

# A ONE DAY OF ANIMATION GIRL

B  
BOOKLINK

日本超级漫画课堂

# 描绘女孩子的日常生活



(日) 立花山融◎著 孙旻乔◎译

跟踪式记录下女孩子日常生活的一整天状态，让你彻底了解她们的生活方式，全面掌握女孩子的画法。

辽宁科学技术出版社  
LIAONING SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

日本超级漫画课堂



# 描绘女孩子的日常生活

(日)立花山融 著  
孙旻乔 译



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

TITLE: [朝起きてから寝るまでの 女の子ガイドブック]

BY: [立花 オコジョ]

Copyright © Tachibana Okojo, 2011

Original Japanese language edition published by IKEDA PUBLISHING CO., LTD.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with IKEDA PUBLISHING CO., LTD.,  
Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

© 2014, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由株式会社池田书店授权辽宁科学技术出版社有限责任公司在中国大陆独家出版  
本书的中文简体字版本。著作权合同登记号: 06-2012第33号。

版权所有·翻印必究

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

日本超级漫画课堂. 描绘女孩子的日常生活 / (日) 立花山舄著; 孙旻乔译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5381-8531-7

I. ①日… II. ①立… ②孙… III. ①漫画-人物画技法 IV. ①J218.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第048331号

策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划: 陈 庆

策 划: 李 伟

设计制作: 季传亮

---

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 江西新华印刷集团有限公司

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 185mm × 260mm

印 张: 13

字 数: 200千字

出版时间: 2014年6月第1版

印刷时间: 2014年6月第1次印刷

责任编辑: 修吉航 谨 严

责任校对: 舒 心

---

书 号: ISBN 978-7-5381-8531-7

定 价: 36.00元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/8531

日本超级漫画课堂



# 描绘女孩子的日常生活

(日)立花山融 著  
孙旻乔 译



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·



# 目录



为角色着色（女高中生）	4
为角色着色（女白领）	8
衣着质地的表现	12
角色的完整着色	14
关于本书	16

## 第一章 女孩子的身体结构

了解女性的身体特征	18
了解身体比例	20
头身比例与年龄的关系	22
解析女性的身体部位	26
了解脸部构造	32
试着绘制女性的脸部	34
绘制女性的眼部	38
绘制女性的头发	40
不同脸型的女孩子	41
女性的各种表情	42
描绘不同角度的面部	44
绘制仰角和俯视图	46

### 专栏1

在平面上立体地呈现事物——视线与消失点 48

## 第二章 女孩子的一天

### 【女高中生】

女高中生麻由酱的一天	50
6:00 仍然在睡觉	52
7:00 被朝阳唤醒，开始了新的一天	53
7:15 和家人一起吃早饭	54
7:40 穿上制服，转换到上学模式	56
7:50 化妆时间，提升自己的可爱魅力	58
8:00 整理发型，准备就绪	60
8:10 上学途中与同学开心地聊天	62
8:40 准时到校	64
8:45 进入教室，和大家打招呼	66
9:00 开始上课，认真学习	68
12:30 好饿啊，与大家一起吃便当	72
13:00 午休时和朋友们聊天	74
13:30 扫除时间，与大家一起打扫教室	76
13:50 继续上课，并换上运动服	78
14:50 在音乐课上学习吉他	82
17:00 放学后和朋友们一起玩耍	84
18:00 回家后在起居室休息	86
19:00 帮忙做晚饭	88
20:30 预习、复习课程	90
21:30 舒舒服服地泡澡	92
22:00 在房间里放松	94
23:00 一日结束，就寝	96

### 特别篇

麻由酱的模仿秀（Cosplay） 98





## 不同类型的女孩子

排球部	132
篮球部	134
网球部	136
艺术体操部	138
田径部	140
竞技游泳、花样游泳部	142
垒球部	144
剑道部	145
柔道部、空手道部	146
乒乓球部	147
啦啦队、亲友团	148
吹奏乐部	149
乐团	150
摩托车手、自行车手	152
单板、双板滑雪	154
弓道部	155
管弦乐队	156
茶道、花道、琴	158
竞技骨牌、围棋、将棋	160
书道部	162
街舞舞者	163
料理教室	164
宅系少女、Coser(角色扮演者)	166
Cosplay咖啡店店员	168
餐厅、小卖部的工作人员	170
登山女	172
女格斗家	173

### 【女白领】

女白领咲和子的一天	100
6:30 由于疲劳,仍在酣睡中	102
7:00 揉着睡意未消的眼睛起床	103
7:15 化妆	104
7:35 换上工作装,出门上班	106
8:00 搭乘拥挤的地铁前往公司	110
9:00 早上的问候	112
9:30 集中注意力处理上午的工作	114
12:00 午饭时间稍做休息	116
13:00 下午在顾客面前做演讲	118
20:00 工作结束,干杯	120
23:00 回家后洗澡放松	122
23:30 在房间里放松	124
00:30 赶紧休息,为了明天更好地工作	126

### 特别篇

咲和子的模仿秀(cosplay)	128
------------------	-----

### 专栏2

在平面上生动表现立体世界的透视理论	130
-------------------	-----

### 专栏3

对于初学者也很简单的绘画用软件	174
-----------------	-----

## 第四篇 女孩子的各种服饰

女孩子的衣着图鉴	176
女孩子的泳衣	188
舞会时的礼服	190
和服	192
内衣	194
各种制服	196
女孩子的随身物品	198
化妆的顺序	200
各种发型	202
女孩子的头型打理	204
屋内的陈设	206

# 为角色着色（女高中生）

创造角色中最开心的环节便是为角色染上自己喜欢的颜色。在此简单介绍一下女高中生的着色方法。



※ 使用绘图软件 SAI 为插图着色。

为角色涂上明艳的颜色,减少阴影的使用,绘制出明快的女高中生形象

涂完底色之后要添加阴影。在上色之前要大体构想出作品完成时的效果。为了表现出女高中生可爱的一面,我们在此选择画面效果明快的平涂着色方法。这样就能绘制出立体感不太分明且整体画面轻松明快的效果了。



※ 这一阶段要使用绘图软件将图层细致地分开。

## 为草稿描线

请在着色前将草稿清理干净,并仔细描绘轮廓线、褶皱和各个小部件。



## 各部位颜色

### 头发

R 228  
G 182  
B 174

### 眼睛

R 190  
G 106  
B 24

### 皮肤

R 255  
G 252  
B 235

### 蝴蝶结

R 172  
G 94  
B 131

### 背包

R 219  
G 141  
B 131

### 挂坠

R 249  
G 231  
B 229

### 裙子

R 94  
G 106  
B 172

### 袜子

R 103  
G 112  
B 134

### 鞋子

R 164  
G 114  
B 92

## 为角色涂上底色

为各部位着色。因为之后还要添加阴影,所以这一阶段要使用浅一些的颜色。

# 步骤1

## 为角色添加阴影

在涂完底色的画面上添加更深的颜色，以制造出层次感。同时添加作为背景的浅色阴影。

色调1

### 头发

绘制面部四周头发时使用深色，头顶使用较浅颜色，制造出渐变效果。

### 头部下方



在光线照不到的头部下方添加阴影。用比肤色更深一层的色调按头部的形状绘制出阴影。

### 衬衫



为衬衫着色的关键在于褶皱。为胸部以下的部位添上阴影，表现出立体感。

### 背包

皮包容易反光。使用深茶色为背包着色，在细节部位保留作为高光的底色。

### 裙子

从腰部到裙边颜色逐步加深。使用比底色更深的深蓝色为裙边着色。

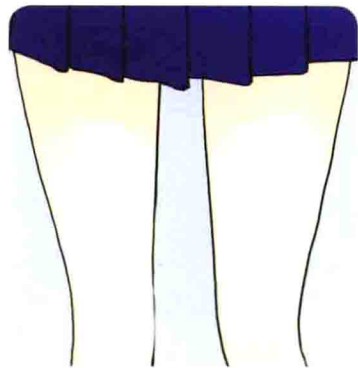
### 手臂

为衬衫袖子下的大臂添加阴影（小臂除外）这样就能表现出立体感了。

### 袜子

靠近脚的部位保留原来的底色，在袜子上部涂上深一些的颜色。

### 大腿



为隐藏在短裙下的大腿部位绘制阴影，其他地方则使用浅色，表现出立体感。



会出现影子的部位都是固定的，请一定要记住哦~



## 步骤2

## 加强深浅对比,突出质感

在增加了第一步的阴影后,现在要为一些地方覆盖上更深的颜色,绘制出阴影效果。通过丰富色调的手法来表现出质感。

色调 2

### 蝴蝶结

在蝴蝶结和衬衫的交界处画上阴影,将蝴蝶结凸显出来。

### 手臂



由于隐藏在衬衫袖子中的手臂实际上会被阴影遮住,所以要使用深色进行覆盖,并根据袖子的形状绘制出阴影。

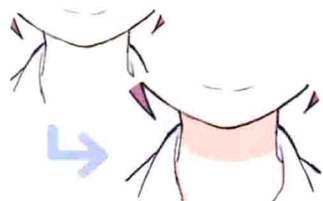
### 注意

### 给裙子加上花纹



为格纹裙子着色时,如果使用的绘图工具是SAI,需要在底色之上为格纹新建一个图层,并设置为半透明。

### 头部下方

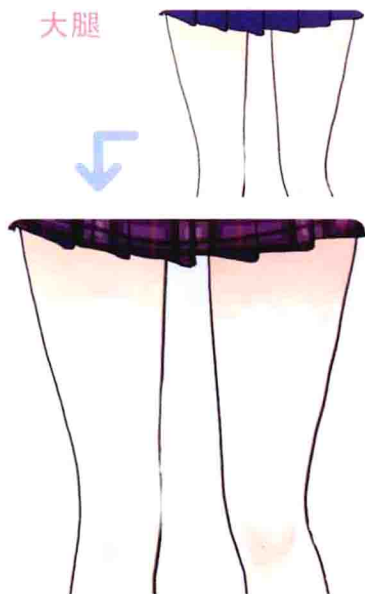


在已保存的第一步绘制的阴影上涂上更深的颜色,使两种颜色泾渭分明。

过于细致地描绘阴影就会丧失作品原有的明快感,一定要注意哦~



### 大腿



在大腿上部裙子的阴影处绘制上更深的颜色。同时,仔细地对小腿进行着色,以表现出膝盖凹凸部位的立体感。

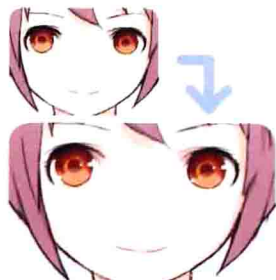
## 步骤3

## 完善细节

绘制阴影、表现立体感的工作完毕后，便是对细节的修饰了。在人物的脸颊上绘制红晕，为各部分添加高光，表现出女孩子可爱的感觉。

着色完成

眼睛、脸颊



为脸颊和鼻头添加粉色红晕，为瞳孔添加高光。通过这些细节刻画，能够展现出脸部生动的表情。

头发



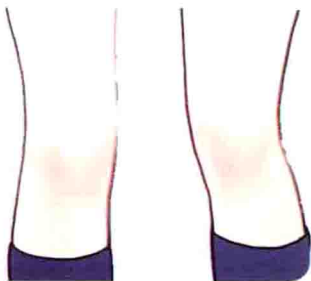
结合头部形状为头发添加高光。虽然实际生活中不会出现这样的光泽，但这种艺术变形的手法能够增加作品的光泽感。

手指关节



凹凸起伏的手指关节部位也要用粉色表现。这种细节刻画能够凸显出立体感。

膝盖



为第二步中使用深色着色的膝盖绘上一层粉红色，能够进一步增加立体感。

为头发、眼睛等受光面和凹凸部位添加高光，能够表现出仅用阴影无法展现的女孩子的可爱感觉。

为瞳孔、头发加上高光，为关节和脸颊添上红晕，能够突出角色可爱的气质！



# 为角色着色（女白领）

在此以女白领的服饰为例，对角色进行层次更丰富、质感更逼真的着色，并强调出与女高中生不同的身体线条。



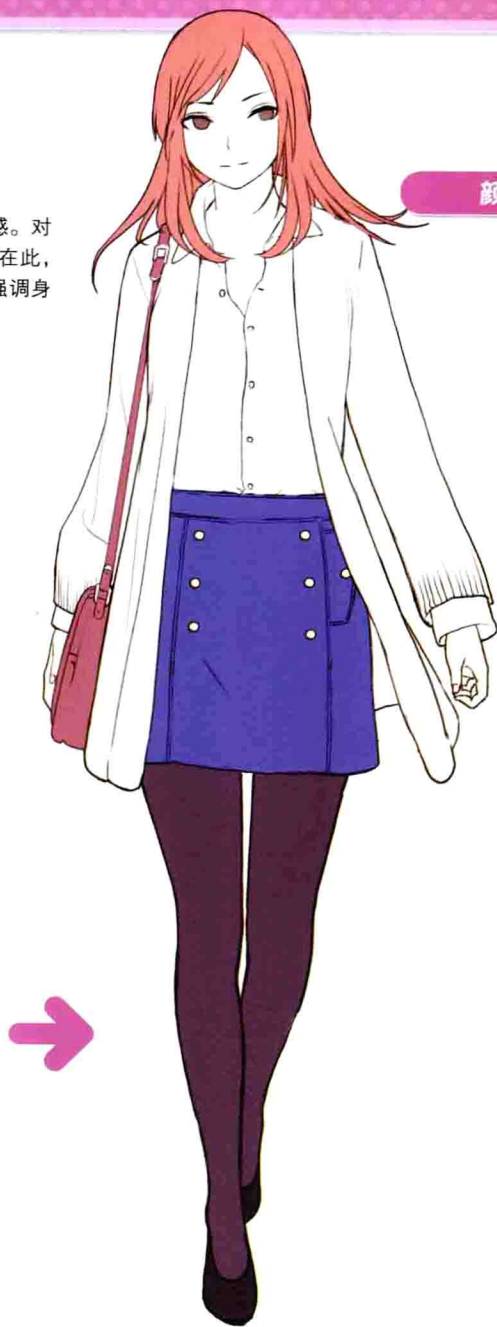
## 通过添置阴影来丰富层次，表现出写实的风格

在明快的颜色上使用深色的阴影可以增加立体感。对层次进行细致把握能够使画面质感更加真实。在此，为了表现出成熟女性的丰腴，我们特意使用了强调身体线条的写实画法。



### 从草稿到描线

请在着色前先将绘制的草稿清理干净，并认真描画边缘线和各部位。



## 颜色一览

### 头发

R 206  
G 143  
B 141

### 眼睛

R 158  
G 121  
B 125

### 皮肤

R 255  
G 251  
B 234

### 衬衫

R 251  
G 255  
B 246

### 羊毛开衫

R 249  
G 249  
B 245

### 背包

R 175  
G 113  
B 129

### 裙子

R 117  
G 118  
B 228

### 袜子

R 111  
G 93  
B 115

### 鞋子

R 84  
G 80  
B 89

### 填涂底色

为各部位着色。因为之后还要添加阴影，所以在这一阶段请使用比较浅的颜色。

# 步骤1

# 为角色增添阴影

在底色的基础上增添色彩层次。请想象着多重阴影的效果，为角色添加上逼真的阴影吧！

## 头发

以发梢为中心，为头发涂上基本色，并将眉毛之下的头发也全都涂上这种颜色。

## 色调1

## 头部下方



结合发梢形状在脖子部位绘制出阴影。

## 衬衫



表现衬衫的质感。在胸下部涂上大面积的暗色，并刻画出能够展现腰线的褶皱。衬衫会出现很多褶皱，请细致描绘。

体型丰满的人会使衣服产生很多阴影，一定要将其好好展现出来哦！



## 羊毛开衫

绘制羊毛开衫。由于羊毛衫具有一定的伸缩性，因此很难产生细小的阴影，也没有明显的褶皱。

## 袜子



在隐约透出肤色的袜子正面使用浅色绘制，而边缘部位则使用深色填涂，展现出腿部的立体感。

## 裙子



结合腿部动作为裙子添上阴影。画面中角色右脚向前，刻画阴影的时候要表现出腿部动态。

## 步骤2 加强深浅对比,突出质感

在第一步中我们为画面绘制了深色的阴影,进行了立体的着色。接下来,让我们为发梢、衬衫的褶皱等部位进行细致的刻画吧!

通过加大颜色的对比,能够更好地展现出立体效果!



### 色调 2

#### 头发



为头顶和发梢增添深色。分层逐渐加深颜色,绘制出角色表情,并表现出头发的走向。

#### 羊毛开衫

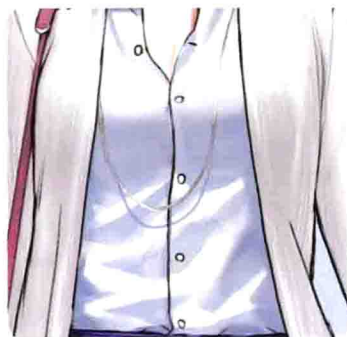
在出现阴影的部位涂上较深的颜色。用深色的竖线表现出外套的纤维质地。

#### 裙子



增加图层以加深阴影。对整体进行晕染,阴影的界限不是很分明,表现出布料厚实的质感。

#### 衬衫



绘制出领子周围以及项链阴影等细节。在胸部中间绘出阴影能够强调出乳沟。

#### 袜子

在第一步的基础上涂上更深的颜色以增加立体感。使用能够与背景相协调的比較浅的颜色来描绘位于后面的左脚。

## 步骤3

## 完善细节

在增添阴影、表现出立体感之后，要对细节进行刻画。请认真地添加高光，细致地表现出质感。

着色完成

头发



为头部受光面添加高光，请根据头发的走向，用写实的手法进行绘制。

眼睛、嘴唇



为瞳孔绘制高光，在唇部绘制出口红的红色，并在鼻尖和脸颊上增添红晕。

细致描绘头发的高光能够给人一种非常写实的感觉！



### 注意

### 使用绘图软件能够让复杂的上色变得更加简单

使用SAI或IllustStudio等绘图软件可以使复杂的着色程序变得相对简单。使用绘图程序可以对着色部位分层进行着色。将阴影、细节等不同图层进行组合，能够绘制出更加多姿多彩的作品。（关于绘图软件请参照p174）

手指关节



在能够屈伸的指关节部位添上红色，表现出立体感。注意只需要在细节处增添颜色即可。

完成着色的画面。为了表现出阴影，将不同颜色深度的层次分开，能够更好地表现出各部分的质感。

鞋子

为了表现出漆皮质地，在脚尖处绘制了细微的高光。这样的细节能够提高画面的完整度。

# 衣着质地的表现

在着色时，衣着质地的表现也很重要。在这里让我们学习一下表现裙装、夹克衫等不同材质服装的质地吧！



## 白色衣服

在绘制没有颜色的白色衣服时，可以通过刻画阴影来体现出其存在感。

腰部的弧线会使衣服上出现褶皱，要细致地对此处出现的阴影进行描绘

突出受光面与阴影处的反差，以表现出质感



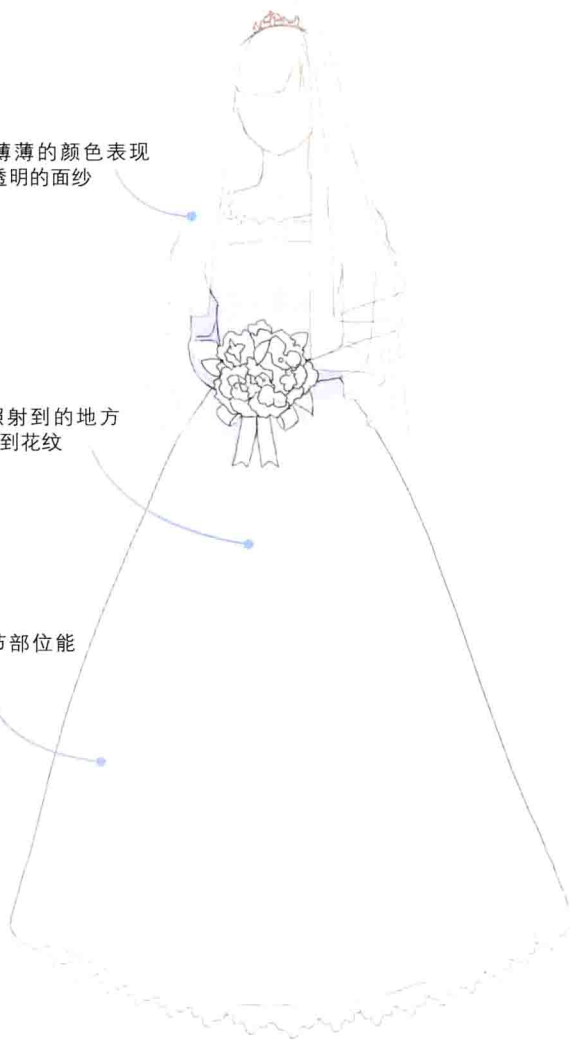
### 有光泽的裙装

由于白色衣服反射光线强烈，所以光影对比也很明显。而且由于质地柔软，要特别注意能够表现出身体线条的褶皱。

使用薄薄的颜色表现出半透明的面纱

被光线照射到的地方基本看不到花纹

阴影处的细节部位能够看到花纹



### 婚纱

使用较浅的阴影表现出蕾丝重叠的柔软质感。一定要表现出裙子阴影处浮现出的蕾丝花纹哦！

## 不同质地的物品

毛皮、尼龙等材质的着色方法。

使用细密的阴影展现出质地



在上部绘制出高光



### 羊皮夹克

使用结实的毛皮制作的夹克衫。毛绒部分用细密的阴影表现，而皮子的质地则需要使用晕染手法。

### 皮包

使用比较硬的皮子做成的皮包上很少有小块阴影，所以关键在于对大面积地着色。

在缝合线处绘制阴影。



描绘细线后着色，表现出毛绒的质感。



### 羽绒服

尼龙面料的羽绒服中填充了羽毛，因此表面凹凸不平，加上阴影后能表现出独特的立体感。

### 毛线帽

毛线质地的服饰几乎没有光泽，整体上都呈现一种颜色。可以在局部绘制出编织的线条效果以表现出毛线的质感。



# 角色的完整着色

这里讲解一幅完整作品的着色技巧，表现手法细致，非常吸引人。



## 为脸部肌肤增添红色渐变

在眼睛到下巴的皮肤上添加淡淡的红色渐变，表现出其立体感。

## 细致地描绘出眼睛的高光部位



眼睛的表现很大程度上决定着女性角色的可爱程度。请给瞳孔画上高光，即使是黑眼珠也要用同色调的颜色进行细致的描绘。

## 使蝴蝶结变得立体



在蝴蝶结上用深色描绘出阴影。对这种小细节的处理能够提升作品的完整度。

## 让裙子更加飘逸

实际生活中是不会出现如此飘动的裙子的，但利用这种轻柔的曲线绘制裙子能够强调出女孩的可爱感。

## 使用茶色绘制轮廓线

如果用黑色绘制轮廓线会过于明显。而使用深茶色绘制轮廓线能够让轮廓线与肤色更协调，显得更自然。



作者小提示



## 从略微俯视的角度绘制，强调脸部

这幅插图是从略微俯视的角度绘制的，与平视相比，这样的角度强调了脸部，使人物显得更可爱。