

青少年美术技法基础教程

基础教程

# 真人头像

9

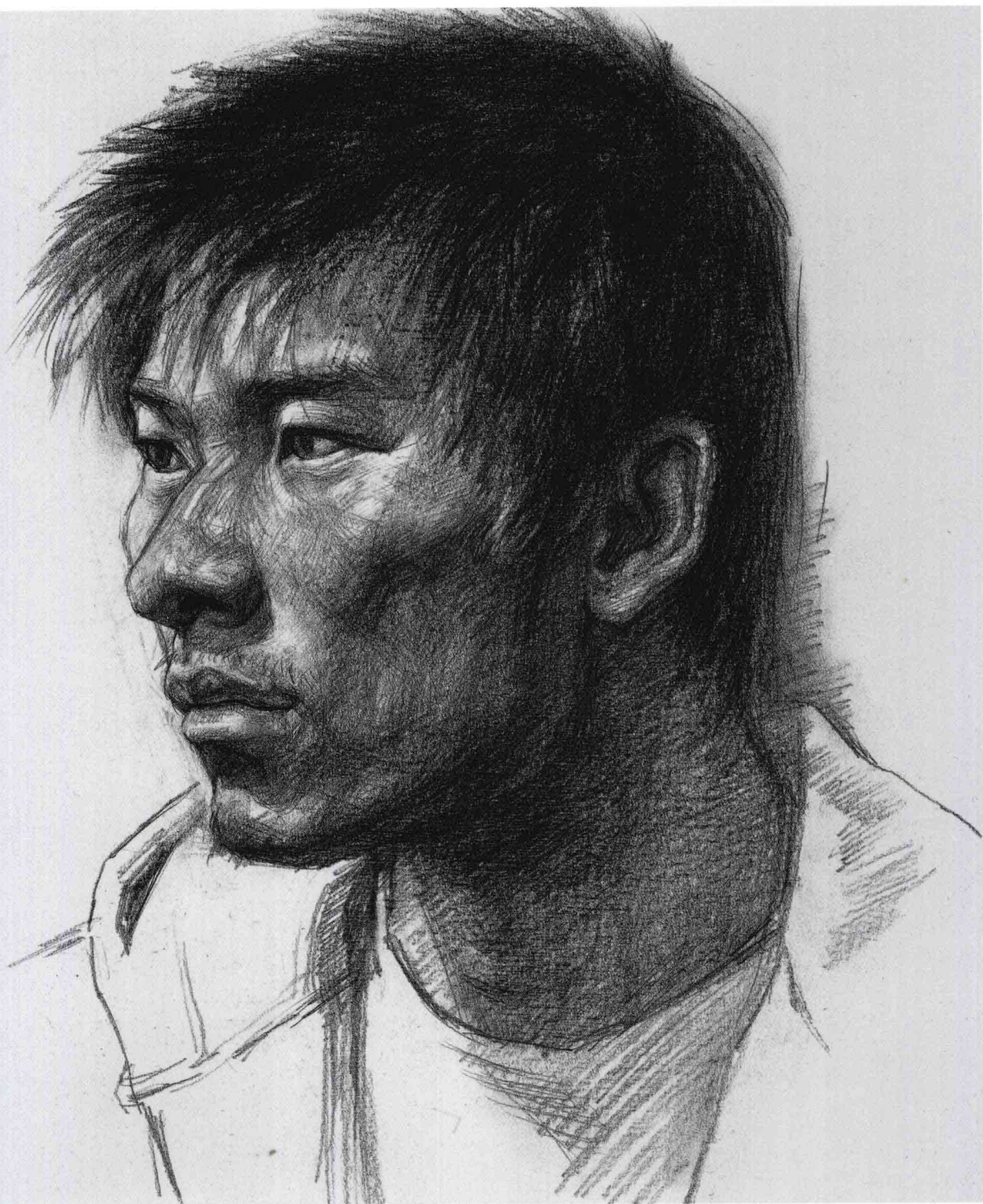
名师推荐

吴庆扬 金道红 著

■ 美术培训班教材

■ 美术特色高中教材

■ 美术爱好者自学教材



西泠印社出版社



# 真人头像



# 目录

- 素描头像写生概述及要领 / 3
  - 材料的质感表现 / 4
    - 材料的特点 / 4
    - 握笔方法 / 5
- 初学者在写生前应注意的问题 / 5
  - 五官的结构特征 / 6
    - 头部骨路分析 / 7
    - 头部肌肉结构 / 8
  - 头部基本形和比例 / 9
    - 构图 / 10
    - 观察方法 / 11
- 女青年头像写生 / 12-13
- 中年人头像写生 / 14-15
- 男青年侧面写生 / 16-17
- 男青年正面写生 / 18-19
- 老年人(男)写生 / 20-21
- 老年人(女)写生 / 22-23
- 优秀作品赏析 / 24-40



## 前言

当今社会是一个高速发展的社会，社会急需大量高素质的艺术类专业人才，艺术教育已成为一种重要的素质教育形式，它也是提高青少年人文素养的重要手段。作为艺术教育工作者，我们意识到自己的社会责任，觉得有义务把自己丰富的教学经验和实践经验为绘画爱好者提供必要的帮助，于是组成以尤再进为主编，金道红和吴庆扬等为编委的写作班子，精心编写了这套基本入门丛书。

编者以多年的教学经验，在书中总结出一套深入浅出、行之有效的训练方法，并结合相关艺术知识点，强调艺术素质及专业兴趣的培养，提高学生的自学能力。本书共分10册，从最简单的几何体、静物到石膏像、头像，色彩等相关内容。本教程深入浅出、循序渐进地设置了不同的课题和练习，规范而系统地介绍了运用线条、明暗表现物体体感、质感、空间感的专业知识，使绘画爱好者少走弯路，尽快掌握绘画基础知识和技能，为早日考入大中专艺术院校，成为素质全面、富有创造力的专业人才打好基础。

## 素描头像写生概述及要领

素描真人头像的写生对于参加中考、高考的青少年和在各院校学习美术专业的学生来说，往往是一门必不可少的课题。许多学画者怀着满腔热情坐在真人的面前，面对着能动的嘴、会眨的眼睛、表情不断变化的脸、时常晃动的姿势，往往无从下手，或者力不从心。由此可见，真人头像的写生与石膏头像的写生有着很大的区别，应该说对绘画技巧的要求更高了。要画好真人头像，显然还要进一步学习本领。

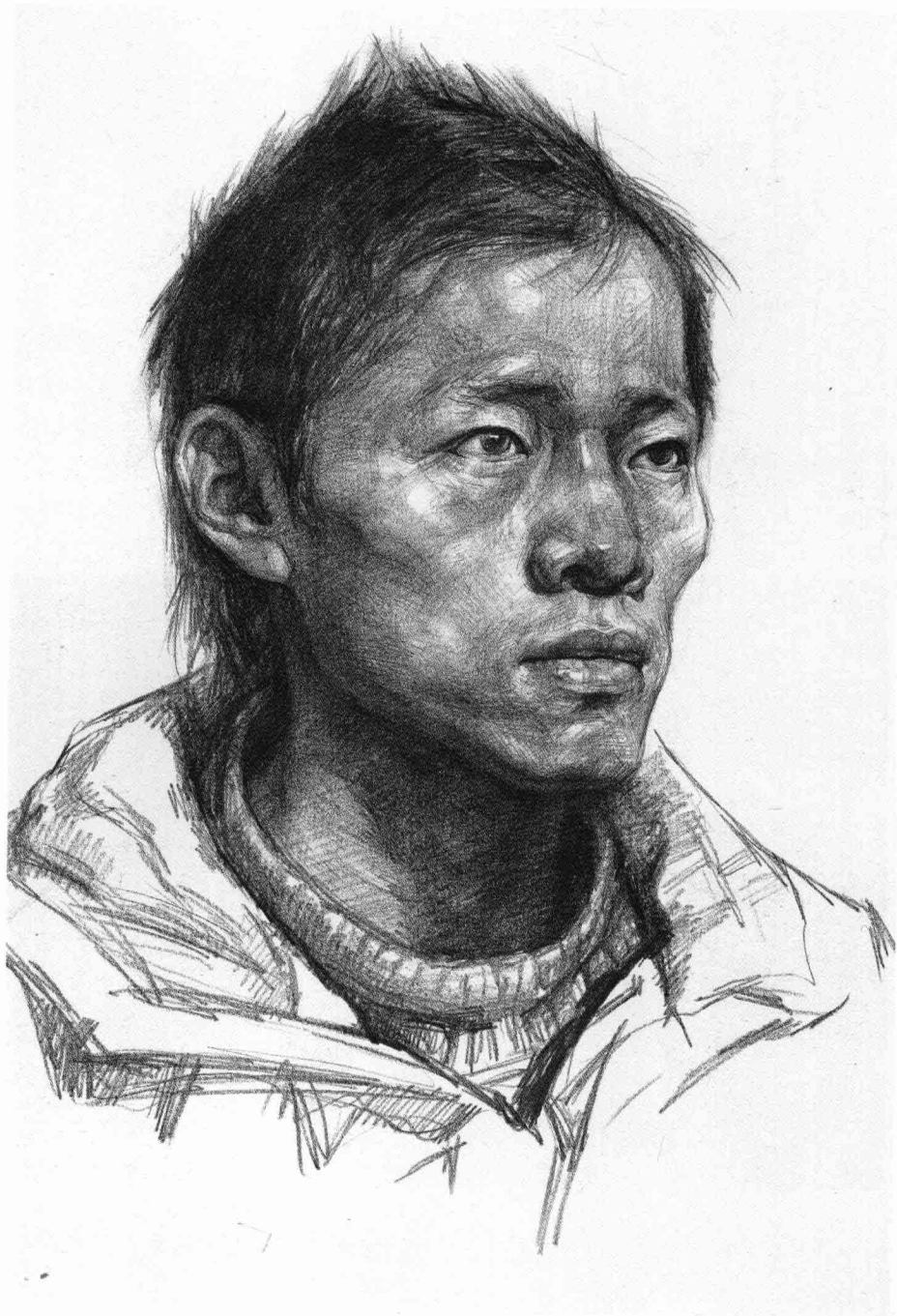
人的头部是一个复杂的形体，如果不掌握一定的基础知识，练习的盲目性就很大。因此本书首先介绍了头部的骨骼、肌肉以及透视知识。为了帮助大家理解和掌握头部的塑造，本书又结合了许多实际图例，对有关的基础知识，像如何运用明暗关系和线条来塑造形体，如何掌握从起稿到结束的全过程等等，用简单明了的语言进行了有条不紊的介绍。

画人物素描总是从头像写生开始的，因为头像是人最生动传神的部位，头的形象可以反映个人的全部精神面貌。真人头像没有石膏头像那样经过艺术概括的形体和单纯的色彩，但是更加自然、生动、丰富。头像写生能更有效地锻炼我们的观察能力，概括能力和表现能力，是素描基础训练中学习人物的主要课程之一。

画头像时，要做到形神兼备，不可画得象雕像一样要抓住对象的神情特征，这样才能画得“象”画的“活”。在作画时，首先要了解五官，并画好五官。应强调五官在头像的主导地位，研究头部及五官的形全特征、质感、神态，熟悉头像写生的方法步骤，掌握一定的表现技巧。只有通过大量的头像写生训练，才能全面、规范地培养初学者在观察感受、构图造型、比例透视、形体塑造、质感、量感、技法表现等各方面的把握能力。

此外，对人物的不同皮肤、毛发的质感的表现及虚实强弱的外理是十分重要的。

素描头像是一门重要绘画课程，同时也是高等艺术院校美术专业入学考试的必考科目之一，在本书中作者总结了一套由浅入深、行之有效的训练方法，并结合相关知识，强调艺术素质及专业技能培养，提高学生的自学能力。





# 材料的质感表现

每种材料都有其个性特征，不同的材料有不同的质感效果和画法。在学习、临摹别人的优秀作品时，不仅要研究他们的造型特点、构图、塑造方法、线条的风格等，还要注意其材料的运用，感受不同材料所散发的魅力及产生的不同效果。对材料的熟悉、了解是绘画的基本功之一，也是绘画素质、能力提高的关键条件。但是，建议初学者不要常换工具材料，因为基础造型练习的目的是为了掌握造型的基本规律，不要顾此失彼，因小失大。其次，要遵守循序渐进的原则，不能迷恋于追求各种材料的效果而浪费了有限的精力，偏离了对绘画本质的追求。



炭精、木炭 尼古拉·费欣



色粉笔 鲁本斯



炭笔 丢勒



炭精、木炭 尼古拉·费欣

## 材料的特点

**炭笔：**浓重厚实，质地松软，有较强的对比效果。

**铅笔：**层次丰富、细腻、流畅，性能稳定，有利于塑造和刻画细节，易于修改，是应用最广泛的绘画材料。

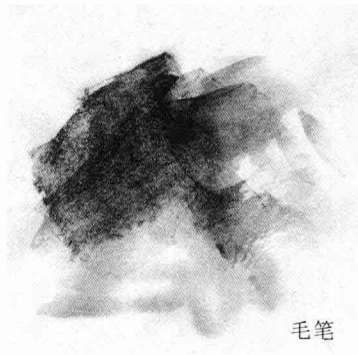
**木炭条：**质地松脆，线条粗犷有力，块面干脆利落，可重复涂抹。担易脱落，需要用专业定画液来固定。

**炭精棒：**质地更硬脆，对比强烈，不易修改，易脱落不好保存，要用专业定画液来固定。

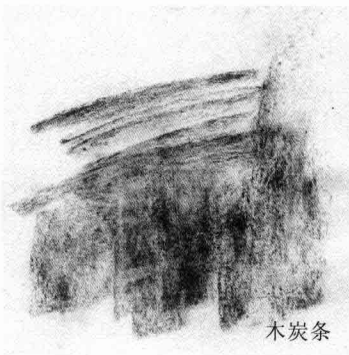
**色粉笔：**质地松软，层次丰富，既可表现粗犷强烈的效果，也可细腻刻画。要具有较强绘画能力才能掌握。

一般可用于素描的工具材料有很多种，而且容易准备。工具材料大致有：铅笔、炭画铅笔、木炭条、炭精条、铅画纸、素描纸、卡纸、水彩纸以及橡皮、美工刀、定型胶水等等。无论哪种工具，一定要经常使用才能得心应手。

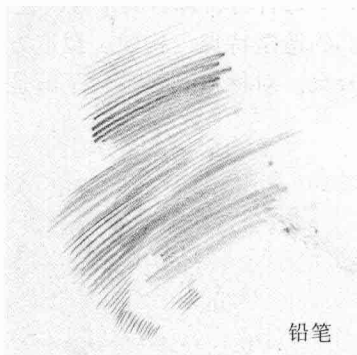
在素描头像中，线条的运用是十分重要的，主意线轮廓的准确，用线时，要根据对象的结构、明暗、注意线条的轻重、软硬节奏的准确。合理运用线条可以表现对象的体积、结构及空间关系。



毛笔



木炭条



铅笔



色粉笔



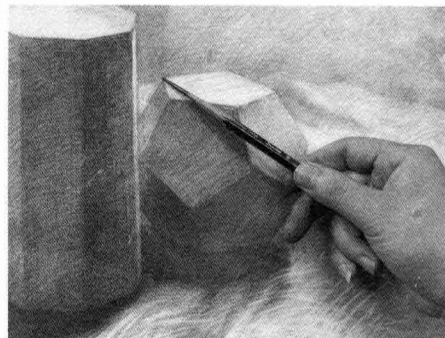
炭笔



炭精条

## 握笔方法

素描握笔方法以方便使用，能充分发挥其特性为原则，握笔的手，要内部空而松，并能灵活运用腕力。主要方法有持棒式和书写式两种。持棒式就是铅笔不穿过虎口而置于掌下的横握执笔方法。它能充分发挥手腕的灵活性，最大限度地调动指、腕、肘、肩的活动范围，既可作细部刻画也可流畅地画出大面积色调。炭笔、木炭条也多采用此法。书写式即像握笔写字那样，可以将小指作为支撑点，便于调整画面角度和用线力度。这种方法画出的线通常短而硬，用笔范围较小，便于描绘细微的地方。初学者一般以持棒式执笔为宜。



## 初学者在写生前应注意的问题

### 位置和视点

首先对对象的各个角度进行观察、感受，确定角度，然后再确定作画位置。作画位置应和对象保持一定的距离，不要太近，以致看不完整对象；也不要太远，以致看不清，难以刻画。一般我们选择相当于描绘对象高度和宽度的三倍左右距离的位置，因为这样的距离具有较好的空间感和距离感。

视点说的是固定作画位置和视点，选好作画位置后，视点要固定下来，不要任意移动。这里说的固定作画位置和视点，只是说从“一个点”上描绘写生对象，并不是说写生过程中脑袋得一动不动，事实上作画过程中需要从各个角度去观察研究对象，但在画面上只能有一个视点。

另外还需要注意一个问题，就是画板的位置高低与角度尽可能做到与视线保持垂直状态。但通常放置画板总是略有倾斜，中心略低于眼睛，作画时可略有俯视。



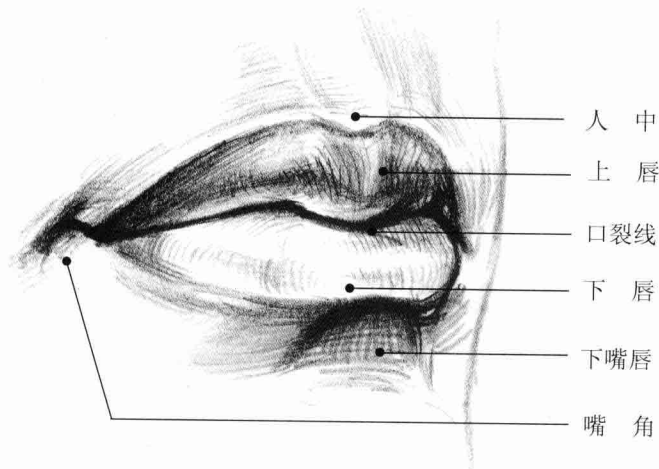


## 五官的结构特征

眉、眼、鼻、嘴、耳构成人的五官，它们都具有对称的特点，每一个人又都有自己的特征的五官，结构大同小异，特征却完全不同，东方人，西方人，又有明显的差别，要善于观察、表现。

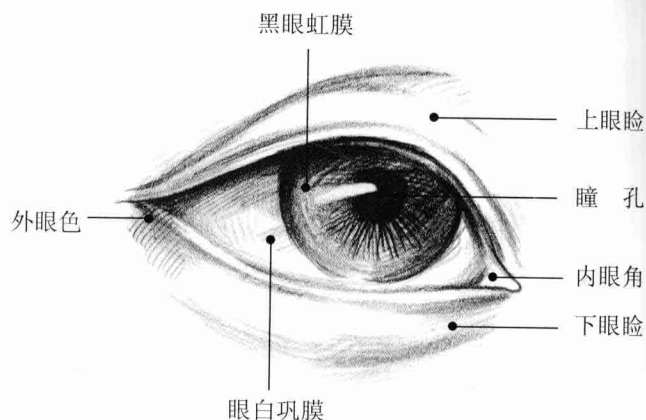
### 嘴巴的基本结构

嘴巴的结构主要由上下颌骨、牙齿、口轮匝肌、上下嘴唇、人中等组成。牙齿和上下颌骨构成嘴部外在造型的框架。而口轮匝肌附在这一骨架之上，人中位于口轮匝肌之上。最外部由皮肤覆盖。



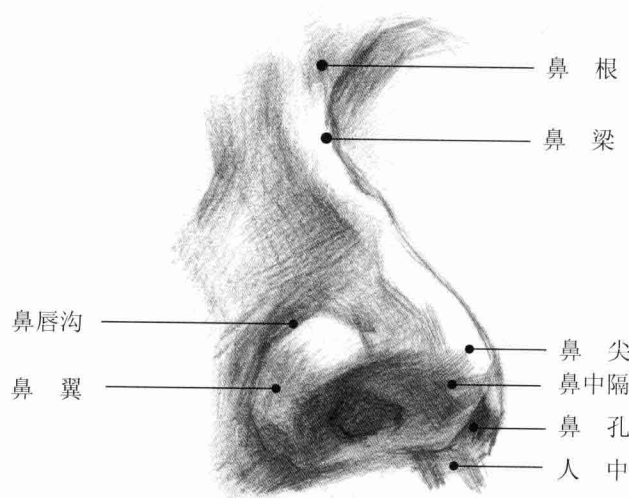
### 眼睛的基本结构

眼睛的结构主要由眼眶、眼球、眼轮匝肌、眼皮、瞳孔、眼睫毛组成。眼睛以眼球为中心，眼球镶入眼眶内并被眼轮匝肌、眼皮包裹，可概括为半球状。一般内眼角位置高于外眼角，内眼角有泪囊，所以它要比外眼角大、宽而深。



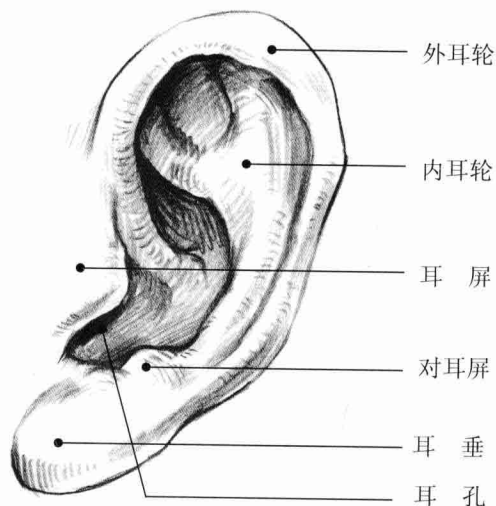
### 鼻子的基本结构

由硬骨和软骨构成，并直接同面部颧骨联结。鼻根同眉毛联结，并基本呈梯形。鼻头呈球状，它是鼻子的最高点，同时可看成鼻子的中心，它直接同鼻梁、鼻中隔、鼻翼、鼻孔联结。鼻翼呈外展的三角形状，可分为辐面和厚度面两块。鼻中隔呈钩状。鼻孔呈椭圆状，由鼻翼与鼻中隔和悬突的鼻头相连接而成。



### 耳朵的基本结构

耳朵主要由内外耳轮、耳垂、耳屏、耳孔等组成。整个耳的造型呈内平外圆、上大下小的椭圆形。其轮廓像字母“C”。耳宽一般为耳长的1/2，耳宽为耳轮的最大宽度，即耳轮与耳屏的最大间距。整个耳部稍稍向脑后倾斜，成15度角。

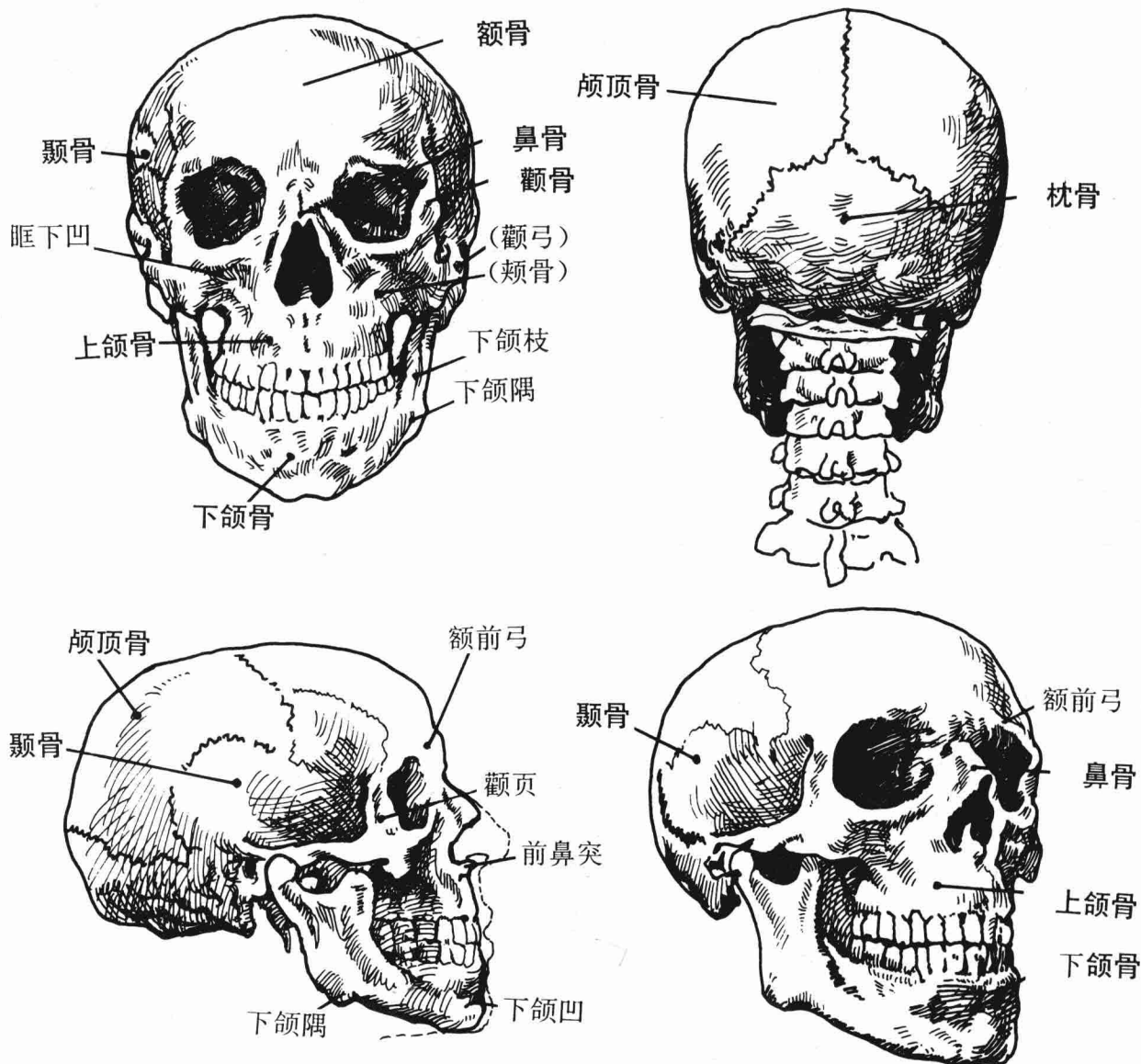


# 头部骨略分析

每个物体都有已自己的形体结构,形体结构指形体表面各部分的组合穿插,是造型素描的构成基础。简单的物体,如立方体、圆柱体等,其结构一目了然,容易观察和表现。而复杂形体的描绘,一定要建立在对物体结构有充分理解的基础上,才能准确表现对象。人物素描也不例外,要准确地表现人物对象,就得认真学习人体形体结构的依据—艺用人体解剖。艺用人体解剖是绘画学习及创作活动的一门必须具备的基础知识。

想画好一张头像素描,首先要了解头骨结构。头骨是头部造型的根本,它的形态和表面起伏都会在人物头部的的外形上表露出来,头骨结构决定了头部的形态特征。头骨是由脑颅和面颅两部分组成的,只有下颌骨可以做上下、前后、左右各方向运动,其它骨骼都是固定地紧密结合在一起的。其次,头部肌肉的学习对刻画人物特征、表情至关重要。头部肌肉大致分为表情肌和咀嚼肌两类:咀嚼肌包括咬肌和颞肌,连接骨头产生运动。表情肌分布于眼、眉、口、鼻四周,牵动表皮和五官的运动,表现各种表情。一个完整的真人头像素描包括头、颈、胸关系,因而也要增加颈部和胸部的解剖知识。颈部呈圆柱状,随脊椎骨的弧线变化而变化。

我们学习解剖知识是为了掌握头部基本造型规律和各个体块之间的穿插关系,这是学习头像素描的前提。而许多初学者急于求成,不愿发时间去学习解剖知识,对着模特盲目地画,这样是不会有太大的进步的,而且容易犯一些低级错误。当然也不能死学解剖知识,医生能画出一张准确的人体解剖图,但他不是画家。绘画艺术不是被动地再现对象,而是生动地表现对象,解剖知识即使了解得再准确、再具体,也只是完成了认知上的基础问题,关键还是要在实践上下功夫,对解剖知识是有选择、有目的的运用。

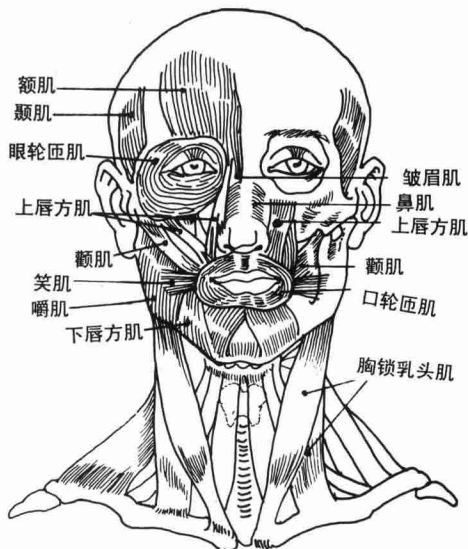




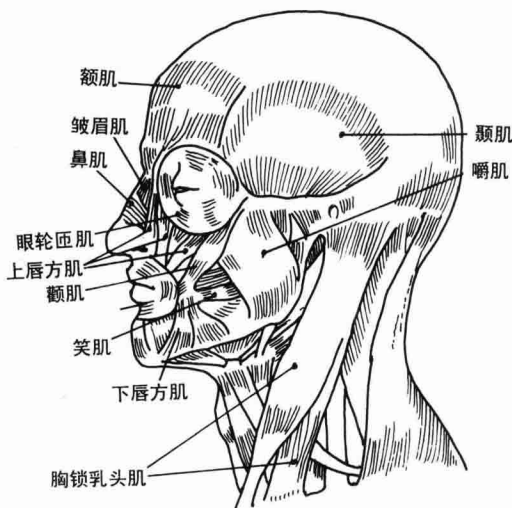
# 头部肌肉结构

头部肌肉是构成人物头部基础特征的重要成分。了解头部肌肉的走向、位置和体积的厚薄，是初学者必须完成的一个重要练习课题。掌握这方面的知识，就为画好头像定了基础。头部的肌肉名称如图所示。对于初学者来说，要像医生那样去了解肌肉是十分枯燥的，但我们必须了解肌肉的功能和感情作用。

头部的肌肉是依附于头骨相互作用的，比如颞肌和嚼肌，一是收合下颌骨，一是放开下颌骨。我们吃东西的时候就要靠这一组肌肉的收缩与扩张来起功能性作用。又如上唇方肌和下唇方肌也是一组相互作用其所长肌肉，一是咧嘴、一是撇嘴；一是惬意、一是疑惑，这就是带有感情的肌肉。实际上，喜、怒、哀、乐、思索、惊讶、微笑、好奇，都是通过肌肉的运动来表达的。同学们除了要了解肌肉的走向、定位和形状外，还要了解肌肉的厚薄。一般来说，运动量小的肌肉显得硬而薄，如额肌、颞肌，运动量小的肌肉显得软而厚，如口轮匝肌、眼轮匝肌、上唇方肌和下唇方肌。细心地观察分析和了解肌肉的软硬厚薄，才能在表现过程中突出方圆，有骨有肉。许多初学者急于求成，不愿花费时间去学习头骨结构和肌肉解剖的知识，对着头像盲目地画，结果，画不来而且进步很慢。



肌肉结构正面图



肌肉结构侧面图

一个头像由各种不同的体积构成，每个局部都占有一个独立的空间。在画头像时要在整个头部的大整体中看出各局部之间的正确比例和转折面之间的关系，就必须强调以感性认识到理性认识为基础，重点理解头像各部位之间的内在联系，并主观概括和提炼人物头像更深刻和更整体的东西，用正确的判断和深刻的理解以及科学的方法来表现人物头像，才能塑造出头像立体的框架。



3/4 侧仰视速写练习



3/4 侧俯视速写练习

## 透视

透视现象在我们现实生活中是随处可见的。站在马路中心，会看到路两边的房子、树以及路面上的车道线都会渐渐的集中到正前方的一个消失点，在透视学中称这一点为灭点。穿越这一点的水平线叫视平线。一般说来，观察者在视平线以下即俯视，物体呈现“近低远高”、“近大远小”、“近宽远窄”、的透视现象。在绘事过程中，我们要应用透视原理来分析、观察，以准确描绘对象或运用透视原理增加画面的空间感。因此，在真人头像素描中，正确的理解、掌握因透视而产生变化是十分重要的。

由于透视的原因，原本等距的“三停”呈现近宽远窄的现象。因此，要注意头部各比例关系在不同角度、不同透视中的变化，不可死搬硬套。

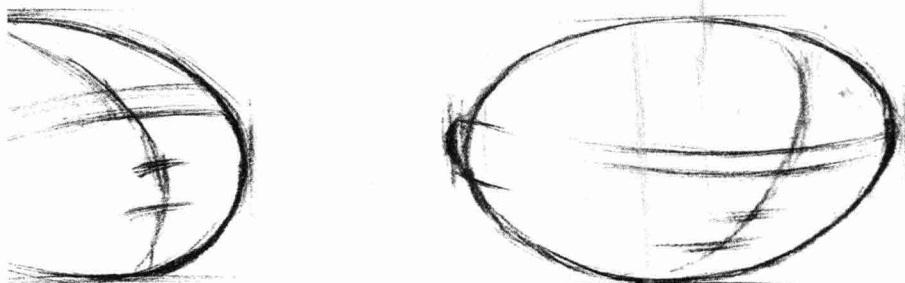
### 注意事项：

距离模特较近时，特别是近点仰视或俯视时，在视觉上形成明确透视感，可运用透视原理作“近大远小”“前实后虚”等外理。而被画物较远时，透视感不是特别明显，就不适合同大透视表现。但可以借用背景的透视关系，适当地增加空间感。

# 头部基本形和比例

头部基本形可以比作一个蛋，随着颈部的运动，可以前后左右的转动，而且由于视线的高低和视角的不同，头部会呈现各种透视变化。

头部比例从正面看为一个蛋形，高稍长，宽稍短，眼睛在高度的1/2处；侧面看为两个蛋不同方向的重叠组合，高与宽基本相等，耳屏的位置外于宽度的中间。正面像的高度从发际到下巴分为“三停”，即：发际到眉弓，眉弓鼻底，鼻底到下巴，三部份的距离基本相同。正面像的宽度以眼长为单位相当于五个眼长。这就是头面部比例的“三停五眼”分析法，以此为依据抓准面部五官的基本位置及比例关系。

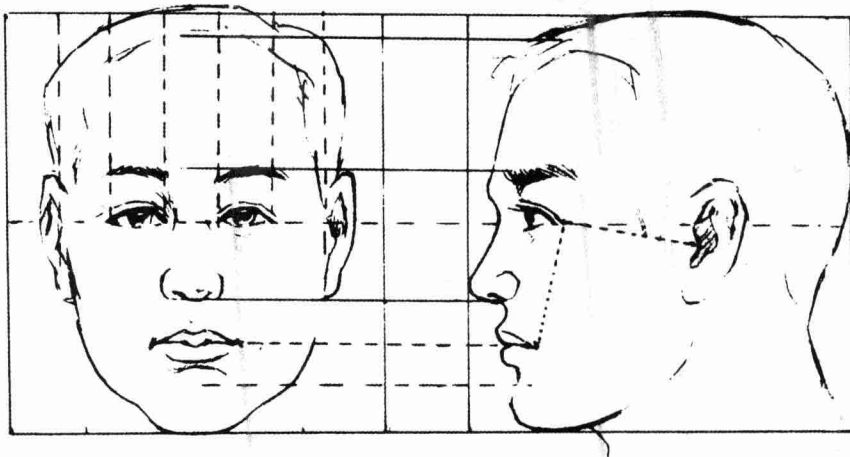


## 三停五眼

中国古代画论中有“三停五眼”的说法，“三停”就是从发际到眉间为一停，眉间到鼻尖为一停，鼻尖到下巴为一停，分成三等分。“五眼”就是两只耳朵之间有五个眼睛的宽度。两眼之间的宽度大约是一只眼睛的宽度，鼻宽与两眼间距离基本相等。

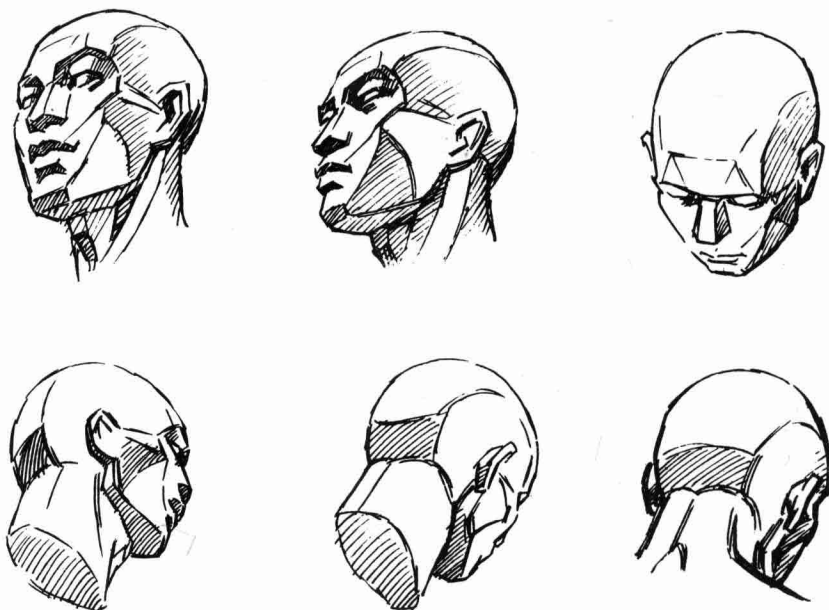
一般成人的眉间至下眼睑的距离，大约是眉间至鼻尖的1/3，下眼睑在头部总长的1/2处。但每个人各有其特征，因而要仔细分析、观察，灵活运用，相信自己的判断。

下唇线大约处于鼻尖至下巴的1/2处。



## 头部形体结构

形体结构是素描的重要列素之一，初学者应反复观察，从实践中了解头部形体的一般规律。研究、分析头部的形体结构，是帮助我们正确塑造人物头部形象的重要手段，而头部形体结构是建立在头部解剖结构的基础上的。了解头部的骨骼和肌肉之后，就能深刻地理解头部的形体结构；掌握了头部的基本形体概念，在塑造头部的形象时就会方便得多。



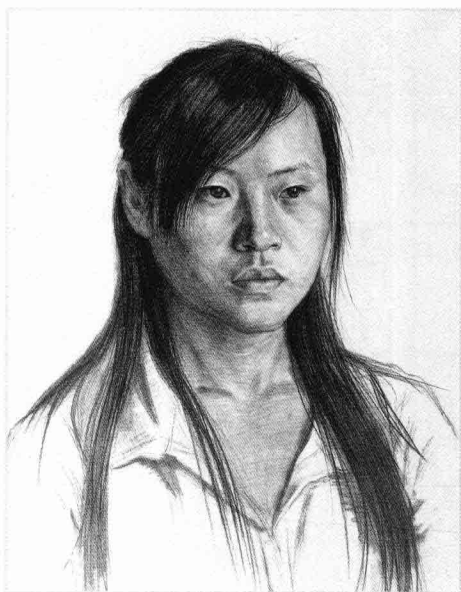


# 构图

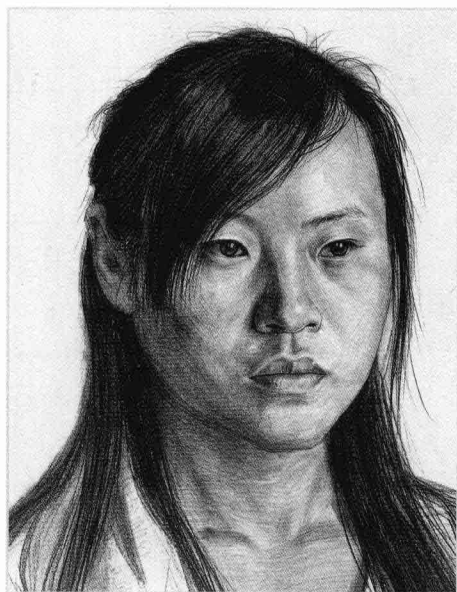
构图是绘画的第一步，是绘画作品表达思想内容的重要手段，它直接影响着作品的成败、优劣。美术院校在招生考试时，也把构图的好坏作为评分的首要依据。所以，构图十分重要。初学者更要注意对构图的学习，对每一幅作品的练习都不能马虎，要多观察、分析，选择好角度，多画构图小稿，进行不同方式的构图尝试，再从中找出最佳的构图。这样才能培养良好的作画习惯和以画面的控制、组织能力。

好的构图必须符合审美规律，主次分明、均衡稳定。画面要饱满而不堵塞，要有主次、近无远，错落有致，活泼而又不散乱，黑白布局合理、稳定而不呆板。

其中画面的重心问题可能是头像素描构图中要注意的最重要原则。通常画头像时，要面上部比下面留白要少一点，不然会有下坠感。而头像脸部朝向的前方相对留白要多一些，如若少了则给人以面壁的感觉。我们在画面中进行构图的时候，由于每个头像的大小形状、动态比例不同，因而都会形成不同的动态感受，如果在构图过程中忽略这种感受，就容易造成视觉的失衡，或者抓不住对象的神态和动态特点。总之，构图的规律要在实践中体会、掌握，不要拘泥陈式，可大胆尝试多种构图方式，吸取其他优秀作品的经验，以增强对构图的控制把握能力。



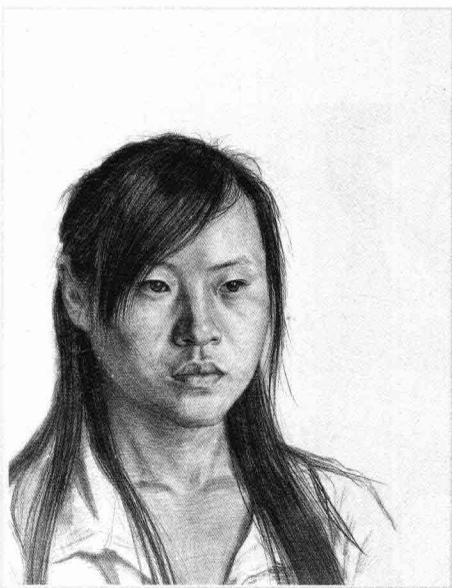
正确构图



构图偏大，占据太多空间。



构图偏小，空白太多，画面空洞。



构图偏左、偏低，画面平衡失调。



构图不完整，切割太多



脸太靠近画面边缘，造成堵塞不协调

# 观察方法

在素描学习过程中，我们首先要培养“眼”的观察能力及“脑”的分析思维能力，其次是“手”的表现能力。观察是表现的先决条件，观察方法的正确与否，会直接影响学习效率和效果，二者成正比关系。

## “立体”的观察方法

对象所有的体面关系要进行全方位的观察，上下、左右、前后地进行反复研究，不清楚的地方甚至可以用手触摸感知。从大体块、基本形入手，对结构、体面、比例、透视等关系形成一个全面、立体的概念。

## “整体”的观察方法

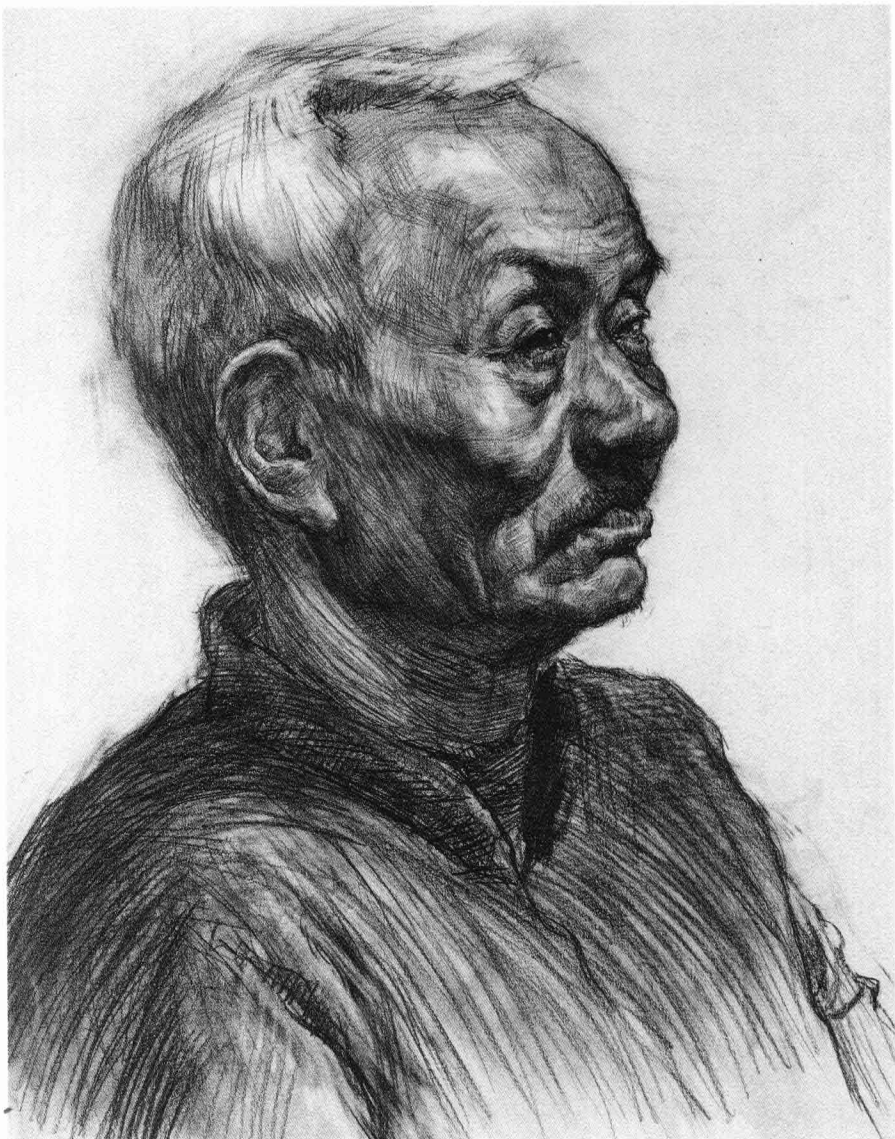
整体观察的中心就是“比较”。通过“比较”观察分析对象。使对象的空间远近、形体大小、边缘虚实、明暗强弱等大关系的变化都明确地呈现出来。在具体运用中，我们常常通过一些具体方法去完成整体观察。如“退远看”，“眯起眼看”，这些都是为了削弱细节关系，从大体面、黑白灰大关系上把握对象。如俄国美术教育家契斯恰柯夫说的“看这边画那边”，说的就是比较，要求眼睛在绘画过程中要不断的在画面上“跑动”，不断在做各方面的对比。总之，学画过程也是树立整体观察方法的过程，初学者一定要养成良好的观察习惯。

整体观察的一般方法有：

1. 整体比较，分析形体的大关系和大动态。
2. 退远看，使整个画面成为视觉焦点，看大局。
3. 眯起眼睛看，削弱细节，概括对象。

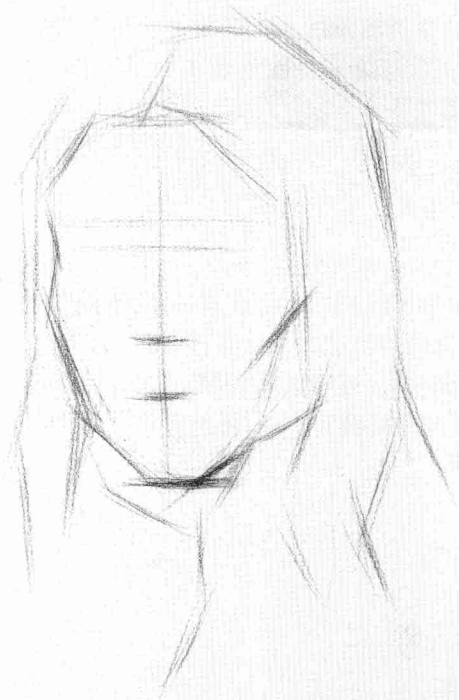
头像写生要注意区别男女不同的性别特征，男子头像一般骨骼突出，面部肌肉也较发达，体感较强，写生中要注重体面的概括和体积感的表现，不可画得圆而腻。女性头像肌肤柔软细腻，骨骼肌肉不突出，形象圆润秀丽，写生中要对其面部结构认真观察分析，准确表现其含蓄而富有韵味的形体，切忌画得浮肿或生硬。此外，老人与小孩在结构和形态上的差异在绘画表现中的区别，也都要在写生中认真观察分析，把握各类特性，不可按一种套路来机械地描绘。

初学素描，基本经过从皮肤——毛发——肌肉——骨骼由表及里这一过程，而大多初学者仅停留在这一步，缺少从骨骼——肌肉——皮肤——毛发由里及表反馈后的情感体验过程。我们注意体会肌肉的形、厚度、穿插关系和里面骨骼的形及骨点的位置，更应注意我们最终画的是一活生生有个性的人。他有皮肤的质感，粗糙或细腻，眼神是混沌或清晰，唇色是红润或苍白以及气质、年龄、特征等多种因素。观察和表现是一个由表及里，由里及表的过程。





# 女青年头像写生



步骤一：构图及找出比例的位置，用直线画出基本形及动态关系。



步骤二：认真分析青年人头部基本结构及大体块关系，从主要形体入手，分折五官结构关系。注意对象的特征，形体的用笔要概括，不要受细节的干扰。



步骤三：准确描绘对象的形体特征，进一步加强主次对比，拉开明暗关系。女青年的脸部骨骼及肌肉关系要削弱处理。



步骤四：深入塑造，加强五官及头发细节、质感的刻画，注意整体大关系的调整。



女青年的头部结构柔而细腻,用概括的笔调来表现,不要过于强调结构和肌肉的起伏穿插,颧骨要弱化处理、明暗交界线不易画得过强、过黑,主要围绕五官,及轮廓线进行深入刻画。



# 中年人头像写生



步骤一：先定好构图及比例，然后用概括的线条勾画出中年男子头部和五官的大轮廓及基本体面关系。



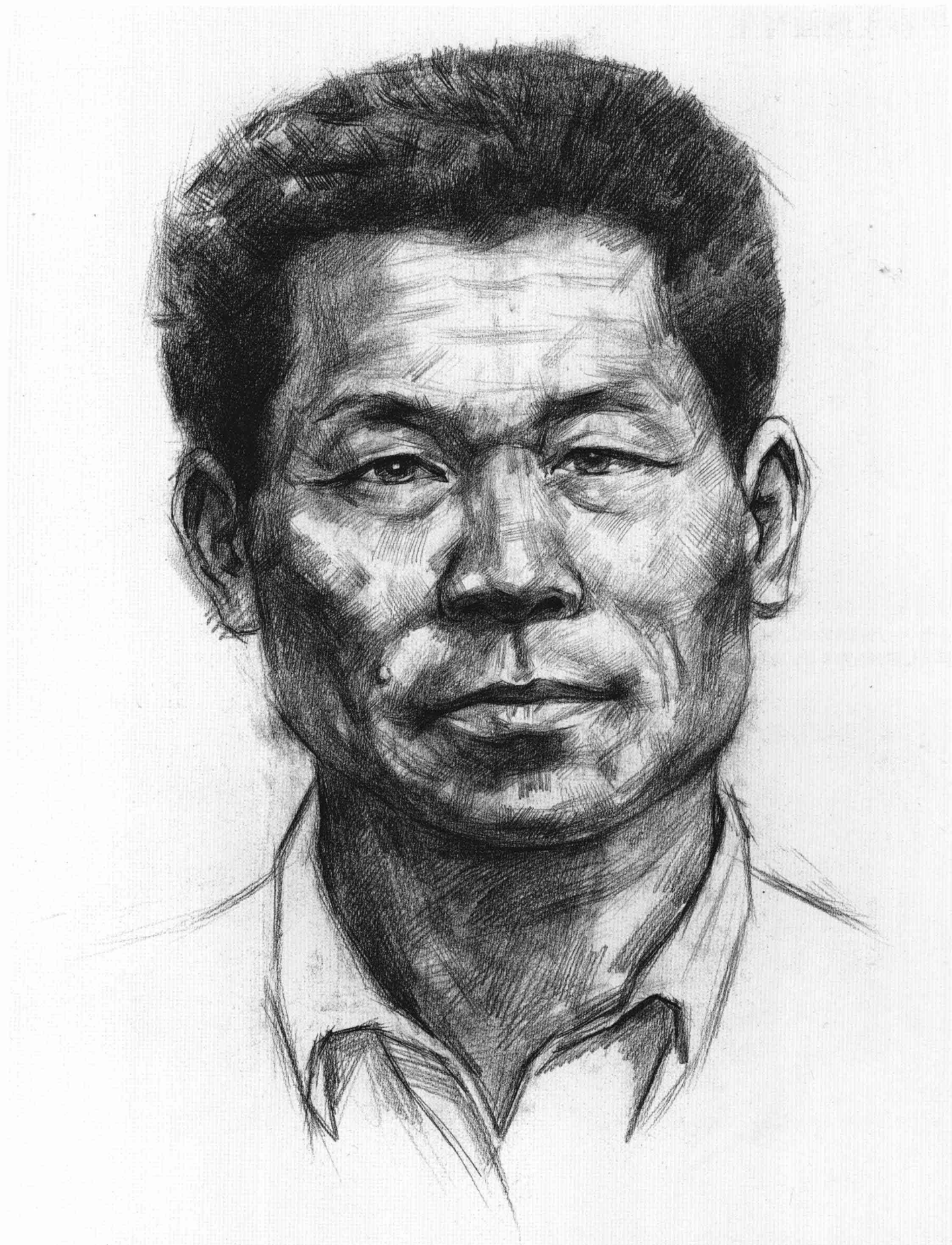
步骤二：检查、确认形的准确后，刻画出对象的造型特征，同时上大明暗，塑造大体块的体积。



步骤三：同时上大明暗，进一步拉开黑白灰大关系，着重加强脸部大体面及主要肌肉穿插关系的塑造，并且有控制地进行灰面描绘。



步骤四：深入塑造，注意画面细节的深入刻画五官及头发体面的强调，突出中年人成熟的面部特征。同时调整大关系。



中年人在外部形态上界于老年人与青年人之间。面部结构起伏明显，体面感强，但没有青年人富有弹性而光滑的肤质。所以，画中年人的肖像时，既要明确体面关系，又要深入刻画一些小细节及相应的皱纹，这样才能表现出中年人的成熟体貌特征。

# 男青年侧面写生



步骤一：用轻线定出人物的头、颈、胸的大致位置，注意五官比例和头的关系要合理。



步骤二：进一步明确人物五官的形体结构关系，在骨点上用线强调一些，这样体面上才有了变化。



步骤三：确定明暗交界线后，注意结构位置线定得是否合理，再用大笔触画大体明暗关系。



步骤四：深入细致地刻画五官，眼睛的高光、鼻子的投影，唇等等，都可以使青年人物形象进一步鲜活起来。