

★名师联盟★

敲门砖

THE TOP TEACHER'S UNION



贤峰速写

XIANFENG THE TOP  
TEACHER'S UNION

全名师阵容/全精品佳作/全教学体系/全方位释疑

李家友·主编 万贤峰·著

重庆出版集团 重庆出版社

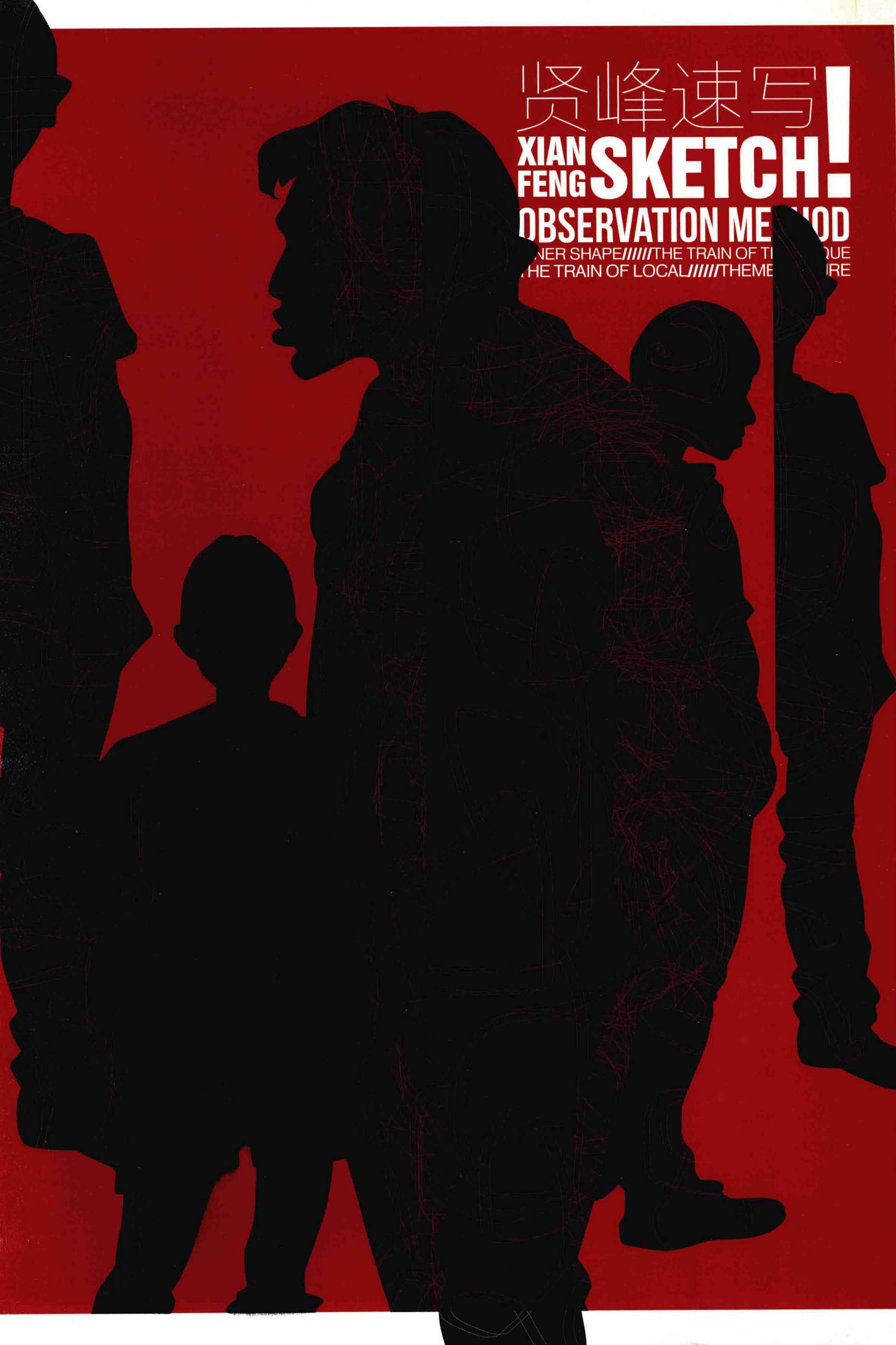


贤峰速写!

XIAN FENG SKETCH!

OBSERVATION METHOD

INNER SHAPE//////THE TRAIN OF THOUGHTS  
THE TRAIN OF LOCAL//////THEME OF THE FUTURE



图书在版编目(CIP)数据

贤峰速写/万贤峰著. —重庆: 重庆出版社, 2015.6  
(名师联盟/李家友主编)  
ISBN 978-7-229-10016-2

I. ①贤… II. ①万… III. ①速写技法—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(2015)第123973号

名师联盟——贤峰速写

MINGSHI LIANMENG——XIANFENG SUXIE  
李家友 主编 万贤峰 著

本书策划: 李家友 邹 颇 吴 倩 郑文武  
责任编辑: 郑文武 张 跃  
封面设计: 吴 倩  
责任校对: 李小君



重庆出版集团 出版  
重庆出版社

重庆市南岸区南滨路162号1幢 邮政编码: 400061 <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: 023-61520646  
全国新华书店经销

开本: 720mm×1020mm 1/8 印张: 26  
2015年7月第1版 2015年7月第1次印刷  
ISBN 978-7-229-10016-2

定价: 89.00元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-61520678

版权所有 侵权必究





## **part one** OBSERVATION METHOD

### 第一章//高效的观察方法

测试你的感受力，平面形体知多少/005

比例是叩开速写大门的一把钥匙/006

人是立体的，就该表现出体积感/008

合理运用观察方法，人体动态远没有你想象中那么难/010

快写训练不是阶段训练，它应该贯穿到整个学习过程中去/012

常考的人体运动形式，全都被包含在本章节中/016

## **part two** INNER SHAPE

### 第二章//解决内部形体

你应该了解的人体解剖知识/031

临摹大师作品，是解决形体问题的捷径/033

打下形体基础，着衣表现不再是难题/044

## **part three** THE TRAIN OF TECHNIQUE

### 第三章//技法训练

工欲善其事，必先利其器/059

为结构表现锦上添花，你一定要学会以下两种技法/060

把握线条节奏感，避免画面散、乱、花/062

将人物画“平”是学生中存在的普遍现象/072

添加装饰效果，增强画面看点/084

## **part four** THE TRAIN OF LOCAL

### 第四章//局部训练

人物头部，头头是“道”/089

连接头部和躯干的颈部/098

躯干运动是人体运动的关键/101

上肢的处理方法/108

大多数人都画不好的手部/110

下肢的处理方法/113

足部的处理方法/120

## 贤峰说

说起这本书，几乎在一年前就开始准备了，或许从每张画的签名上就能看出，我一直在寻求更多更好的进步，所以跨度也蛮大的。在这一年里，我积极地跟其他老师学习交流，每天几乎疯狂地坚持画着速写。由于我是一个追求完美的人，力求精益求精，画面经常会推敲很久很久。学校晚上十一点多放学，回到家才能拿起画笔开始画画，两三点睡觉便成了家常便饭。在这一年的日子里是艰苦的，有时候也想到放弃，可心底总有一种不甘心和要证明自己的动力在冥冥中驱使着。久而久之，这个习惯潜移默化成为了自己生活的一部分，以至于有一天没有再画的时候，便觉得心底空空的，仿佛缺了点什么……

## 目录 contents





## **part five**

### **THE CHARACTER'S TEMPERAMENT**

#### 第五章//人物气质

提升感受力，紧抓人物形象与气质/ 123

关于人物的年龄与形象/130

关于人物的职业与形象/138

## **part seven**

### **COMBINATION VS SCENARIO**

#### 第七章//组合与场景

人物组合/189 场景速写/196

## **part six**

### **THEME PICTURE**

#### 第六章//主题范画

生活类主题动态/147

学习类主题动态/160

劳动类主题动态/166

休闲类主题动态/170

运动类主题动态/176

贤峰速写！  
**XIAN FENG SKETCH!**  
**OBSERVATION METHOD**  
INNER SHAPE//////THE TRAIN OF TECHNIQUE  
THE TRAIN OF LOCAL//////THEME PICTURE

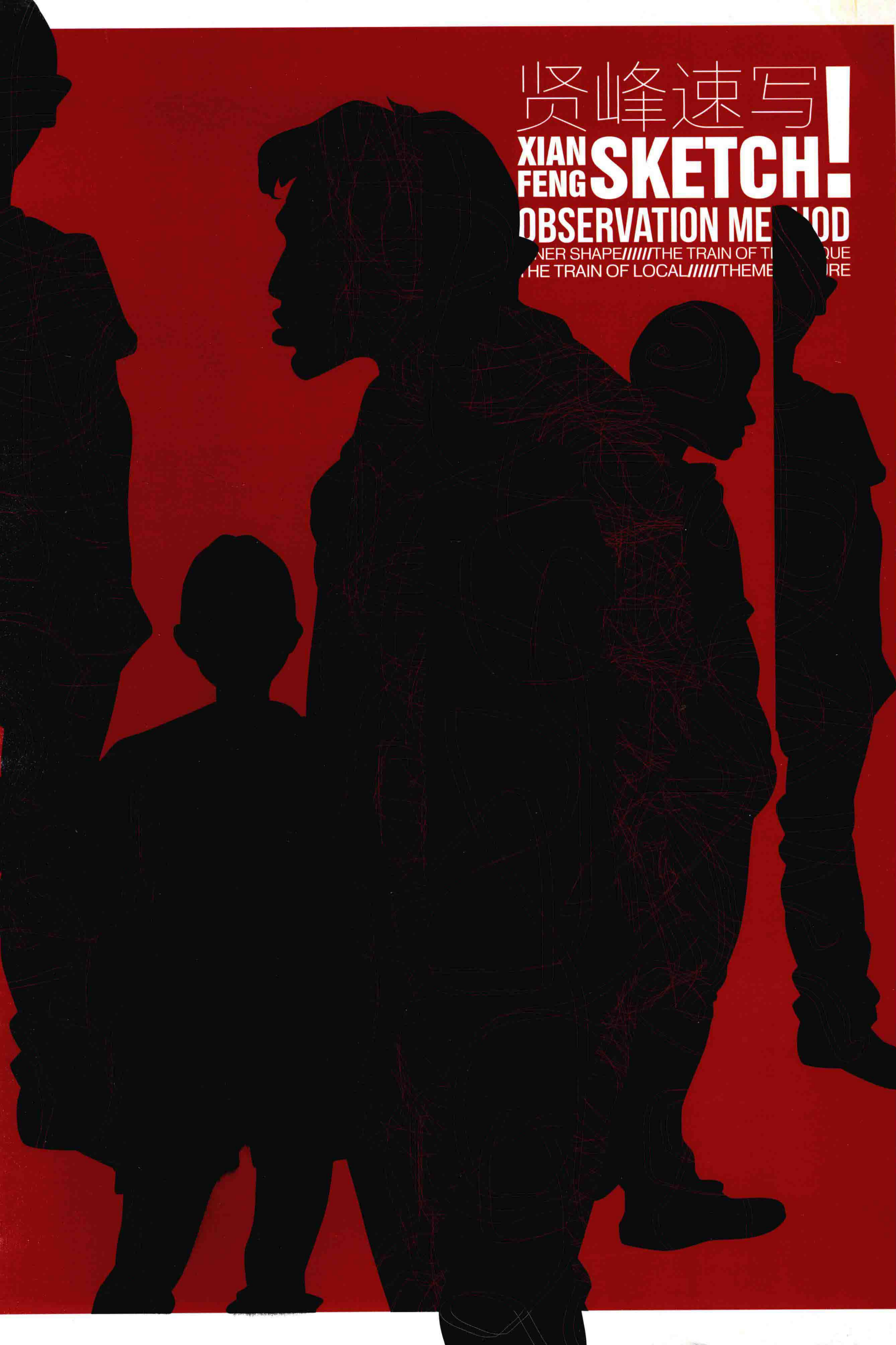
我并非全职教师，平时没有那么多时间画画。白天大部分时间是在上班，晚上在画室给学生上速写课，课后才能挤出一点时间。近两年来，许多学生通过各种方式来咨询速写方面的问题，我思考，或许自己还是有一些价值的。特别感谢这一年来这么努力的自己，让我有机会和那么多优秀的老师站在一起！时至今日能取得一点点成绩虽然不易，但有梦就去追，努力去做，只要你肯开始，随时都不会晚！

贤峰速写!

XIAN FENG SKETCH!

OBSERVATION METHOD

INNER SHAPE//////THE TRAIN OF THOUGHTS  
THE TRAIN OF LOCAL//////THEME OF THE FUTURE





## **part one** OBSERVATION METHOD

### 第一章//高效的观察方法

测试你的感受力，平面形体知多少/005

比例是叩开速写大门的一把钥匙/006

人是立体的，就该表现出体积感/008

合理运用观察方法，人体动态远没有你想象中那么难/010

快写训练不是阶段训练，它应该贯穿到整个学习过程中去/012

常考的人体运动形式，全都被包含在本章节中/016

## **part two** INNER SHAPE

### 第二章//解决内部形体

你应该了解的人体解剖知识/031

临摹大师作品，是解决形体问题的捷径/033

打下形体基础，着衣表现不再是难题/044

## **part three** THE TRAIN OF TECHNIQUE

### 第三章//技法训练

工欲善其事，必先利其器/059

为结构表现锦上添花，你一定要学会以下两种技法/060

把握线条节奏感，避免画面散、乱、花/062

将人物画“平”是学生中存在的普遍现象/072

添加装饰效果，增强画面看点/084

## **part four** THE TRAIN OF LOCAL

### 第四章//局部训练

人物头部，头头是“道”/089

连接头部和躯干的颈部/098

躯干运动是人体运动的关键/101

上肢的处理方法/108

大多数人都画不好的手部/110

下肢的处理方法/113

足部的处理方法/120

## 贤峰说

说起这本书，几乎在一年前就开始准备了，或许从每张画的签名上就能看出，我一直在寻求更多更好的进步，所以跨度也蛮大的。在这一年里，我积极地跟其他老师学习交流，每天几乎疯狂地坚持画着速写。由于我是一个追求完美的人，力求精益求精，画面经常会推敲很久很久。学校晚上十一点多放学，回到家才能拿起画笔开始画画，两三点睡觉便成了家常便饭。在这一年的日子里是艰苦的，有时候也想到放弃，可心底总有一种不甘心和要证明自己的动力在冥冥中驱使着。久而久之，这个习惯潜移默化成为了自己生活的一部分，以至于有一天没有再画的时候，便觉得心底空空的，仿佛缺了点什么……

## 目录 contents



## **part five** THE CHARACTER'S TEMPERAMENT

### 第五章//人物气质

提升感受力，紧抓人物形象与气质/ 123

关于人物的年龄与形象/130

关于人物的职业与形象/138

## **part seven** COMBINATION VS SCENARIO

### 第七章//组合与场景

人物组合/189 场景速写/196

## **part six** THEME PICTURE

### 第六章//主题范画

生活类主题动态/147

学习类主题动态/160

劳动类主题动态/166

休闲类主题动态/170

运动类主题动态/176

贤峰速写!  
**XIAN FENG SKETCH!**  
**OBSERVATION METHOD**  
INNER SHAPE//////THE TRAIN OF TECHNIQUE  
THE TRAIN OF LOCAL//////THEME PICTURE

我并非全职教师，平时没有那么多时间画画。白天大部分时间是在上班，晚上在画室给学生上速写课，课后才能挤出一点时间。近两年来，许多学生通过各种方式来咨询速写方面的问题，我思考，或许自己还是有一些价值的。特别感谢这一年来这么努力的自己，让我有机会和那么多优秀的老师站在一起！时至今日能取得一点点成绩虽然不易，但有梦就去追，努力去做，只要你肯开始，随时都不会晚！





# part one

## OBSERVATION METHOD

### 第一章//高效的观察方法

测试你的感受力，平面形体知多少/005

比例是叩开速写大门的一把钥匙/006

人是立体的，就该表现出体积感/008

合理运用观察方法，人体动态远没有你想象中那么难/010

快写训练不是阶段训练，它应该贯穿到整个学习过程中去/012

常考的人体运动形式，全都被包含在本章节中/016



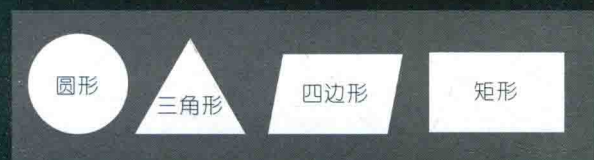
## 测试你的感受力，平面形体知多少

当我们在临摹或写生某个对象时，往往先被他的复杂形象所迷惑，眼前看见的全部都是细节。这在速写学习的初期，是非常不好的现象——不仅加大了绘画难度，还阻碍了培养我们的观察能力和形象感知能力。

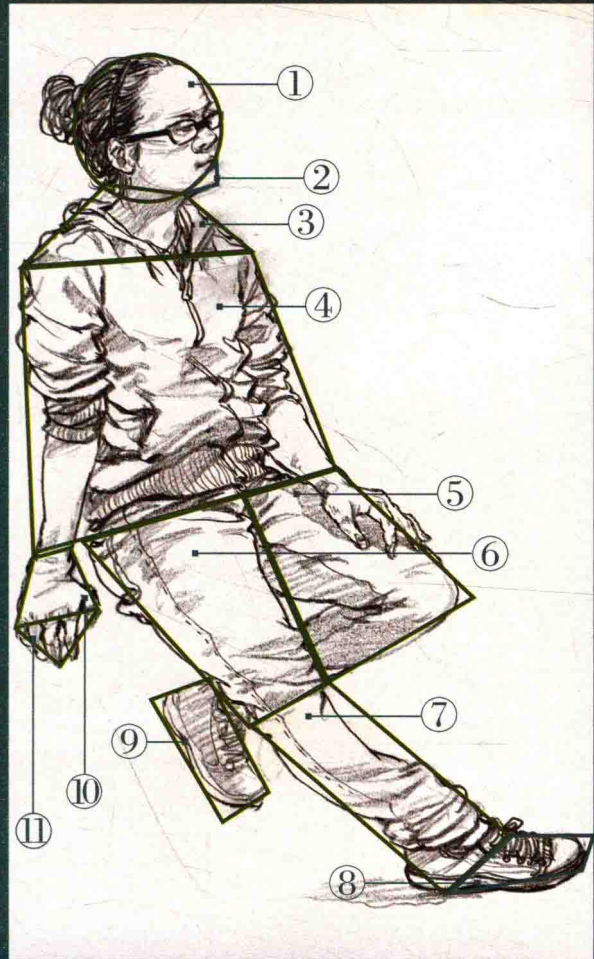
### 用简单图形也能概括出人体形状

人体造型复杂，当他们的角度、动作甚至是着装改变后都会发生相应的变化。观察人的平面形象时，用直线轮廓线把绘画对象包裹起来，能将复杂的形体转化为简单的图形。用这种方法可得到整体的纵横比例和倾斜角度，使初学者在绘画时不易受细节干扰，从而易于把握总体形态。

我们在使用这种方法观察人的平面形状时，发现用越简单的图形归纳形体，反而可以得到越准确的形体形象。一般来说，人物处于任何动态、角度时都可以用圆形、三角形、四边形、矩形这几种形状来概括。



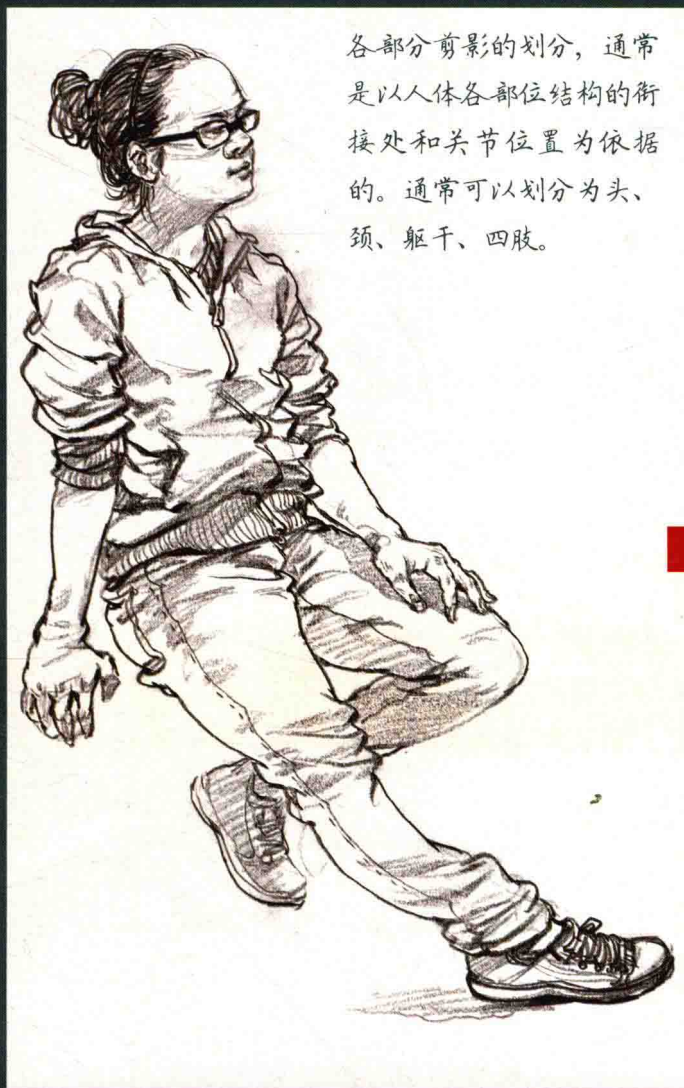
注：矩形包括正方形、长方形以及梯形。



上图中标示出的序号指向的图形与人物多个部分的形体相对应。①圆形对应头部；②三角形对应下颌；③梯形对应肩颈；④梯形对应躯干及上肢（不包括手部）；⑤梯形对应后侧下肢；⑥倒梯形对应前侧大腿；⑦长方形对应前侧小腿；⑧四边形对应前足掌部；⑨长方形对应后足；⑩梯形对应前侧手掌；⑪三角形对应前侧五指。

### 概括剪影轮廓，是迅速抓住人物形体特征的制胜法宝

剪影观察，是将对象先看做剪影进行观察的方法，能比图形概括更准确地概括出人物平面特征。



各部分剪影的划分，通常是以人体各部位结构的衔接处和关节位置为依据的。通常可以划分为头、颈、躯干、四肢。



忽略内部细节，看作简单剪影。

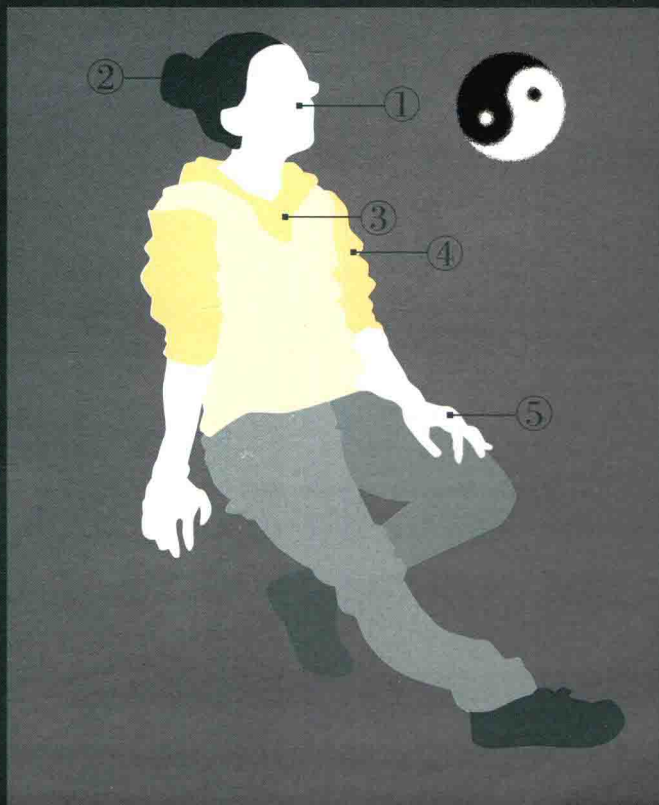


再将形体划分，寻找细节图形。

### “脑洞”要大开，用更多形状去概括人体

对平面形状进行归纳，将它们联想成熟悉的常见形状。这种方式可以帮助我们在观察时更快、更准确地记住对象某一部分的平面形体特征。

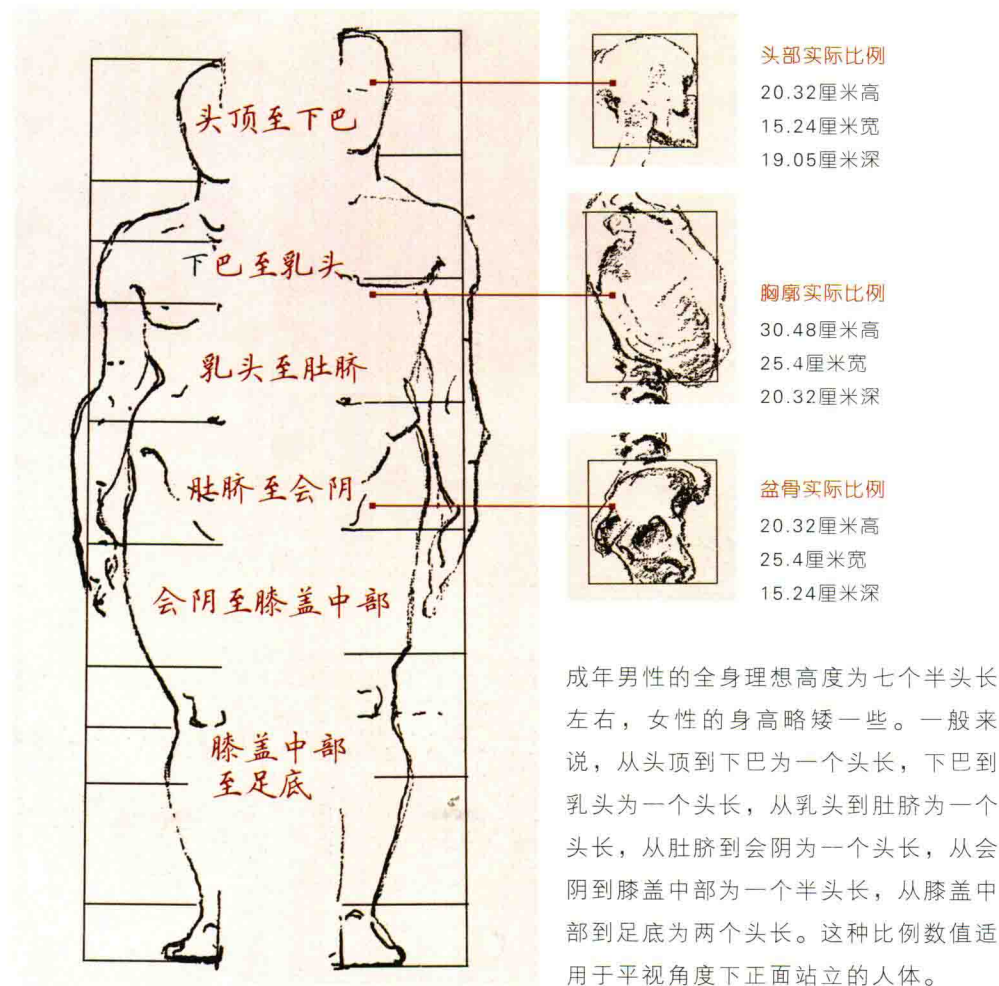
①面部除发髻外像一个太极图形；②发髻形状像一块土司；③衣领末端形状像一个“V”字；④后侧手臂形状像蛋筒冰淇淋的冰淇淋部分。⑤手的形状像一个“山”字。



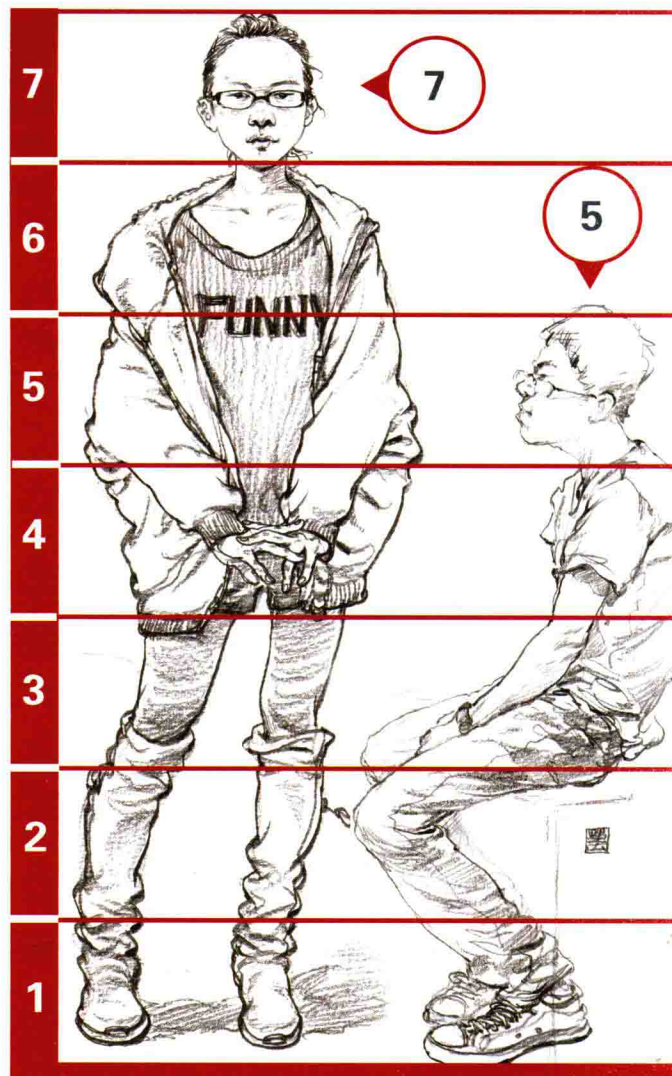


# 比例是叩开速写大门的一把钥匙

人物在多数情况时的比例数据，但也不是绝对的



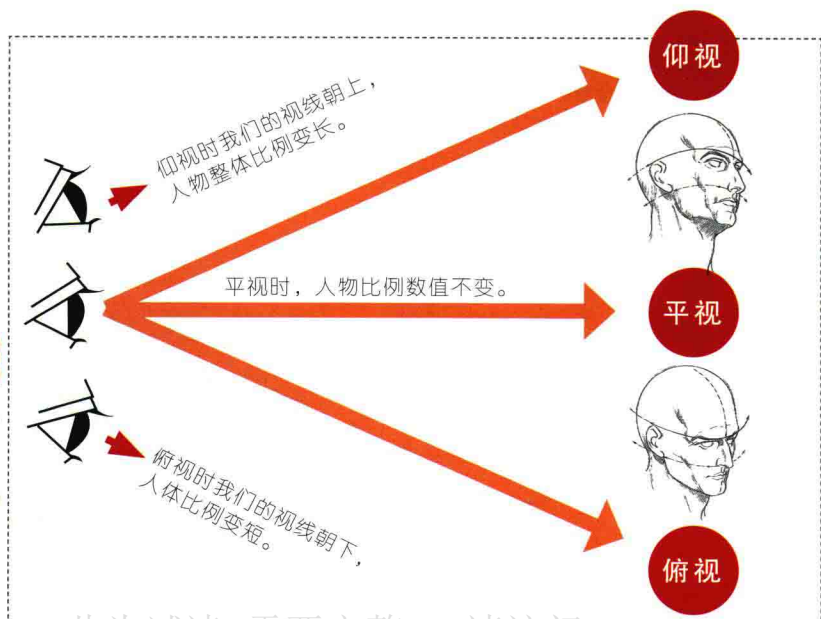
人是我们最熟悉的对象，任何比例失调都会被察觉，从而对画面效果造成非常严重的破坏。因此需要我们掌握比例的一般规律，正确且熟练地把握人体比例。



## 换个视角看，比例会变化

**仰视视角下**的人体，头部显得小，越是接近足部的位置显得越大。绘画时，人的头顶只有很小一部分展示在画面中，而下颌因透视变化显得大。在该视角时，我们看不见人的肩部顶面，有时能看见人物衣摆内侧和人物裆部底面的结构。

**俯视视角下**的人体，头部显大，越是接近足部的位置显得越小。人物头顶有很大一部分展现在画面中，并且看得见肩部的顶面。颈部与肩部相接的位置，肩部的边缘线在颈部之后。



■ 仰视视角

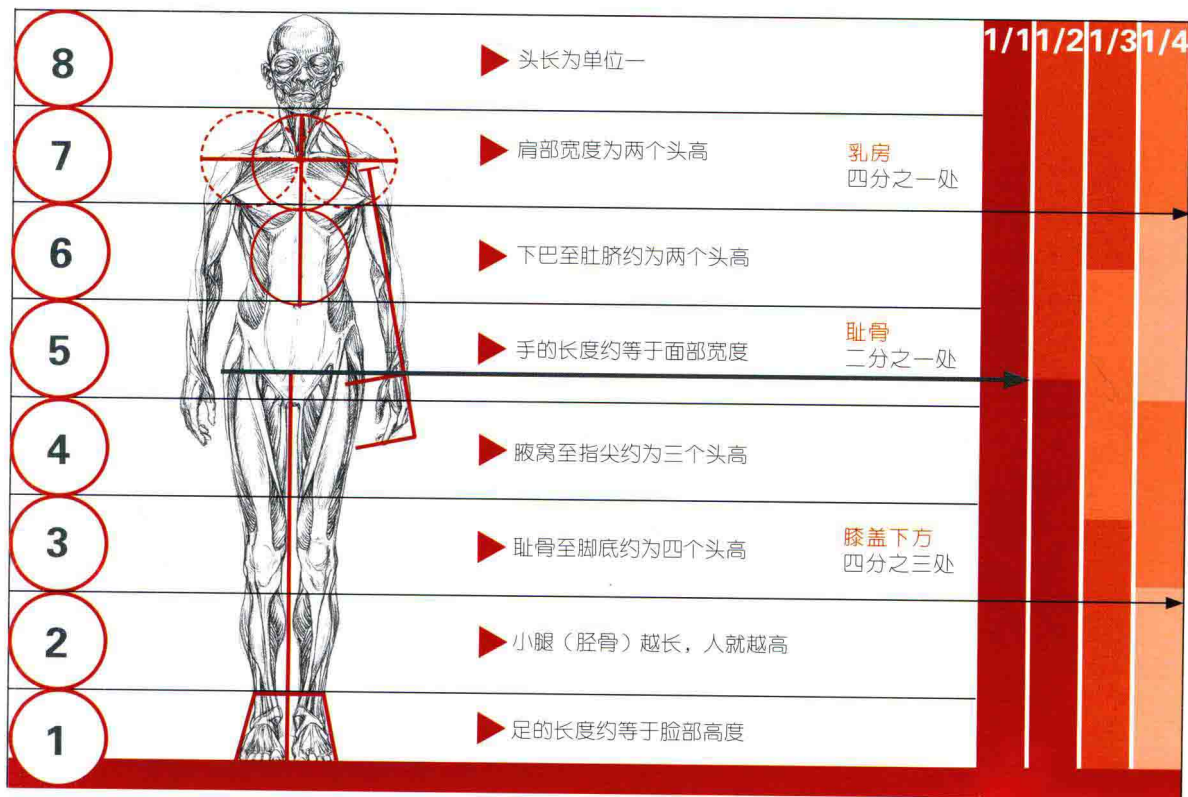
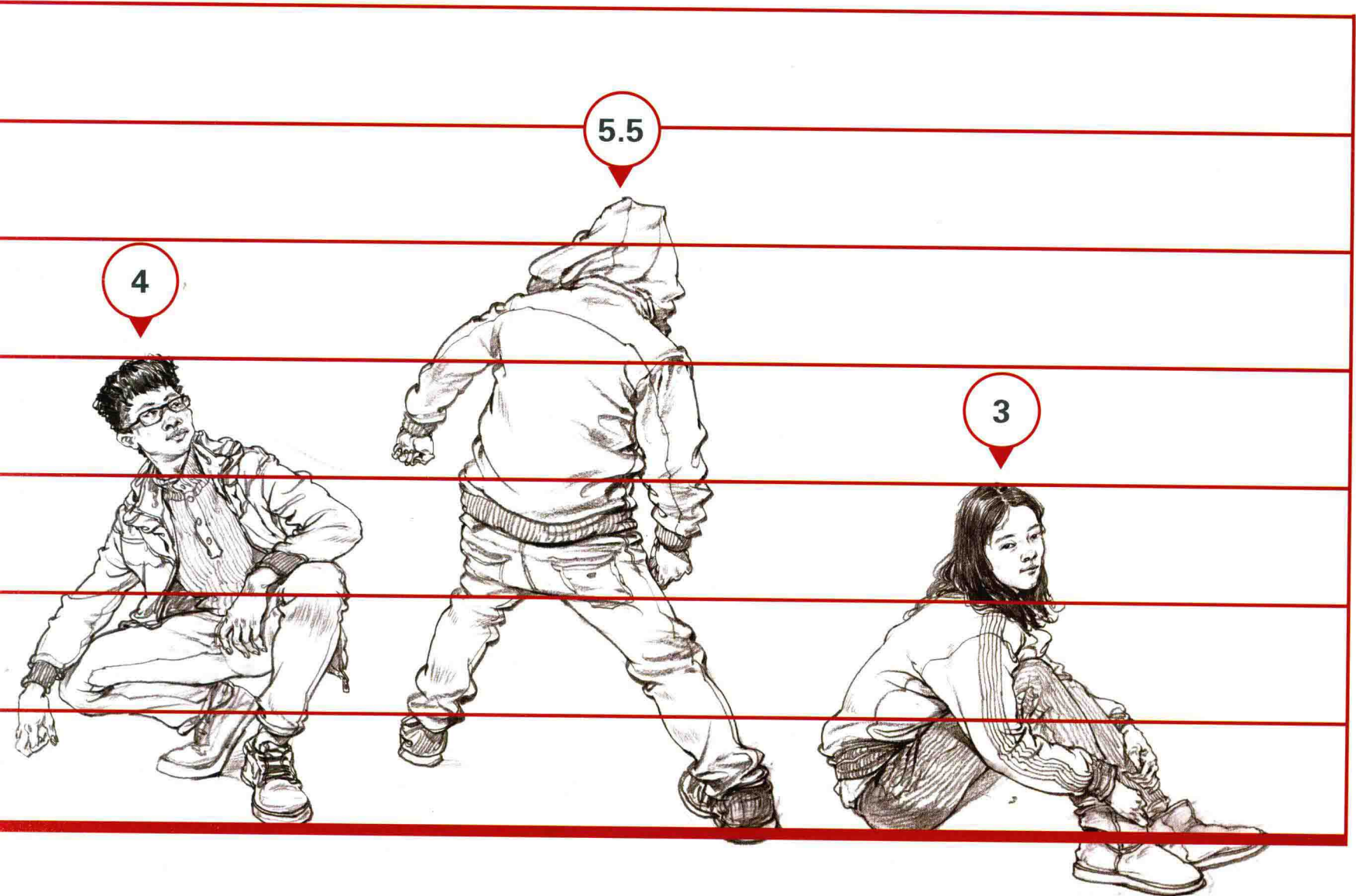


■ 俯视视角



在日常写生中，我们所面对的人体会因本身的高度差异、动态变化、观察视高等方面呈现出差异。人在站立时，为七个半头长左右，正坐时约为五至六个头长，正蹲时为四个头长左右。这就是大家在日常训练中非常熟悉的“站七、坐五、蹲四”原则，被广泛运用于速写绘画中。当

人体动态发生较大变化时，如站立时向前弯腰，人的比例由七个半左右头长向五个半头长（最矮可变短为四个半头长）变短；当人坐在地面上时，人的比例由正坐时的五至六个头长向三个头长变短。



## 记住这些局部比例数据吧！总会对你有帮助

### 躯干比例

躯干约为三个头长，其中，从正面来看，下巴到乳头为一个头长，乳头到肚脐为一个头长，肚脐到耻骨为一个头长；从后面来看，从第七颈椎到肩胛骨下角为一个头长，肩胛骨下角到髌嵴为一个头长，髌嵴到臀部底部为一个头长。颈宽为二分之一头长，肩宽为两个头长。

### 四肢比例

上肢为三个头长，其中上臂为一又三分之一头长，前臂为一个头长，手掌为三分之二头长。

下肢为四个头长，从股骨大转子起到膝盖中部为两个头长，从膝盖中部到足底为两个头长，脚背高约为四分之一头长，足底长度为一个头长，足宽为三分之一头长。

比例是在特定的造型框架中，物体的此部分与彼部分的基本空间关系。即人体是由各部分局部按照一定的比例结合构成的。因此，在人体比例中，最重要的是把握局部与整体间的比例。绘画时，必须将人体作为一个有机的整体来研究，而不是仅仅将各个局部看作“独立个体”的存在。



# 人是立体的，就该表现出体积感

十六世纪的艺术家庄卡·卡比亚索，早已发现用简单的几何形体分析人体，会简化对人体透视原理的把握。后者有十八世纪的艺术家庄卡·勃兰特·伯里曼将复杂的人体归纳为体块的契合简化为便于记忆的整体。他们对人体解剖、运动学等方面的研究做出了巨大的贡献，他们的研究成果也被广泛运用于绘画、雕塑、商业美术等多个领域。

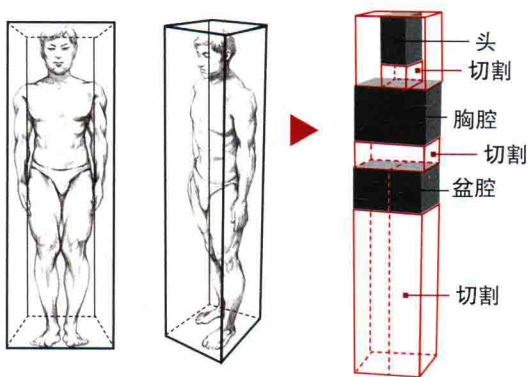
## 人物表现平面化，是因为你缺乏了应有的体积概念

很多学生容易将立体的人物画得平面化，这是一个较为普遍的现象。有人会认为用纯线来表现人物不容易画出人物体积感，这种认

识是片面的。如果你对人的立体造型不够了解，缺乏体积的概念，即使是用明暗手法表现人物，也画不出人的体积感。在本章节中，我们会借用卢卡·卡比亚索和乔治·勃兰特·伯里曼总结出的理论知识，来帮助大家认识人的体感概念。

### ◆ 用方体概括人物

方体由宽、高、深构成，它是表现空间感的基准单位。我们将整个僵直的人体置于方体中，能看见不同角度时的透视变化。我如果再将这个方体进行切分，人的头、胸腔、盆腔可以被分为三个独立的立方体。不断地将方体进行切割和组合，就能得到更多的立体造型，这个造型也就更接近于人的造型特征。



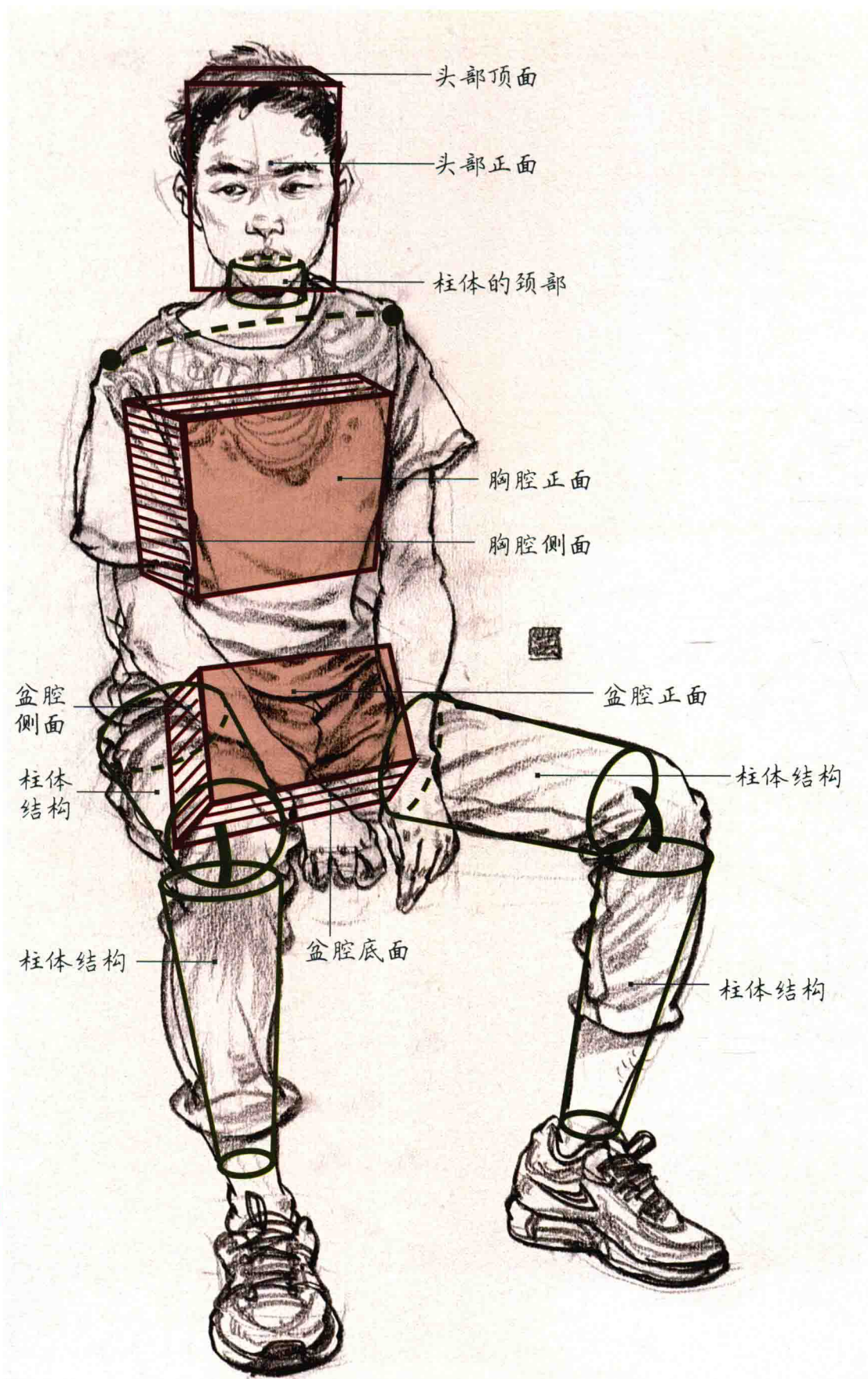
### ◆ 用柱体概括人物

人物的颈部、上肢、下肢都可以用柱体来概括。大致看来，颈部用一截柱体概括，手臂和腿各由两截柱体组成。由于手臂和腿可以分别以肩关节和髋关节为基点旋转或扭转，容易产生较大的透视变化，从而在视觉上产生缩变。

左图中的模特四分之三侧面角度对着我们，他的双脚分开，双手自然地搭在双腿上。视觉位置上，模特右侧的腿相对左侧腿来说更接近于与我们视线呈正面的关系。这时，右侧大腿在视觉上产生的透视缩变也比左侧的大腿要严重。因此，我们才会在视觉上有右侧大腿的长度相比左腿要短很多的感觉。

### ◆ 人体中的组块概念

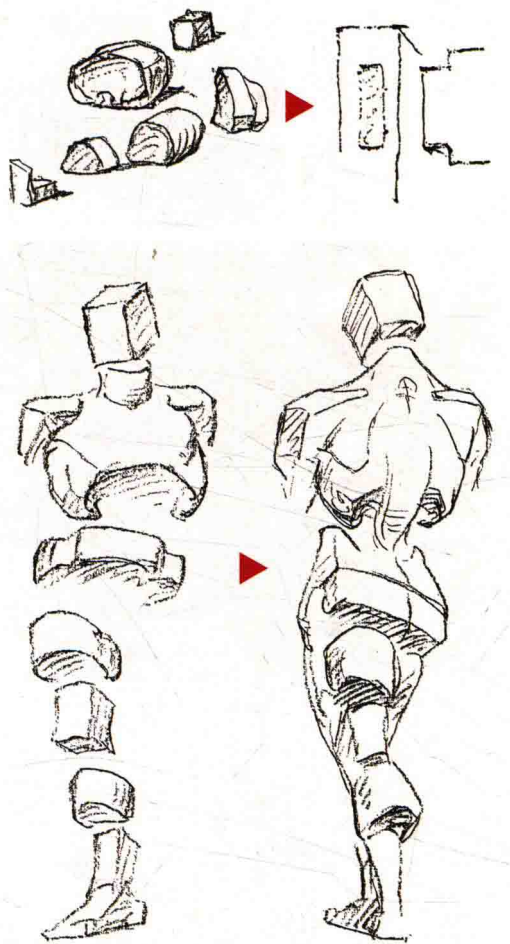
如果将人的各个部分切开来，有时我们会认不出熟悉的局部形体。就像我们在没有通过特殊训练之前，不能在几百块模型碎片中任意拿出一片，立刻就能认出它所存在的位置。但如果这些碎片，与之相连地被拼合在一起，由几百个单独的碎片组合为几个稍大的形体，就不难判断它们之间的关系了。





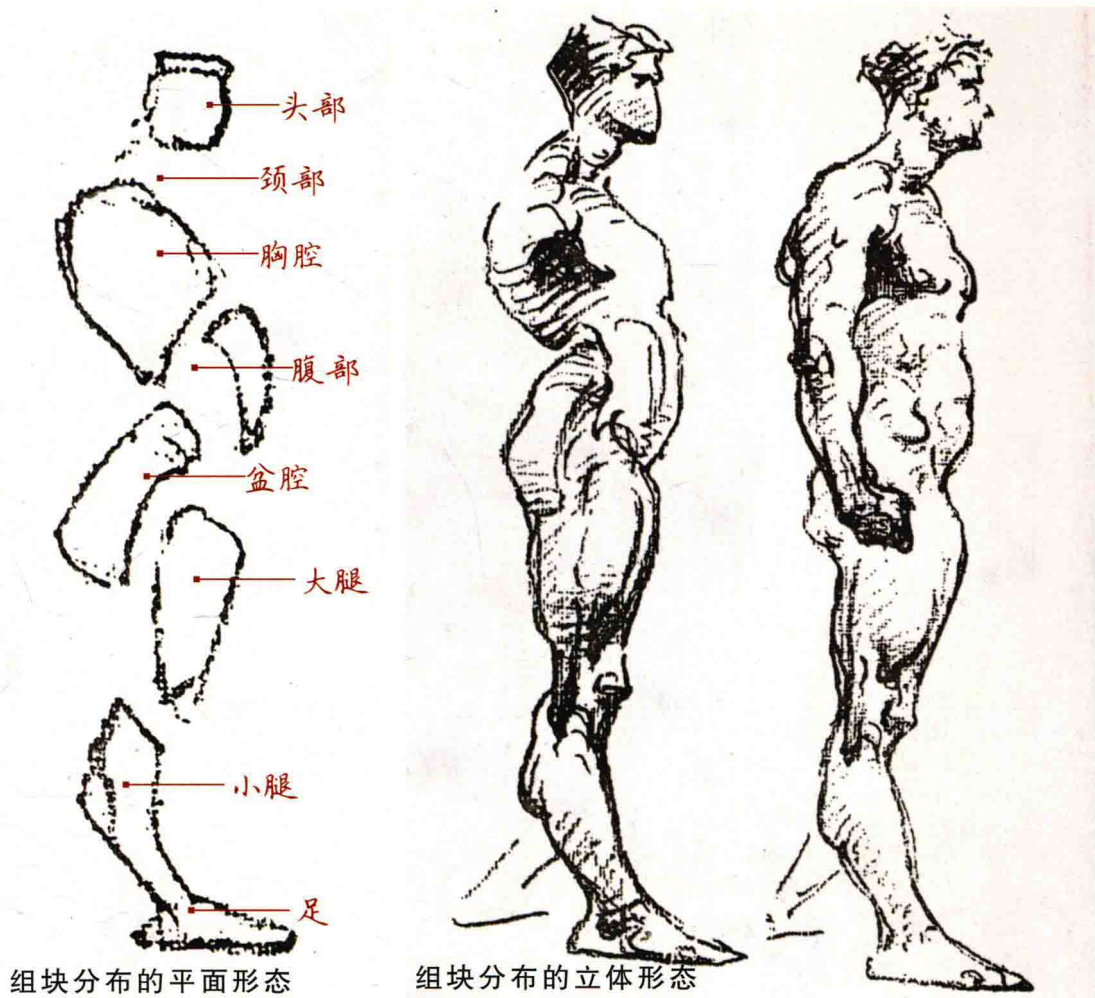
## | 组块的契合关系 |

一组肌肉和骨骼之间通过穿插和固定，结合成为一个较大的整体，从视觉上给人以契入或锁在一起的感觉，最终发展为整个人体，这便是伯里曼提出的组块契合意识。



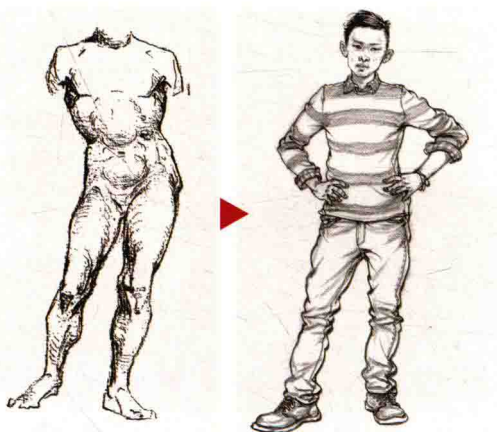
## | 弄清组块分布位置，助你更快了解人体 |

组块是根据人体各部位的衔接关系与关节位置划分出的块面。它将人体中的两百多块骨骼按照这个原则来划分，归纳为若干个“骨骼组”与若干个“骨骼”组成的整体。大概可划分为头部、躯干、上肢和下肢几个部分。如果想得到更具体的部分可继续将这四个组块进行划分。继而能得到头部、颈部、胸腔、盆腔、大腿、小腿、足、上臂、前臂、手几个部分。

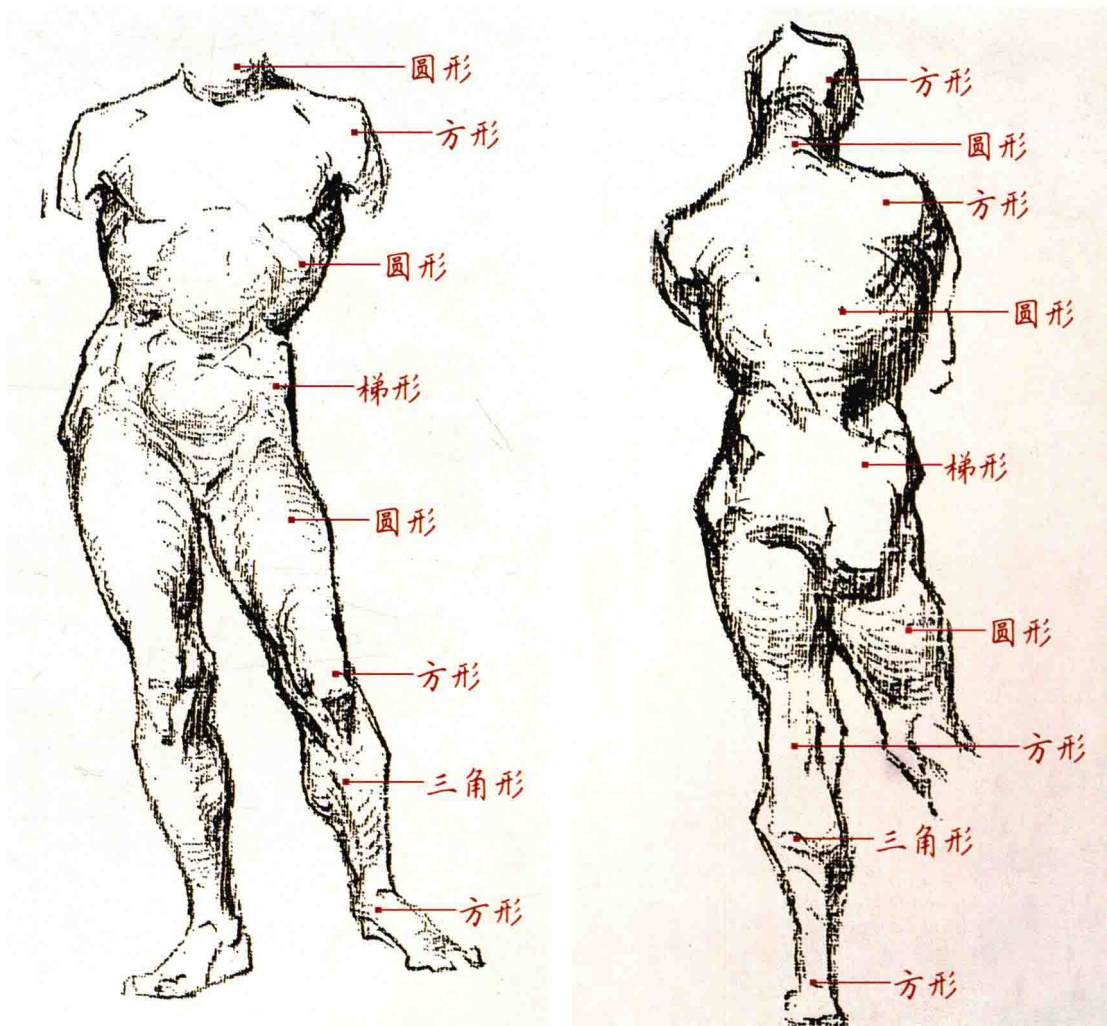


## | 组块的基本形态 |

零散的结构契合成组块后，拥有明显的形状特征。从正面来看，头部可概括为方形的体块，位于颈部之上。颈部的圆柱造型接入方形的两肩中间。方形的肩部下面是椭圆形的胸廓，向下为梯形的盆腔。在盆腔两侧为髋部，与圆润的大腿相连。然后是呈三角形的小腿与方形的膝盖相连，方形的脚踝与小腿相连，组成了人体的下肢。从背面来看，各组块的形状特征与正面的组块形状是一致的。



组块形式的立体造型远比用方体和柱体来概括人物要形象得多。它能为我们以后学习人的形体知识和动态知识起到很好的铺垫作用。





# 合理运用观察方法，人体动态远没有你想象中那么难

## 想要解决动态难题，首先从组块运动开始观察

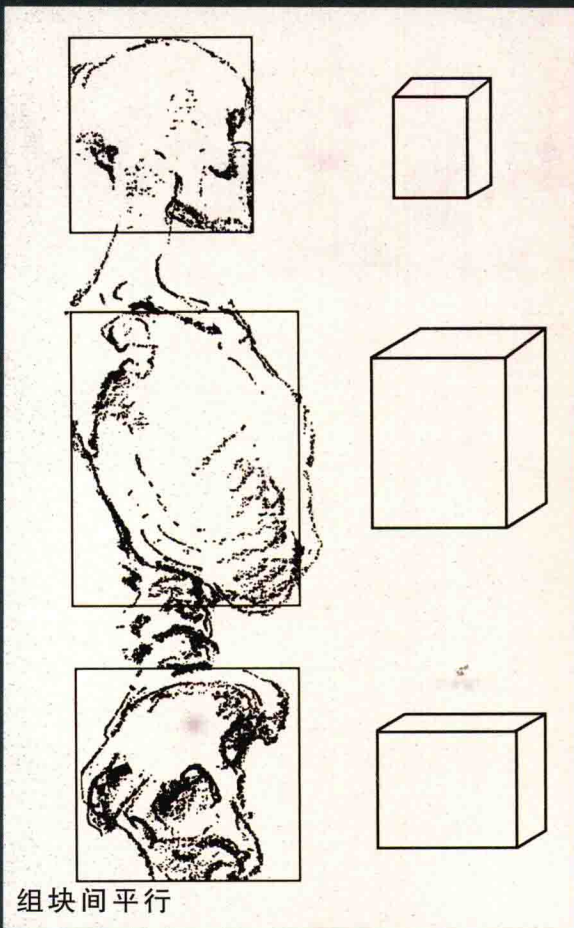
观察人体运动，主要是观察头、胸腔、盆腔三大组块的运动方向，并把握它们的运动规律。我们将这三部分结构统称为“三体积”。

### ◆ 主要活动的组块

人体活动的组块主要有头部、胸廓、盆腔三个部分，它们通过脊柱相连，可以概括为三个大小不等的立方体。当这三个立方体相互为平行关系时，人体是僵直的，当它们发生倾斜、扭转等关系时，人体会产生不同的动态。

想要画出生动的动态，就一定要在作画时带有明确的组块运动意识。当它们倾斜时，肩部、髋部的连线必定是一高一低的，扭转时，必定会产生朝向上的变化。

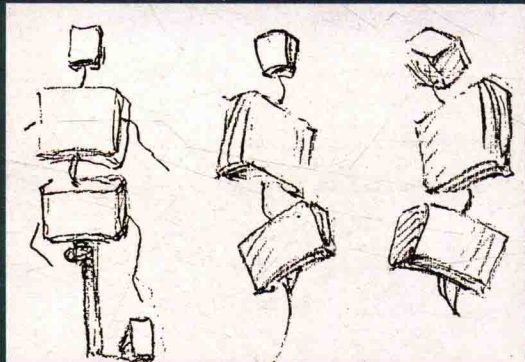
建议大家在初学时，就主动培养独立观察这三个组块的意识，并适当主观地调整、强化它们之间的各种关系。



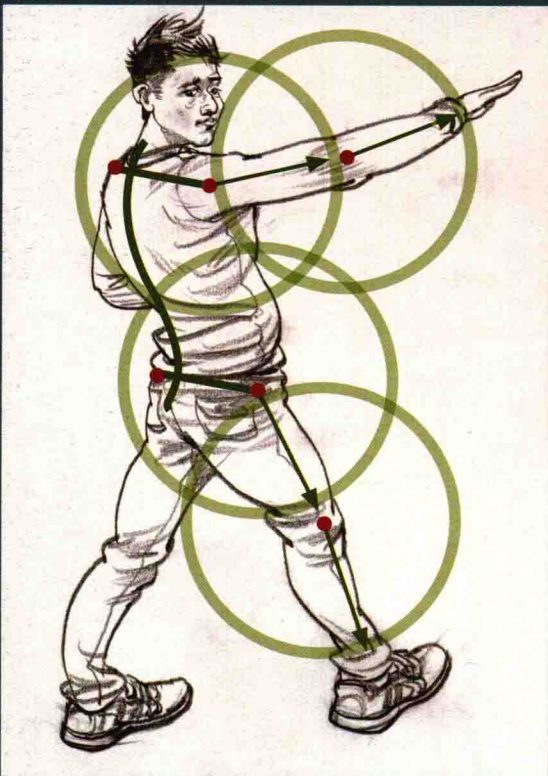
组块间平行



组块间产生夹角



### ◆ 次要活动的组块



四肢是人体中次要活动的组块。人体的运动规律，一般情况下是以大体块和主要关节带动次要的关节，以躯干带动四肢运动。

头部的运动以脊柱为中心，能左右倾斜、转动及上下倾斜。

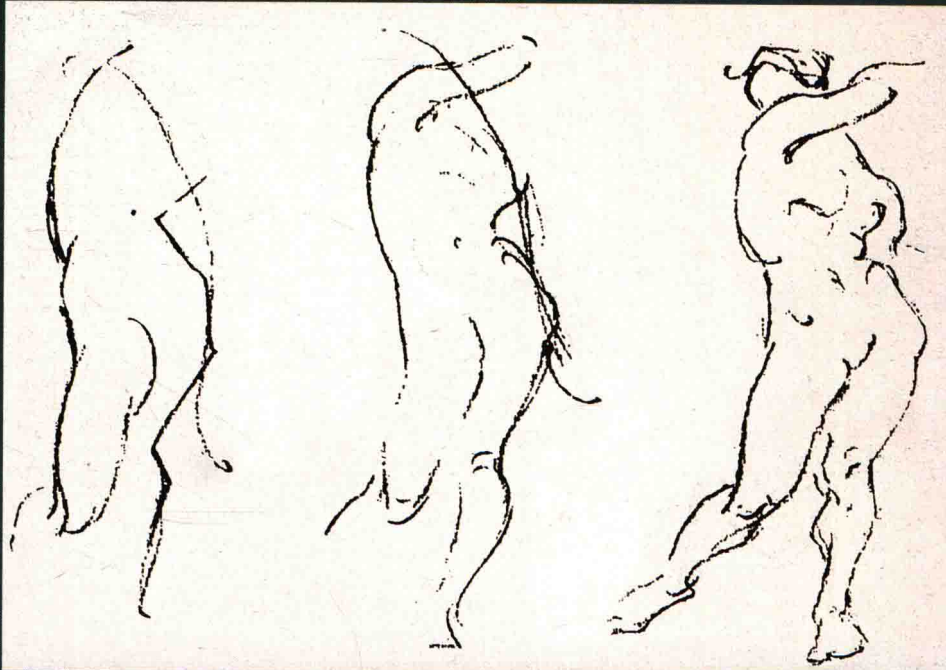
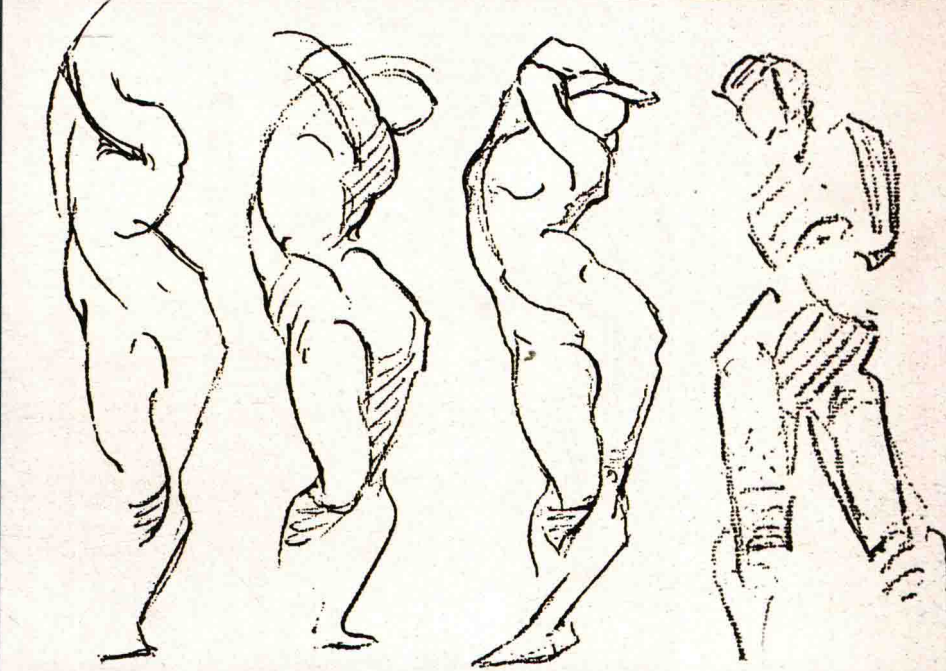
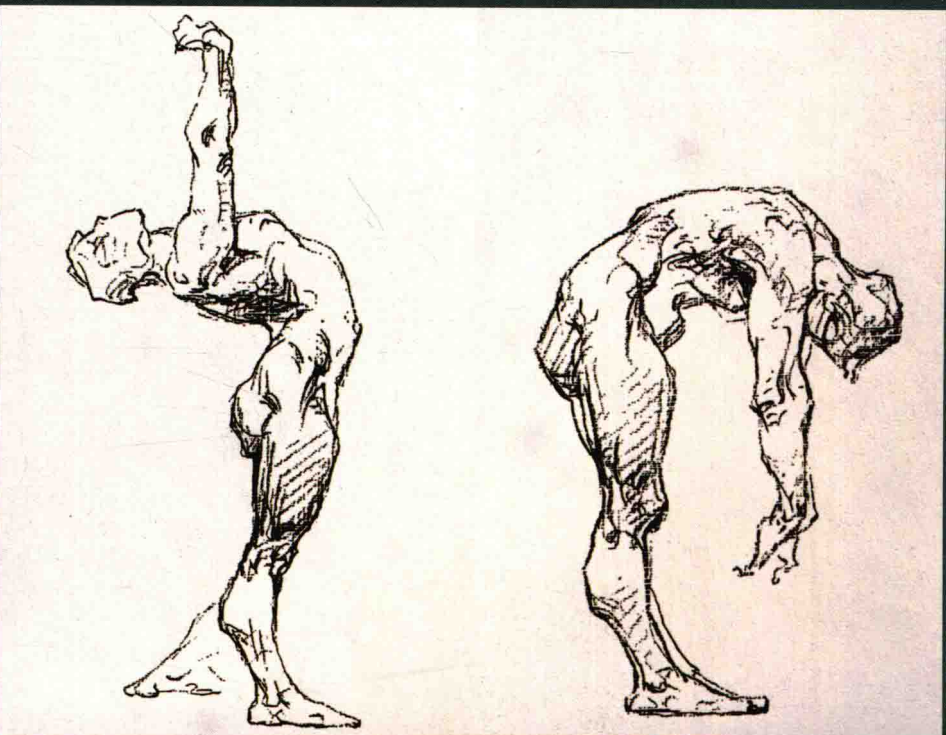
躯干的运动主要是脊柱的活动引起的，颈椎能使头部运动，腰椎可以使躯干弯曲，在运动时有很大程度的扭动性，可前屈后伸、侧屈等。

上肢运动主要建立在肩关节、肘关节和腕关节等部位。肩关节是窝状关节，活动范围很大，后伸受限制；肘关节是铰链关节，活动范围小，后伸至直。

下肢的运动主要受髋关节、膝关节和踝关节的制约。髋关节也属于窝状关节，能作多种运动，后伸、外展等动作稍受限制；膝关节属铰链关节，活动主要是伸屈；踝关节屈伸活动大于左右转向活动，并且脚的活动主要在踝关节和足趾部位。

这些主要活动与次要活动的组块可被归纳为“一竖、二横、三体积、四肢”。“一竖”便是连接三体积的脊柱，二横为肩部连线与髋部连线。



| 运动形式             | 运动规律                                                                                                                                   | 图例解析                                                                                 |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>◆ 横向倾斜的韵律</p> | <p>当组块发生横向的倾斜关系时，总是动势弱的一侧与动势强的一侧相对应。动势较强一侧胸廓组块与盆腔组块被紧紧地收拢在一起，肌肉紧绷。当人体着衣时，这一侧的轮廓线会产生非常大的起伏，显得棱角分明、刚劲有力。另一侧动势较弱，肌肉松弛。这一侧的轮廓便显得柔和且平缓。</p> |    |
| <p>◆ 纵向扭转的韵律</p> | <p>当组块发生扭转关系时，其韵律体现在胸廓组块与盆腔组块的旋转方向始终是相反的。当两者旋转时，在朝向上也会发生变化。体现在画面中，这种扭转的韵律通常表现为，盆腔带动下肢面朝一个方向，胸廓带动躯干面向另一个方向。在这种动势下，人体的“S”造型能得到很好的展现。</p> |   |
| <p>◆ 前后运动的韵律</p> | <p>当组块发生前后运动时，人体会产生向前弯腰或向后弯腰的动作。从侧面来看，它的运动韵律与横向倾斜时是相似的。当人向后弯腰时，腹部向前顶起，为轮廓较为舒展的一侧，后腰一侧向内收，形成受到挤压的一侧。当人向前弯腰时，腹部成为受挤压的一侧，背部曲线舒展而平缓。</p>   |  |



# 快写训练不是阶段训练，它应该贯穿到整个学习过程中去

## 做任何训练前都要弄清楚 提升的是哪一方面的能力

下方这张快写表现得非常漂亮，整幅画面给人一种轻松灵动的感觉，虽然只有寥寥数笔，但可以看出作者对画面整体控制的能力非常强。对于画面中的几根长线条，作者都画得果敢有力，说明他对人物形体造型的把握是非常有信心的。

快写训练能很好地提升眼睛和手配合的能力，让我们养成整体观察，时刻保持画面完整性的习惯。基于快写具有高度的概括能力，画面关系清晰明了，有利于理清画面思路。在整体作画的原则下，很容易达到快写到慢写的转换。

## ◆ 提升快速抓取动态的能力

写生时，有时模特并不能长时间保持一种姿势，这就要求必须先快写手法来表现——先将大的动态、人物大的剪影形状画出来，再在此基础上保持整体作画，最终表现出带有头、手、足、辅助衣褶、装饰效果等细节内容。

## ◆ 保持清晰的作画思路

作画思路是什么？是我们在作画过程中进行的思考，这种思考能在快写时得到充分体现。比如说，画对象时，哪些位置是可以拉长线的，这条长线的弧度变化又是怎样的，它是否精准地暗示出了内部形体的肌肉起伏。同时，哪些衣褶是必须保留的能暗示内部形体的主要衣褶，它们的方向、弧度、长短是如何确定的。最后，是线的基本变化，粗细、软硬、虚实等效果都需要在快写中得到体现。并且，我们要学会对这些重要的内容做出强化体现。



## 即使是两至十分钟的快写 训练，也要找对训练方法

快写训练时，绘画时间一般控制在两至十分钟以内。不要小看这短短的几分钟，我们要求快写在这几分钟里出的效果是能经得起推敲的。首先，不要被表面的衣褶迷惑，而是要去关注人物本身的动态，并且学会“游走”着看形体在动态影响下呈现出的动势强弱对比、扭动效果等本质性的东西。其次，是在作画思路清晰的情况下，要敢于拉长线，“下手”要果敢，将看到的轮廓边线大胆地概括出来，再辅以几根主要的内部褶皱线来暗示内部形体。

**万贤峰：**“关于快写画不快，很大程度上是因为钻细节，不敢画。起形时只需要把大的动态和比例画准确清楚即可，不要去勾勒太多细节，以免破坏整体。”