

于鸣辉 著

人物速写

入门与提高

RENWU SUXIE RUMEN YU TIGAO



中国纺织出版社

人物速写

入门与提高

目 录

于鸣辉 著

一、速写的工具、材料	02
1. 铅笔	02
2. 炭笔	02
3. 钢笔	02
4. 纸张和速写本	02
二、速写的训练方法	03
1. 写生	03
2. 临摹	03
三、速写的表现语言	04
1. 以线为主的表现形式	04
2. 以明暗为主的表现形式	04
3. 线面结合的表现形式	04
四、人体的骨骼、肌肉	05
1. 骨骼	05
2. 肌肉	05
五、人体比例	06
六、人体动态	07
七、头部的表现	08
1. 头部骨骼与肌肉	08
2. 头部比例	08
八、五官的表现	11
九、手部的表现	12
十、脚部的表现	14
十一、衣纹的表现	15
十二、《站姿男青年》作画步骤	16
十三、《坐姿女青年》作画步骤	18
十四、《系围巾的男青年》作画步骤	20
十五、《打台球的男青年》作画步骤	22
十六、《双人组合速写》作画步骤	24
十七、《画室一角》作画步骤	26
十八、作品欣赏	28

中国纺织出版社



2013.6.10
于鸣辉于学艺源

图书在版编目 (CIP) 数据

人物速写入门与提高 / 于鸣辉著. —北京: 中国纺织出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5180-3063-7

I. ①人… II. ①于… III. ①人物画—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 (2016) 第259705号

策划编辑: 胡 姣
版式设计: 胡 姣

责任印制: 王艳丽

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124

销售电话: 010-67004422 传真: 010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://weibo.com/2119887771>

北京圣彩虹制版印刷技术有限公司印刷 各地新华书店经销

2017年1月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/16 印张: 4

字数: 70千字 定价: 26.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

人物速写

入门与提高

于鸣辉 著

目 录

一、速写的工具、材料	02
1. 铅笔	02
2. 炭笔	02
3. 钢笔	02
4. 纸张和速写本	02
二、速写的训练方法	03
1. 写生	03
2. 临摹	03
三、速写的表现语言	04
1. 以线为主的表现形式	04
2. 以明暗为主的表现形式	04
3. 线面结合的表现形式	04
四、人体的骨骼、肌肉	05
1. 骨骼	05
2. 肌肉	05
五、人体比例	06
六、人体动态	07
七、头部的表现	08
1. 头部骨骼与肌肉	08
2. 头部比例	08
八、五官的表现	11
九、手部的表现	12
十、脚部的表现	14
十一、衣纹的表现	15
十二、《站姿男青年》作画步骤	16
十三、《坐姿女青年》作画步骤	18
十四、《系围巾的男青年》作画步骤	20
十五、《打台球的男青年》作画步骤	22
十六、《双人组合速写》作画步骤	24
十七、《画室一角》作画步骤	26
十八、作品欣赏	28

中国纺织出版社

一、速写的工具、材料

速写的工具多种多样，很多绘画工具都可以用来画速写，最常用的速写工具主要有铅笔、炭笔、钢笔等。

1. 铅笔

铅笔是使用最普通和最简单的作画工具，其特点是运笔流畅，易于修改，且携带方便。尤其适合刚开始学习速写的初学者使用。绘画用的铅笔用字母“H”和“B”来表现笔芯的软硬和深浅程度，如2H、3H、3B、4B等。H是英文Hard的缩写，指硬度。B是Black的缩写指色调的深度。H型号的铅笔字母前的数字越大，笔芯越硬，色调越浅。B型号铅笔字母前的数字越大，笔芯越软，色调越深。画人物速写一般选择2B~5B的铅笔较合适，作画时通过运笔的轻重和笔尖与纸面

接触角度的变化，可表现出不同深浅、粗细的线条和微妙的调子层次。铅笔的缺点是色调不能画得很深，即使是用6B型号的铅笔也不能画出颜色不像炭笔那样深的线条。因此，用铅笔所画的速写画面对比效果要相对弱一些。

2. 炭笔

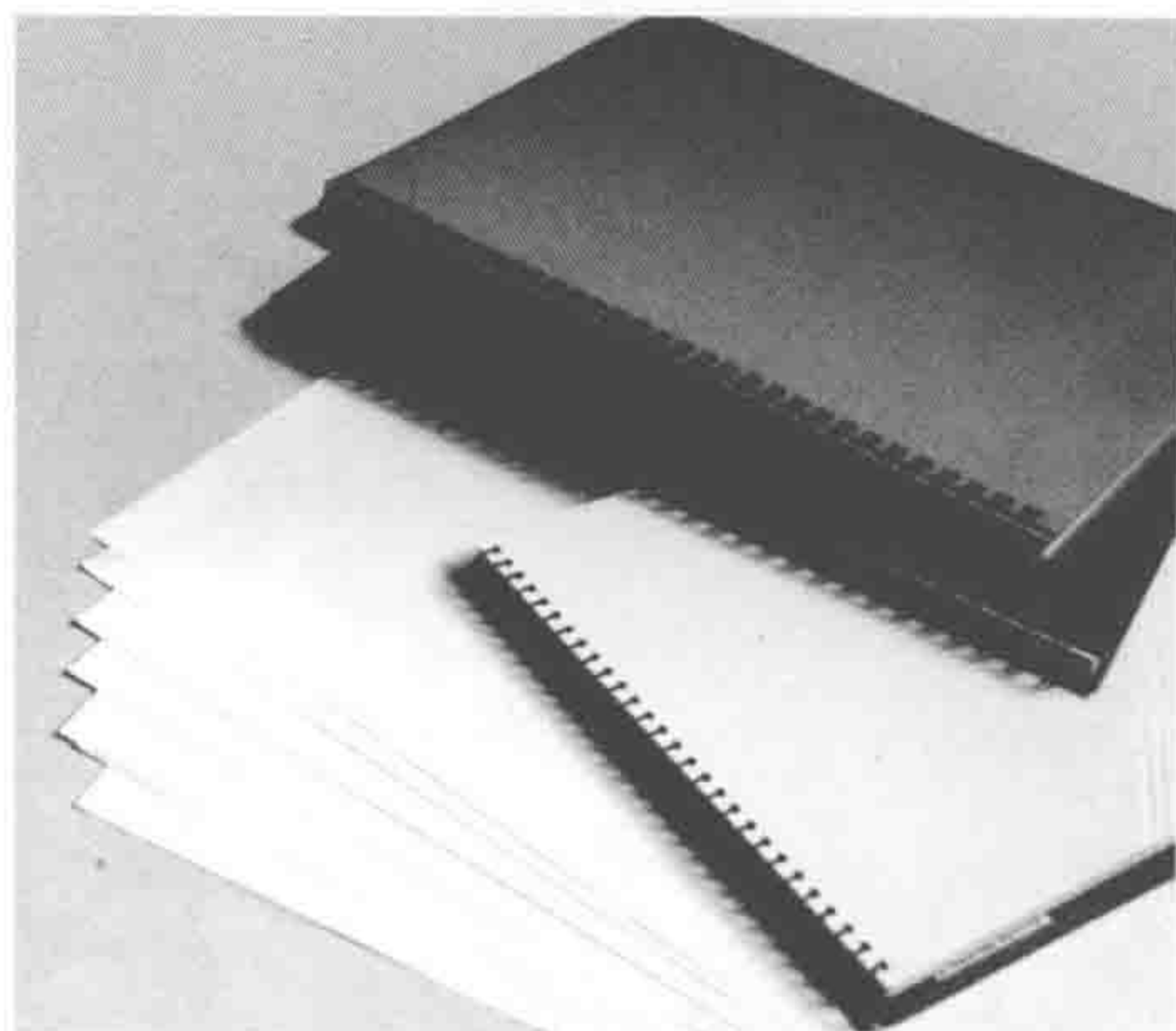
炭笔的笔芯是用炭粉加工制成的，其质地松脆，颜色比铅笔深得多，画在纸面上的线条黑白反差强烈，犹如墨色勾出的一般，且没有反光，能画出丰富的层次变化。

3. 钢笔

钢笔也是使用较广的速写工具。与铅笔和炭笔相比，钢笔画出的线条较纤细，基本没有粗细、浓淡变化，画明暗调子时要靠组织疏密不同的线来表现。用钢笔画出的线条也不能修改，



铅笔、炭笔和钢笔



速写纸和速写本



铅笔速写

初学者较难掌握。但用钢笔画速写可锻炼肯定、果断的下笔能力，对提高速写水平很有帮助。

初学者应先选择一种适合自己的工具，待有了一定的速写经验时可尝试各种不同的工具。

4. 纸张和速写本

一般来说，画速写对纸张没有特别严格的要求，表面不是特别光滑、易于着色的纸张都可以用来画速写。具体选择什么样的纸张，要根据所使用的工具来决定。如使用炭笔作画时，最好使用表面略粗糙，有明显纹理，且有一定厚度的素描纸、牛皮纸等。使用美工钢笔作画时，以选择质地细密、表面光滑的纸张为宜，如打印纸、绘图纸等。



炭笔速写



钢笔速写

二、速写的训练方法

1. 写生

大量的写生实践会使作画者的作品产生从量变到质变的效果。初学者可采取慢写和快写结合的训练方法。所谓慢写即在相对稳定的一段时间内慢慢地表现对象，作画时间相对充裕。慢写要求作画者在保证大关系准确的前提下，深入刻画细节，但要有所取舍，不要被对象牵着鼻子走，不要机械地抄袭对象。而快写则是指5~10分钟的速写，要求作画者用简练、肯定的笔触迅速地画出人物的动态和大的结构关系，要抓住重要的结构点和典型特征。

写生时应注意对观察能力、概括能力和表现能力的培养。

(1) 观察能力的训练

敏锐的观察能力是画好速写的前提。观察时要从大处着眼，要抓住人物大的形态特征、大的比例关系和大的动势，要整体地观察，只有这样才能快速地捕捉到对象的形象特点。写生时可采用剪影式的观察方法，将对象归纳为大的几何形。

(2) 概括能力的训练

由于速写要求在短时间内快地表现对象，不可能像画素描那样进行深入细致地刻画，因而作画者的概括能力至关重要。作画时注意画面中人物形象的整体感，要处理好主次关系、空间关系、明暗层次和透视变化，要通过概括、取舍将对象简洁明了地表现出来。

(3) 表现能力的训练

表现能力即将所观察到的人物形象准确、生动表现出来的能力，要做到这一点必须要熟悉人体解剖知识、动态规律、透视规律等相关知识，要有对线条、明暗等表现技法灵活运用能力。

2. 临摹

临摹也是学习速写的一个重要环节，通过临摹可以了解优秀作品的表现方法并从中吸取营养，充实自己，同时也可以进一步掌握人体的基本比例关系。临摹时要选择优秀的范本，尤其是大师的速写作品。适合临摹的大师有荷尔拜因、鲁本斯、丢勒、门采尔等。

临摹大师的速写作品要细细品味大师的处理方法，要不求临摹的数量而求临摹的质量。如果临摹时依葫芦画瓢，漫不经心，并不能达到学习的目的。要在临摹的过程中不断提高速写的鉴赏能力，鉴赏能力的提高可以准确判断速写作品水平的优劣，并从中学到正确的表现方法。



写生时可采用剪影式的观察方法，这样容易抓住对象大的外形特征。

三、速写的表现语言

1. 以线为主的表现形式

线条是速写的基本表现语言。由于工具的不同，画出的线条也各具特色：铅笔、炭笔画出的线条有虚实、深浅的变化；钢笔、圆珠笔一类的工具画出的线条较单纯，一般没有粗线、深浅变化。线的产生来自面与面的交界，初学者多画一些以线为主的速写尤为重要。线条在速写中的作用如同建筑中的钢筋骨架，多画以线为主的速写可以提高用线造型的能力。在使用炭笔、铅笔作画时，应当充分运用线条的变化，如中锋线、侧锋线、长线、短线、直线、曲线、疏线、密线、粗线、细线等。

2. 以明暗为主的表现形式

以明暗为主的表现形式其方法类似素描，适合立体地表现光线照射下物象的形体结构，能表现出强烈的明暗对比效果、微妙的空间关系和丰富的色调层

次变化。但作为速写来要求，其描绘的明暗色调要比素描简洁得多，在明暗五大调子中，基本只需要表现其中的亮面、暗面和明暗交界线就够了，中间层次需要进行适当的减弱。在以明暗为主的速写中，由于常常需要省略掉背景，因而有些地方仍然离不开线条的辅助，有些亮面的轮廓线大都需要用线条来表现。以明暗为主的速写，除了要抓住物象的光影明暗外，还要注意物象的固有色。作画过程中应灵活运用明暗调子关系和物象的固有色，不要僵化地处理。

3. 线面结合的表现形式

线面结合的表现形式是在线条的基础上再施以简单的明暗调子，以强调形体的体积感，使造型表现得更加充分。这种表现形式的优点是比单用线条或明暗来表现更多自由、随意、富有变化，因而也是速写中采用最多的表现形式。



以明暗表现为主的速写（门采尔作品）



以线条表现为主的速写



线条和明暗结合的速写

四、人体的骨骼、肌肉

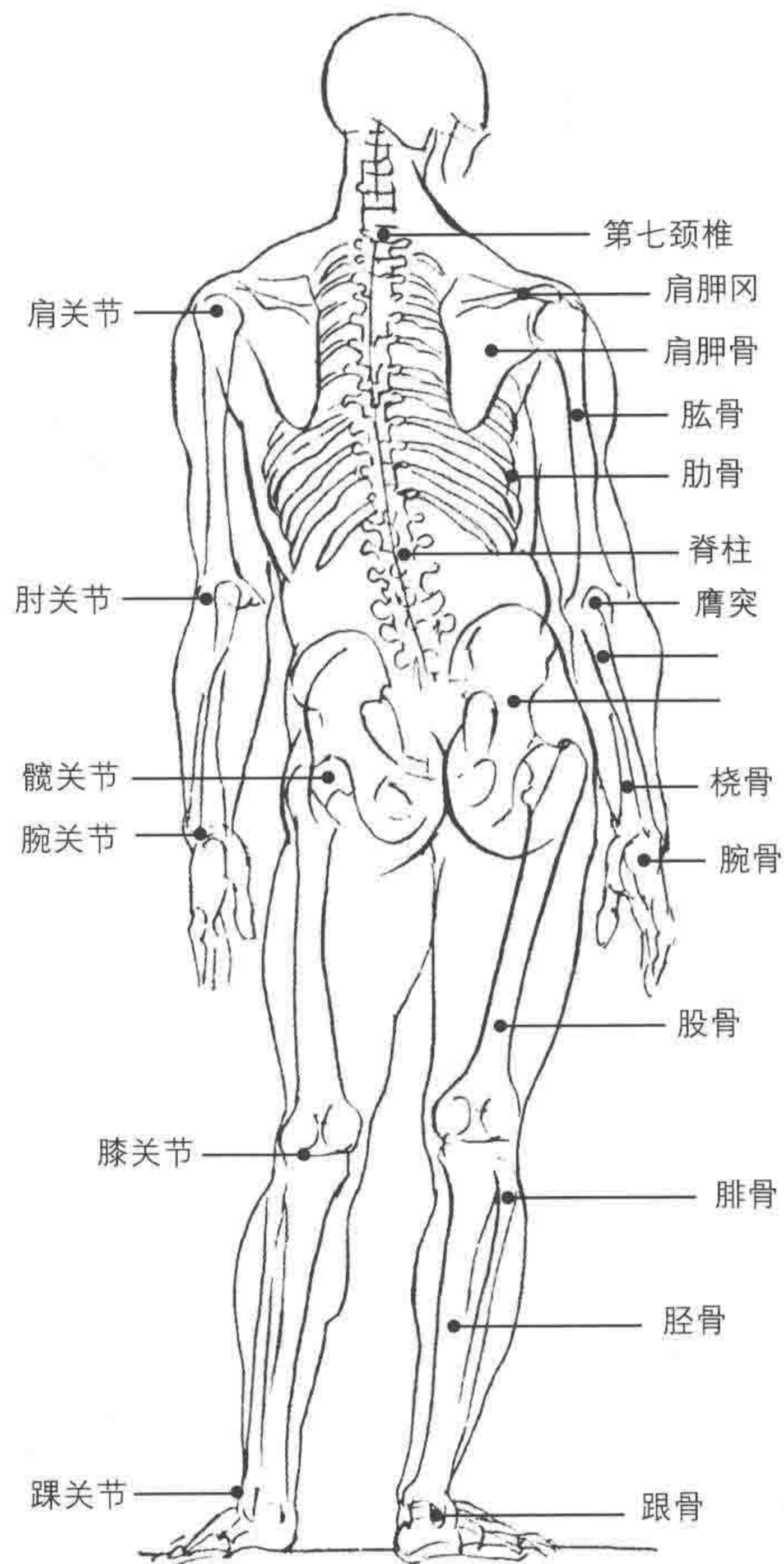
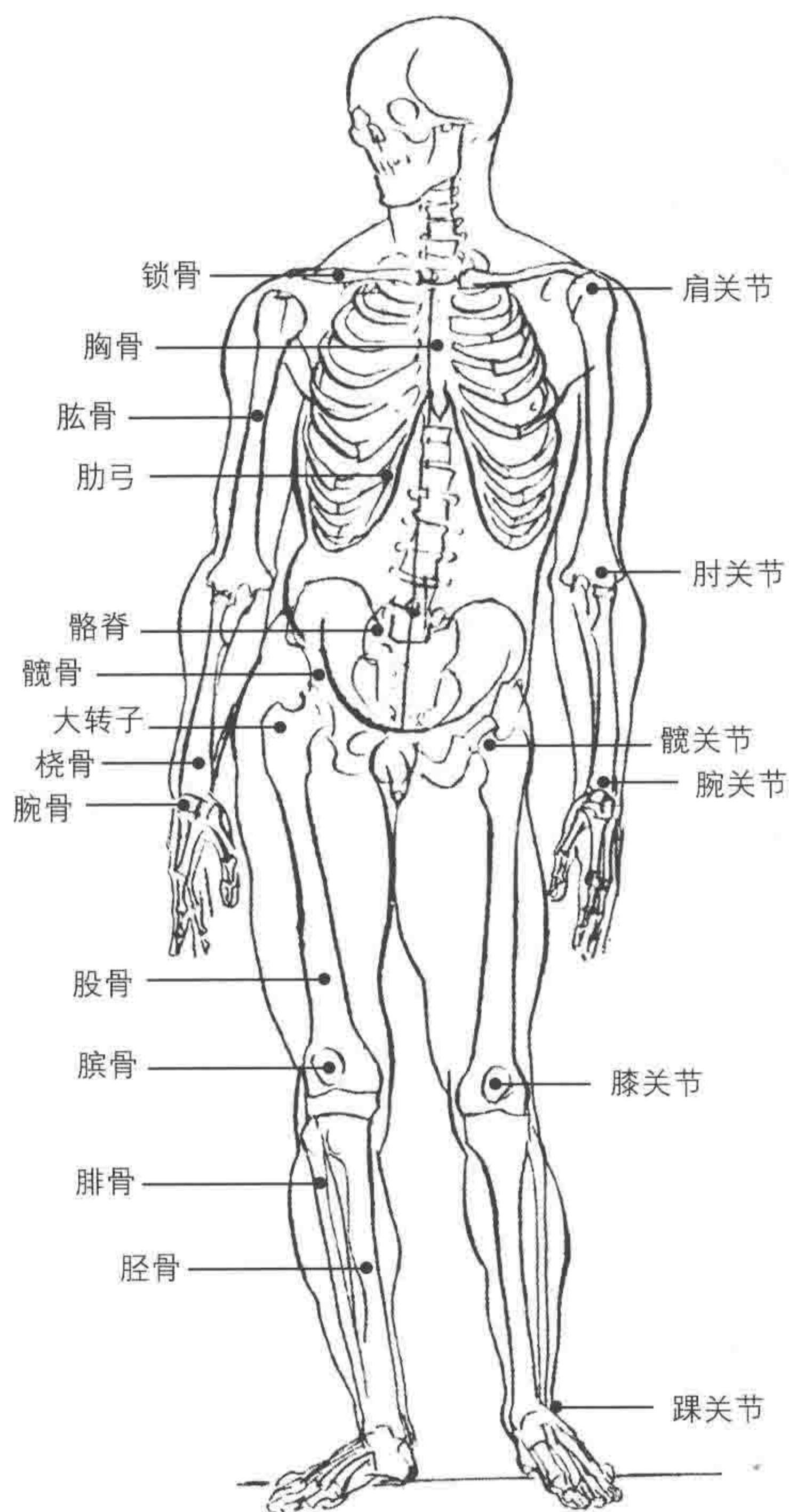
1. 骨骼

骨骼是人体的支架，在外形上决定了人体比例的长短、体型的大小以及各肢体生长的方向与形状，并通过关节生长各种运动。从外表上看，骨骼大部分为肌肉所掩盖，一部分直接显露于皮下的称为骨点。骨点是塑造人物形态时，据以测定比例、部位的重要标记。

各骨骼通过关节和软骨、韧带相连接，关节是人体做出各种灵活动作的键，也是对人体外形影响最大的部分。人体各部位的关节有着不同的类型与形状，可做出屈伸、内收、外展、回旋等运动。画速写时要抓住肩关节、肘关节、桡腕关节、髋关节、膝关节、踝关节等影响对运动中的人体形态影响较大的部位。

2. 肌肉

肌肉附着于骨骼、关节之上。每一块肌肉一般都跨越一个或两个关节生长在相邻接的两块骨面上。由于肌肉的收缩牵引着关节，产生了人体的动作，因此肌肉的外形特征对人体造型起着重要作用。肌肉分属于不同类型，四肢部分的肌肉主要为长肌，其长度大于宽度，

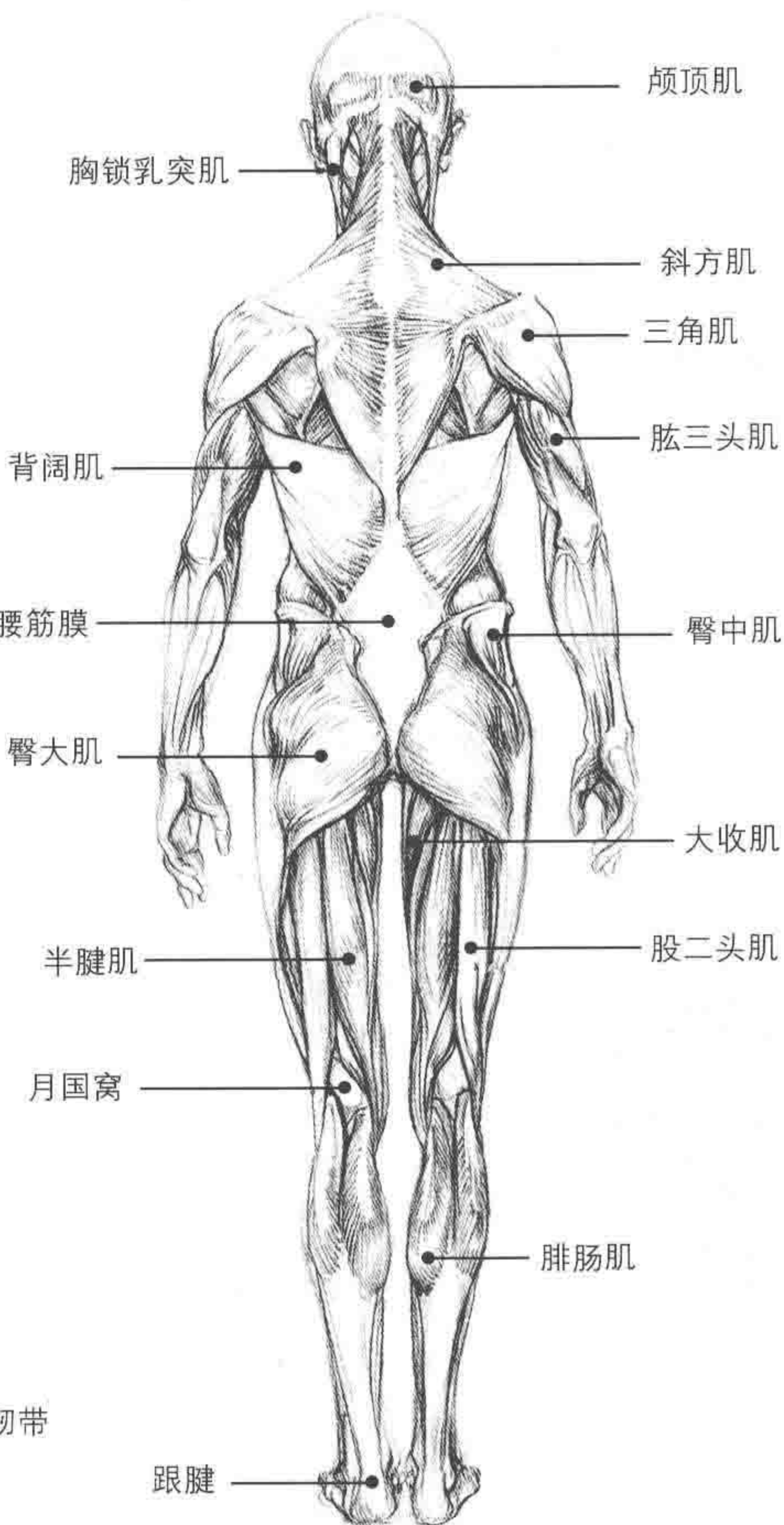
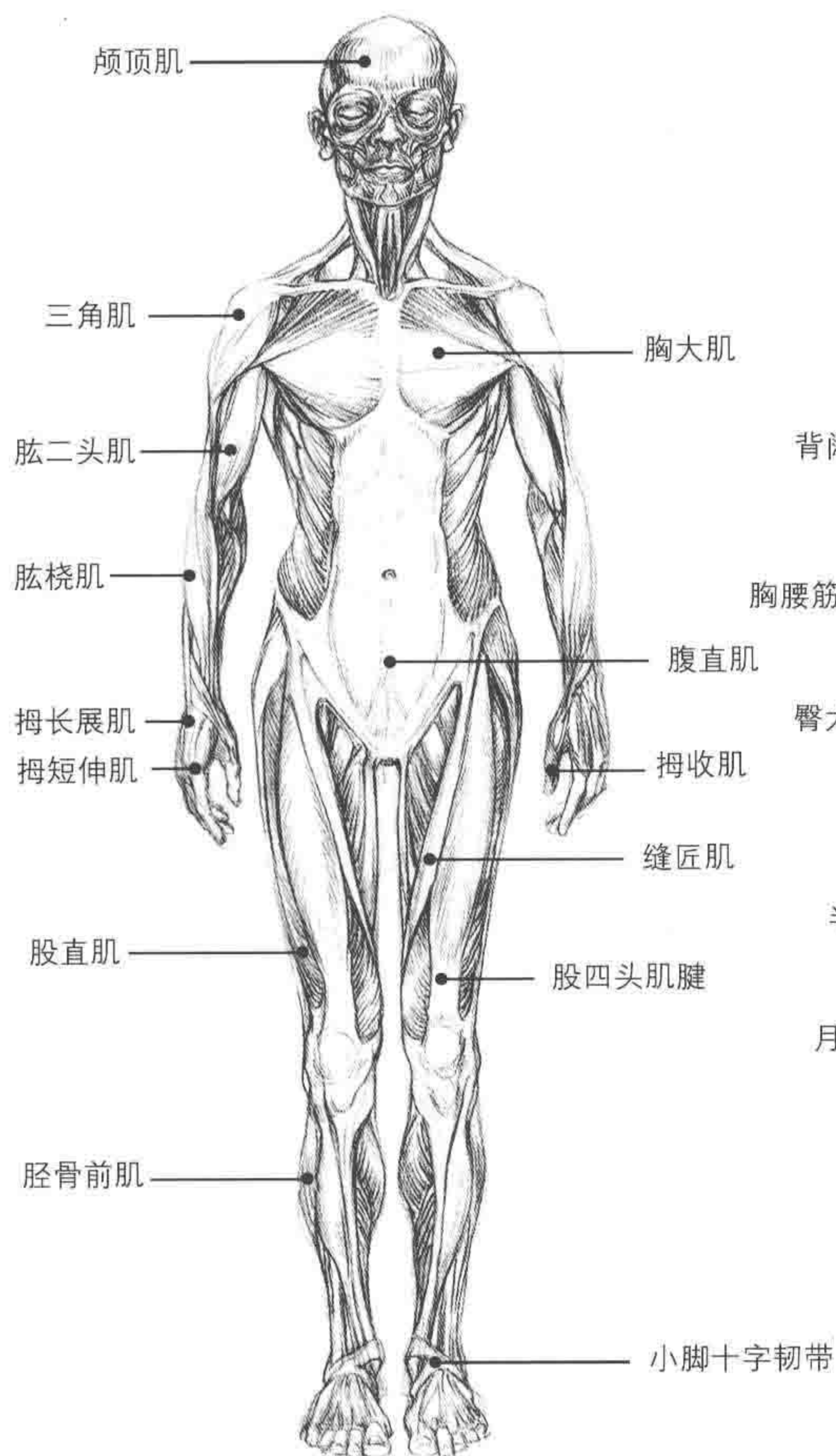


人体骨骼

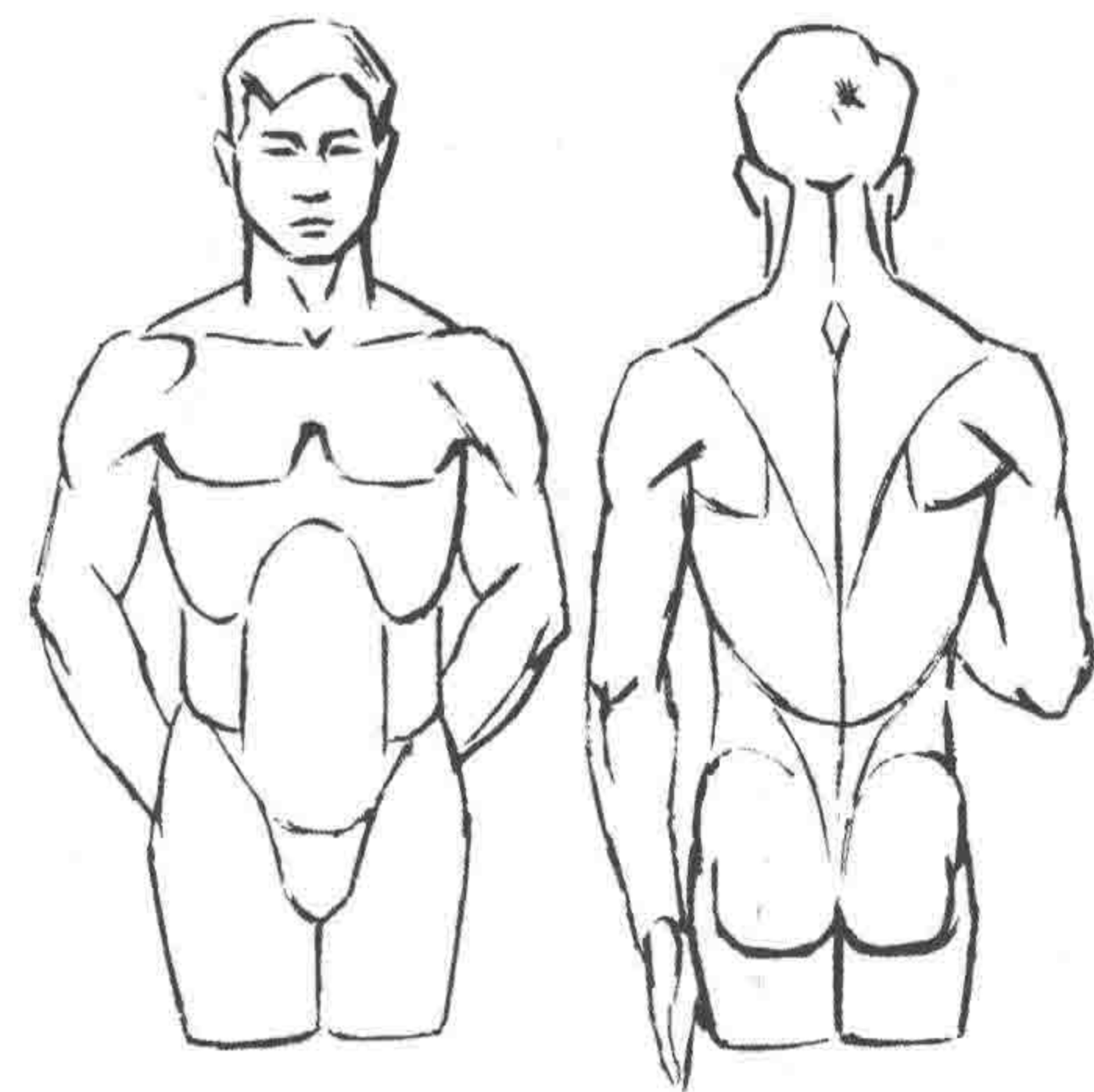
两端为肌腱，是肌肉生长的起止点，中间部分为肌腹，形状肥长，有的肌腱呈扁平状，称为腱膜。

从造型的需要出发，研究肌肉时要注意以下两点：一是要了解肌肉的形状、位置和生长的起点、止点。一般肌肉的起始处为固定点，止点向起始处收缩，肌肉便缩短、变硬，放松后肌肉松弛、变软。二是要了解肌肉的作用，以便掌握人体运动时在形体结构上的变化。

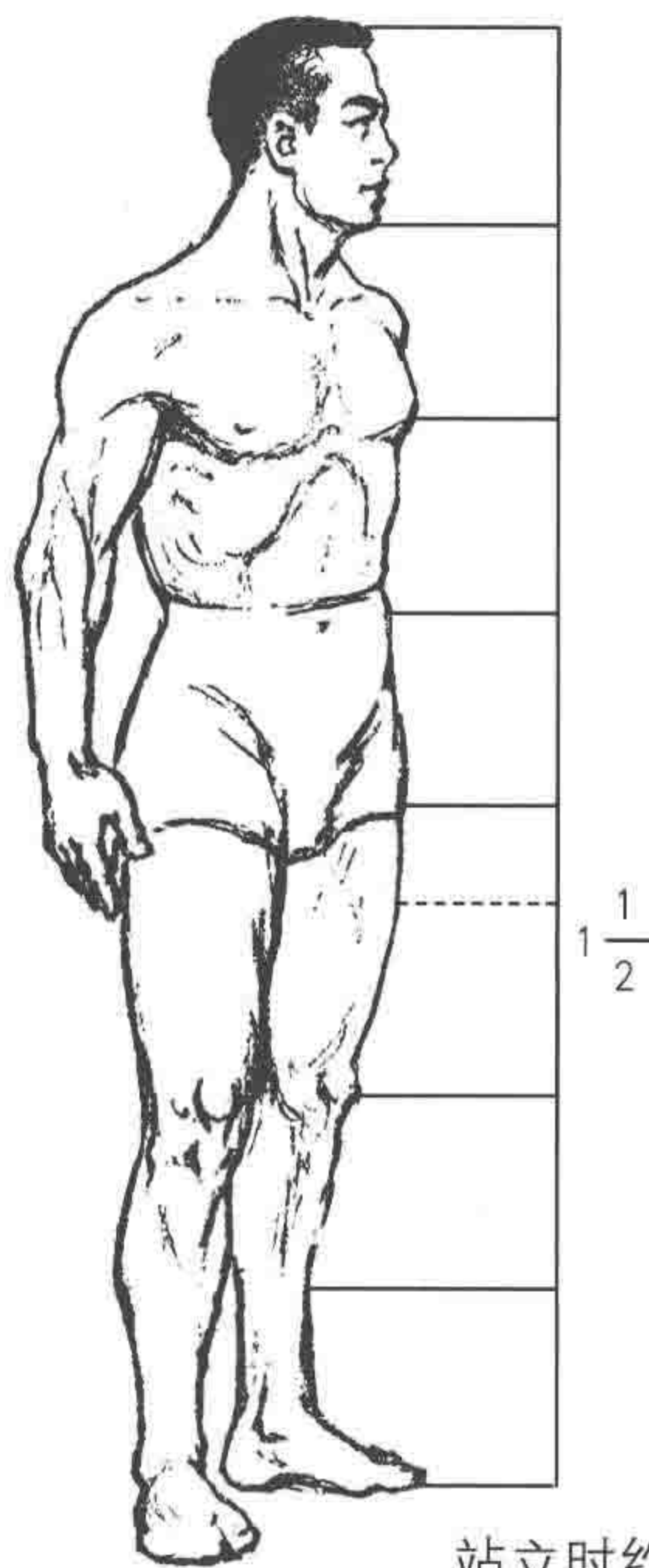
从绘画的角度上看，我们不必研究所有骨骼和肌肉的每个细节，只要注意对外形结构有影响的部分即可。记住人体各部分的比例，并能画准这些比例，是初学人物速写必须要解决的问题。



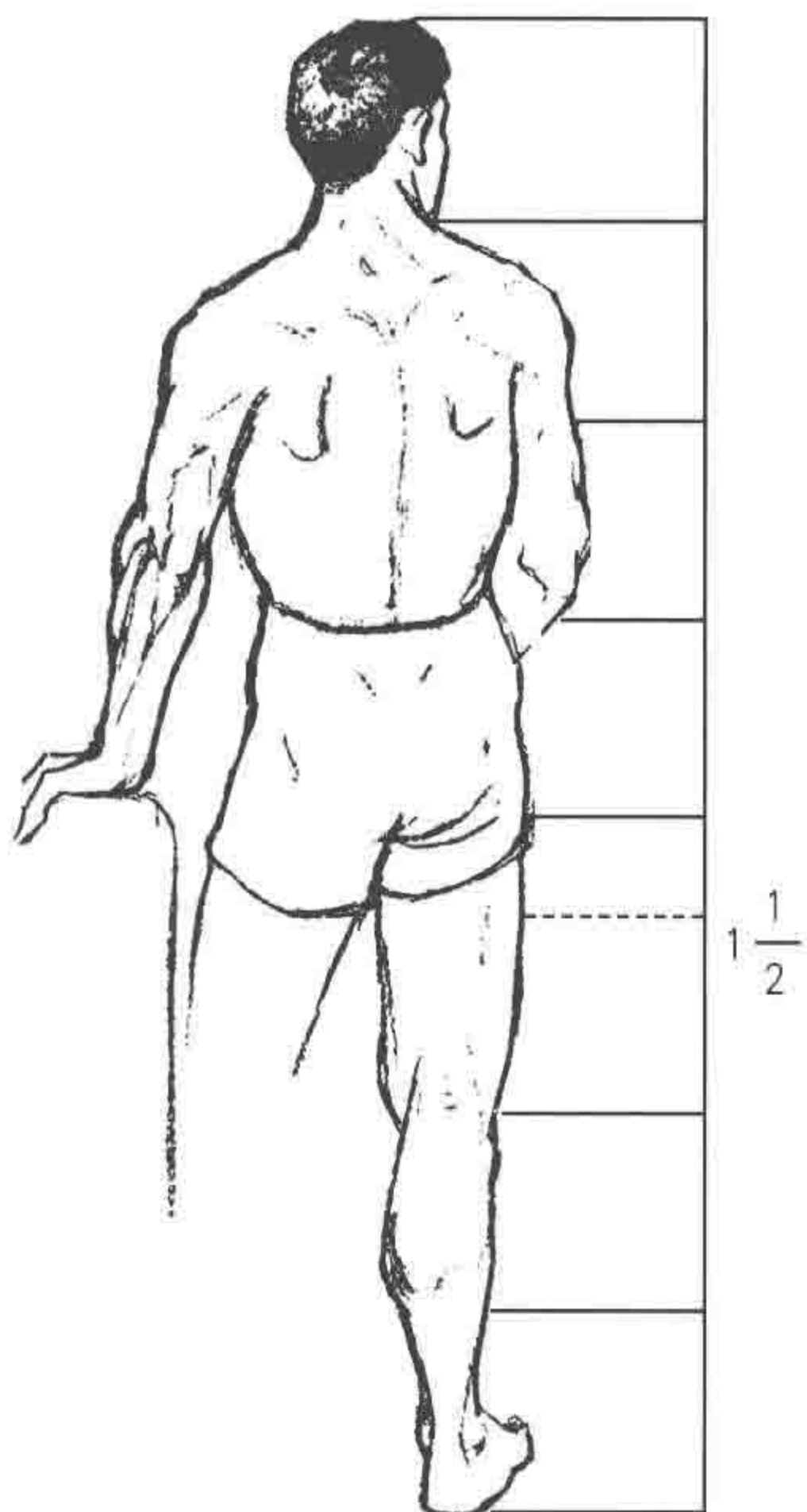
人体肌肉



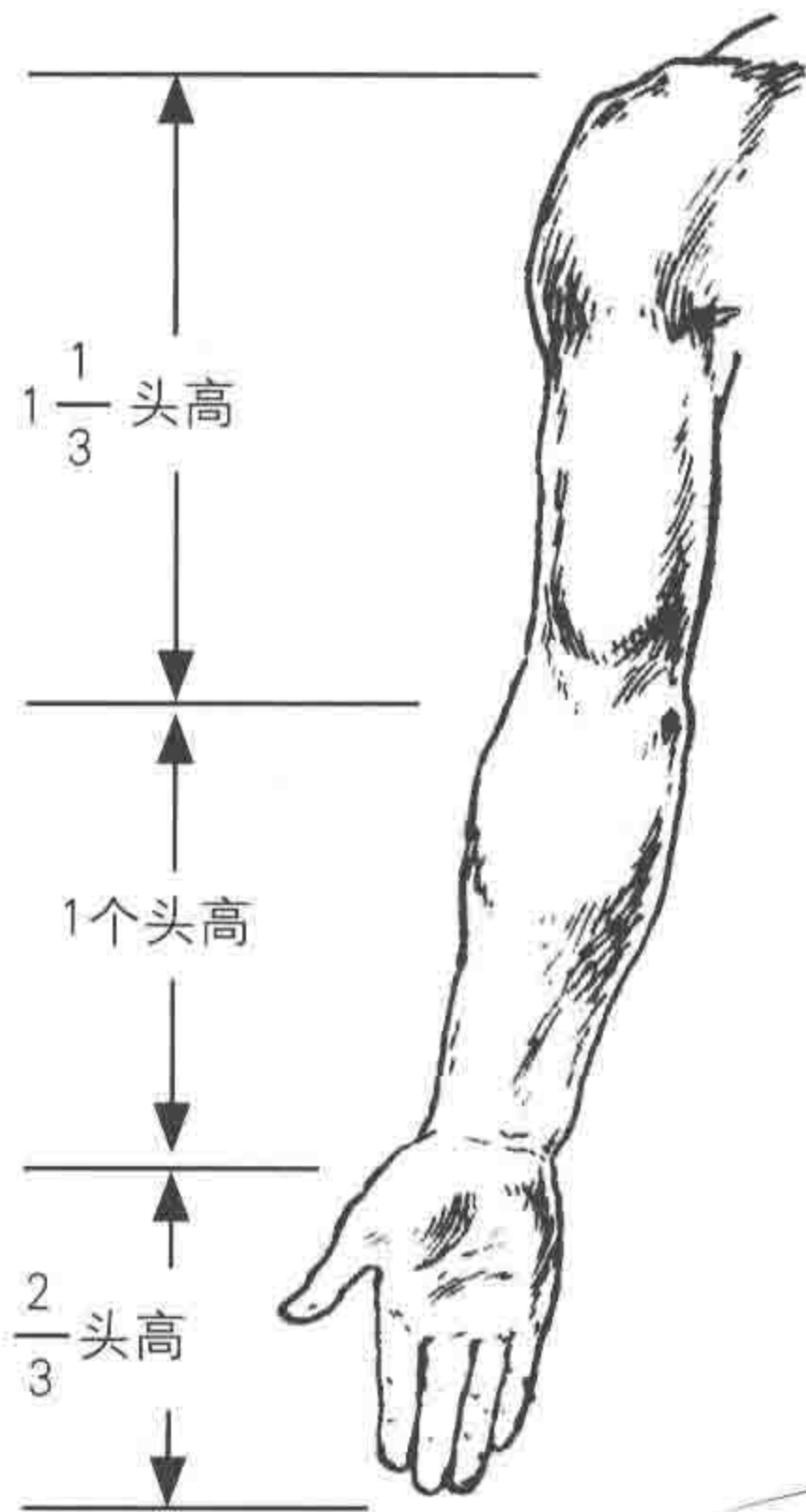
躯干的形体结构



站立时约为 7 个半头高



坐姿时约为 5 个半头高



上肢约为 3 个头高

五、人体比例

在绘画中，人体各部分的比例一般是以头的高度作为测定单位，即头顶至下颏的高度。我国的成年人站立时全身高度大致为 7 个半头高。除为头部本身的高度外，下颏至乳头连线、乳头连线至脐孔为一个头高。脐孔至大腿中部为一个半头高。大腿中部至膝盖、膝盖至小腿中部、小腿中部至足底为一个头高。当然这个比例只是一个基本的规律，实际上个子高矮不同的人会有一定的差别，写生时要根据具体对象而定。

坐在椅子或凳子上时约等于 5 个或 5 个半头高，蹲姿时约等于 4 个头高，盘腿坐着时约等于 3 个半头高。

人体最宽的地方是肩部，两肩之间约等于两个头高。人体的二分之一处大致位于骨盆的耻骨联合位置。

上肢约等于三个头高。其中上臂约等于一又三分之一头高，前臂约等于一个头高，手约等于三分之二头高。上臂下垂时，肘弯处在腰部的位置。上臂上举时，肘弯可接近头顶。

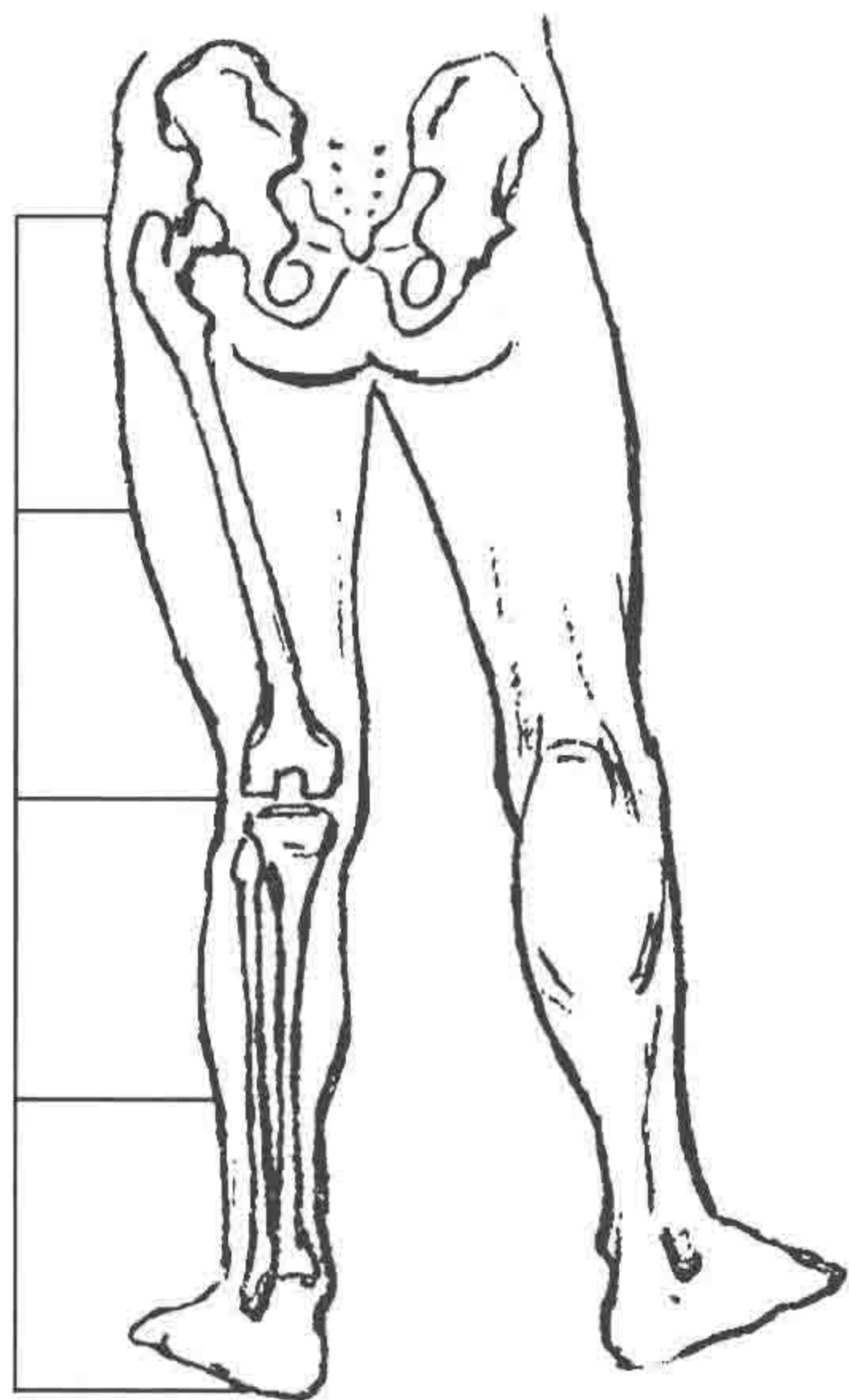
下肢约为四个头高。从大转子至膝盖（髌骨）、膝盖至脚底个为两个头高。脚的长度约等于一个头高。

人的高矮相差的主要不在头部和躯干部，而是在腿部，如个高的人和个矮的人坐在一起时感觉高度差不多，可见头部和躯干部相差并不很大。一般画个

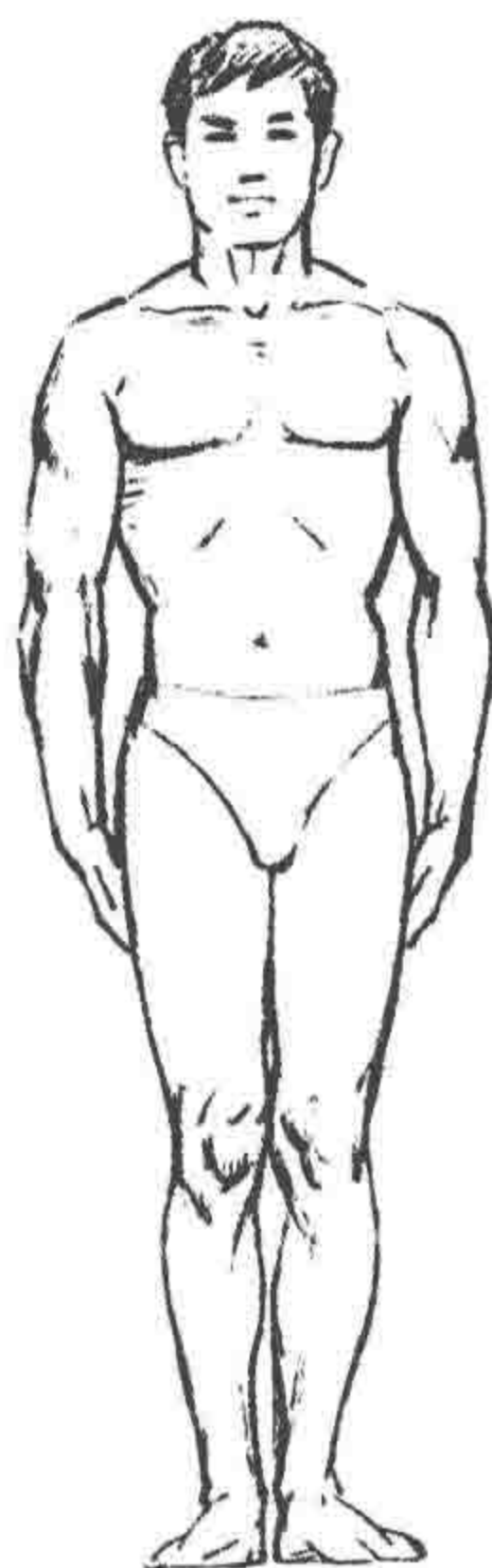
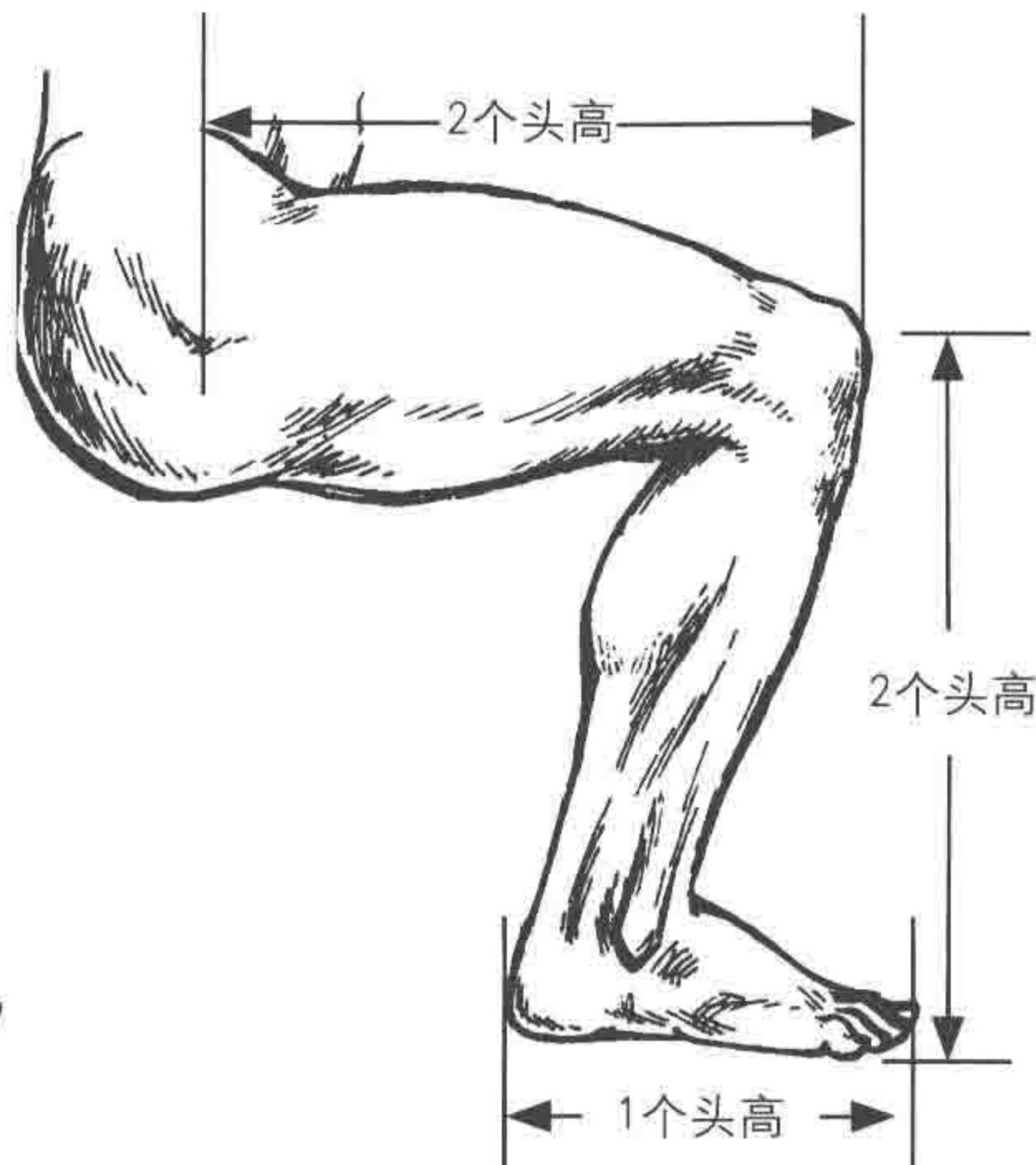
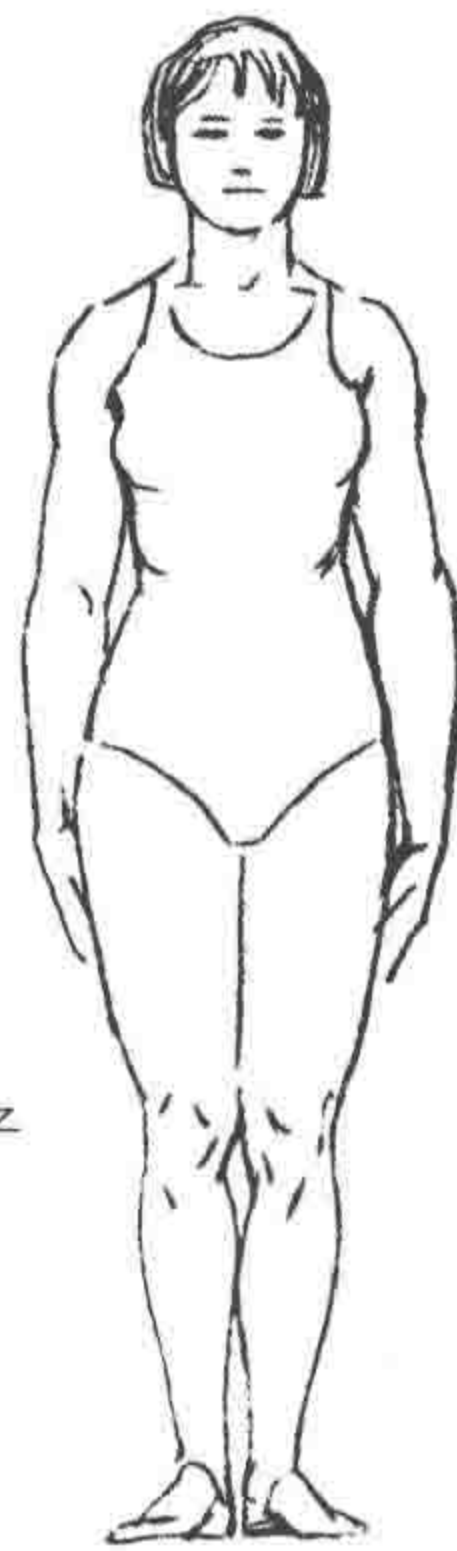
子较高的人时，可适当缩小头部，将全身的重心点定在耻骨以下，而画个子矮的人时，可稍将头部画大一些，将全身的重心点定在耻骨之上。

男女的体形由于躯干部分长宽比例的不同，形成了不同的外形的点。从宽度上看，男性两肩连线长于大转子连线，而女性的大转子连线则长于肩部连线。从躯干的长度看，男性由于胸部体积大，显得腰部以上发达，而女性由于臀部的宽阔，显得腰部以下发达。

儿童的体形特点是头大、下肢短、上身显长。幼儿全身高度大约为四个头长，随着年龄的增大，下肢迅速变长，逐渐达到成人的比例。



下肢约为 4 个头高

肩线
大转子
连线肩线
大转子
连线

男女体形的差异

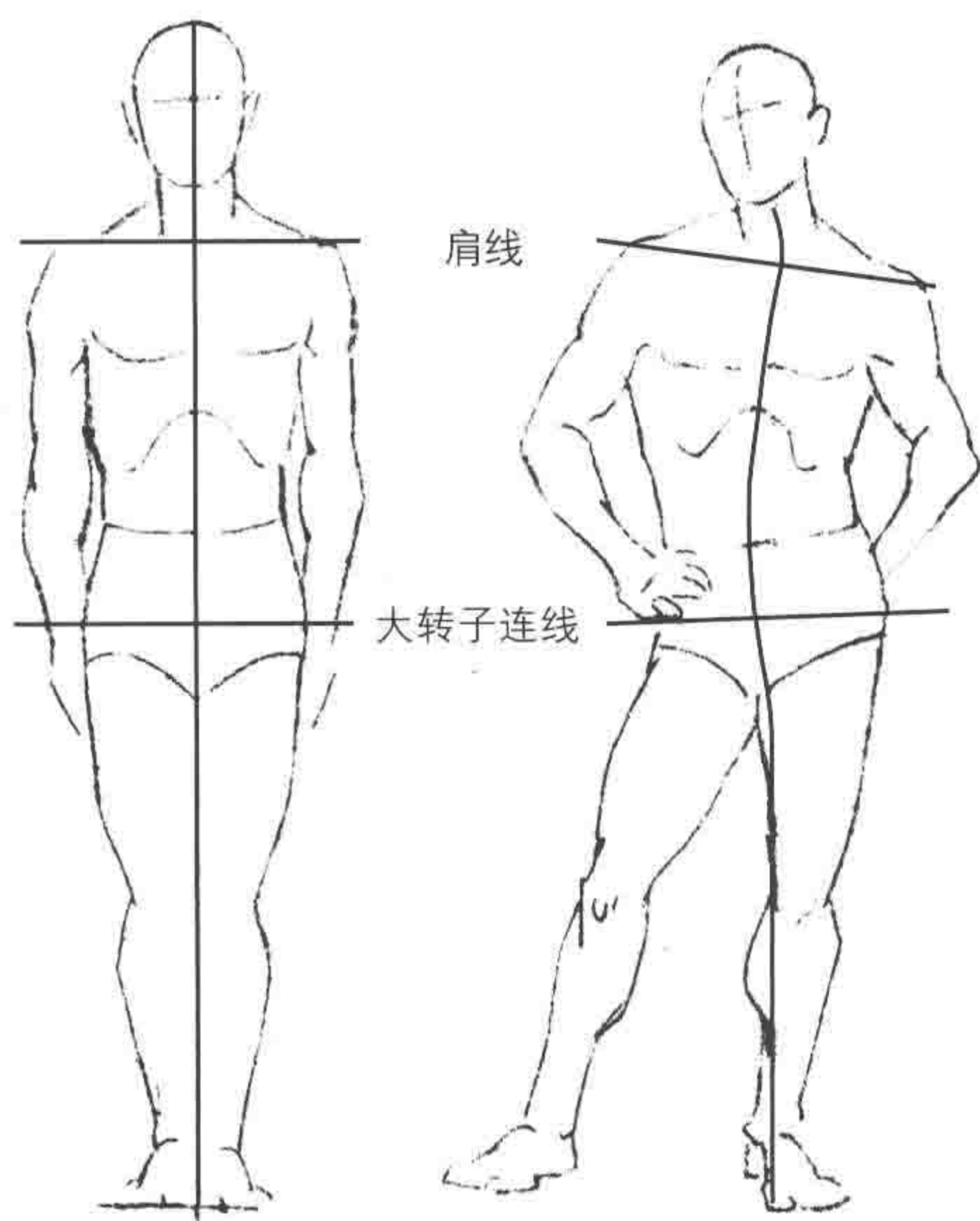
六、人体动态

要画好动态人物速写，就必须要了解人体的动态规律。我们可以将复杂的人体归纳、理解为头部、胸廓和骨盆三个体块，而三个体块之间，头部与胸廓通过颈部相连，胸廓和骨盆通过腰部相连。上肢、下肢分别通过肩关节和髋关节与胸廓、骨盆连接在一起。

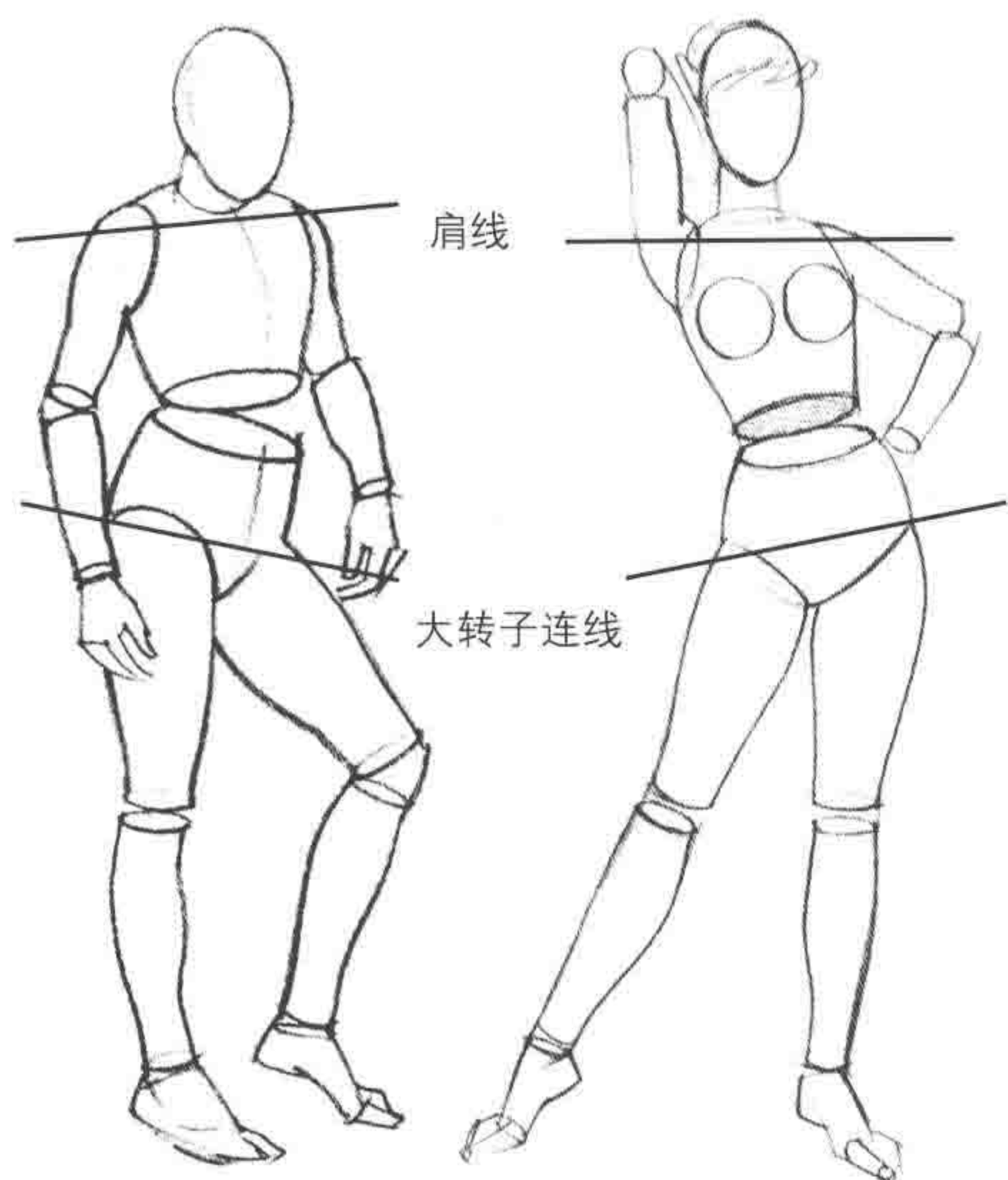
画全身人物速写时，可将千变万化的人体动态概括为“一竖（脊柱线）、两横（两侧肩峰连线与两侧髋关节上端的连线）、三体积（头部、胸廓和四肢）”。人体在运动时脊柱线会产生相应的变化。人体直立时两条横线平行，运动时则产生倾斜，呈不平行状态。抓住胸廓和骨盆的倾斜角度，有利于画准人物的不同动态。三体积在人体运动时是相互扭曲的。四肢可理解为八个较直的圆柱体。



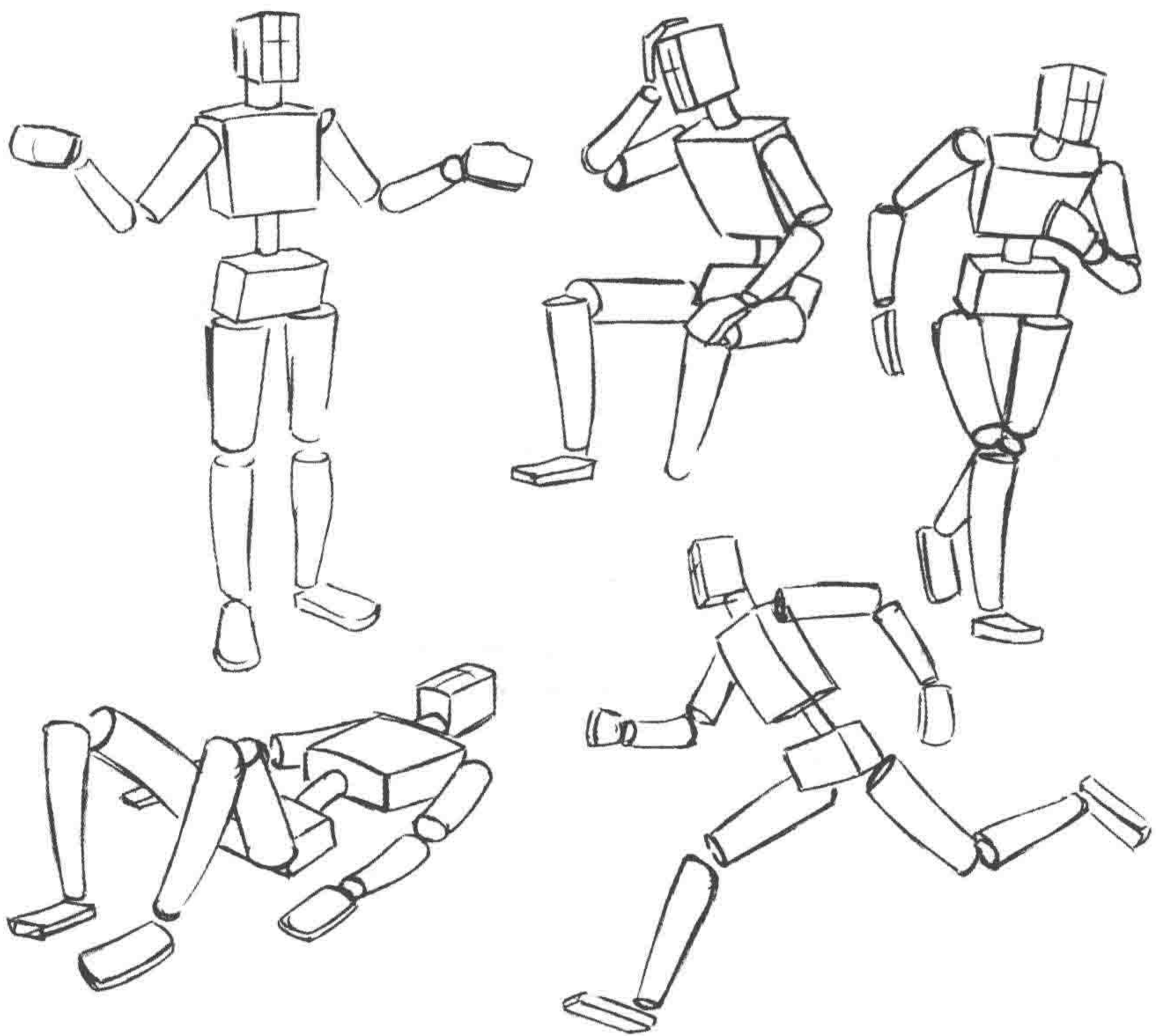
动态速写



肩线、大转子连线和竖直中心线

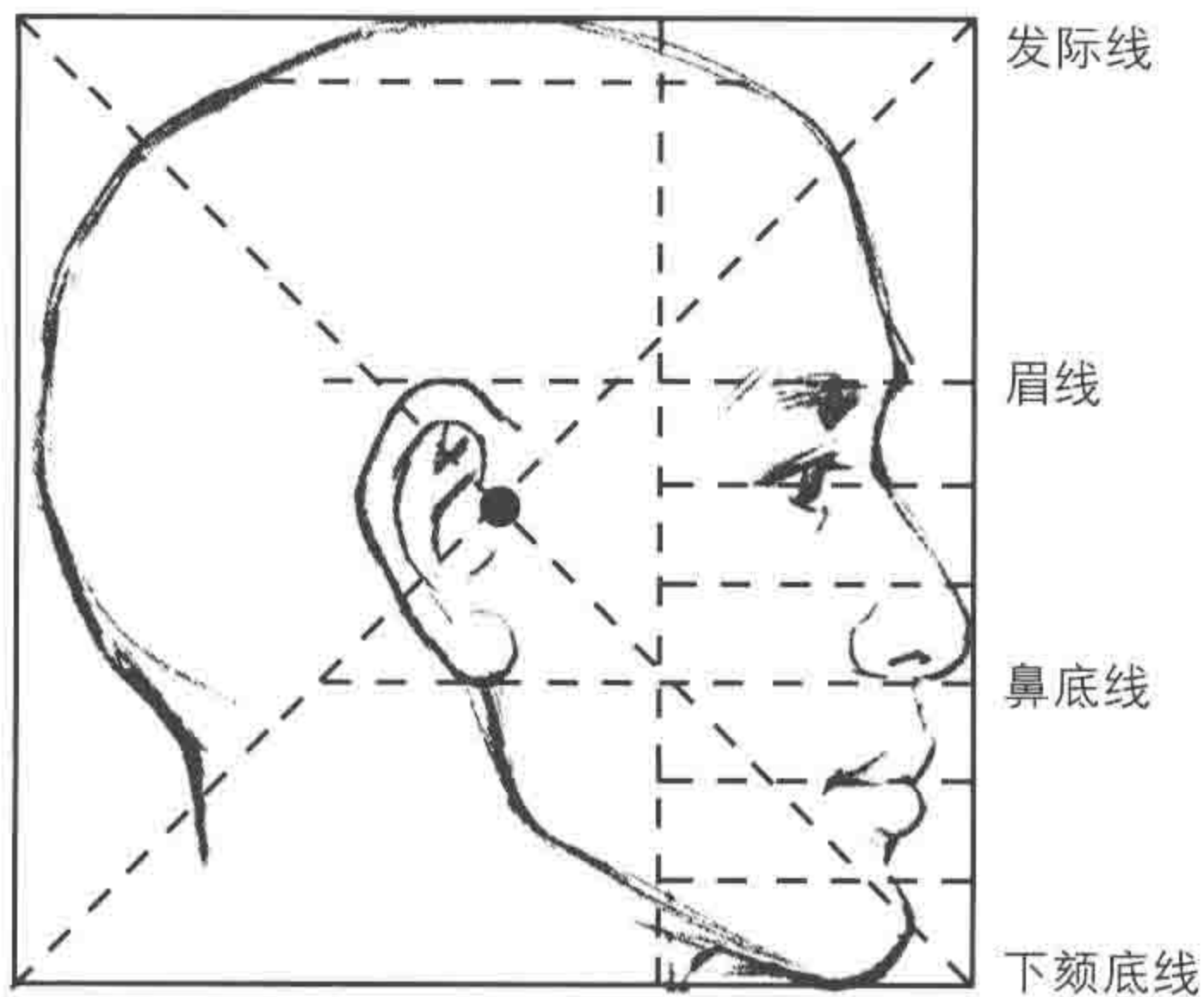


可将躯干理解为三体积、四肢理解为圆柱体



人体动态

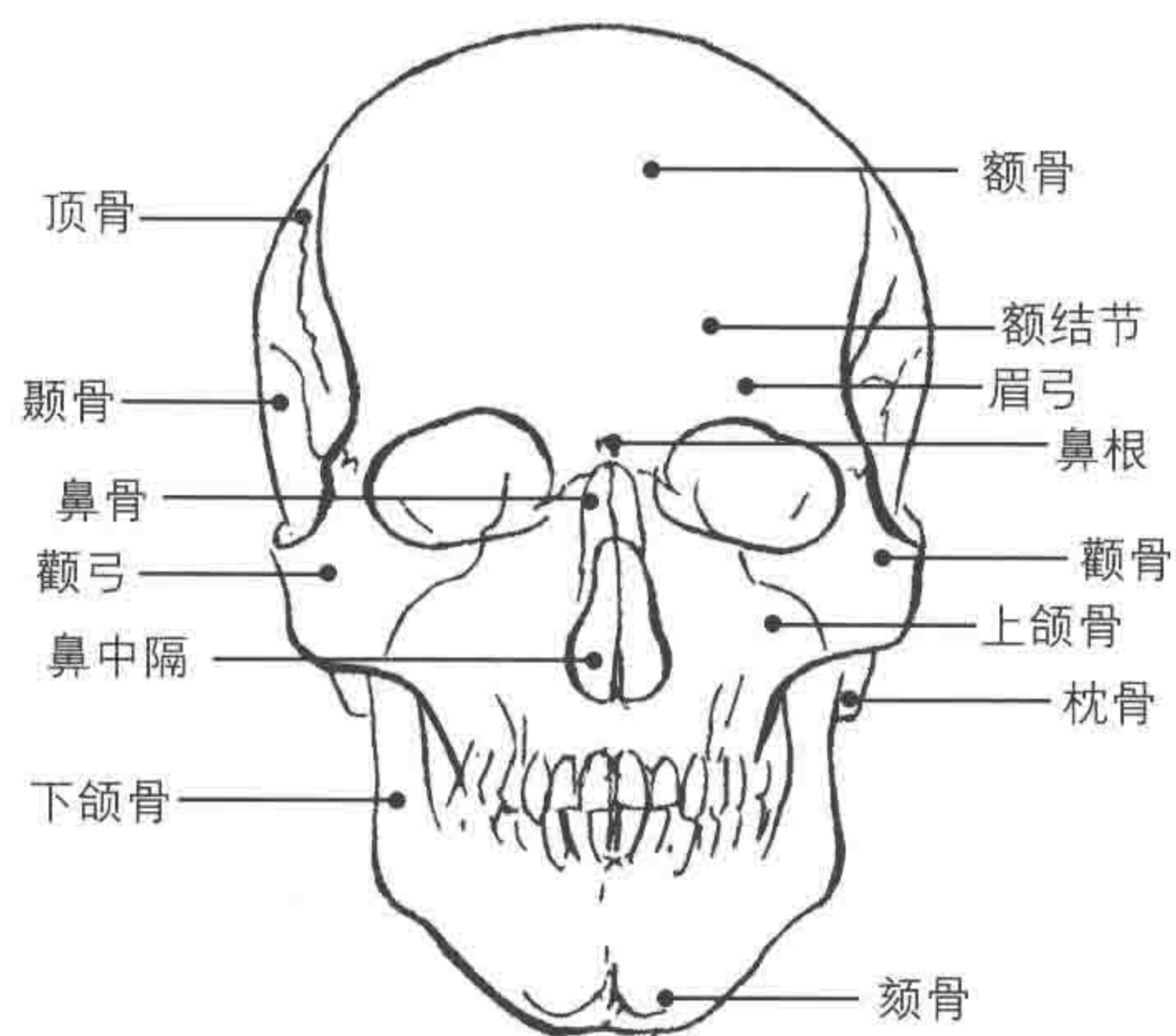
脑颅部分的骨骼决定了头顶的长短。面颅部分的骨骼决定了面部的长短。脑颅部分呈半球形，位于头部上方和后方。面颅部分位于头部前方，形成面部。脑颅骨由额骨、颞骨、顶骨、枕骨等构成。面颅骨由鼻骨、颧骨、上颌骨、下颌骨等构成。头部唯一可以运动的骨骼是下颌骨，可以围绕颞骨底部的关节做开口、闭口等动作。



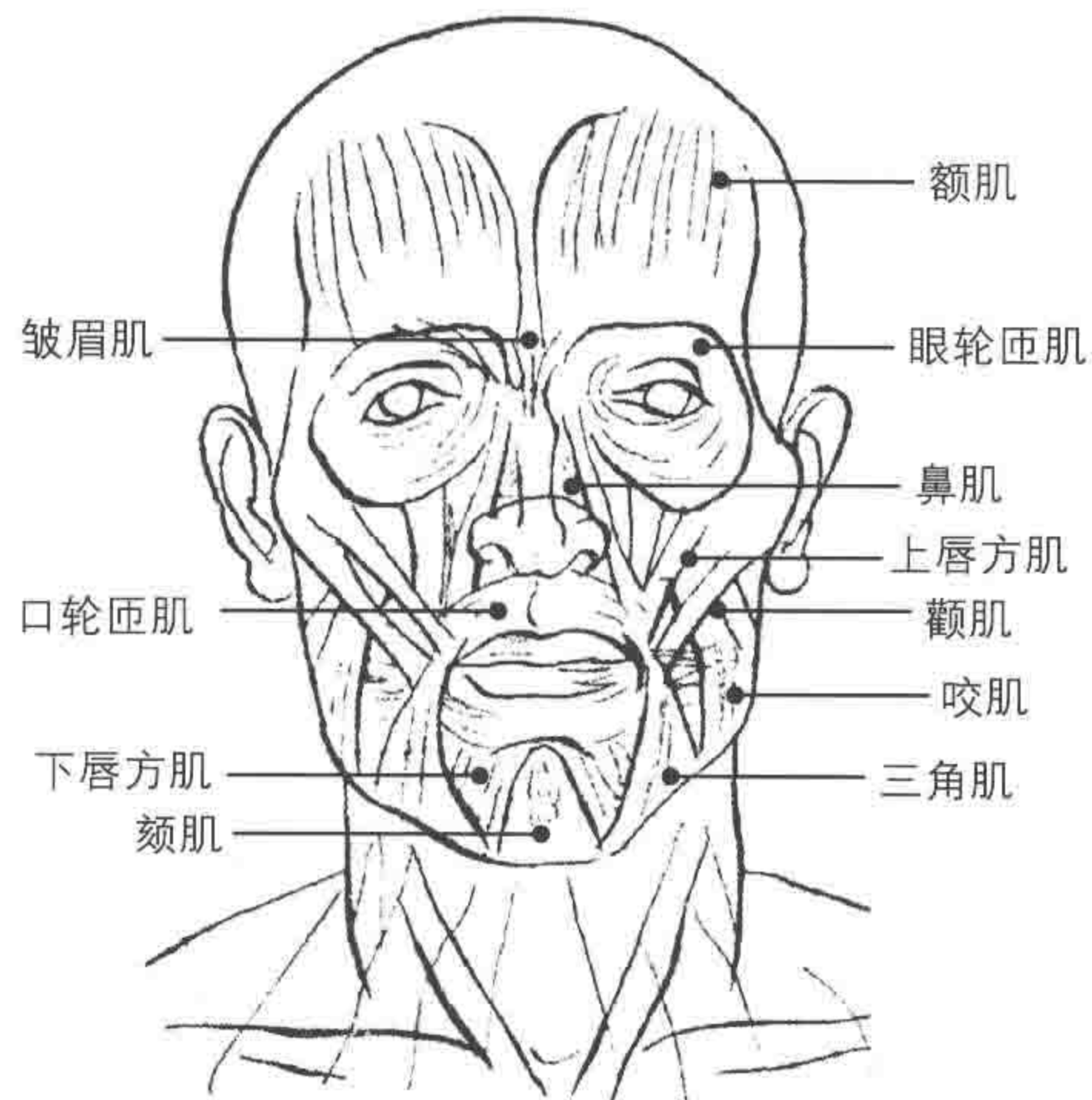
发际线至眉毛、眉毛至鼻底、鼻底至下颌间的距离相等。从正面看，面部约等于五个眼睛的宽度，耳孔至外眼角和两眼之间约等于眼睛的宽度。眼睛处在从头顶至下巴的中线上。眉毛约在发际至眼下方的四分之一处。鼻子和耳朵的长度大致相同，嘴巴位于鼻子底部到下巴的三分之一处。

中国传统画论有“三停五眼”之说，即发际至眉毛、眉毛至鼻底、鼻底至下巴距离大致相等；面部约等于五个眼睛的宽度，两眼之间、耳孔和外眼角之间约等于眼睛的宽度。眼睛的处在从头顶

至下巴二分之一处的横线上，但儿童眼睛的位置在头高二分之一处以下，眼眉约在发际至眼的下方的四分之一处，所以儿童的五官之间距离较近。从侧面看，眼睛在鼻子高度的上三分之一处，口裂位于鼻尖至下巴的上三分之一处。



头部骨骼



头部肌肉

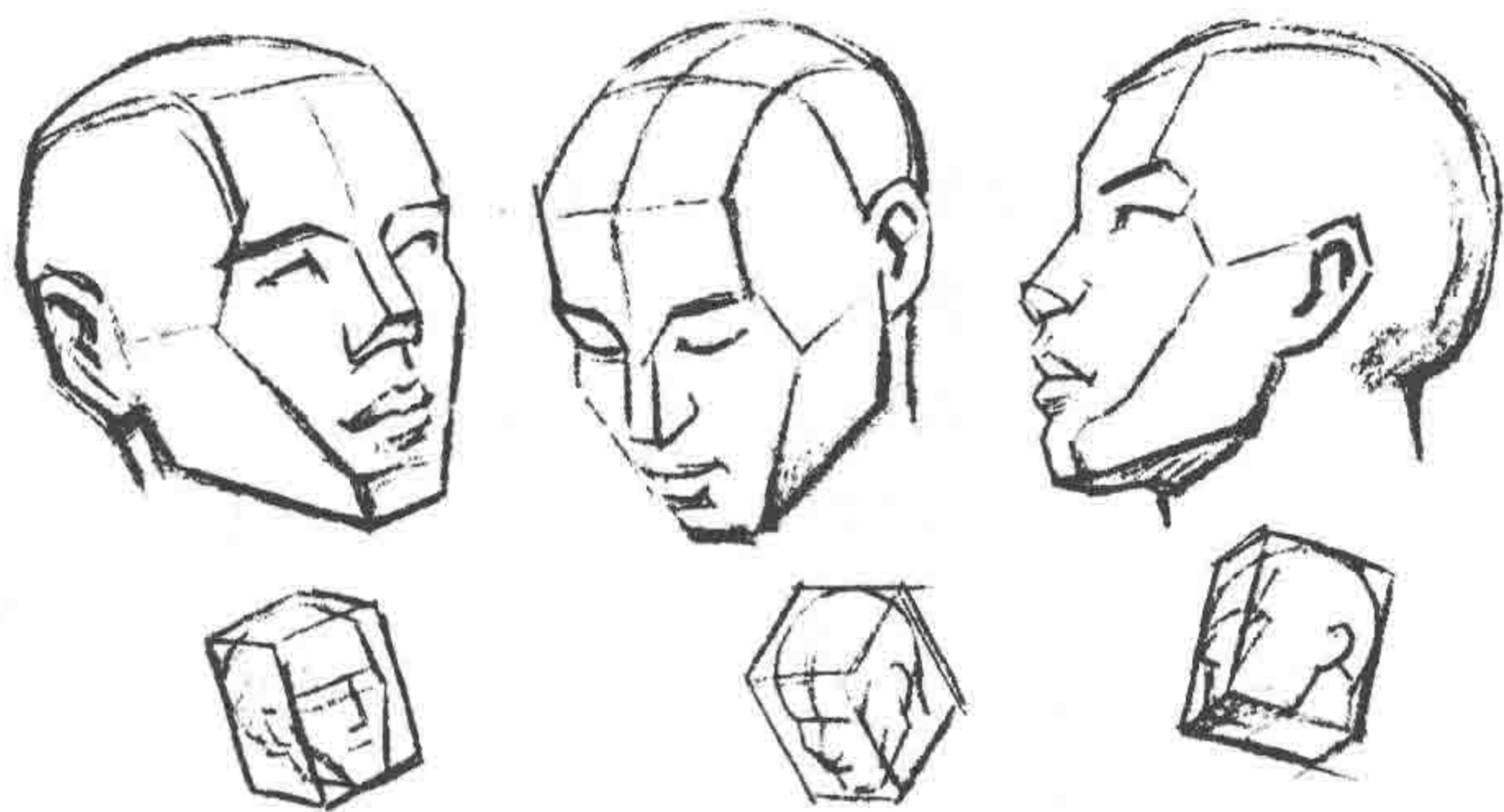
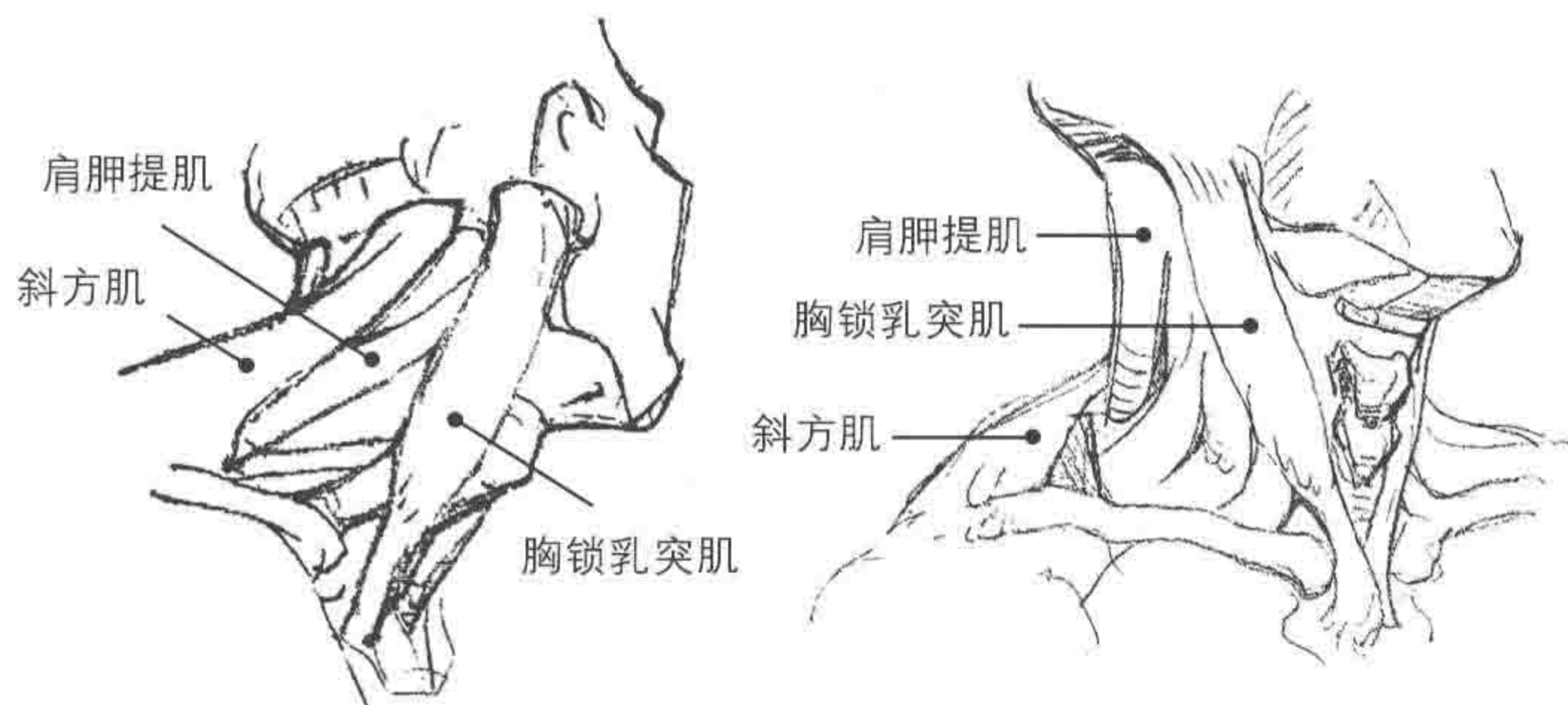
头部的肌肉分为表情肌和咀嚼肌两类。表情肌一端起于骨骼，另一端止于皮下，收缩时产生复杂的面部表情。表情肌包括额肌、眼轮匝肌、皱眉肌、鼻肌、上唇方肌、颧肌、口轮匝肌、颏三角肌、下唇方肌、颏肌、颊肌等。咀嚼肌两端均附着于骨骼之上，其作用是控制下颌骨的开合，做出咀嚼动作。咀嚼肌包括颞肌和咬肌。头部的肌肉比较薄，所以头部的基本造型主要是由头骨的形状所决定的。



头部的表现



头部的表现



画头部要处理好头部和颈部之间的连接关系，了解颈部的肌肉、结构十分必要。

可将头部理解成是由切面、几何体块组成的结构，这样有助于掌握因透视所引起的头部外形上的种种变化，并将其表现得更准确。



头部的表现

八、五官的表现

要塑造好头部形象，除了要熟悉头部的形体结构之外，还必须对面部五官做进一步的了解。

眼睛由眼眶、眼睑和眼球三部分构成。眼球的大部分被上下眼睑所覆盖。画眼睛时要表现出眼眶、眼球、上下眼睑和眉毛的特征及相互关系。上下眼睑的边缘线不要画得太“死”，不能画成两条没有变化的线，要结合结构和受光角度的不同表现出虚实变化。上眼睑的弧度较大，再加上睫毛、投影的原因，边缘线要画得粗一些、重一些。下眼睑由于受光较多，一般应画得淡一些、虚一些。

鼻子是五官中最突出的部位，作画时要表现出立体感，要画准鼻梁和

鼻翼的关系。鼻梁上部靠近眼角，鼻翼与脸部的分界较明显，而鼻梁中间部分的两侧与脸部连接处的面几乎是融合在一起的。

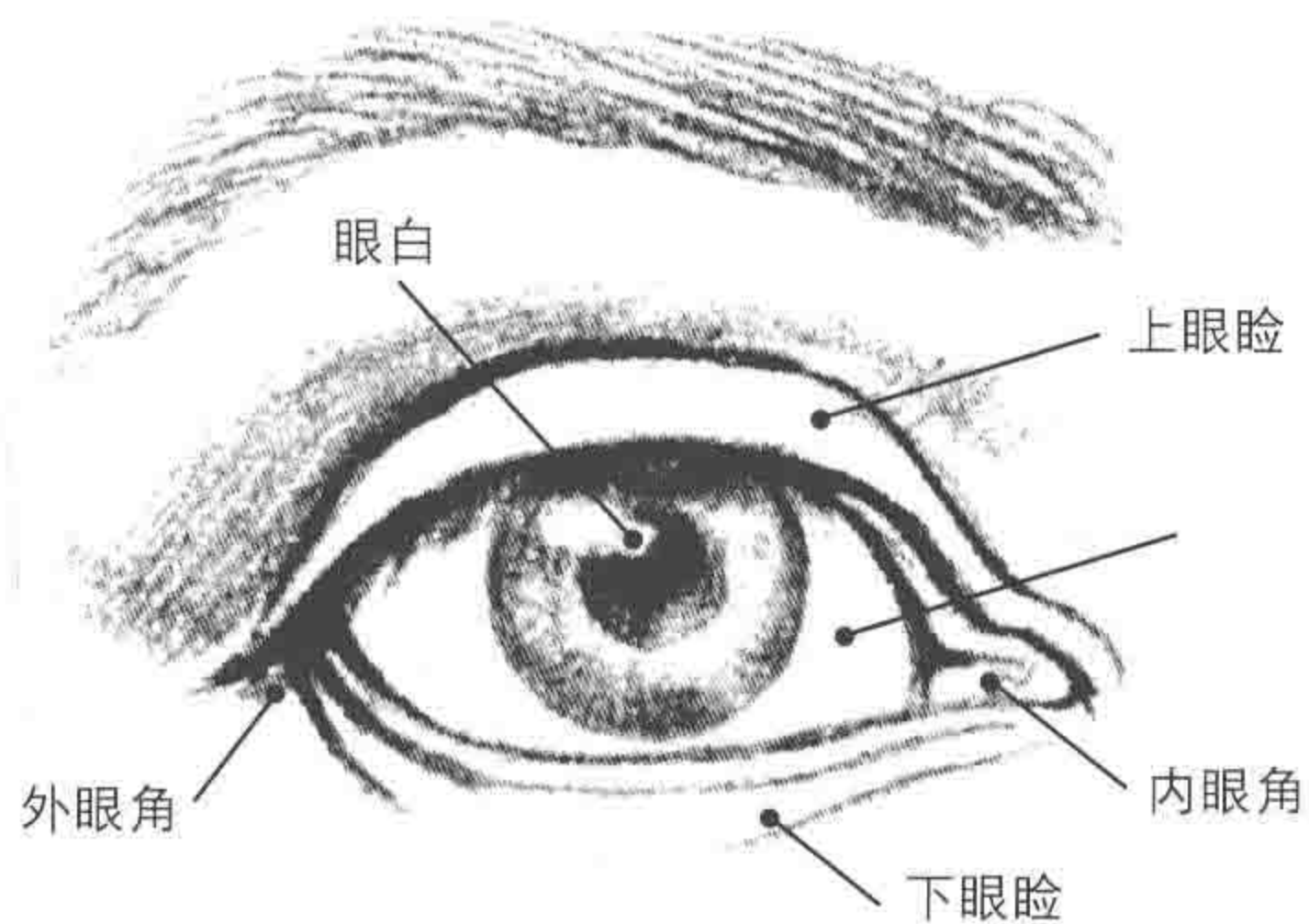
嘴部分为上下两唇，两唇相合处为口裂，口裂两端为嘴角。上唇从人中开始分为左右两部分，其底部为向下的倾斜面。从侧面看，可以明显看到上唇转进口裂的转折面。上唇中间是上唇结节突起，下唇上部为向上的倾斜面，中间微微凹陷，两侧圆润、突出。下唇底部是凹进去的颜唇沟，是下唇结构的重要部分。上下唇闭合时，口裂及上唇上缘似弓形，下唇的下缘则为弧形。画嘴时，要将上下唇作为一个整体来表现，嘴唇的边缘线不要画得太“死”，要有虚实变化，要表现

出结构的转折。

耳朵主要由耳轮、对耳轮、耳屏、对耳屏、耳垂几部分构成。画耳朵要抓住其外形特征，要注意外耳轮的转折变化以及各部分之间的连接关系。一般来讲，耳朵的长度是宽度的两倍。从侧面看，耳朵的倾斜角度和鼻子大致相同。画正面人物速写时，耳朵要画得概括一些，但其基本的形状和位置要画准确。画侧面人物时，由于耳朵处在头部的中间和前面，因此要画得具体一些。

面部五官其中特别是眉眼和嘴，是透露人物思想感情的重要器官。有时人们形容一个机灵的人能“眉听目语”，或把眼睛比喻为“灵魂之窗”，都说明它们是传神的关键部分。为了正确生动地画好这些部分，不仅要熟悉它们的基本机构和特征。更重要的是理解五官由于脸部表情变化而形成的相互关系。不注意五官周围肌肉的变化和相互关系，表情就画不自然。

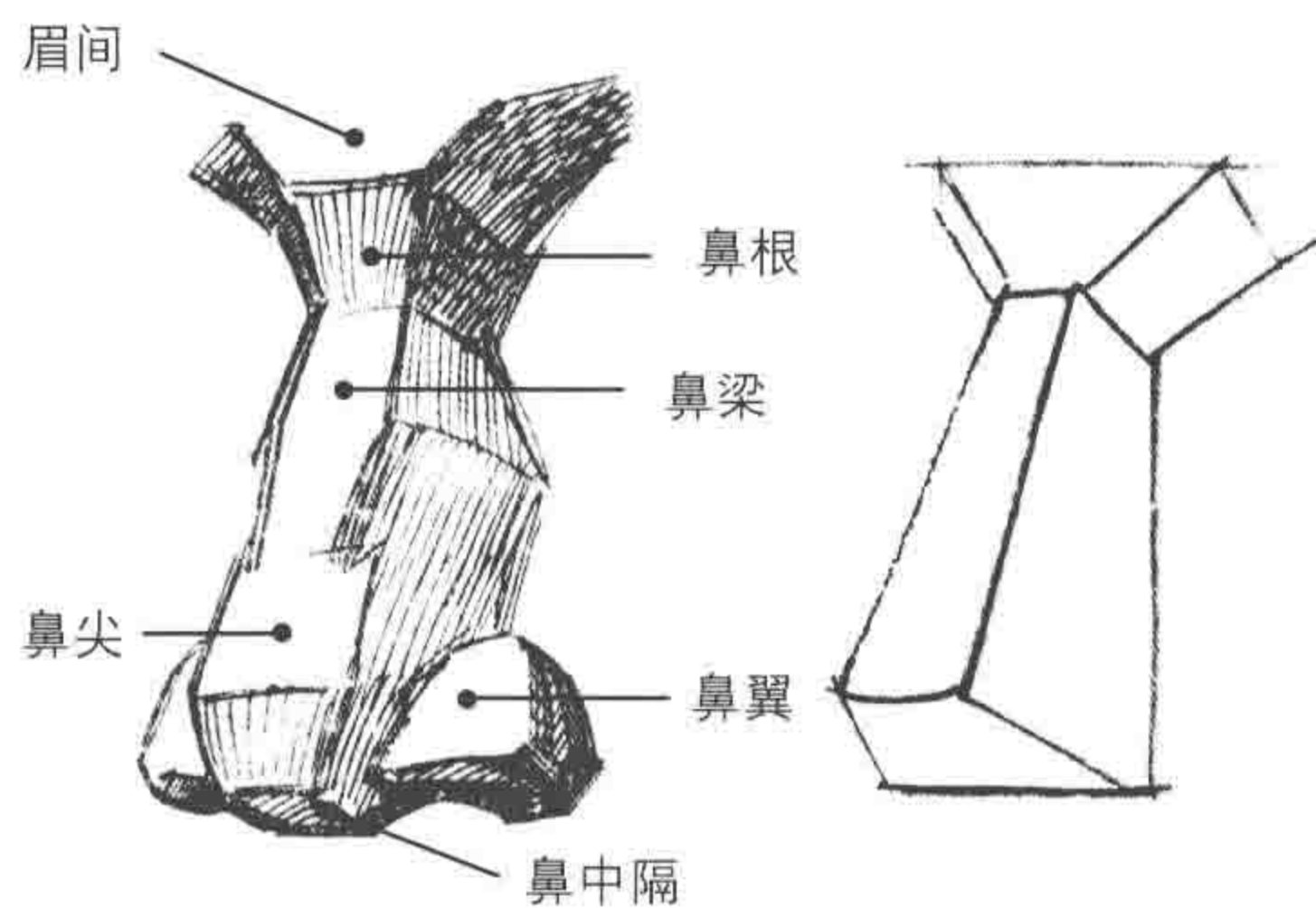
不同的人，其五官有着不同的外形特点，画人物速写时要抓住不同人物的五官特征，切忌概念化。



眼睛的外形



在外眼角处，上眼睑重叠在下眼睑之上，上下眼睑均有一定的厚度。随着眼睛的睁开和闭合，上眼睑会产生折叠和舒展的变化。

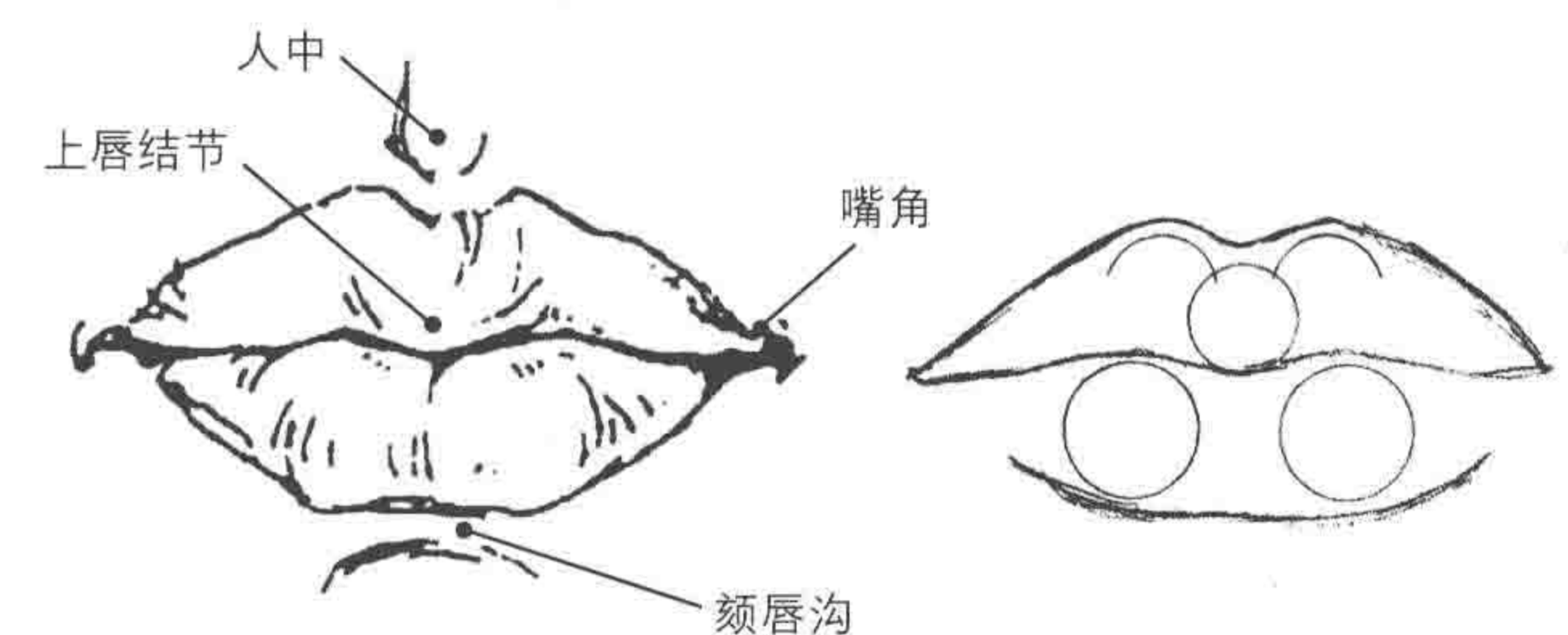


鼻子的外形

鼻子基本由四个面构成，即鼻梁正面、鼻子底面和鼻梁两侧的面。

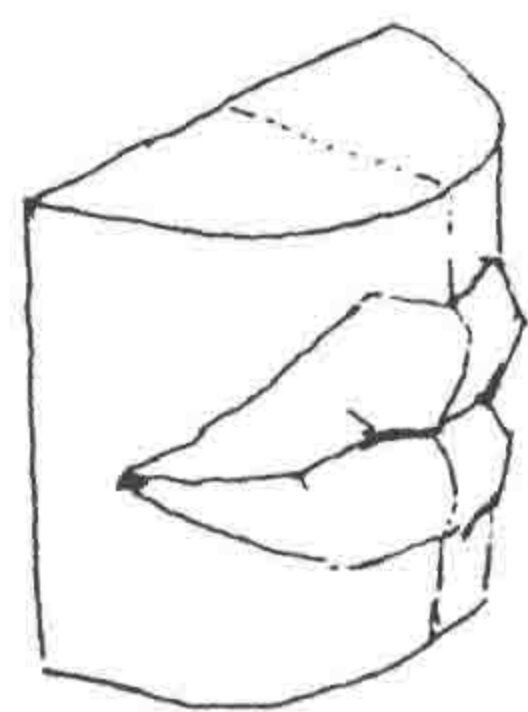


画嘴既要考虑其造型特征，又要考虑与嘴的关系。要注意上嘴唇和鼻子之间的形状是凹陷的、凸起的，还是笔直的。

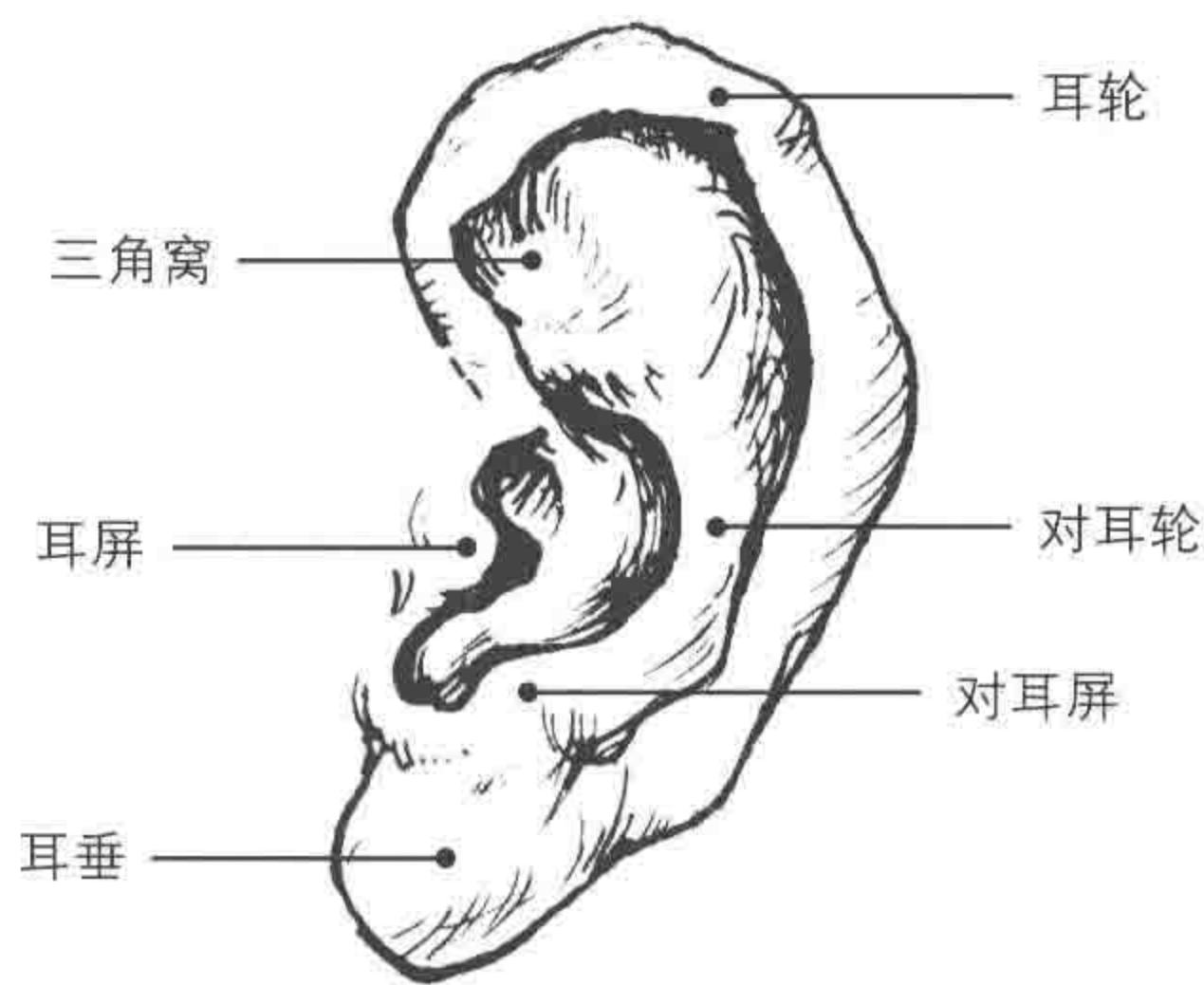


嘴的外形

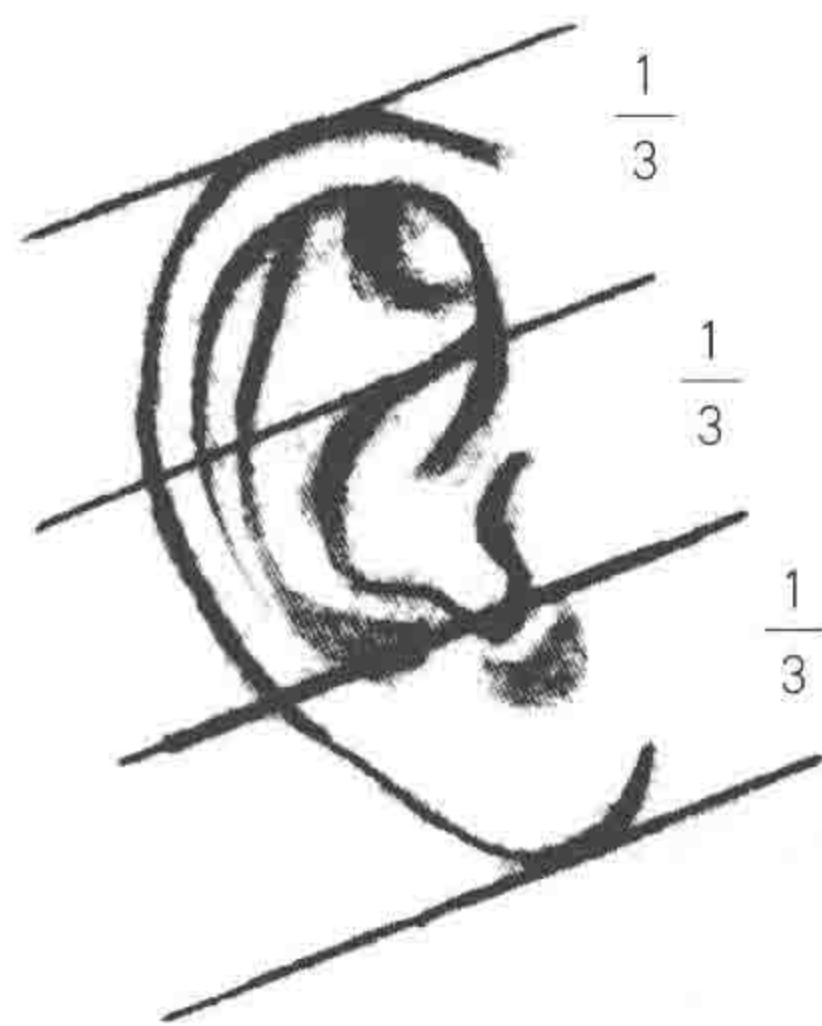
上嘴唇的正中部分较突出，下嘴唇中心的两侧较突出。



画嘴时，要将上下嘴唇作为一个整体来表现，要表现出结构的转折。



耳朵的外形

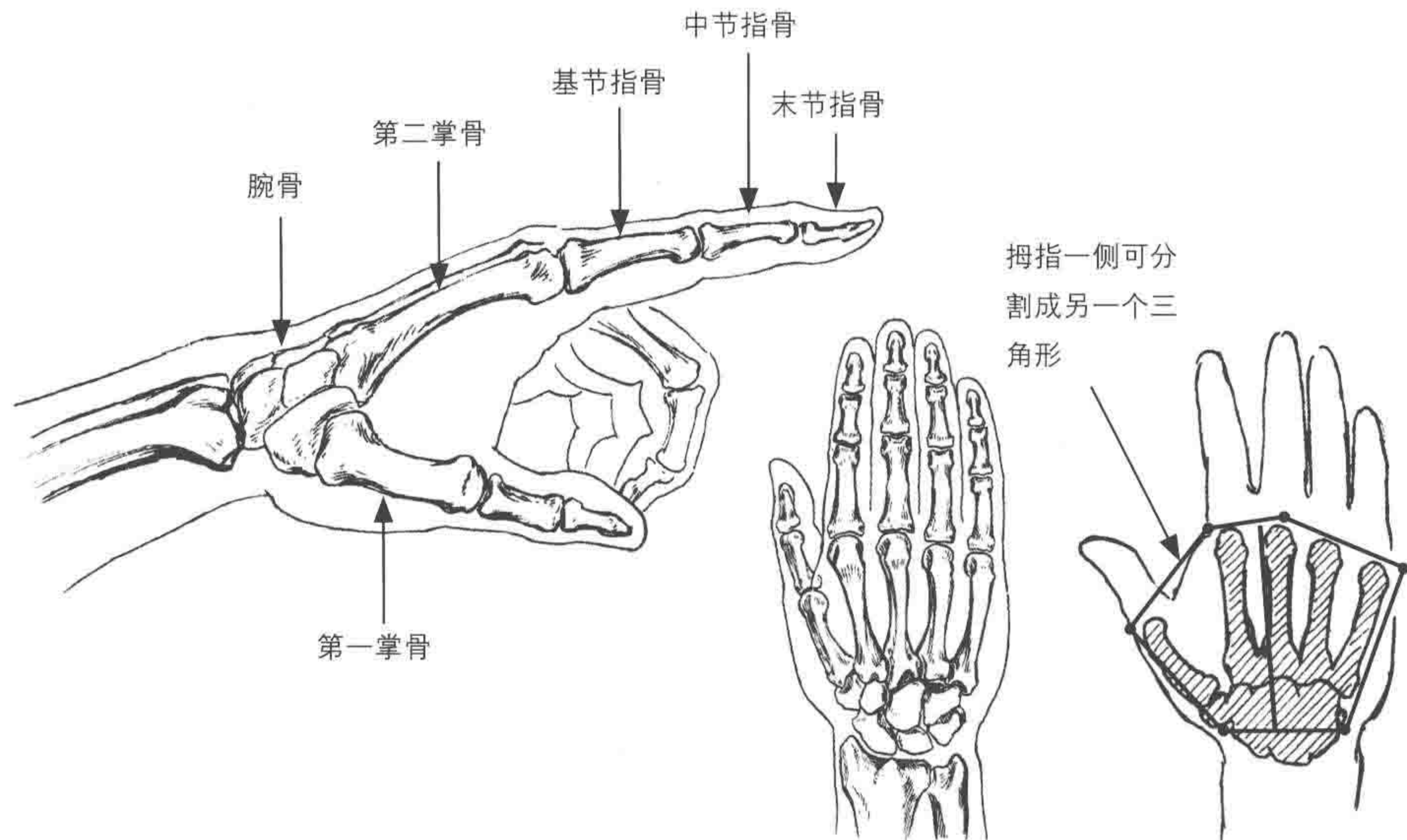


耳朵的宽度约为长度的二分之一，从纵向上看，耳朵可分成三等分。

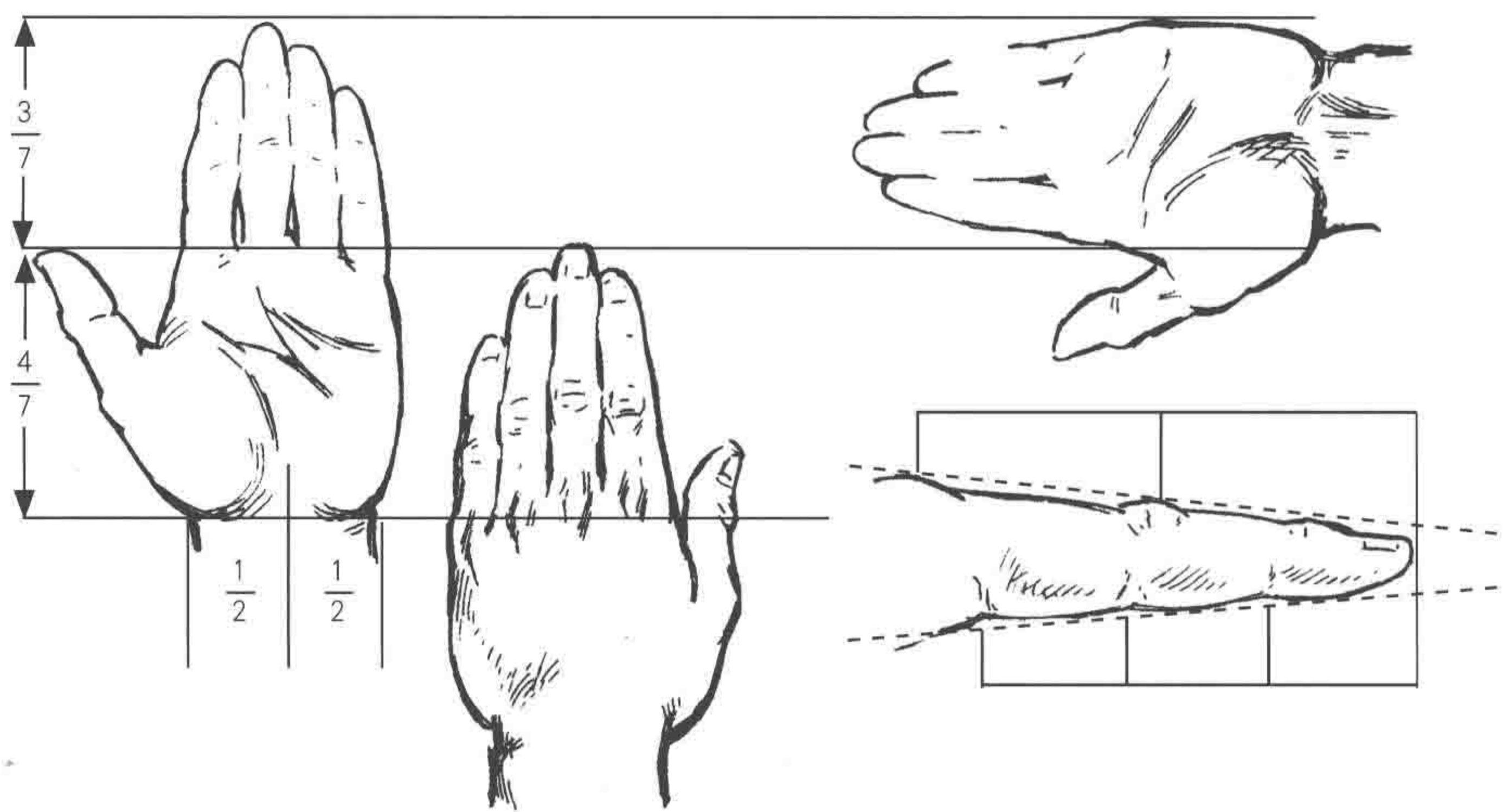
九、手部的表现

手部骨骼由8块腕骨、5块掌骨、14块指骨及数个籽骨构成。腕骨位于手掌与前臂之间，它犹如桥梁，把手掌与前臂连接起来。5块掌骨整体呈弓形，下端为隆起的关节。指骨中的基节指骨最长。手掌可以理解成一个六边形的体积，在这个体积中，拇指一侧可分割成另一个三角形。

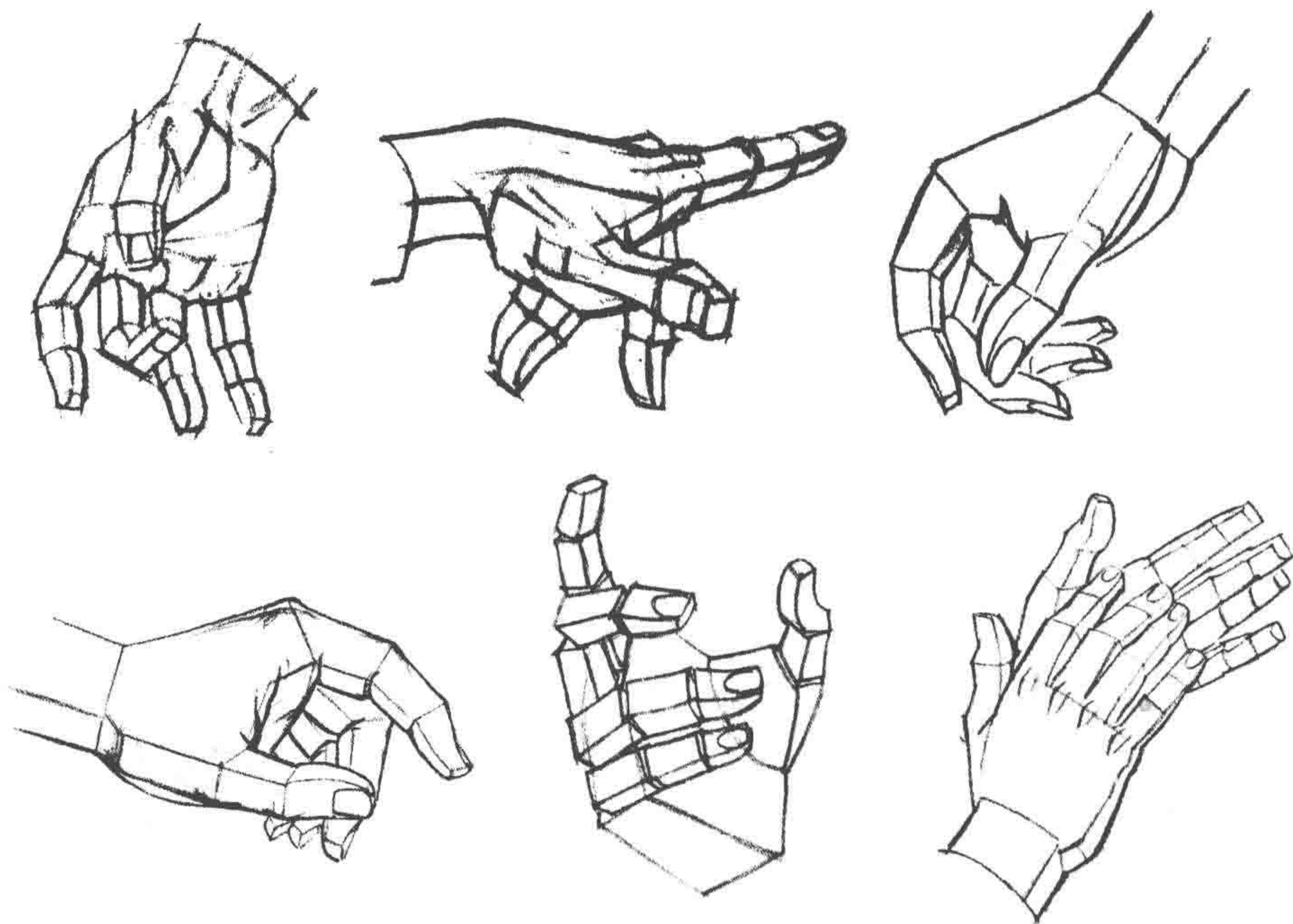
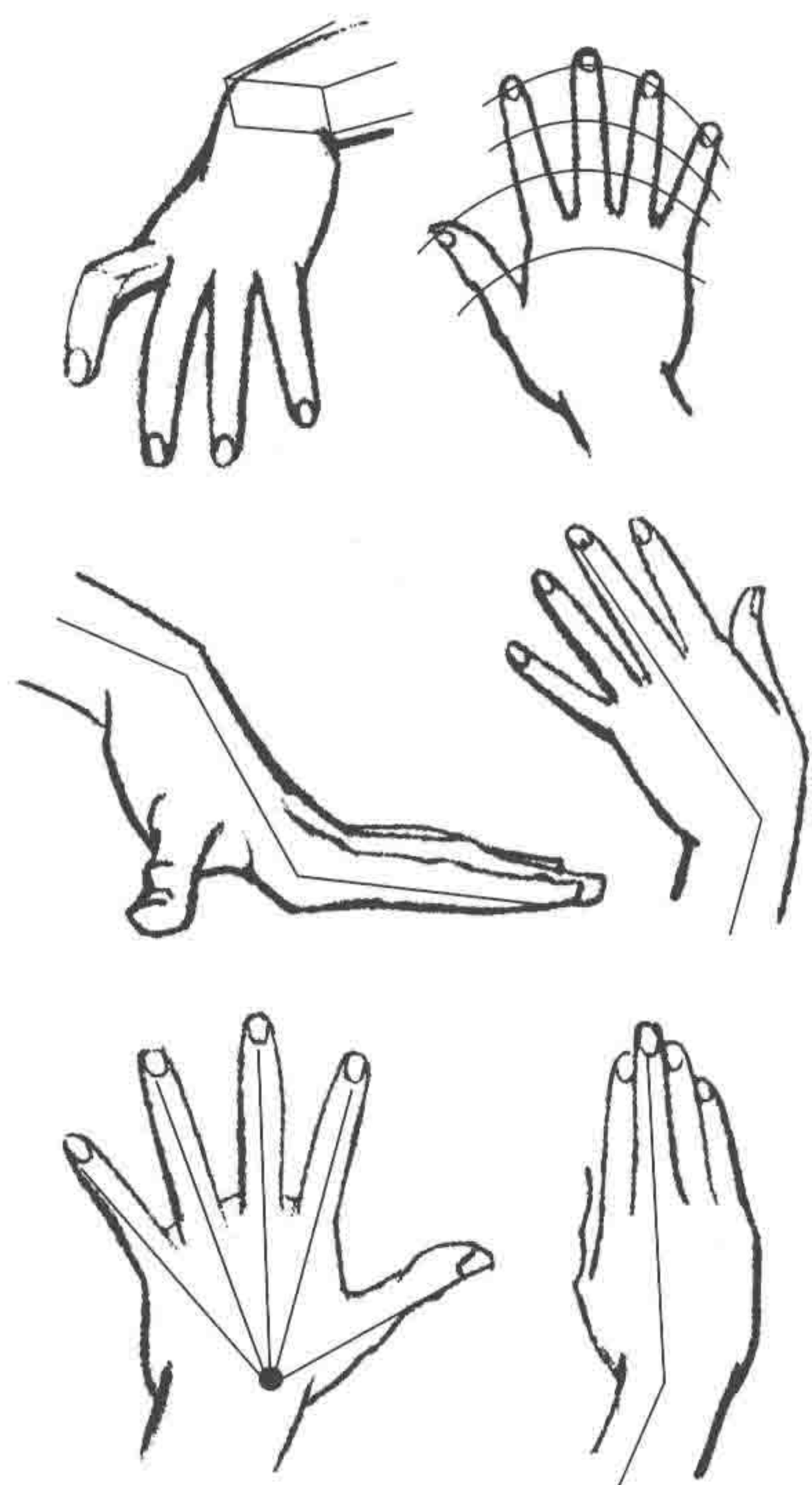
要画好手，就要了解手部的形体结构，包括手指与手掌的关系、各手指之间的关系、关节的运动规律等。画手时要注意两个要点：即手的形状与透视变化、手掌与手腕所形成的角度。画手的动态必须从整体着眼进行分析、研究手腕和手掌最基本的造型，确定手指各个关节的位置，包括各手指尖的位置，最后把它们有机地联系起来。



在 手部骨骼中，指骨的中间部分较两端细，关节处呈方形，指尖略呈三角形。五根掌骨呈弓形，上端形成隆凸关节，屈指时呈圆球形。手掌可以理解成一个呈扇面状的六边形体积。



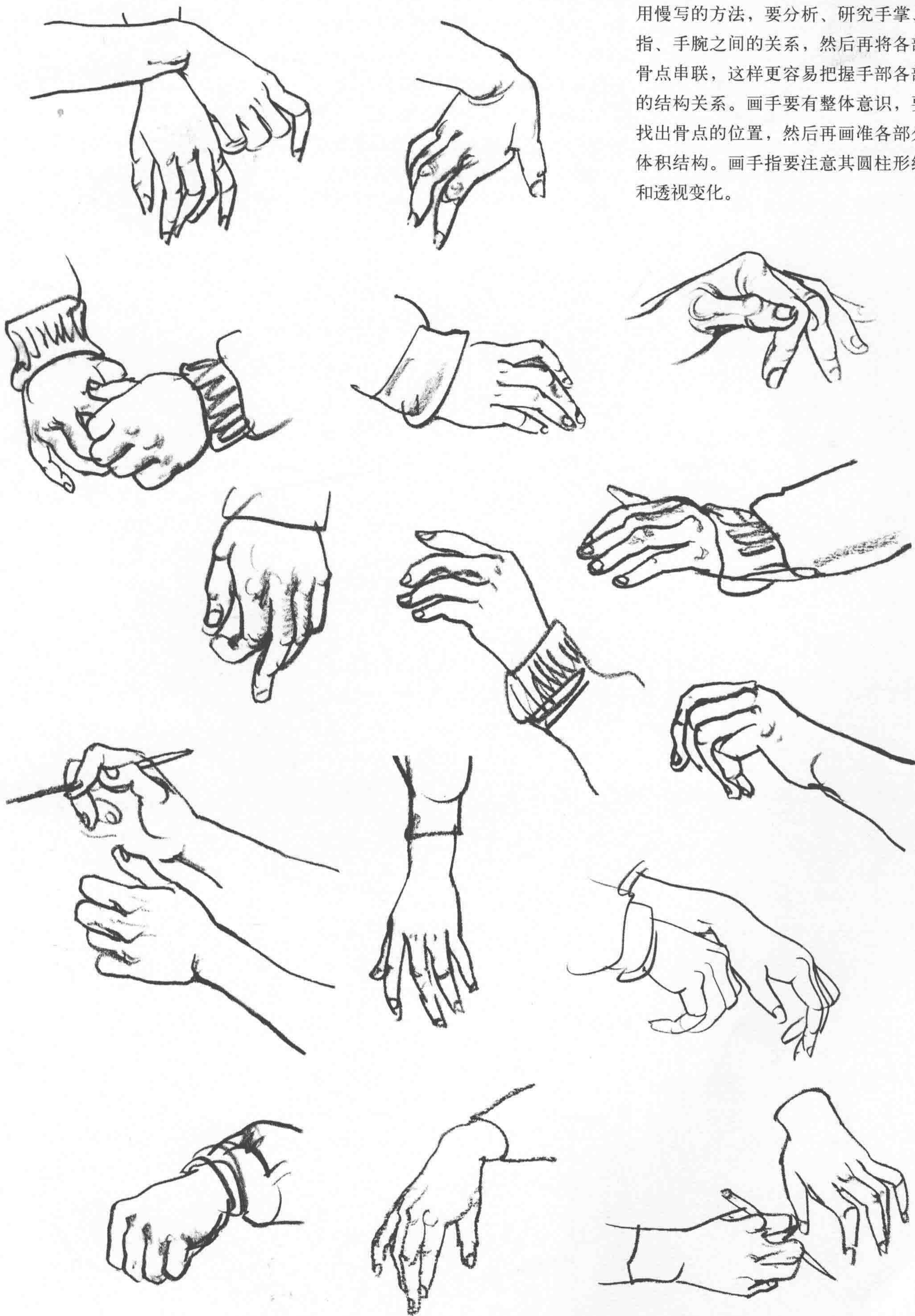
从正面看，中指的长度约等于整个手长的 $\frac{3}{7}$ ，手掌的长度约等于整个手长的 $\frac{4}{7}$ ，手掌的宽度约等于中指的长度。正面手掌的长度约等于背面中指的长度。



画手要抓住手部动态和结构点

将手指和手掌概括成几何形状，有助于对手部结构的理解。

刚开始进行手部练习时，可以采用慢写的方法，要分析、研究手掌、手指、手腕之间的关系，然后再将各部分骨点串联，这样更容易把握手部各部分的结构关系。画手要有整体意识，要先找出骨点的位置，然后再画准各部分的体积结构。画手指要注意其圆柱形结构和透视变化。



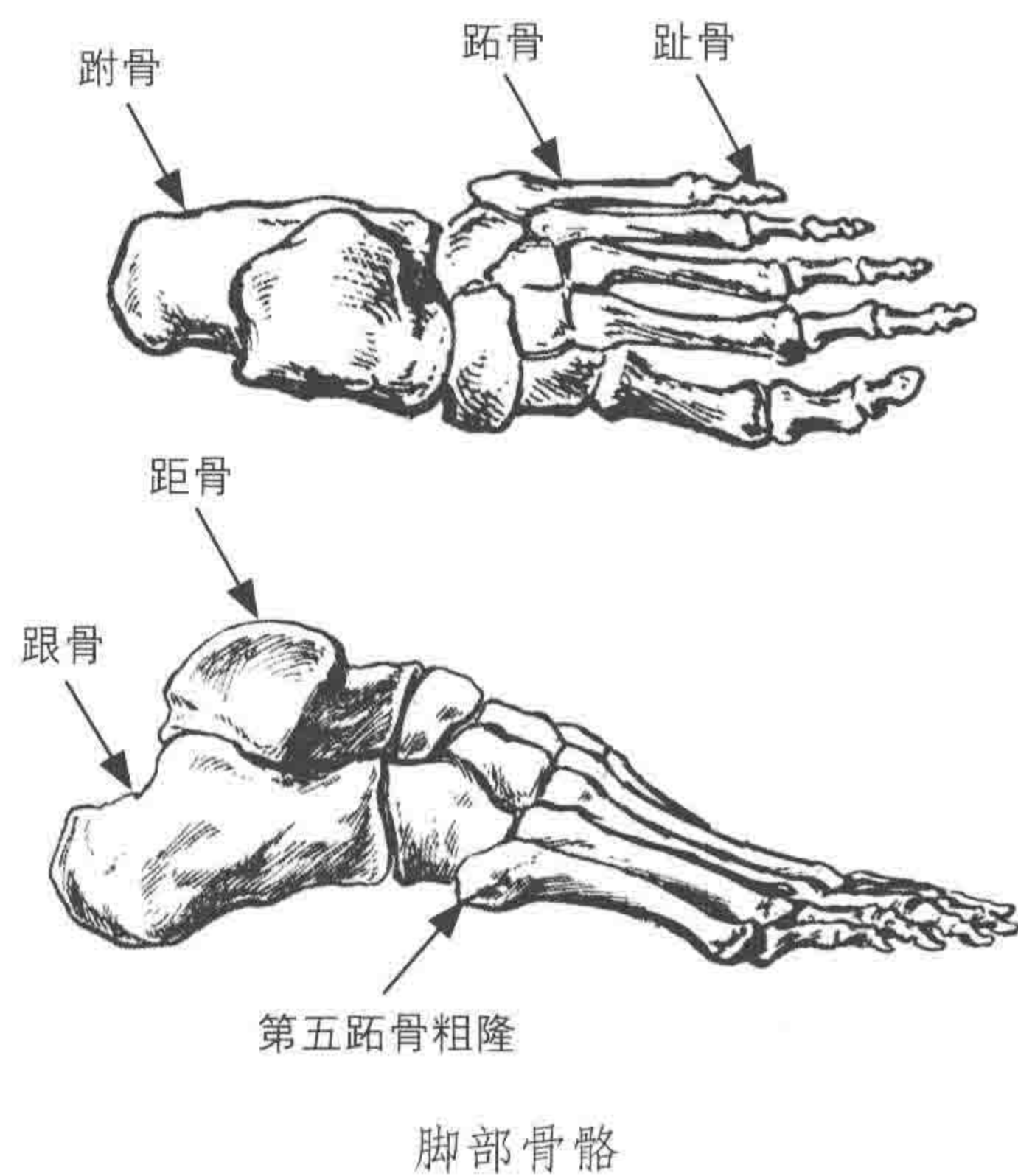
手部的表现

十、脚部的表现

脚部骨骼决定了脚的基本形，要画好脚首先要了解脚部骨骼和形体结构。脚部骨骼包括跗骨、跖骨、趾骨三部分。脚部的骨骼结构与手部相仿，不同的是指骨的长度占手部长度的 $1/2$ ，而趾骨的长度只占脚部长度的 $1/4$ 。

脚的整体呈前宽后窄、前高后低的楔形。脚跟部分窄而高，近似一个转

折面明确的方形体积。踝关节像一个相互咬合的榫结构，凹口为胫骨和腓骨，凸头为跖骨。踝关节可以做上提脚面 25° 和下伸脚面 30° 的运动，并可以通过跟骨和跖骨之间的关节做小范围的左右运动。脚的拇趾粗大、平展，形成独立体块，其他四趾依次变细变短，在自然状态下略呈弯曲状，四趾平拢。



脚部的运动是通过脚与小腿所形成的角度来体现的，作画时要注意观察脚弓、脚踝和小腿之间的关系。在全身人物速写中，大多数情况下画脚都是在画鞋，而鞋的外形体现了脚的形状。画鞋时要先画出鞋的轮廓，然后再画细节，刻画细节时不能忽略鞋的整体外形和透视变化。

从正面看，脚的内侧较垂直，内侧脚踝高于外侧脚踝，脚弓呈斜面状，内高外低。大脚趾跟部粗大，明显向内侧倾斜。

脚弓外侧的肌肉形成肉垫，使外形上多出一块弧形结构。



脚部的表现