



美术学院线

石玉麟 编著

高考

状元

②

出自这里

石玉麟

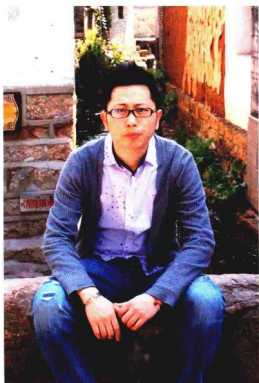
速写

中级阶段提高



培养一个状元应该不难
难的是连年培养出状元
在这里找寻速写的秘笈
感悟那状元习作的魅力
理解临摹书中经典作品
下一个状元也许就是您





作者简介

石玉麟,在中央美术学院、清华大学美术学院的学习中形成了速写独特的表现形式。作为北京010美术培训中心协议班班主任、速写金牌主教,他在多年的教学实践中积累了宝贵、实用的经验。

2006年至今他为全国各大院校培养出了大量高考速写状元,他们分别在2007年、2008年、2011年、2012年摘取清华美院单科状元;2011年、2012年他又培养出了中央美术学院速写单科状元。2011年他的学生分别摘取中国人民大学、天津美术学院、首都师范大学、北京印刷学院、天津理工大学的速写单科状元;2012年他的学生还摘取中国地质大学、北京林业大学的速写单科状元。

图书在版编目(CIP)数据

石玉麟速写中级阶段提高 / 石玉麟编著. — 长沙: 湖南美术出版社, 2012.9
(高考状元出这里)
ISBN 978-7-5356-5684-1

I. ①石… II. ①石… 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(2012)第220459号

石玉麟速写中级阶段提高(高考状元出这里)

出版人: 李小山
编 著: 石玉麟
责任编辑: 赵燕军
装帧设计: 洋洋
出版发行: 湖南美术出版社(长沙市东二环一段622号)
经 销: 湖南省新华书店
版: 重庆市金雅迪彩色印刷有限公司
刷: 重庆市金雅迪彩色印刷有限公司
开 本: 889mm×1194mm 1/8
印 张: 6
字 数: 30千
版 次: 2012年9月第1版
印 次: 2012年9月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5356-5684-1
定 价: 32.00元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-84787105 邮 编: 410016

网 址: <http://www.arts-press.com/>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 023-67703677

Contents 目录

高考状元出自这里

石玉麟速写中级阶段提高

第一篇 速写学习技巧	2
第二篇 复习与巩固	4
第三篇 速写的步骤演绎	10
第四篇 速写的要素	14
第五篇 速写的提升训练	18
第六篇 速写答疑	23
第七篇 状元速写专题栏	27
第八篇 欣赏与临摹	33

教学目标：正确把握速写学习的循序渐进方法，通过对本章单人速写与场景速写的认识，彻底解决“形”的问题。

课时安排：4课时

教学内容：老师要强调学习速写也是一个积累的过程，要求学生临摹这两幅作品，对学生最集中反映出的突出问题加以剖析，找出解决的办法。然后在课堂上安排学生做模特进行写生练习，并巡回指导。

教学总结：通过对常识的了解，拓宽学生的知识面。同时要求学生严格按速写的绘画规律，一步一步地推进，切忌好高骛远，否则练就不了扎实的基本功，更不用说好的艺术表现形式了。

速写学习漫谈

练习全身人物速写有怎样的意义？

石老师：以人物作为描绘对象的速写练习，是初学者或有一定基础的同学重点进行练习的课程。人物形象包含了诸多方面的造型因素，如比例、结构、动态、神情、形体块组合等。通过对人物诸多造型因素关系的把握，逐渐培养起整体观察、整体描绘的良好习惯和能力。这对于描绘其他物象能起到触类旁通的作用。画人物速写要多进行人物的形体结构、艺用解剖图谱的临摹，并对透视知识做必要的了解。

我们学习速写的主要目的有哪些？

石老师：我们前面说到“速写”是素描的一种表现形式，是画家对现实世界和社会生活的真诚感受和形象的记录，也是画家直觉印象的艺术表达方式，是画家毕生的“作业”。从这短短的几句话中我们不难看出，速写对于美术工作者是何等重要，因此我们必须树立对速写的正确认识。有些学生总是习惯于将速写与素描割裂开来对待，这是错误的。素描与速写只是当代中国美术给它们的定义，而在英文中它们都是“sketch”。所以我们对待速写应当像对待素描一样认真，学好这门课程对于提高我们艺术行为的主动性、视写方式的整体性、直觉感受的敏锐性、表现方式的创造性，以及认识方式的构成性都是很有帮助的，而这一点又是成为一名合格的美术工作者所必备的最基本要求，任何学画者都不能回避这个问题，这也是我们乃至任何一个美术教育单位开设这门课程的根本原因。

速写练习阶段我们需要从哪些方面入手？

石老师：学生在进入人物速写练习阶段时，要么有畏难情绪，不知道怎样下笔，担心画不好；要么不得其法，花了很久仍无清晰的思路，对错全靠“蒙”；要么舍本逐末，沉迷于无谓的细节，表现手法拘谨，画面人物形象呆板等等。针对此类现象，我结合平时的教学经验，总结出在练习人物速写中的“三把钥匙”，以助初涉速写的同学们尽快入其门、得其法。

① 观察整体，可从观察剪影入手

整体是观察的关键和基础，它决定着后面的描绘过程与最终的效果。经常有学生茫然：“怎样才能看见整体？”极致简约，就是你所要看的整体。我们要用一种“过滤”意识支撑着观察整体的辅助方法才能慢慢做到。比如眯着眼睛看剪影，就很有效。经过一段时间的行为养成后，它就会固化成一种新的观察意识和习惯。同学们可以多看一看一些罗丹的速写作品，临摹一下，一定会受益匪浅。

② 落幅宜以长线虚勾

初画人物速写，落幅宜以长线虚勾，确定无误后，再用肯定的笔触定稿。长线一方面可以帮助校正整体观察的方法，另一方面可以更快更到位地定格人物的大特征、大动态。定长线的方法就是要善于找到最概括、最关键的骨点和转折点，把这些点连接起来的轨迹，就形成了几条最关键的长线。

虚勾长线，并不是说没有把握，不能勾勾、乱勾，要在到位之后才可以虚勾，便于把握整体，使人物形象更严谨。虚勾的长线一般不用刻意擦掉，与定稿的实线结合，会让画面显得更加丰富、更耐看，也更有韵味。有的学生爱干净，见不得画面上有一点多余的线条和色块，一边画，一边不停地用橡皮涂擦，这样一来反而不利于专注于重点效果的刻画和表现，失大于得。

③ 人物动态“宁过之而勿不及”

动态不到位，几乎是所有同学画面的问题，且短期内不容易解决，需要进行“持久战”。除了晓之以理，更有效的手段是不断向学生强调人物动态一定要“宁过之而勿不及”。动态不到位肯定不对，但有时候，“宁过之而勿不及”是可以增强画面表现力的。过一点，可以激活学生的表现欲望；过一点，可以增强人物感染力；过一点，可以丰富学生的情感；过一点，可以滋养学生的艺术素养……通过这样的意识，可以帮助学生观察，引领表现。此外还要指导学生多看一些速写佳作，用实例来展示人物动态的重要性及其艺术感染力，并由此提供一些可以借鉴的速写手法，推动学生更快更好地掌握人物动态速写。



速写的训练方法

速写有哪几种教学形式?

石老师:“速写”被列为教学的一门基础课,意味着它有一个教学和训练的过程,这一过程有其自身的目标和要求,我们称其为基础速写。基础速写在造型基础教学的总体框架中有其独特的教育作用和教学功能,涉及学生多方面的素质,其教学形式有:

1 人物速写,也是最基本的课程,用来训练学生基本的造型能力,建立学生对速写的最初认识。

2 静物速写,它与人物速写或素描静物同步进行,主要是训练学生对生活中出现的一些物品造型的把握以及以后画环境人物素描时对背景的处理。

3 风景速写,要求学生在户外完成,通常是伴随风景素描或色彩风景完成,对长期风景作业起辅助作用。

4 场景速写,这种速写通常较为自由,不受任何时间、地点、人物的限制,通常是环境与人物相结合,它的主要目的在于提高学生面对大的多人的场景秩序的把握,为将来的创作打好基础。

5 动态速写,用来训练学生对瞬间动态的把握与表现能力,从而拓宽学生收集素材的范围。

速写的局部我们应该怎样来刻画?

石老师:在基本形确定的基础上,从局部开始塑造形体,一般从头部画起,用准确肯定的笔触开始描绘对象的五官形象,从上到下,将对象的手及身体轮廓、衣纹等作进一步刻画。这里应注意手、脚的透视方向,头发部分不要画得太早。对衣纹部分的处理应注意几种对比变化,即浓淡、虚实、粗细、曲直、长短、疏密对比。在对头、肩、手、脚进行刻画时应注意其内部结构关系。

在作画时应把握怎样的原则?

石老师:整体——局部——整体,在作画时应始终把这一原则。肯定局部之后,继续回到整体,该加强的加强,该削弱的削弱,重点刻画之处一定要刻画得细致入微。头发应画出其蓬松之感,手的刻画要注意关节处的刻画。对一些小的饰物的刻画,不易太重、太多,应根据需要将部分衣服的饰物省略掉以免造成画面琐碎之感,衣服的缝制线不宜画得太重。总之,在作画时应时时把握整体,从整体出发,不断调整、修改直至最后完成。

速写的训练方法有哪些?

石老师:速写的训练方法有以下几种:

①人物速写是必不可少的,而且不能停手,在有组织的集体训练的同时还要给学生讲授基本的解剖、比例和结构的知识,定期进行人体慢写,提高学生的对人体结构的认识。

②静物速写的训练。可以在画素描静物或色彩静物之前进行一些简单的勾勒,也可以自由地选择一些其他的物体,可以是人为组合的,也可以是自然选择的,一般来说,为了提高学生的兴趣,还是建议学生自由选择,这类作业通常在课下完成的效果较好。

③风景速写,这种速写比较容易引起学生的兴趣,学生可以在外出游玩,或闲暇无事时随手完成。选择范围最广,实验性也很强,对于学生对整体空间的把握能力的提高很有帮助,同时还还可以锻炼学生对美的敏感度。

④场景速写可在室内也可在室外,通常选择人口比较密集的地方进行,如教室、火车站候车室、商场等。开始不宜贪图数量,要讲究质量,做到张张有收获。掌握好这种速写对于将来的创作帮助很大。

⑤动态速写难度较大,要求学生必须先具备一定的造型能力,其特点是把握人或动物的瞬间动态,用最快、最简捷、最有表现力的线条勾勒出一张完整的速写。在开始训练时不提速度太快,要力求画准,随着对动态和线条运用的熟练程度的增强再逐渐加速。此项训练对于锻炼画家对人或物的瞬间记忆力非常有帮助,使学生能够收集到更多有益的素材。



A. 注意根特衣纹线条的叠加与体积的生成,外轮廓最实、最鼓的点往往就是骨点,此外注意胸腔与腹部的连接关系,画时可以把其当梯形来处理,同时一定要看体积的变化。

B. 图中模特穿的打底裤用炭笔表现,画法是线面结合。炭笔的特点是对比强烈,使人物形象生动、画面层次分明。

教学目标: 通过对《石玉麟速写初级阶段练习》的学习,本章继续巩固对人物速写局部的刻画练习,要求细节的表现与搭配更上一个台阶。

课时安排: 12课时

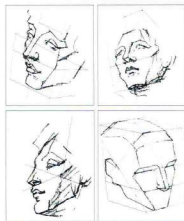
教学内容: 在以往的优秀习作与典型的忽视细节刻画的习作中选出几张,老师对其异议进行点评,根除学生忽视细节的缺点。可以在课堂上选一两名优秀学生对作品做评价,并予以褒奖。同时给布置写生练习,重点强调五官等的刻画。

教学总结: 细节决定成败,虽然有好的细节,不一定是很好的作品,但没有好的细节,肯定不是好的作品。

头部的刻画

头部的体积感怎样刻画?

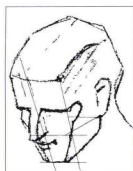
石老师: 人物头部在正面和正侧面俯视是一个平行透视的立方体,仰视时均为一个平行仰视的立方体,头颅和头发看见



少,可见下颌底,耳部下降;俯视是一个平行俯视透视的立方体,脑颅和头发看见多,看不见下颌底,耳部位置上升。这三种头部透视的共同特点为:面部两侧不对称、发际、眉、眼、鼻底、口缝横线向远方集中消失于视平线上的余点的位置。



脸部的表现需要结合头发的处理,头发由于发型的千变万化,不同程度地



对脸部的表现产生影响。一般情况下,头发要围绕头颅的结构进行刻画,头发线条比较密集,要注意上下前后的穿插。而面部五官可以适当概括,用肯定的细线造型,尽量抓住神态,笔触不可太多,否则显得很乱或显得老相。

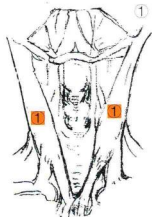


头颈肩的刻画

颈部的形体结构如何理解?

石老师：颈部是圆柱形状，同脊椎柱曲线一致，当头部向后仰时，颈部的曲线向前轻微弯曲。从前面看，颈部固定在胸部上，上方被下颌骨遮盖一部分。从背面看，稍微平些，头部的背面立于颈部之上。颈部两侧有双肩支撑，耳后面有一块肌肉向内并且向下到颈部根处。两块肌肉在锁骨凹陷处连接，实际上，在颈部前面形成一个倒三角。这两块肌肉就是两个侧边，倒三角底边是下颌的底部。这两块肌肉就像女帽两侧的系着的绳线。这个三角形有三个明显的形状。一个形状像盒子的软骨叫做喉，它下方的环形软骨叫轮状软骨，下方是甲状腺。男性的喉咙相对大，女性

① 胸锁乳突肌

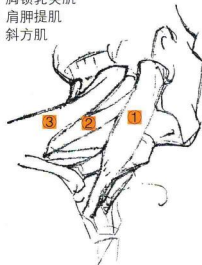


的甲状腺相对明显。这几个形状加起来就是我们所说的喉结。颈部可做以下几种动作：上下活动、左右活动以及扭转动作。颈部位于双肩之上，双肩有坡度，颈部在中间，颈部两侧有斜方肌支撑。因此颈部的力量来自颈的背部。



颈部作为头像整体中的一部分，它支撑了整个头部。颈椎骨是脊椎骨中运动范围最大的部分，不仅可以前后左右弯曲，同时还可以在一定程度内旋转。在颈部这个圆柱体上左右两个胸锁乳突肌成三角形夹角，交于锁骨窝，它是颈部正面和侧面的转折线。注意画出胸锁乳突肌和喉结处凸起的结构。在刻画颈部细节的同时，要时刻兼顾到头部的表现，不要把明暗对比画得比面部的对比还强烈。抓住头部肌肉的脉

- ① 胸锁乳突肌
- ② 肩胛提肌
- ③ 斜方肌



络走向，头部肌肉就是附着在骨骼上的一层，真人面部较“软”，所以一定要理解头部的解剖结构。

躯干的塑造

躯干的解法对人物速写有何作用?

石老师: 躯干是由胸部、腹部还有它们之间的腹上部组成。胸部和腹部相比较来说是固定不动的, 中间的腹上部是活动的。画一条线表示锁骨, 确定胸的顶部。然后, 穿过胸肌和腹上部的凹陷部分与锁骨平行画一条线, 形成胸部组块的底部。

盆骨是人体机械动作的轴心部分, 是躯干和腿部的支点, 在人体中占很大的比例。盆骨组块轻微向前, 同躯干相比方一些。两侧的隆起叫做髂骨突出部分, 它是侧面肌肉的支点, 所以向两边突出, 前面比后面宽一些。

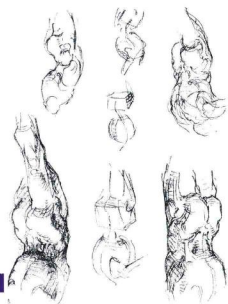
弓形线条下方是腹部, 它是最为活动的部分。画一条线, 大约穿过髂骨顶部靠前的点, 这条线勾勒出腹部的下方。腹部的轮廓显示出胸椎向下分开的线条。胸部和肩部楔形向下分开的线条, 以及支撑侧面肌肉的块面。当身体弯曲扭转时, 这部分的中心线总是朝向外凸出的那一侧弯曲, 也总是与腹直肌边缘平行。

做身体扭曲的动作时, 原来正面直的楔子断开了, 变成两个楔子, 而不是一个弯曲的楔子。其中一个原来是楔子的上半部分, 这部分与上半部分相交。腹部组块变化最小, 其中夹有一道浅槽, 渐渐消失在腹部下方。楔形延长至趾骨处。



躯干上半部分中, 胸部组块的边缘线由锁骨的线条构成。

直立
躯干
正面
在轮廓上构成一条长曲线, 这条曲线被胸肌边缘的凹陷处、肚脐的凹陷处分割成三条基本等长的短曲线。背部的曲线体现在腰部所形成的一条大幅度弯曲的曲线, 它与肚脐相对, 并与胸部处的背部长曲线连接起来, 还体现在较短的臀部曲线。胸部曲线被几乎与之垂直的肩胛及其下面的薄而隆突的部位分割。躯体在轮廓上形成三个组块: 胸部、腰部、臀部和腹部。相比之下, 第一组块和第三组块不大活动。

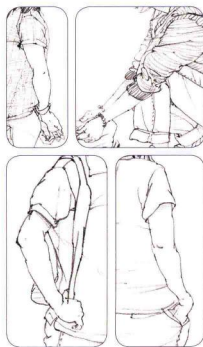


上肢的塑造

胳膊的形体结构是怎样的？

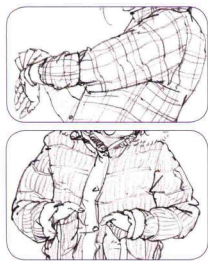


石老师：胳膊的底部在肩托里。它的一根称为肱骨的骨骼是圆柱形的，稍微弯曲，球形头部位于肩胛骨的杯形腔内。它的球窝关节点上覆盖一个润滑胶囊并通过带有膜和系带的牢固支架固定在一起。这些骨架在不同的角度支撑胳膊的下部截止到肘部较关节，其内部和外部有两块隆突骨节，叫内骨节和外骨节。两个骨节都突出在表面。内骨节作为测量点，它比外骨节突出。



胳膊的机理是怎样的？

石老师：人体不仅通过肌肉的力量弯曲肢体，而且把肌肉当做制动器使用，使得运动减速。例如，二头肌和肱肌位于上臂的前部，通过它们的收缩，可以弯曲肘部。如果力量完全终止，前臂就会掉下来。但是其对应的反抗肌肉制动器的方式，使得运动不是不可控制，而是减慢下来。肢体和身体的运动中不能没有这种减缓动作。这种减缓动作的机理存在于所有肢体上和身体上的每一运动中。



三头肌是一块有三个头的肌肉。通过收缩，它可以使前臂伸直。肱肌是通过收缩使前臂弯曲。



上臂的肱骨，由一根长的粗圆柱组成。因为它没有弹性，所以只能在关节处转动，肩部的关节提起胳膊，肘部的关节弯曲胳膊。从内侧来看，肱骨的长端包含一个覆盖着一层软骨的圆滑的球，它被称为肱骨头，它在肩胛骨的碗形凹坑里，也就是在关节盂里面滑动。肱骨的内髁更大，更突出。它是前臂屈肌以及将前臂的拇指侧拉向身体的肌肉，也是旋前圆肌的起点。

下肢的塑造

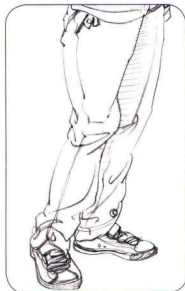
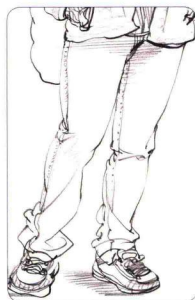
下肢的结构是怎样的?



石老师：下肢分为三部分——大腿、小腿和足。这些部分与上肢的胳膊、前臂和手相对应。大腿从骨盆延伸到膝，小腿是从膝到足。最长和最结实的骨是大骨骼。在膝部，股骨靠在小腿的主要骨骼上，并且形成了一个铰链关节。胫骨向下形成内踝关节。此外，未及膝部的骨头是小腿的第二骨骼，它向下形成外踝关节。

大腿和小腿的联系是怎样的?

石老师：从股骨头到膝部外侧有一条腱，称为髂胫束。它形成了从股骨头到膝部外侧的直线。从髌骨峰到膝盖骨，股直肌呈现稍微膨出的直线。在后者的两侧，各有一个组块，并且稍稍下垂在髌胫束外面。内部的只



在大腿的下三分之一部分膨出，在内侧悬突在膝部上。在这后面和里面，大腿沟处的缝匠肌是从上面的髌骨到下面的膝部。大腿沟是厚实的内收肌肌肉块面，它向下一直达到大腿的三分之二处。

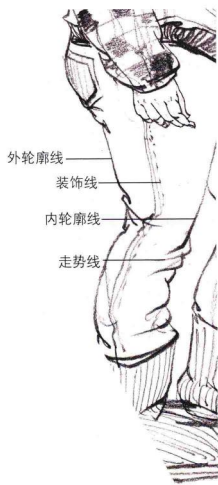
大腿沟和內收肌后面，围绕大腿后侧到髌胫束的外面是腓绳肌内块面，这一肌群的腱可以在后膝部两侧看到。它是一对肌肉，在膝后部变形的腓窝上部分开，腓窝下部一角是由腓肠肌肌肉形成的，也同样是分开的。



衣纹的塑造

刻画衣纹的细节需要注意哪些问题?

石老师：衣纹的变化是人体运动的外在体现，衣纹与人体的形体结构相互依存，互为表里。人体任何部位的衣纹都不同程度反映了内部结构的起伏变化。衣纹聚集在肩关节、肘关节、腰关节、膝关节等处。衣纹的走向就如一块布，当用一根手指或木棍支起时，顶起的点就像隆起的关节，布纹都朝着这个顶点集中，衣纹的走向也是如此。



很多人对那些烦琐的衣纹无从下手，觉得要是画多了就烦琐、琐碎，画少了又空洞。遇到这种情况，我们首先要回归到形体结构。

我说过，每一条衣纹的出现都有它的理由，原因就是画面的形体结构使它产生的，因此，我们只要找准几条最能体现形体结构的线画出来，同时注意衣服的质感就行了。此外，衣纹的组织特别注重一个分布，即多少、粗细的分布，要有聚有散，有松有紧，有粗有细，有虚有实，充分利用点线面，让它们完美地结合起来，中国画的人物白描特别能体现这点。

我们在画衣纹时，要做到一举两得，不仅要画好衣纹，也要体现内在的形体结构，你一定要在明白自己需要什么后，你的手再动笔。同时还得注意，衣纹同动态也有很大的关联。我们也要找准一些能体现动态趋势的线条进行描绘。这也是要做到一举两得，衣纹画好了，动态也生动了。



教学目标：通过四组人物速写步骤的练习，把握速写的绘画进程，了解男女人物速写的表现区别与不同姿态速写的透视规律。

课时安排：8课时

教学内容：这里展示的是局部推进方式的速写步骤练习，老师可以简单介绍一下整体推进的速写步骤练习，再做一组示范练习，然后让学生理解地去做写生步骤练习。老师总结后，可在各组中选一名优秀学生在该组做一次示范，加深学生的印象。

教学总结：好的习惯，好的结果。注意比例、动态、线条的流畅，多临摹，多进行经验总结，不要让定式影响了你的思维，也不要片面追求某一种形式而忽略了其他，这里要求按步骤作画就是让学生把握住各个关键点。

女子站姿的训练

女子站姿的刻画重点有哪些？

石老师：站姿的构图细长，构图时要注意上下的定位。站着动作在构图和把握基本动态时，要力求避免动作过于直立和僵硬呆板，多用斜线纠正每一个体块的倾斜度。

主要衣纹线与轮廓线画好以后，从整体上检查——下，有取舍地画上辅助衣纹线等线条，用线要灵活，以保持速写的生动性。最后将五官和手按结构加上点调子，使人物表现得更加丰富、充实。

站姿速写的一般步骤是怎样的？

石老师：画好站姿有以下五个步骤：

步骤一：在起稿之前，做到心中有数，从头部开始，定下基本动态，用肯定的中锋线条来进行刻画。

步骤二：确定好五官的比例位置，特别注意侧面头部的刻画，建立起体积感的意识。

步骤三：画上衣的用线要和脸部的细线有所区别，可以粗犷一点，注意线的顿挫和疏密关系。

步骤四：站姿中表现裤子的衣纹的重点是轮廓线的穿插，注意两条腿线条的疏密区别。

步骤五：图中模特两脚分开，双手拉着书包带子，重心稳定，动作特点鲜明。在用线表达形体方面，结构内在灵活松动，充满节奏感。线的组织变化丰富，疏密得当。



5



1

2

3

4

男子坐姿的训练

男子坐姿的刻画重点有哪些？

石老师：速写的表现方法多样，但不外乎用线、线面结合两种方法。用线造型是最便利、最直接的，也是最能体现造型艺术的一种方法。因此，线的表现力是画好速写的关键。

坐姿的动作是比较司空见惯的，也是美术院校经常考到的一个典型动作。注意这个动作的几个表现特点：1. 动作重心与各个体块的斜度；2. 轮廓线简洁流畅，上衣衣纹密集有规律；3. 衣纹动感强烈，表现手法要多变。

坐姿速写的一般步骤是怎样的？

石老师：画好坐姿有以下五个步骤。

步骤一：用虚线构图，从人物的头部开始入手，头发的表现是为了衬托脸部，用线要注意头部的结构以及头发的走向。

步骤二：动态比例定好后，画出人物的五官。

步骤三：衣服的褶皱较多，可以根据需要适当取舍，运用密托疏、疏托密的原理，表现出前后关系。在用线表现体块结构时，要注意线的穿插与形体转折的关系。

步骤四：裤子的用线与上衣要有所区别，质感的表现可以体现在线条的粗细与韵味上。坐着的动作，姿态丰富，衣褶密集。在造型时注意动态的变化，多用斜线纠形原理把握每个体块的斜度。同时在衣纹的处理上做到胸有成竹、取舍得当。

步骤五：完善细节部分，画出凳子，注意凳子的透视关系。



5



1



2



3



4

女子坐姿的深入训练

画人物坐姿速写时，我们可以先用虚线画出人物的肩膀、骨盆、脊椎倾斜度、四肢动势并标出人物的主要关节。然后用虚、实线相结合的方法，依据骨骼线充实人体。

接着我们可以从人物的头部、手部等主要部位着手进行处理。这时我们不要太在意像不像，关键是把人物动态以及角度表现出来。另外人物身上的衣褶是用来表现主要转折的，这里可以忽略细节，省去一些没有用、烦琐的衣褶。（画人物动态速写的时候手与脚可以略微得大一些，这样显得整个动态稳）初学者练习速写，不要追求漂亮的线条、丰富的色阶以及潇洒的效果，循序渐进、埋头苦干是最好的捷径。

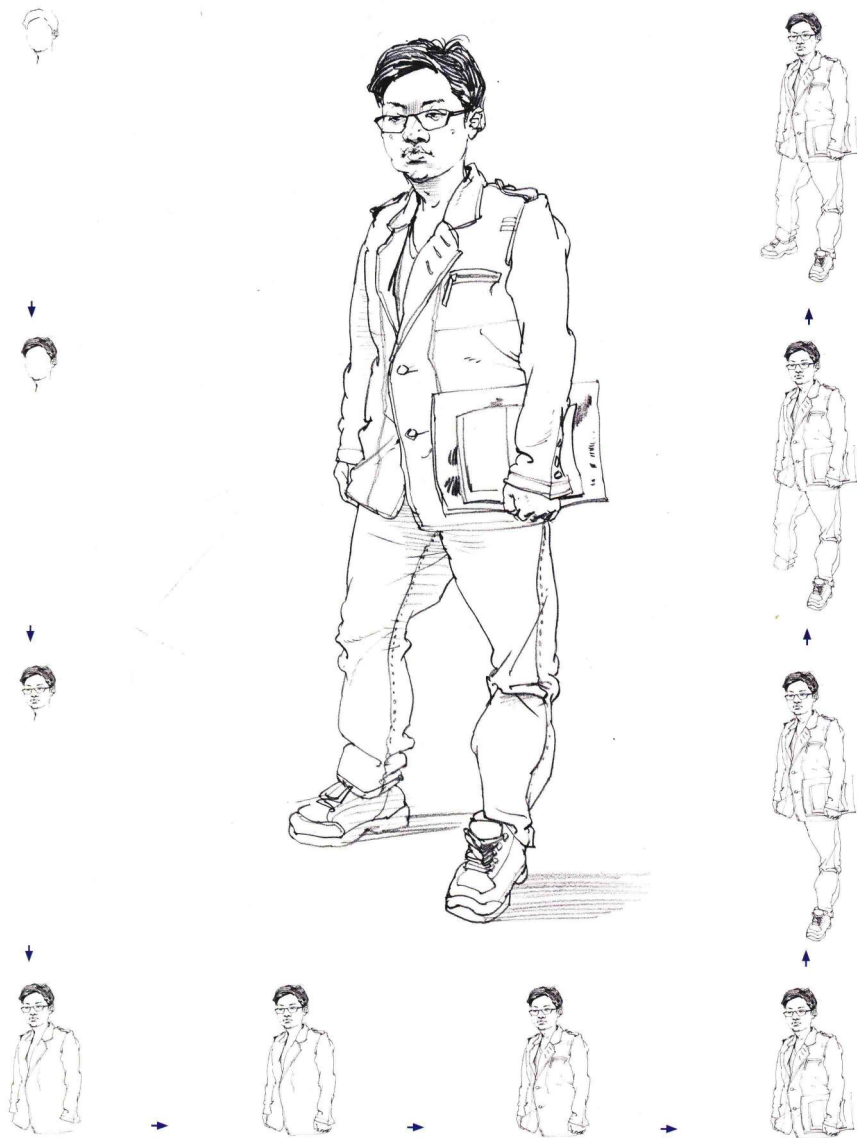


男子站姿的训练

男子站姿的深入训练

站姿的重点主要在于对模特动态的理解。头、颈、肩之间的关系和胸腹体块的变化都是我们重点注意的方面。头、手、脚、重点部位的刻画要精准。侧面角度的模特身体扭动不是很明显，微微含胸，腹部挺起。注意脖子和头部的关系，千万不要画错位。模特肘部偏向外侧，双脚直立，腿分隔较开。

3/4侧面的这个动态在训练与考试中比较常见，虽然这样的姿势曲线不明显，但也不要把他画得像一根杆。图中模特放松地站在那里，身体重心自然偏向左边。衣纹的造型必须根据衣料的自身属性与结构去分析。图中模特的衣服很宽松，因此要注意肩部、腋下、手肘部衣纹的处理，模特下身穿的牛仔裤也比较宽松，因此在画与结构的贴合处时就要非常注意内在结构。



教学目标: 促进学生同时对速写的动态线、节奏、重心、虚实理解与认识, 让学生的单人速写的水平达到一个新的水平, 让学生画出的速写有内容可看了。

课时安排: 8课时

教学内容: 分别选出四幅在动态线、节奏、重心、虚实方面做得比将完美的作品进行讲解, 让学生明白把握我住这些要素的重要性。然后安排学生写生, 对典型作品进行剖析, 再布置学生临摹书上的这几幅作品。

教学总结: 动态线是正幅作品的灵魂, 节奏包含线条的疏密布局, 重心位置的确立确保整幅画是否画得“稳当”, 虚实的把控决定了远近与穿插关系。只有恰当处理好了这些要素, 你的作品才会焕发生机。

动态线

什么是动态线?

石老师: 动态线是人体中表现动作特征的主线。动态线一般表现在人体动作中大的体积变化关系上。面对人物侧面时, 动态线往往体现在外轮廓的一侧; 在面人物正正面时, 动态线会突出于脊椎和四肢的变化。抓住动态线对于画好动态速写是至关重要的。

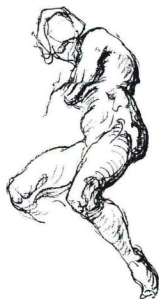
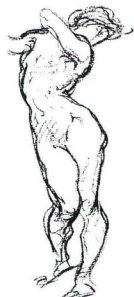
如何画好动态线呢?

石老师: ①动态线是由人体的动作变化产生的, 它是外形上最明显、衣服与身体贴得较紧的部位。

②画动态线时, 要抓住大的部位, 抓关键的势动并注意动态的重心。

③动态线是非常简练的线条, 要根据动作的复杂程度决定动态线的多少。在每个动作中, 主要的动态线仅有一条, 其他的是动态辅助线。

④抓住人体的各个关键部位的结构关系, 如头与肩、手臂与躯干、骨盆与腿、大腿与小腿以及小腿与脚的结合处。



重心

什么是重心?

石老师: 重心是人体重量的中心, 是支撑人体的关键; 支撑面是支撑人体重量的面积, 指两脚之间的距离。重心的位置在人体髌骨与脐孔之间, 由脐孔往下引一条垂直线, 称为重心线; 重心线的落点在支撑面之内, 人体则可依靠自身的支撑; 如果在支撑面以外, 则不能依靠自身支撑。

怎样把握重心?

石老师: 对于站立并静止的人体, 重心的位置在肚脐以下, 位于两肩连线水平线的中间位置。当人体运动时, 我们通常可以根据对人体姿势起稳定作用的受力点来确定人体的重心位置。所以要想找准重心, 首先要根据对象的动态线找准动态支撑点的位置, 才能确保对象动态的协调性。

