

我爱画 速写

SKETCH

速写 3

SUXIE

三姿动态训练

刘 勇 · 著
陈敬亮 · 主编





作者简介

刘丞

2001 年以素描、速写两项单科第一的成绩考入清华大学美术学院装潢系平面设计专业。
2003 年参与美术高考教育工作，为人谦虚谨慎，对教学一丝不苟。
2005 年清华大学美术学院毕业后，曾任职于多家国内外设计公司，设计开发了多款游戏动画项目。
2009 年创办清美精英画室，担任清美精英画室校长。

新浪微博 @ 清美精英刘丞
QQ：32234945
<http://www.qmjingying.com>

尚读推荐

○连续三年全国销量第一的照片书，2014 新版问世！



○ 4k、8k 高清晰临摹类范本——“我爱画”系列美术图书



图书在版编目（CIP）数据

速写．3 / 刘丞著．— 石家庄：河北美术出版社，2013.6
（我爱画速写 / 徐敬尧主编）
ISBN 978-7-5310-5400-9

I．①速… II．①刘… III．①速写技法 IV．①J214

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2013）第 117886 号

我爱画速写——速写 3·三姿动态训练

刘丞·著 徐敬尧·主编

策 划：尚读图书
责任编辑：甄玉丽 王 丰 齐炯明
执行编辑：钮 月 孙中蕾
责任校对：齐少楠

出版发行：河北美术出版社
地 址：河北省石家庄市和平西路新文里 8 号
邮政编码：050071
制版印刷：北京宝隆世纪印刷有限公司
开 本：889 毫米 ×1194 毫米 1/8
印 张：6
版 次：2013 年 6 月第 1 版
印 次：2013 年 6 月第 1 次印刷

定 价：38.00 元



目录 Contents

第一篇 站

- 一、站姿基础 02
- 二、解读生活站姿 06
- 三、优秀站姿作品欣赏 08

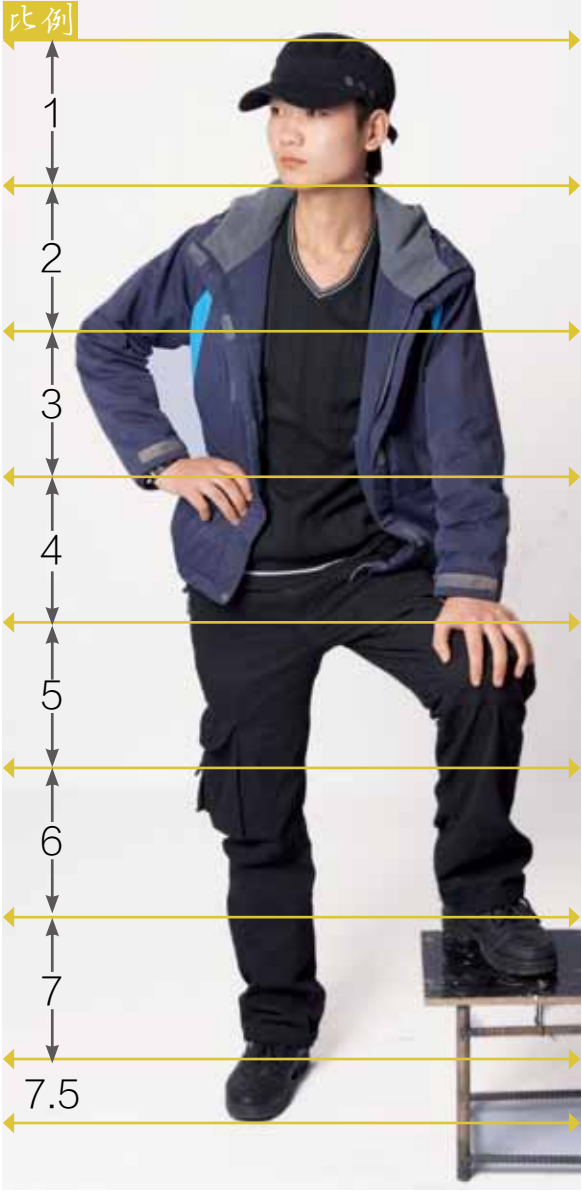
第二篇 坐

- 一、坐姿基础 24
- 二、解读生活坐姿 28
- 三、优秀坐姿作品欣赏 30

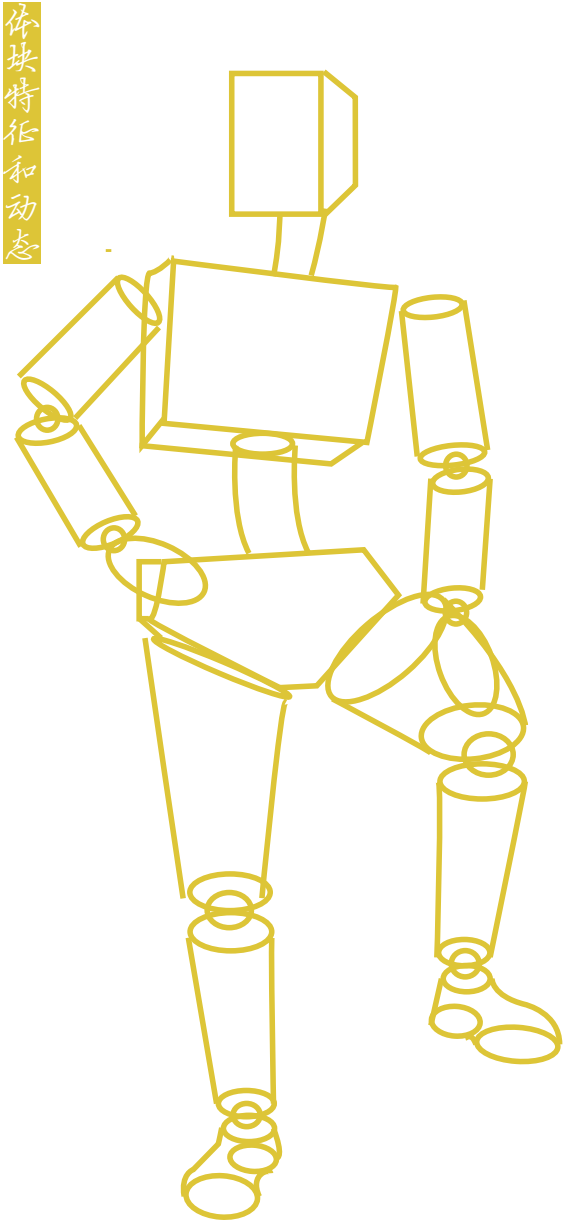
第三篇 蹲

- 一、蹲姿基础 42
- 二、解读生活蹲姿 44
- 三、优秀蹲姿作品欣赏 45

第一篇 站
一、站姿基础



单脚站立，手扶膝盖是气场很足的姿势，头、颈、肩、腰、胯、腿一线形成很直观的重心趋势，并有着微妙的节奏变化。帽子与头型要有舒服自然的包裹感，双眼有神，视觉指向左侧 45°，方向明确。双肩一提一懈两个相反的力量使得上半身很有动感。上身衣服宽大松弛，下身裤子略显紧凑，大腿内侧有着放射状的动势线，要注意抬起的腿的动势方向，体现着透视和身体前倾的方向。膝盖的位置是难点，大腿要与上肢有着自然地衔接。



站姿关节运动和形体衣纹特征

这个动态的核心是双肩和腰胯形成的夹角关系，这是人体在重心偏移时自然形成的结构调整。一张一合很有节奏感。左肩受到向后的力，右肩受到向前的力，左胯受到斜向下的力，右胯受到横向的拉力，空间上形成左松右紧的感受。

衣纹穿插精炼概括，找到关键的主线转折，用笔肯定，力道均匀。

手掐腰的位置位于腰侧，盆骨上面的位置，这样才会真实自然，手对衣纹的挤压也会形成强烈的衣纹扯动感。

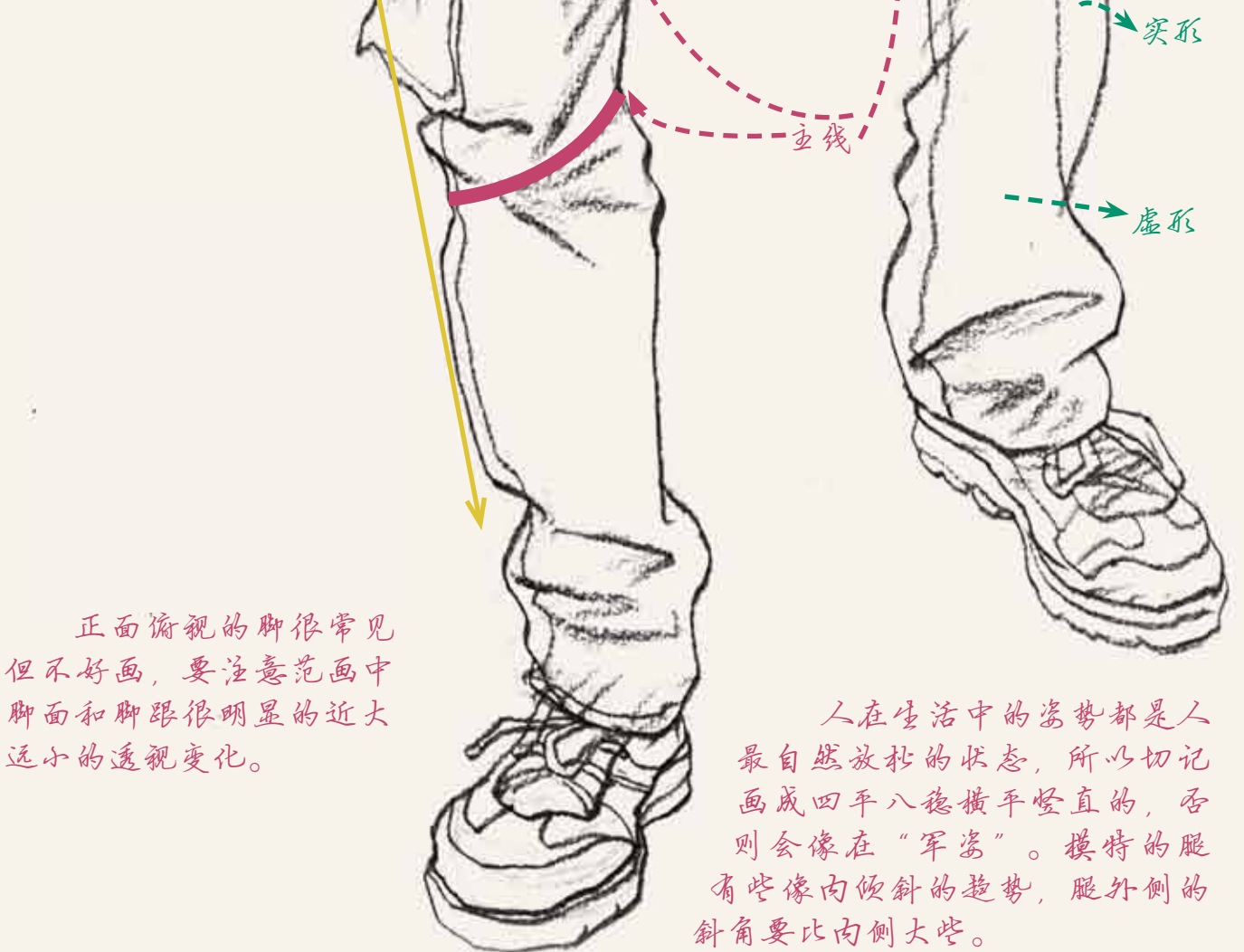
正面俯视的脚很常见但不好画，要注意范画中脚面和脚跟很明显的近大远小的透视变化。

帽型也要和头型、脸型配合舒服，体现出头骨的骨点，要画出帽子戴在头上的感觉而不是放在头上面的感觉。画好帽子着实不是一件容易的事。

画帽子是要比画头发的难度大一些的，尤其是棒球帽，帽檐有着很明确的指向性，帽檐前缘的弧线也很独特，加上透视的变化，甚是难画。

画胳膊时手臂的方向是难点，观察时要比较头顶到肘关节突起处的斜角，并对比另外一侧头顶到肩膀的斜角，找准方向和位置。

肘弯关节处衣纹的变化总是很丰富，因衣服材质的不同区别也很大，模特身上的是夹克外套，线条会很硬朗繁杂，画时要注意衣纹主次的区别和取舍。



人在生活中的姿势都是人最自然放松的状态，所以切记画成四平八稳横平竖直的，否则会像在“军姿”。模特的腿有些像内倾斜的趋势，腿外侧的斜角要比内侧大些。



目光方向决定五官的动势线走势，眉毛、眼睛、鼻子和嘴的动势线保持平行。

脸颊与中轴线的对称感要把握好。

画出腰椎结构转折处在衣服衣纹上的体现。

贴身的牛仔裤是青年女性最常见的服饰之一，对人体结构的体现非常强，所以要掌握腿部主要的结构知识并加以应用。

大腿外侧线条有着上宽下窄的弧度，正面腿的高点就是股外侧肌，背面的高点是股二头肌。小腿也有上宽下窄的弧度，正面高点是胫骨前肌，背面高点是腓肠肌。

画脚最有意思的就是把脚穿在鞋子里的感受画出来，鞋子由于长期被脚挤压所以会有很明显的变形，作为支撑着腿的脚会受到向外侧下压的力，所以画面中的鞋头会明显地向内侧偏移。

正面俯视的脚很常见但不好画，注意范画中脚面和脚跟的前后关系。

头发的发梢处线条密集，有柔软错落的剪影效果，画时可自由发挥，让自己做一个优秀的发型师。

女青年的身体外形饱满圆润，衣领处增加了锁骨的小细节，胸部微隆起，并向衣领和腰腹部散出两条动势线。

皮包的线条柔软，外形起伏多。双层线条增加了厚度感，更能体现皮质的感觉。

胯部结构实体线。

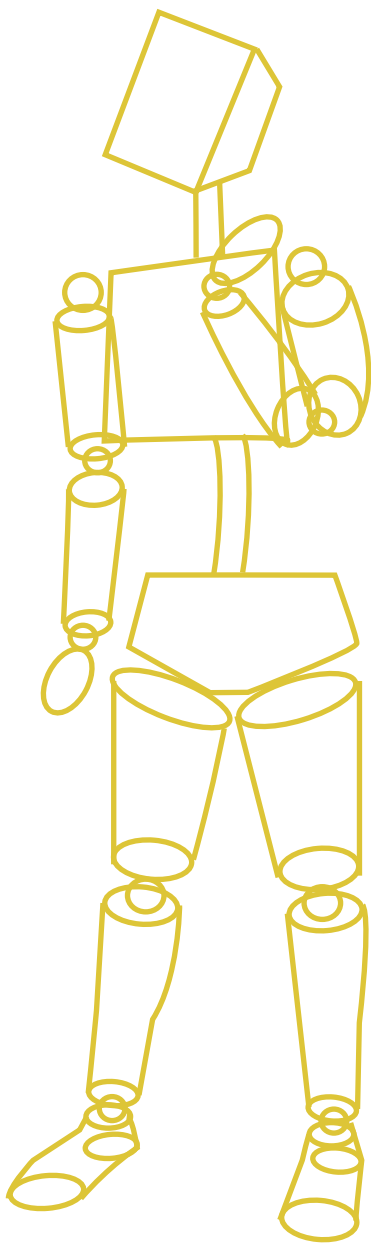
膝关节成半球形，在腿伸直的状态下并不突出，此处衣纹褶皱很丰富，并在外形上有凸起的细节，衣纹多但并不乱，要发现转折的主线，褶皱要围绕主线去展开。

腿部紧身的牛仔裤衬托出女性特有的曲线美，大腿和小腿因受力的区别呈现出不一样的节奏感，重心所在的支撑腿呈“S”形。

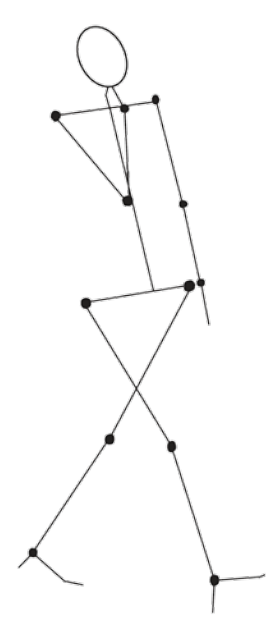
鞋面和鞋帮也会发生扭曲，再加上纷乱的鞋带，一只栩栩如生带有表情的脚会是速写的精彩所在。



背包站立的女青年姿势很有典型性，姿态自然不夸张，单手挎包不刻板，要重点把握模特头部上扬的动势。右侧挎包的胳膊是难点，注意肩部、肘关节和腕部的三角关系。挎包的手很有特点，与背带有着独特的衔接关系。上身略向前倾，支撑腿略向后拧，造成重心前移，是挎包姿势的典型效果，要特别注意表现出来。腿部是典型的牛仔裤加运动鞋的组合，注意大腿和小腿内外侧弧度的微妙区别，前后衣纹的叠压关系要符合规律。





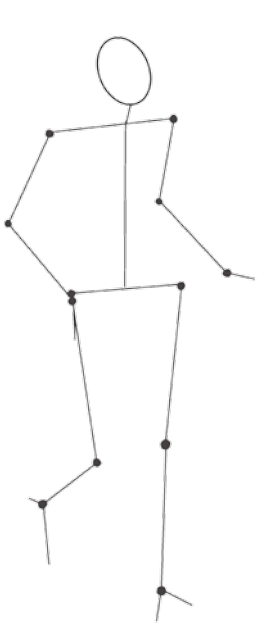


握手机打电话的姿势再经典不过，尤其是握着手机的手，要重点记忆，注意指骨三排关节的排列位置，手指从食指到小拇指逐渐放松的动态。

注意看肘关节左上方几根短线条，是很重要的动势线，不是碎线，不要忽视。走路姿势年轻人的身体是重心略向后，老年人是重心略向前，注意区别。

长发扎辫子是女性的常见发型，注意其特点是头发线条的梳理方向要有很明确的指向，不能凌乱，注意排线的疏密关系，要体现出头骨的骨点。辫子要画得浓密飘逸，不能画死线，把握发梢的灵动。

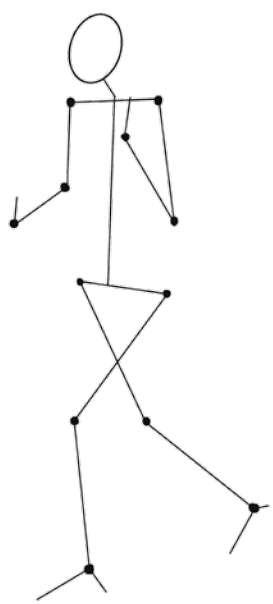
长皮靴是表现年轻女性最好的下身搭配，时尚美观，表现难度也低，只要把靴子的特征表现充分就好。



上身运动服饰材质柔软，所以受到风阻的影响，胸部、腹部、大腿处的衣纹是紧贴身体的，注意人体结构的准确表达。

正面奔跑的双腿效果很独特，画起来也比较有难度，前腿紧绷，后腿放松，尤其是后腿，小腿处的外形由于透视的影响会与常见的外形有很大的不同，注意仔细处理。

奔跑的人头发有着独特的飞舞造型，表现时线条要一气呵成，灵动飘逸。笔意的轻重要有变化，发根重，发梢浅。

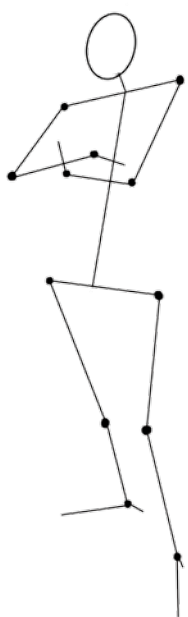


背包走路的女青年，这大概是日常生活中最常见的生活动态了，侧面五官的体感很足。牛仔裤最重要的衣纹体现在膝盖处。

手腕处的衣纹前后关系叠压微妙，体现出毛衣材质的特点。要注意围巾背包等常见的随身物品质感上毛线料、皮料在线条处理上的区别。

结合速写的特点，头部的五官和表情可稍作夸张处理，让五官的立体感更强，表情更丰富。

头发尽可能一气呵成，放松笔触，并严谨地控制发型。



男青年双臂抱胸的动态很常见，难度在于手和肘之间的位置关系，近处肘部会有很强的透视，远处肘部切忌画得过长。

头部和肩膀有很强的仰视透视效果，空间感增强的同时会形成高大魁梧的印象，很适合表现男性，注意下颌处下颌骨的处理方法。

人体呈现轻微的“弓”形，这是人体自然的体态。画站姿时要避免人体上下笔直，这样会造成僵硬感，缺少生气。观察模特儿要善于抓住人体在某一瞬间的最佳的体态去表现。





刘子
清美精英



2012.12
陈静英



刘子豪





20/3/21

