



步步为赢

BU BU

WEI YING

人物速写

REN WU SU XIE

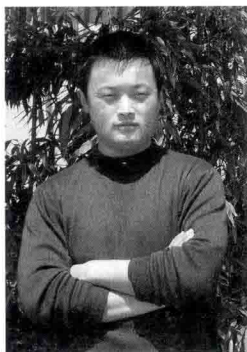
王冰·著

夯实基础 注重技法 循序渐进 做到步步为营
刻苦训练 讲究策略 坚持不懈 方能步步为赢

重庆出版集团



重庆出版社



作者简介：

王冰，生于山东泰安，毕业于山东师范大学。长期从事美术基础教学工作，为各大美术院校培养出了大批优秀的艺术人才。作品多次在报刊发表，出版的专著有《实战教学—王冰人物速写》等。

图书在版编目(CIP)数据

人物速写/王冰著. —重庆: 重庆出版社, 2010. 6
(步步为赢)
ISBN 978-7-229-02418-5

I. ①人… II. ①王… III. ①人物画—速写—技法(美术)—高等学校—入学考试—自学参考资料 IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第106850号

人物速写

REN WU SU XIE

王冰 著

出版人: 罗小卫
本书策划: 尚宏涛 范 星
责任编辑: 郑文武 张 跃
装帧设计: 尚宏涛 范 星
责任校对: 李小君



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆长江二路205号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>
重庆市金雅迪彩色印刷有限公司印制
重庆出版集团图书发行有限公司发行
E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452
全国新华书店经销

开本: 889mm×1194mm 1/16 印张: 2.5
2010年6月第1版 2010年6月第1次印刷
ISBN 978-7-229-02418-5
定价: 14.80元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68706683

版权所有 侵权必究

步步为赢

BU BU WEI YING

人物速写

REN WU SU XIE

王 冰 · 著

夯实基础 注重技法 循序渐进 做到步步为营
刻苦训练 讲究策略 坚持不懈 方能步步为赢

目录 CONTENTS

第一章	人物速写基础知识	02
第二章	速写练习方法	04
第三章	速写写生训练	10



第一章 人物速写基础知识

一. 人体比例

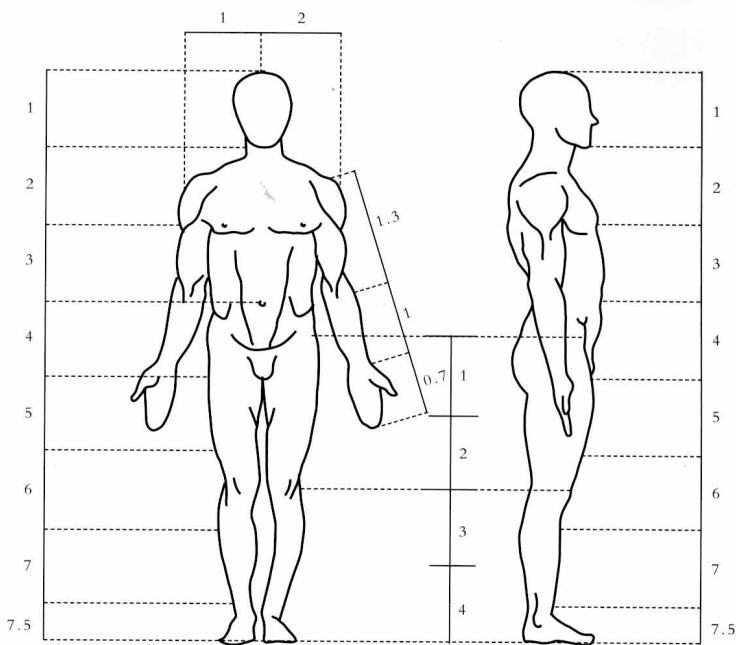
人体的比例是创作任何以人物、人体为题材的作品的基礎，先掌握了基礎才能在相對較短的時間內捕捉住大的形狀，準確描繪出形象特徵。在比較人體各部分與整體之間、部分與部分之間的比例關係時，我們通常以“頭長”為基本單位。比如人體筆直站立時約為7.5個頭長，坐在椅子上時約為5個頭長，席地盤坐一般約為3.5個頭長。

以人體站立時的比例來說：從頭頂到下巴為1個頭長，從下巴到乳頭為1個頭長，從乳頭到肚臍為1個頭長，從肚臍到會陰為1個頭長，從會陰到腳底為3.5個頭長。另外，從大轉子連線到足底為四個頭長，人體高度的二分之一處在耻骨聯合，雙手平直伸展的寬度與身高大致相等。

男女性型有一定的差異，具體表現如下：

男性髖部比肩部略窄，肩寬約為2個頭長，髖部約為1.5個頭長。上肢約為3個頭長，上臂約為1.3個頭長，前臂約為1個長，手約為2/3個頭長。下肢約為4個頭長，大腿約為2個頭長，小腿到足底約為2個頭長。

女性肩、髖大致相等，一般約為1.5個頭長。其它部位比例跟男性大致相同。



人体比例示意图

因为人与人的个体差异，具体的比例应以实际人物为准，这个比例为一般成年人的共性，仅供参考。

二. 人体解剖结构

1. 人体骨骼解剖

人体结构和动势变化非常复杂，构成人体运动系统的骨骼、关节和肌肉间的协调配合，产生了人体丰富优美的动态。人体各部分的骨骼象一条锁链，由关节连接一环环紧系相扣，整个骨骼系统也支撑着人体的重量。人体骨骼主要由以下几部分组成：

头部：颅骨、颧骨、上下颌骨；

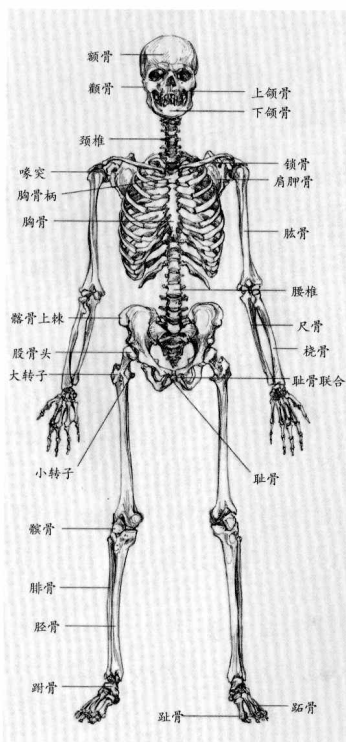
胸部：胸骨、胸廓、锁骨、肋骨；

腹部：骨盆、耻骨；

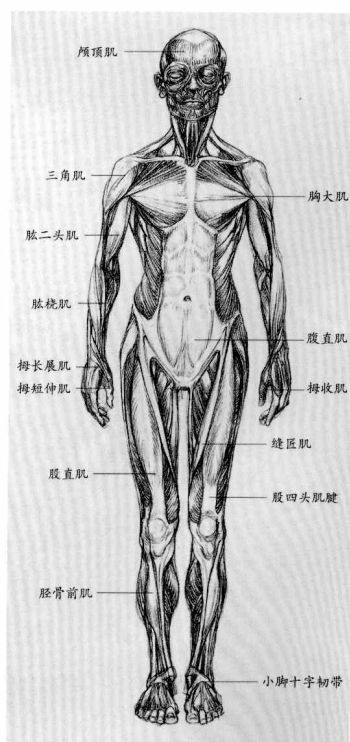
上肢：肱骨、桡骨、尺骨、腕关节；

下肢：股骨、腓骨、胫骨、腓骨、足骨、踝骨；

背部：肩胛骨、脊柱骨、背廓。



人体骨骼解剖



人体肌肉解剖

2. 人体肌肉解剖

肌肉的运动象起重机一样，起一种杠杆作用，比如肘部关节是个支点，上臂的二头肌收缩时就把前臂向上臂这边拉过来，这样就起了杠杆的作用。人体肌肉与人体骨骼一样也是对称发展的，主要由以下几个部分组成：

颈部：胸锁乳突肌、斜方肌；

胸部：胸大肌；

上肢：腕屈肌、指屈肌；

下肢：股筋膜张肌、缝匠肌、股直肌、股肌、趾长伸肌、腓骨长肌、腓肌、拇指伸肌；

背部：斜方肌、背阔肌、臀肌、伸展脊柱的肌肉束。

三. 人体造型结构

从上一节的人体解剖结构来说, 人体的基本造型结构概括地来说可分为一竖、二横、三体积、四肢。

一竖——指人体的脊柱。主导着头、胸廓和骨盆（三体积）的运动, 同时也协调着人体各部分的运动与平衡。是控制人体基本动态的主要结构, 脊柱线的变化决定了人体各部分的位置, 并使它们相互协调和具有节奏感。

二横——指人的肩部连线与髋部连线, 它是控制人四肢的动态的结构。人体立正时, 二横线呈水平状并互相平行; 人体活动时, 二横线呈反方向倾斜。人站立时如果重心在一只脚上, 二横会产生相反方向的动态。(如右图)

三体积——指头、躯干、骨盆三个立方体体积, 三体积均为不动的整体。它们由脊柱贯穿连接, 脊柱的弯曲、旋转使三体积呈现出俯仰、倾斜、扭动等不同状态。这种空间位置的移动是人体动态的基础, 并产生相应的透视变化。因此三体积的塑造, 是人体造型是否具有深度感和量感的关键。

四肢——指上肢与下肢, 它们分别连接在躯干上下两端呈近粗远细的圆锥形体块。上肢在生活和运动中使用最多, 是人体最灵活的部位, 下肢对人体起支撑作用, 并能做蹲、行走、奔跑、跳跃等动作。上下肢的运动关节较多, 运动范围大, 动态复杂。



四. 人体的运动

画好人物动态除了要掌握以上所讲的人体造型结构外, 还要注意研究人体结构的一般运动规律。就人体结构各部位的运动变化可概括为以下几个要点:

① 头部动作是由于颈部运动产生的, 通过颈部与躯干连接, 形成旋转或倾斜等各种姿势。

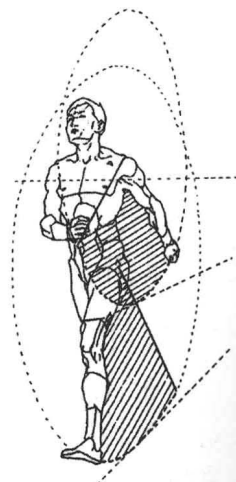
② 躯干任何运动都会牵引腿、臂和头, 使人体迅速产生新的动作。

③ 腰部具有轴的功能, 在运动时有很程度的可转性。

④ 手和臂靠肩关节、肘关节及腕关节的协调, 让我们吃饭、拾取、捧、捧等多种动作, 同时还能配合躯干产生许多协调人体平衡的运动。

⑤ 腿和脚是人体躯干的支撑力量, 装在楔形骨盆两侧, 靠骨骼与髋关节、膝关节、踝关节的密切配合, 支撑着整个人体的各种协调运动。

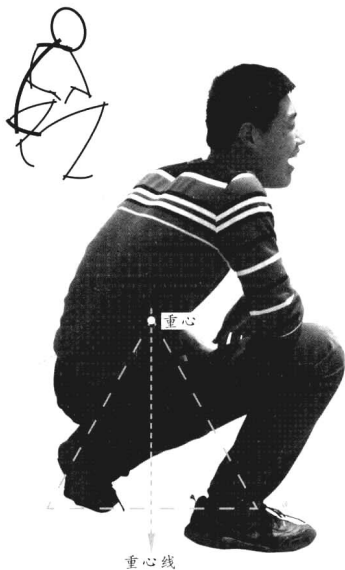
人有时处在相对静止的状态, 有时则处在运动的状态, 有时则处于迅速的剧烈的活动状态。初学者可以先从比较静止、动作比较小的对象入手, 然后逐步由静到动, 由慢到快, 由简到繁的动态。初学者往往爱看一点画一笔, 只顾局部细节的相似, 而忽略对整个形体、动态的掌握。为了解决这个问题, 可以借助一些辅助线掌握人物动态的基本形, 平时还可以利用快写练习, 训练用抓动态线的方法快速把握人物动态的基本形。



第二章 速写练习方法

一. 快写练习

我们平时所看到的人，时时刻刻都是在运动变化中的，快写练习可以锻炼你在短时间内把握住人物瞬间的动态。了解人体的造型结构是画好速写的基础。对于美术初学者来说，更重要的是把握住整体动态，不能因为某个精彩的局部刻画而失去整体。只有当初学者学会将眼、心、手紧密结合，整体观察、整体比较、高度地概括和提炼，才能做到下笔果敢准确，用较少的笔触表现出最丰富的效果。在画快写练习之前，可以先在画面的边角上画出人体造型的基本结构，抓住人体的动态关系，再作进一步表现。



街舞动作五分钟快写



蹲姿动态五分钟快写



武术动作五分钟快写

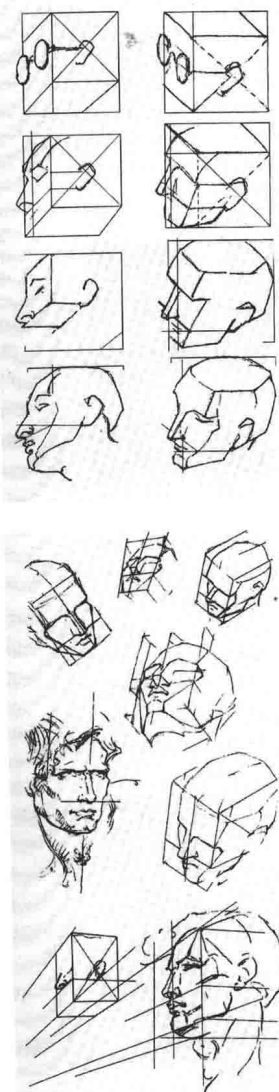
快写练习中首先应从人物的动态特征上有一个宏观的把握，比如找准人物的重心位置，借此可以画出人物的动态，在心里或者画面上形成一个整体的框架。依照所观察的人物的姿态体会人体的重心位置，必要时可以根据模特的动态亲身体验一下。

在造型中，对重心把握的一般原则是，表现正面人体的重心可以以颈窝为标准，表现背面人体的重心可以以第七颈椎为标准。在双脚吃重的情况下，重心一般在两脚之间或略偏向多吃重的脚一边；在单脚吃重的情况下，重心的垂直线会落在吃重脚的内脚踝骨。

二.局部画法练习

1.头部的画法练习

表现人物头部除了要了解头部的结构、比例关系外，还应注重画头部的透视关系，最后还要善于观察和捕捉人物的神情。画五官要注意抓眼、鼻、嘴的特点，脸型重点观察颧骨、腮帮和下颌这三个点。对于发型，则重点在于表现面部周围的地方，因为这一带的发型能辅助说明相貌特征。画的时候，可以采用由里到外的步骤进行，先从眼、鼻、嘴、脸型到发型这样一个顺序画，并且注意表现一下头和颈、肩的衔接关系。



头部的透视图解



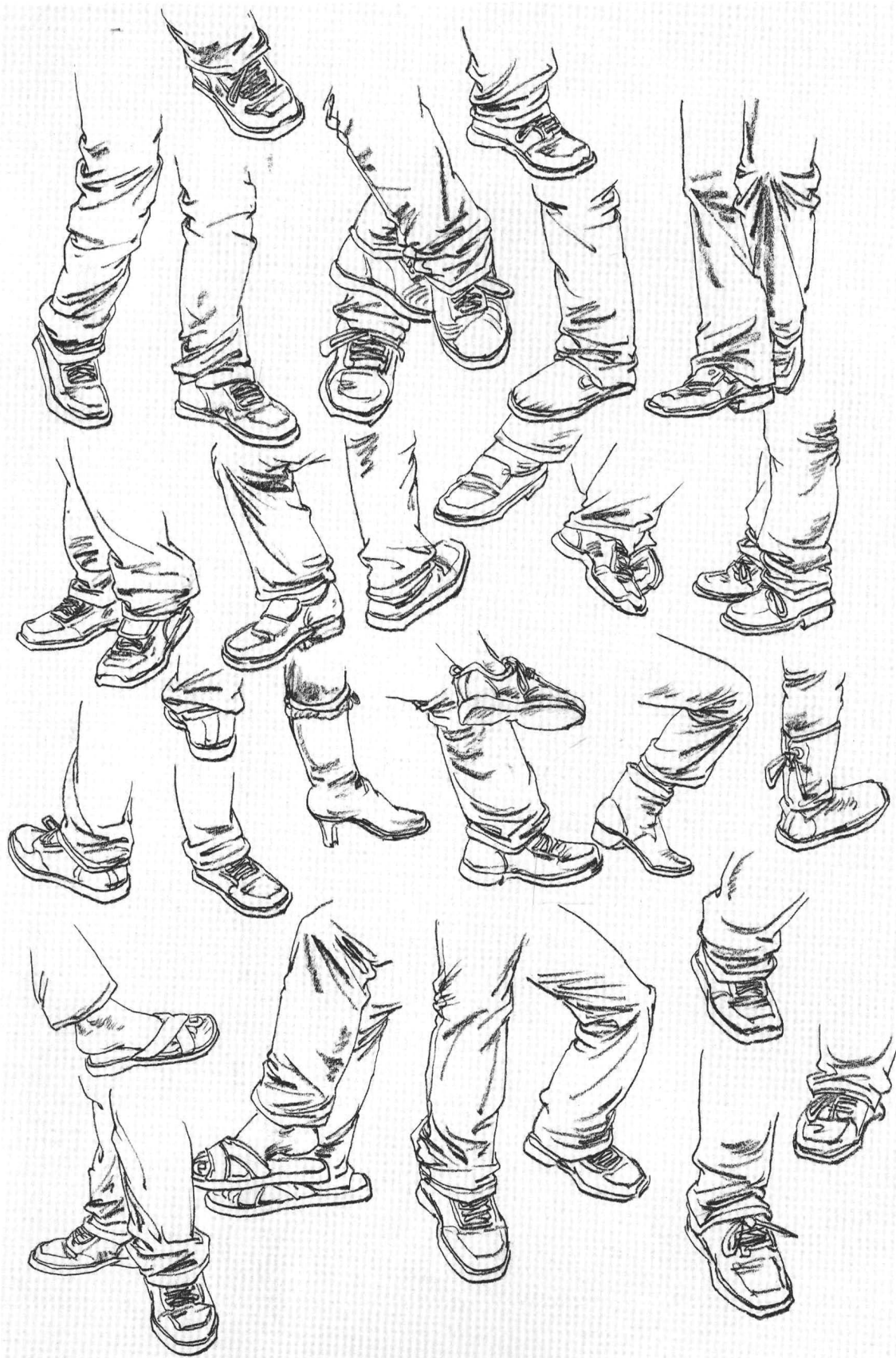
2. 上肢的画法练习

上肢概括起来看，是连接在躯干上端的远粗近细的圆锥体块。从大的视觉感受上可以把上肢分为上臂、前臂和手。上臂和前臂可以概括成扁圆的柱体，由肘关节衔接在一起。手通过腕关节连接着前臂，画手必须也要将腕关节或者衣服袖口的穿插关系交代清楚。正面看，手掌可以概括为一个五边形，而手指可理解成由圆柱体连接而成的。手是人物速写中的一个重要表现部分，其结构和变化比较微妙，是速写练习中的一个难点。



3. 下肢的画法练习

下肢可分为大腿、小腿和足三个部分，从解剖图看下肢，这三者的中线不在一条垂直线上。从整体来看，下肢是连接在躯干下端近粗远细的圆锥形体块。大腿呈圆柱体，小腿呈三棱柱形，足部呈楔形。鞋子是腿部速写中的一个重要表现部分，同时也是人物速写中的难点。画鞋注意内侧向内弯，外侧向外弯，因为鞋是根据脚的形状而设计的。另外，注意不要忽略鞋底的厚度和形状。



1.短期小速写

This block contains a series of black and white line drawings, likely sketches for a textbook or manual. The drawings are arranged in a collage-like fashion. At the top left, a person is shown from the side, wearing a jacket and glasses, writing on a clipboard. Below this, there are several drawings of legs and feet in various poses, some wearing shoes. To the right, there is a drawing of a person's head and shoulders, looking towards the left. Below this, there is a drawing of a person's head and shoulders, looking towards the right. At the bottom, there are several drawings of hands and feet in various poses, some wearing shoes. The drawings are done in a simple, sketchy style with clear lines and some shading.

2. 衣纹及细节

衣纹的产生和消失与人体的运动有密切关系，衣纹主要集中于人体活动关节的内侧，因此应注意结合人体的运动对衣纹进行描绘。注意衣服面料不同而呈现出不同的线型特征。画衣纹不要画得太碎、面面俱到，外型及主要运动线结构永远是第一位的。画衣纹和细节练习要注意肌肉和骨骼的形，在背部、手臂、大腿等非关节部分的衣纹要进行概括提炼，切忌看到什么画什么，应主观强调对疏密、虚实对比的运用，比如关节内侧的密与关节外侧的疏进行对比，轮廓线的长与皱纹线条的短对比，主要线条强与次要线条弱的对比等。



第三章 速写写生训练

一. 单人写生训练

1. 一般单人写生训练的步骤是怎样的?

步骤1: 用轻轻的虚线以头高为尺度, 用铅笔找出人物在画面中的大小位置, 订出全身的高度和重心线的点, 接着画出大的几何形轮廓, 并找出其头部、双手、双脚及其主要部位的轮廓比例。然后, 找出人体结构上的对称点, 解决大的比例、透视问题。

步骤2: 用几何形的概念理解人体造型, 注意头部、胸廓和髋部的扭动关系。画出头部、衣服及上肢, 应表现出主要的骨骼、肌肉及形体特征。五官的特征和脸部外轮廓的关系要表现好, 同时还要注意手的表现要准确、生动。

步骤3: 画下肢时, 要注意两腿间衣纹线条的疏密和虚实对比变化。然后从上而下推进, 画腿部动态时应注意与褶皱的呼应关系, 还应找出褶皱的疏密和虚实变化。如果

左腿离我们近, 那么就应该画实些、重些, 以便拉开与右腿空间关系。用富有表现力的线勾画衣纹, 刻画的过程中要有重点, 注意虚实, 实的地方是衣服紧绷在身体上的那些部位, 这些实的部位是人体骨骼突出的点和肌肉形成的线, 画衣纹是为了表现内在的人体结构和体积, 这些衣纹要画得生动、准确且富有表现力。

速写要求用笔、用线肯定生动, 尽量一次到位, 所以在画全身速写时, 要注意以下问题, 避免重复修改, 浪费时间。首先必须了解人体的各种比例关系并能在作画时轻松表现。其次要能把握头、胸腔和骨盆在不同动态中的关系, 注意头、颈、肩的衔接, 腰和臀部的衔接。最后要认识到人体的透视变化特征, 使画出来的人体有体积感。





2. 怎么才能在画面上把握好人物的动态？

首先根据模特画出人物的几何形，然后充分利用我们前一段学习的人体比例动态规律和人体解剖结构知识，结合快写训练的方法，迅速塑造出人物的体积和动态。然后再利用局部速写和对人物形象观察的记忆，给人物穿上各种款式、各种质感的服装和戴上饰物等。最后再利用素描中空间的透视构成方法，给画面加上背景空间或者与环境相关的各种器物。画好人物动态不是什么难的事情，可能刚刚开始对人体的比例和结构不是很熟练，画的人物形体不准，但是只要平时注意仔细观察，以后就会越画越好了。

3. 画速写中如何正确把握人体比例？

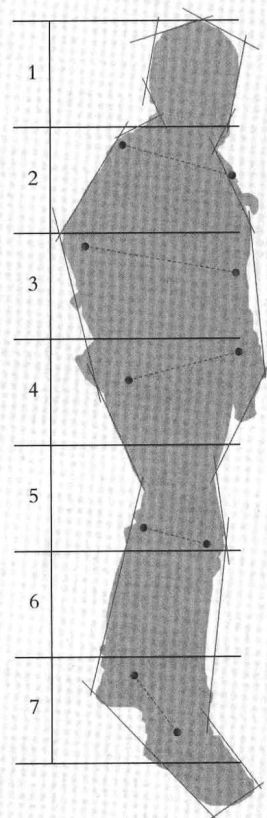
在这里提供一个比较简单的方法，比较适合初学者在作画过程中把握比例结构。方法的具体步骤如下：

第一步：在画面上先确定人物的构图，就是分成用轻轻的虚线以头长为尺度，定出全身的高度。女孩子一般笔直站立时约为7个头长，半蹲时大约4.5个头长。

第二步：根据比例关系，画出大的几何形轮廓，然后找出人体结构上的主要的大关节及对称点，解决大的比例、透视问题。

第三步：细观察、多比较。画左边手臂时对比右边的手臂、画身体时对比下肢、画下肢时对比上肢……，总之在把握动态的情况下，始终以头长为尺度，对身体各部分相互比较，保持基本比例不变，再进一步对比手和脚、头发和面部等诸多细节的比例关系。





4. 线的“虚实对比”在速写中如何体现？

右侧的全身人物的虚实变化规律：头顶虚，头发边缘就实；五官实，颈部和领口就要虚画；肩和肘外侧要实画，肘内侧和腰间就要虚画；前面的脚要实画，后面的脚就要虚画。

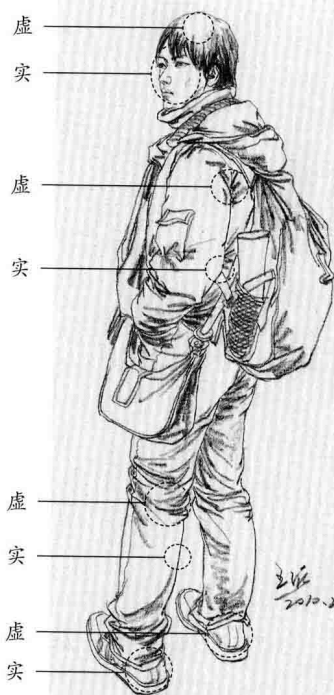
从画面的虚实对比看出的规律，总结出以下几条来。

1. 实的地方要画得线条尽量肯定、准确，虚的地方尽量画得相对糊涂，混乱些。

2. 实的地方线画得尽量少一些，虚的地方线画得尽量相对多一些。

3. 实的地方线画得方中带圆，要有力感，虚的地方线画得相对密，柔弱一些。

4. 实的地方空白的面积要大些，虚的地方相对空白减少，线条集中。





7/18
2009.5.27