的解剖图通常是一只张开的手，或是手指紧握在一起，或是向下延展。从解剖位置看，一般总是手掌在前（正面）、手背在后（背

面)。以这个位置,小拇指那侧通常被定义为内侧,大拇指那侧则被定义为外侧。

手的正面(手掌)的中间部分有轻微的凹陷,而边缘部分则因有脂肪和肌肉组织是缓缓隆起的。在手掌外侧,大拇指根部向外倾斜呈卵形凸起,相当丰满,也就是掌部隆起,由掌管指挥大拇指运动的肌肉构成。内侧的突起呈长条状,并在靠近腕部的地方与外侧突起靠近,另一部分则沿着手掌边沿与小拇指连接。它由一小股突起的肌肉构成,负责指挥小指的活动。手掌与手指连接的边缘地带有横向突起,是掌骨的头部隆起,外裹3个卵形的丰厚肉垫。

手掌中部是手掌的低谷,被这些突起所环绕,当手指弯曲时更加明显。黏附在皮肤和手掌腱膜之间的腱层控制着手掌,腱层覆盖了手指屈肌的腱。手掌上的皮肤光洁,没有毛发和表面血管,交错着因人而异的纹路。这些纹路因四指的弯曲和大拇指的内收动作而产生,具有典型性。手掌上有4条典型的较深的纹路,两条是横向的,另两条从大拇指的底部沿竖直方向延伸,排列呈W形。

手的内侧丰满,充满球形肌肉,近手腕部分厚实,并逐渐向小手指方向变薄。手的外侧上半部分是大拇指的底部,下半部分是掌骨关节和食指,其边缘部分也有交错的纹路。

手的背面沿袭上肢骨骼的结构走向,约呈穹状。掌骨顶部的突起清晰可见。当手指完全张开时,手指本身的伸肌腱和手腕处呈扇形伸展的伸肌腱将非常突出。有两根肌腱是支配食指的,它们并列存在。外侧那根是共用的指部伸肌腱,内侧这根是食指特有的伸肌腱。手的背部皮肤要比手掌上的皮肤松弛,因此它可以轻易地在手掌平面上移动。并且几乎没有脂肪组织,表面有毛发(尤其是男性),皮下有交错的静脉血管网,尽管这些静脉血管有常规的普遍的格局,但也会因人而异地存在着些微差异。尤其是当手臂高举时,因为重力的作用,血液都往下流了,血管就不会那么充盈,这些静脉血管就会变得不明显甚至看不见了。

手指的形状近似于圆柱形,都从手掌边缘往外延伸。只有大拇指是两个指节,其余手指每一根都有3个指节,指节之间有关节相连,以协调指节运动。手指背部的皮肤会随指节的运动而运动,因此指节呈微微的球状,指关节有许多横向的皱褶,手指弯曲时这些皱褶会非常明显。离手掌最近的指节上有细小的汗毛,特别是男性。指甲形状为四边形或椭圆形,类似坚硬的角质,呈薄片状附着在最末端的指节皮肤上,横向略微有些凸出。指甲约占最后一个指节的一半左右的面积且三面被皮肤的突起所包围。通常,大拇指的指甲要比其他四指的指甲稍大些,每个指甲的大小都和它所在的手指构成一定的比例关系。每根手指尺寸都不一样,长度也不一样,尤其是它们从掌骨连接起点的位置都不一样。特别是大拇指,它有属于自己的明显特征。因此,掌骨的顶部会出现由低矮的突起所构成的明显的弯曲线。一般第三根手指(中指)最长,然后依次是第四根手指(无名指)、第二根手指(食指)、第五根手指(小指)。从背面看,这四根手指都比从掌心这面看要长一些,指节之间有横向突起,形成指节之间的折痕。手掌面被分为3个突起部分,每根手指的最远端指节和中间指节之间,以及中间指节和近端指节之间各有折痕,都与相应的关节对应。折痕一般由两条线组成,这两条线几乎是平行的,但一般而言,近端指节和中间指节之间的折痕只有一条。远端指节的突起及表面皮肤有着因人而异的、保持不变的表皮纹路。

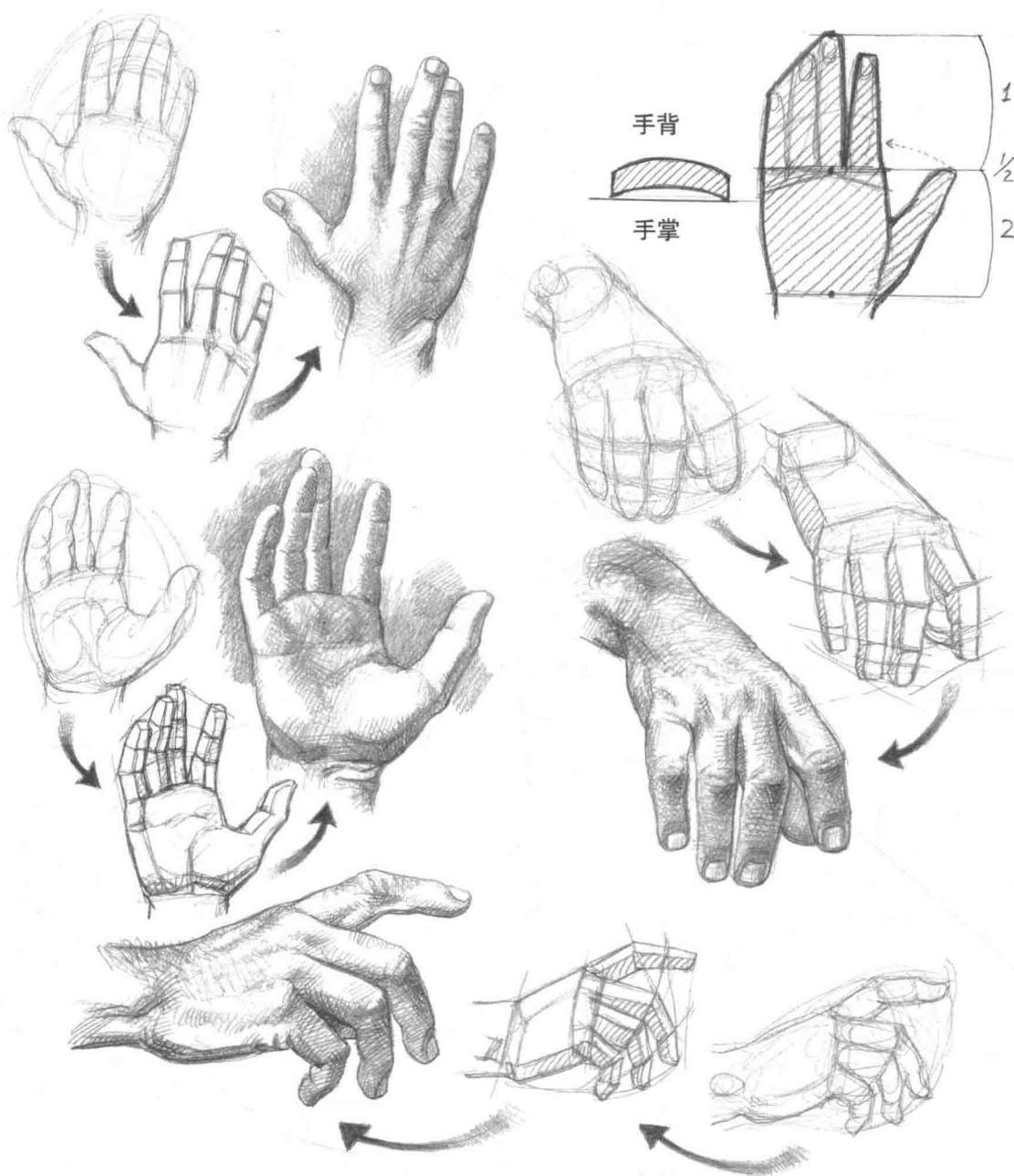
3.简图

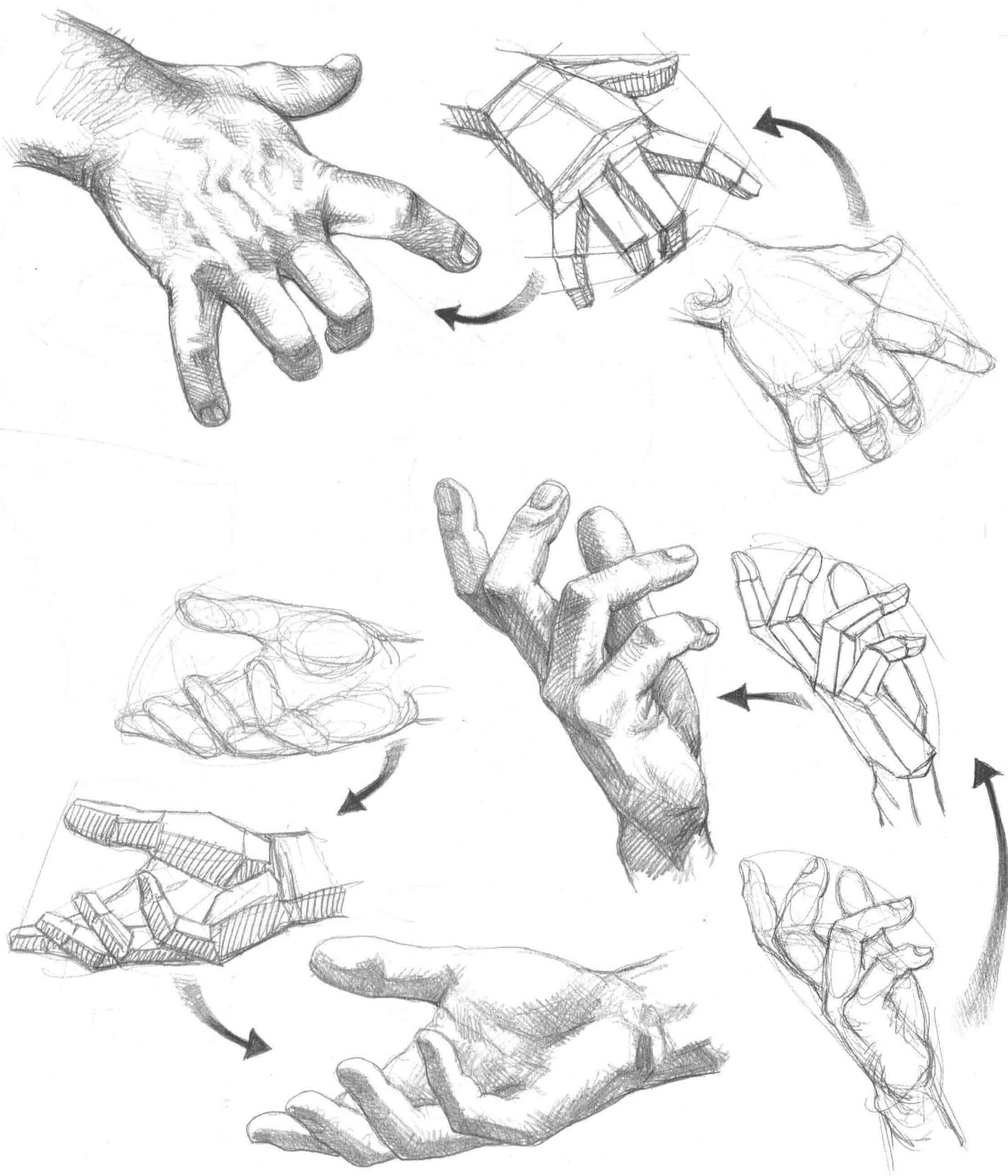
手是人体最灵活的器官，也正因如此，它的外形非常复杂多变。脚也一样，但是脚部的生理结构比手要更紧凑一些，不像手那样富有表现力，所以相对来说脚比手要好画一些。是不是会有一些压力呢？不用担心，因为手和脚的结构都可以简化为几个便于记忆的几何体，在这几个几何体的基础上再进行描绘，就可以准确地画出手和脚结构了。手可以看作是两个主要块面的并列组合：手掌块面（简化为一个宽的不是很厚的平行六面体）和手指块面（每根手指都由3个小的平行六面体组成）。然后再将这两个部分组合，并在侧面

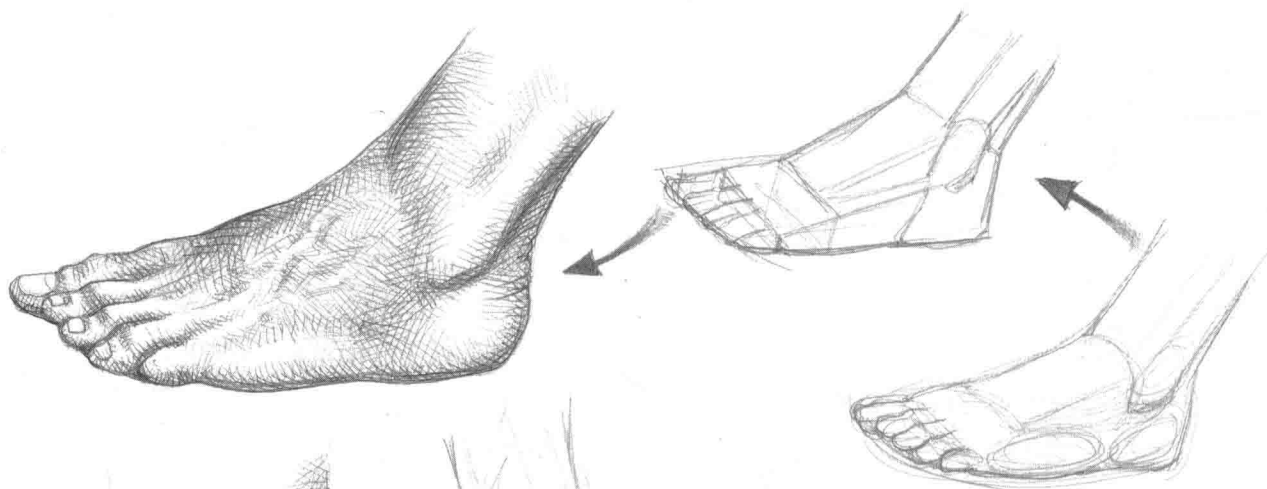
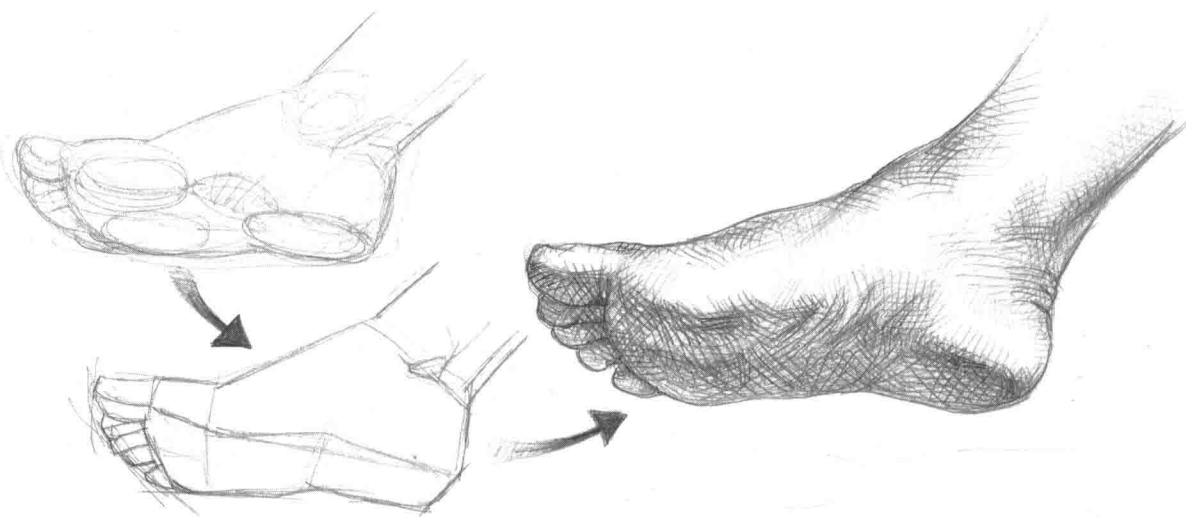
加上大拇指和大拇指的底部，就组成了完整的手部结构。

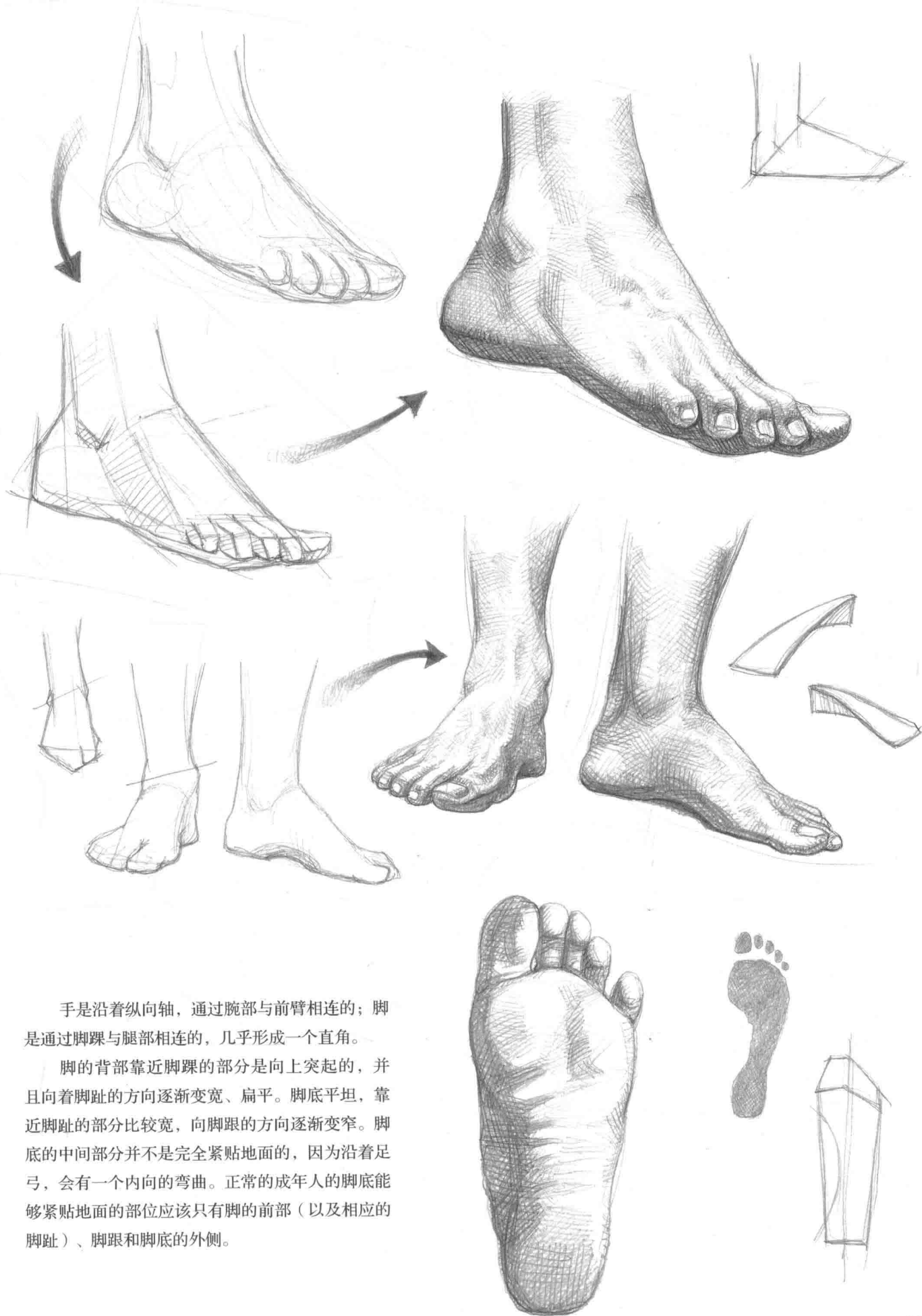
脚可以被分解为一系列的楔形组合。同时，艺术家们还会通过素描、写生、关节模型、仿真木质手模等来研究手和脚的外部形态。

无论你从哪一个位置来进行描绘手和脚，以下第八页至第十页的这些素描，足以展现画手和脚时的一些步骤：第一步，用非常概括的草图表现出准确的位置和姿态；第二步，将草图“几何制图化”，以体现出解剖结构和体积感；第三步，细节刻画，修整外形。





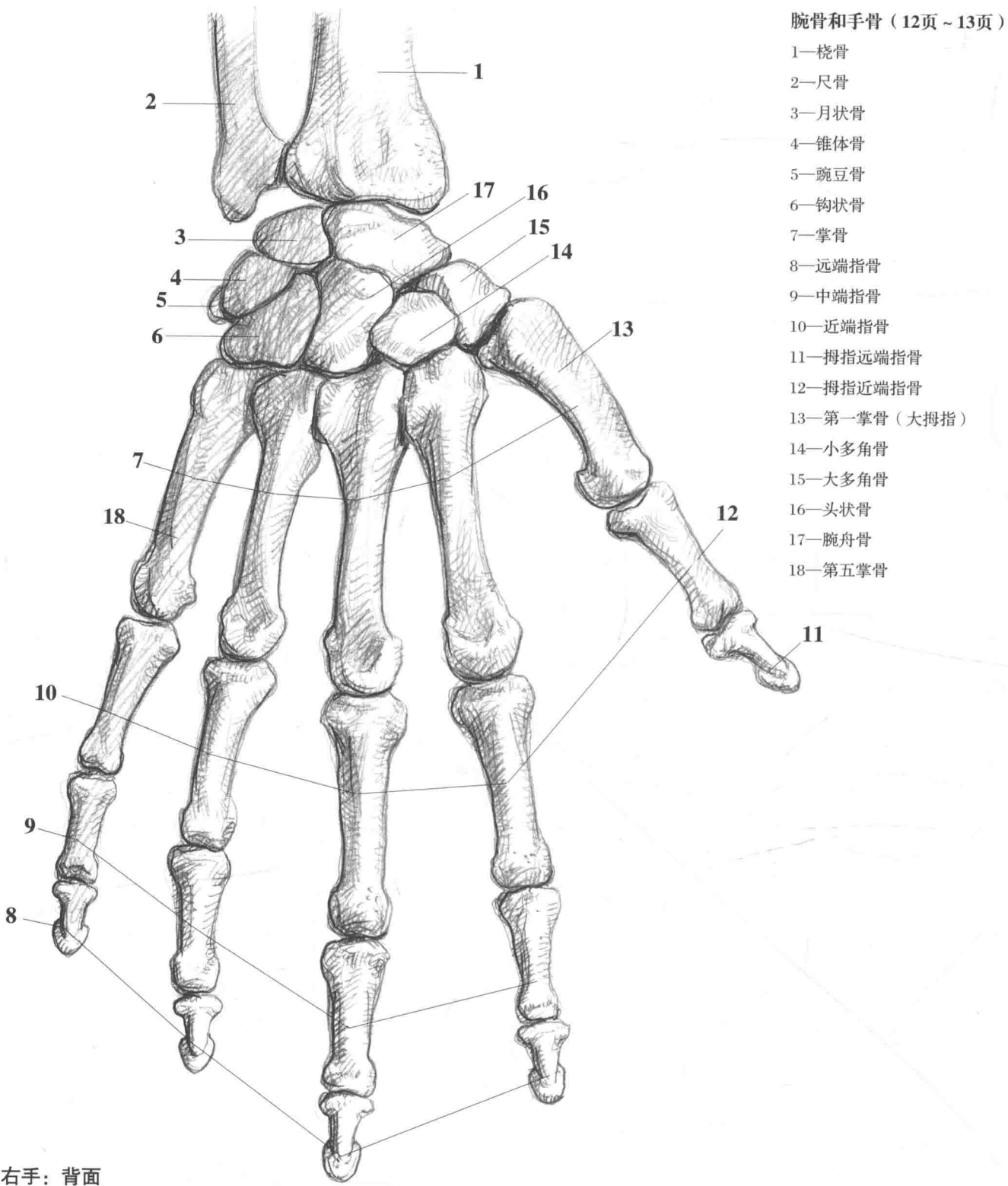


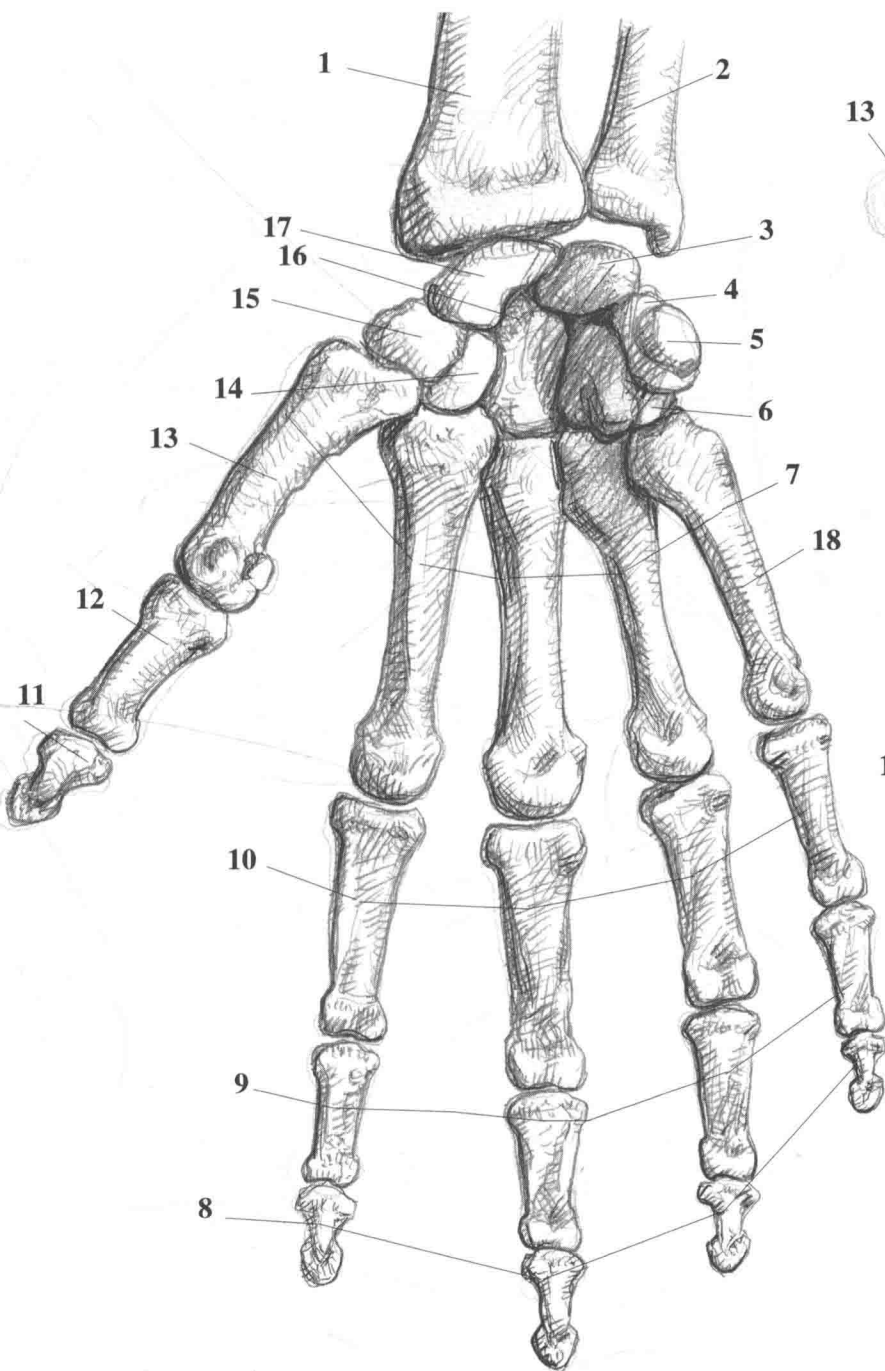


手是沿着纵向轴，通过腕部与前臂相连的；脚是通过脚踝与腿部相连的，几乎形成一个直角。

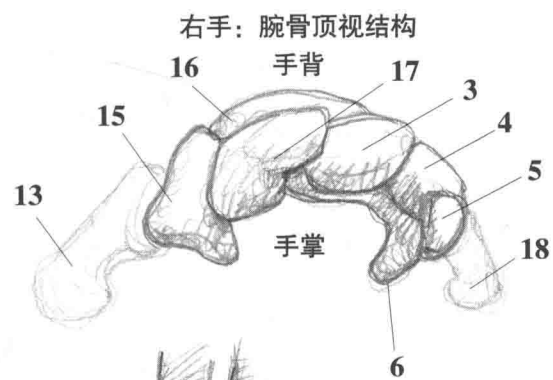
脚的背部靠近脚踝的部分是向上突起的，并且向着脚趾的方向逐渐变宽、扁平。脚底平坦，靠近脚趾的部分比较宽，向脚跟的方向逐渐变窄。脚底的中部并不是完全紧贴地面的，因为沿着足弓，会有一个内向的弯曲。正常的成年人的脚底能够紧贴地面的部位应该只有脚的前部（以及相应的脚趾）、脚跟和脚底的外侧。

4.骨骼解剖

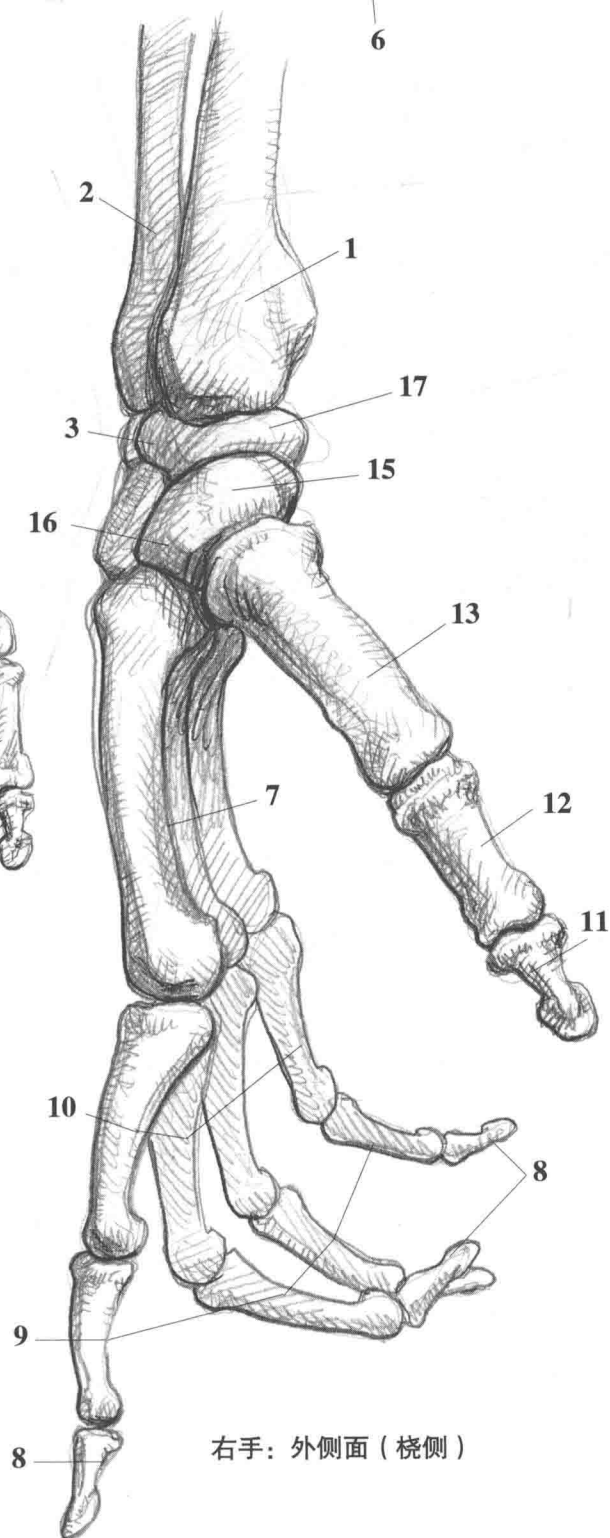




右手：手掌面



右手：腕骨顶视结构



右手：外侧面（桡侧）

脚踝和足部骨骼 (14 ~ 15页)

1—距骨

2—后跟

3—脚舟骨

4—第一楔骨 (内侧)

5—第二楔骨 (中间)

6—第三楔骨 (外侧)

7—四趾趾骨 (远端、中端、近端)

8—第五跖骨

9—骰骨

10—大拇指远端趾骨

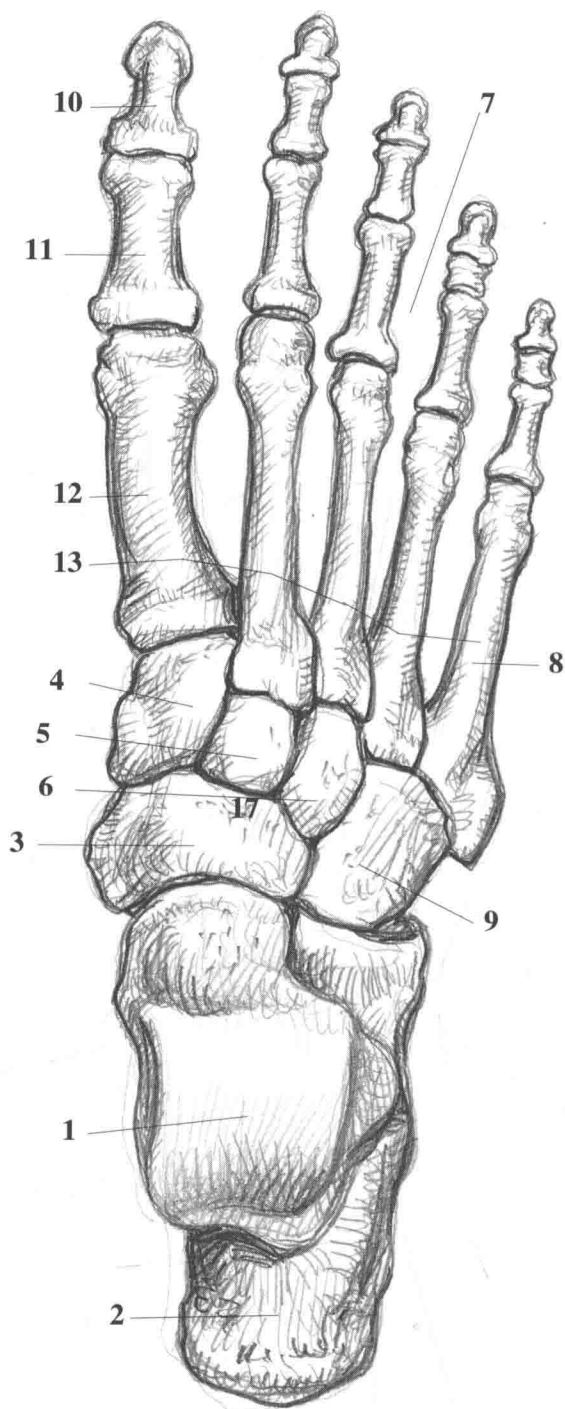
11—大拇指近端趾骨

12—第一跖骨

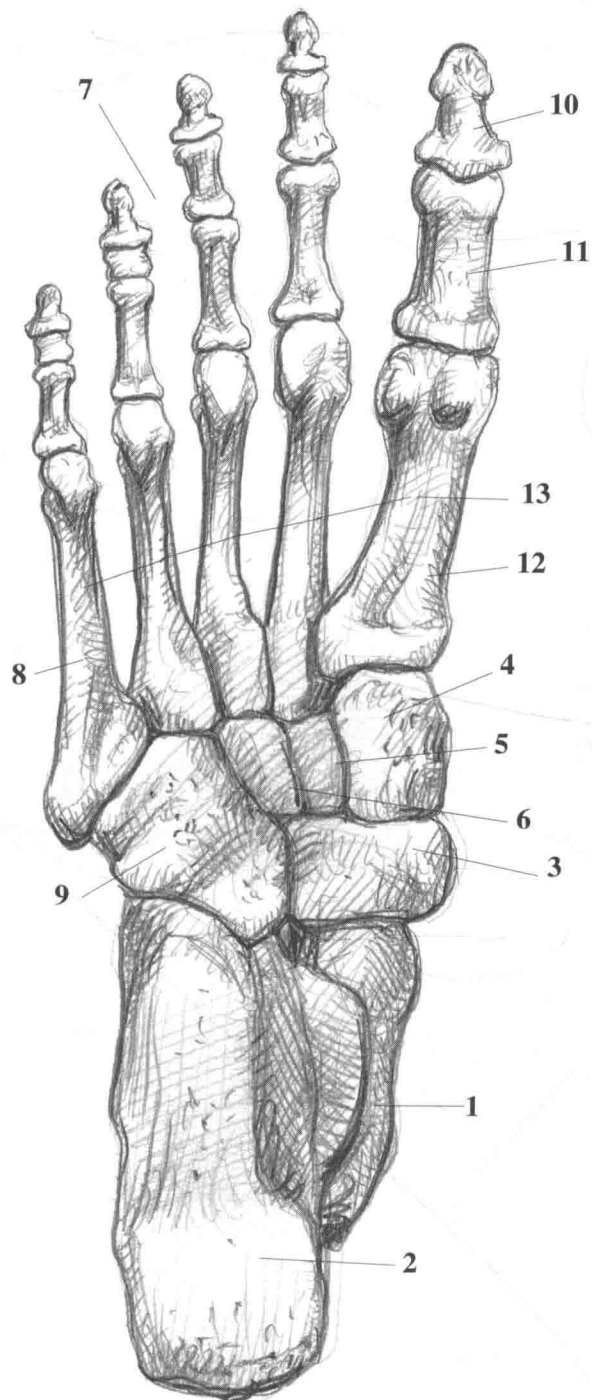
13—跖骨

14—胫骨

15—腓骨



右脚：脚背面



右脚：脚掌面