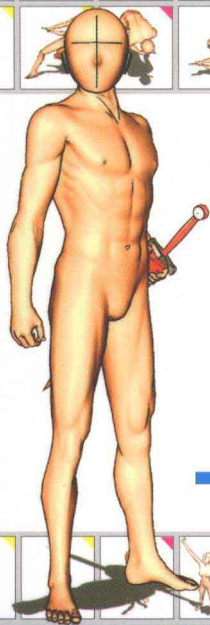
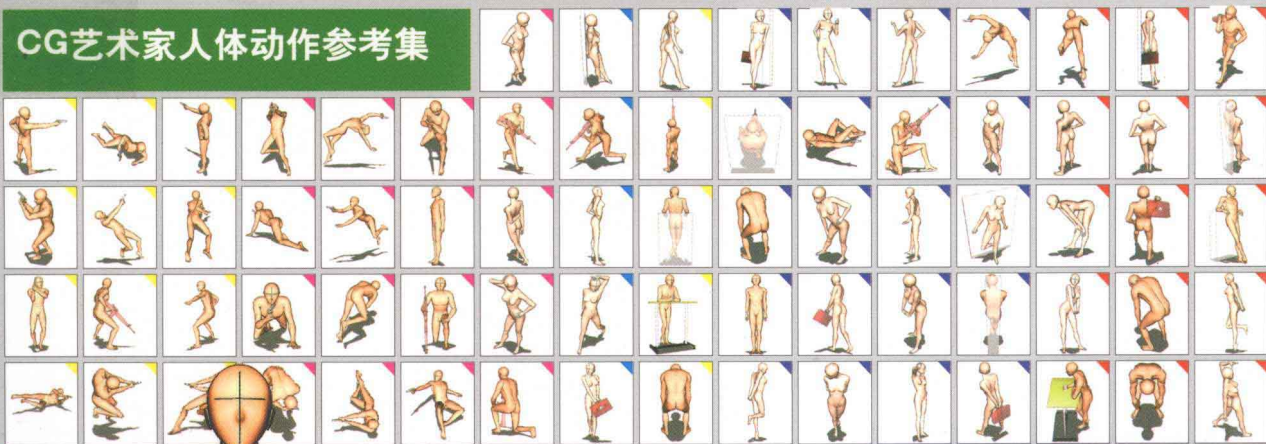


CG艺术家人体动作参考集



# CG 人物模型 站立姿势集

于信全<sup>®</sup>编著



全面、系统的CG人物动态实例资料  
288个动态姿势全方位展示  
超过2300张高质量的人体动作参考素材



清华大学出版社

CG艺术家人体动作参考集

# CG人物模型站立姿势集

于信全 编著

清华大学出版社  
北京

## 内 容 简 介

本书是一本实用的人体动作姿态创意索引书。能为绘画艺术创作者提供极大的帮助，快速找到到所需的参考资料。

对于艺术创作者来说，本书的360度旋转观察角度，是创作取材的完美起点，能为美术工作提供更多参考。本书概括了艺术创作者常用的经典人体动作，从专业的观察角度完美展现出了各个动作的细节，不管设计者创作的人体要表现怎样的动作画面，本书籍都会帮助设计者确定最佳的人体动作。

本书适合作为动漫、游戏等相关行业的从业人员参考阅读。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。  
版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

### 图书在版编目(CIP)数据

CG人物模型站立姿势集/于信全编著. --北京：清华大学出版社，2012  
(CG 艺术家人体动作参考集)  
ISBN 978-7-302-28789-6

I. ①C… II. ①于… III. ①三维动画软件-应用-漫画-人物画-绘画技法  
IV. ①J218.2-39 ②TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第097879号

责任编辑：张彦青  
封面设计：杨玉兰  
责任校对：李玉萍  
责任印制：李红英

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>，<http://www.wqbook.com>  
地 址：北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编：100084  
社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544  
投稿与读者服务：010-62776969，[c-service@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:c-service@tup.tsinghua.edu.cn)  
质 量 反 馈：010-62772015，[zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn)  
课 件 下 载：<http://www.tup.com.cn>，010-62791865

印 刷 者：清华大学印刷厂

装 订 者：三河市新茂装订有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：185mm×230mm 印 张：18.75 字 数：80千字

版 次：2012年8月第1版 印 次：2012年8月第1次印刷

印 数：1~3000

定 价：88.00元



《CG艺术家人体动作参考集》是一套素材集，也是一本实例教材。对于艺术创作者来说是一套极其实用的参考资料，在里面你可以找到艺术创作中所有常用的经典动作，同时也是一套实用的人体姿态创意索引书，能为艺术创作者提供极大的帮助，更有效地使用参考模特展现出创作者最想要的一面。对于艺术初学者来说更是一套经典的入门参考教材，可以帮助大家快速摆脱在人体绘画中的困扰。

想要成为一名出色的CG艺术家，不仅要具备一定的美术功底，还有对相关的知识有足够的理解和积累。本书采用实例图解模式编写，主要面向初学者和有一定基础的读者，初学者在学习本书时，希望大家能够注重提高有关动画结构层次及搭配方面的知识能力，并结合软件工具（如Photoshop及Painter等）的使用来提高作品的品质。

CG初学者应该不断地学习、探索、创新，以提高自身的能力。这有助于个人在CG领域具有更为开阔的视野。目前大多数CG设计类书籍主要围绕两个方面，一是主流商业类动画教科书。二是传统动画技法以及理念的传授。而《CG艺术家人体动作参考集》是从多个应用领域切入的，重点突出实用性，细致入微地描述了众多日常生活中常用的人物动态姿势，全部书籍内容都是建立在CG行业需求之上来制作的，弥补了很多同类书籍在专业领域实际应用方面的空缺，真正地从应用角度出发，形成了一套全面、系统的CG人物动态实例资料。

《CG艺术家人体动作参考集》就是为CG艺术爱好者和专业的CG艺术家特制的。每个专业的艺术家都会在工作中使用很多的人体形象参考素材集。你也应该拥有一套这样的专业资料，因为正确地使用参考集对精确地捕捉画面中的灯光、透视和肢体语言都至关重要。当然，你可以在网络上快速地找出几张姿势图或者一些模特照片，而

这些资料很多都可能存在着不同程度的姿势呆滞、灯光单调。要在一个整体故事或系列中始终如一地创造出一个令人信服的角色，一个专业的参考资料库就显得很有必要了。不管场景要求你创作的人物要表现怎样的惊人效果，这套资料都会帮助你创作出最佳的人体动作。《CG艺术家人体动作参考集》有超过2300张的高质量人体动作参考素材供你选择，你会从中找到更多的灵感，来丰富你笔下的英雄、坏人、可爱少女，以及其他人物的各种姿势，使其更加富有生命力。

本书技术全面，详略得当，适合用户群广泛，可以快速地让艺术创作者找到自己急需的素材。不但可供专门从事CG绘画的专业人员使用，还适合作为有三维电脑动画设计、三维影视设计、三维游戏设计等角色动画制作需要的专业人员的自学用书和参考资料。同时也可以作为美术院校、动画学院相关专业师生的参考用书和CG相关领域培训的教材用书。

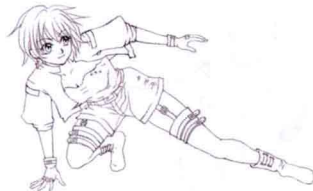
为了让广大CG爱好者更全面地了解本书内容，我们专门建立了一个论坛供读者学习，登录本套丛书的官方论坛可浏览更多的书籍扩展内容和相关美术素材。在阅读此书时遇到的所有问题都可以在论坛内提问，论坛管理人员会进行详细的解答。

编者



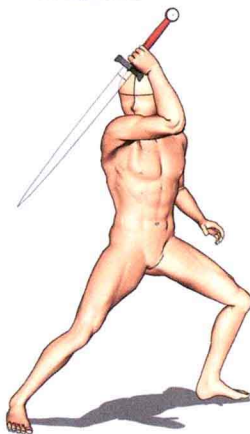
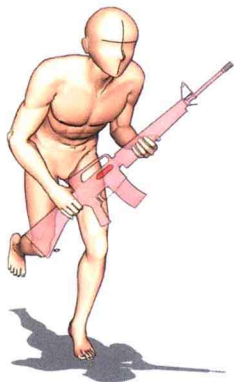
# 1. 绘画应用实例

准确生动的人体动作参考素材，可以使漫画、插画、游戏原画等美术创作变得很容易。



## 2. 动画应用实例

多角度的人体动作参考素材，极大地提高了动画制作效率。

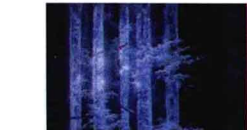


### 3. 背景合成应用实例

丰富的人体动作素材，可以很容易地与背景素材融为一体。









1. 背手靠墙站立姿势 .....	1	19. 背手缓慢走路姿势 .....	37
2. 单手叉腰站立姿势 .....	3	20. 双手交叉弯腰姿势 .....	39
3. 双手叉腰站立姿势 .....	5	21. 走路凝神观望姿势 .....	41
4. 双手触膝弯腰姿势 .....	7	22. 踏石弯腰站立姿势 .....	43
5. 单手触膝弯腰姿势 .....	9	23. 单手触膝弯腰姿势 .....	45
6. 谈话状态弯腰姿势 .....	11	24. 双手叉腰放松姿势 .....	47
7. 背手单腿弯曲姿势 .....	13	25. 背手拎包站立姿势 .....	49
8. 大步前行走路姿势 .....	15	26. 慢跑追赶动态姿势 .....	51
9. 双手交叉伸展姿势 .....	17	27. 弯膝害羞问好姿势 .....	53
10. 单手遮光观望姿势 .....	19	28. 双手贴墙站立姿势 .....	55
11. 背手拎包靠墙姿势 .....	21	29. 伸展弯腰动态姿势 .....	57
12. 单手叉腰拎包姿势 .....	23	30. 男性标准站立姿势 .....	59
13. 双手扶墙站立姿势 .....	25	31. 男性伸展仰望姿势 .....	61
14. 单手叉腰谈话姿势 .....	27	32. 男性叉腰仰望姿势 .....	63
15. 双手分开放松姿势 .....	29	33. 男性慢行观望姿势 .....	65
16. 单手叉腰转头姿势 .....	31	34. 男性弯膝备战姿势 .....	67
17. 背手弯膝翘脚姿势 .....	33	35. 男性双手交叉姿势 .....	69
18. 双手拎包走路姿势 .....	35	36. 男性触膝弯腰姿势 .....	71



37. 男性抬腿靠墙姿势 .....	73	55. 弯腿放松站立姿势 .....	109
38. 男性自然靠墙姿势 .....	75	56. 女性双手交叉姿势 .....	111
39. 男性仰望呼喊姿势 .....	77	57. 女性触膝弯腰姿势 .....	113
40. 男性触膝弯腰姿势 .....	79	58. 女性抬腿靠墙姿势 .....	115
41. 男性低头沮丧姿势 .....	81	59. 女性自然靠墙姿势 .....	117
42. 男性叉腰扶墙姿势 .....	83	60. 女性仰望呼喊姿势 .....	119
43. 男性回头行走姿势 .....	85	61. 女性触膝弯腰姿势 .....	121
44. 男性单手伸展姿势 .....	87	62. 女性低头沮丧姿势 .....	123
45. 男性回头呼叫姿势 .....	89	63. 女性叉腰扶墙姿势 .....	125
46. 男性战斗防御姿势 .....	91	64. 女性回头行走姿势 .....	127
47. 男性靠墙躲避姿势 .....	93	65. 女性单手伸展姿势 .....	129
48. 慌张失措动态姿势 .....	95	66. 女性回头呼叫姿势 .....	131
49. 男性扭腰旋转姿势 .....	97	67. 女性弯膝备战姿势 .....	133
50. 惊讶反应步行姿势 .....	99	68. 女性靠墙躲避姿势 .....	135
51. 女性标准站立姿势 .....	101	69. 女性黑板鞋子姿势 .....	137
52. 女性伸展仰望姿势 .....	103	70. 女性扭腰旋转姿势 .....	139
53. 女性叉腰仰望姿势 .....	105	71. 女性靠墙转头姿势 .....	141
54. 女性慢行观望姿势 .....	107	72. 女性站立提鞋姿势 .....	143



73. 优美叉腰站立姿势 .....	145	91. 优雅放松站立姿势 .....	181
74. 站立凝神思考姿势 .....	147	92. 背手弯腰谈话姿势 .....	183
75. 双手交叉站立姿势 .....	149	93. 惊慌失措躲避姿势 .....	185
76. 打伞观望站立姿势 .....	151	94. 大步前行走路姿势 .....	187
77. 飞翔弯腰动态姿势 .....	153	95. 手扶钢管站立姿势 .....	189
78. 双手分开转腰姿势 .....	155	96. 双手叉腰靠墙姿势 .....	191
79. 单拳举起胜利姿势 .....	157	97. 手扶钢管眺望姿势 .....	193
80. 翘脚转头观看姿势 .....	159	98. 扶墙弯腰探望姿势 .....	195
81. 站立抚摸脚部姿势 .....	161	99. 男性单手遮光姿势 .....	197
82. 马步叉腰举拳姿势 .....	163	100. 男性弯腰回避姿势 .....	199
83. 开心跳跃扭转姿势 .....	165	101. 男性用力推墙姿势 .....	201
84. 双手放松弯腿姿势 .....	167	102. 男性弯腿靠墙姿势 .....	203
85. 举手呼叫跳动姿势 .....	169	103. 男性弯腰拾物姿势 .....	205
86. 准备运动状态姿势 .....	171	104. 男性倾斜靠墙姿势 .....	207
87. 绅士弯腰行礼姿势 .....	173	105. 男性头晕摔倒姿势 .....	209
88. 争论解释动态姿势 .....	175	106. 准备状态站立姿势 .....	211
89. 仰望天空转身姿势 .....	177	107. 男性握拳自信姿势 .....	213
90. 双拳紧握紧张姿势 .....	179	108. 男性沮丧扶墙姿势 .....	215

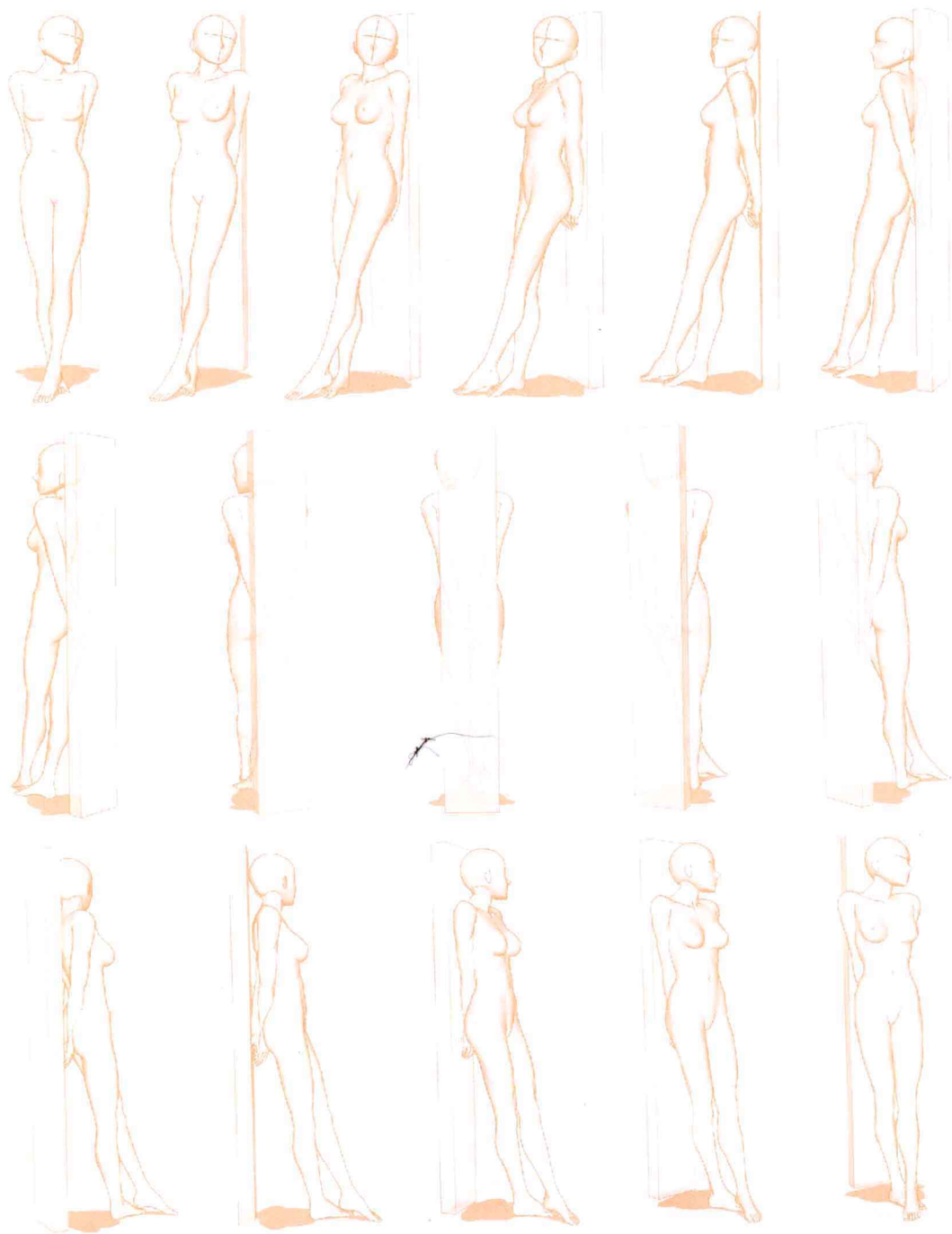


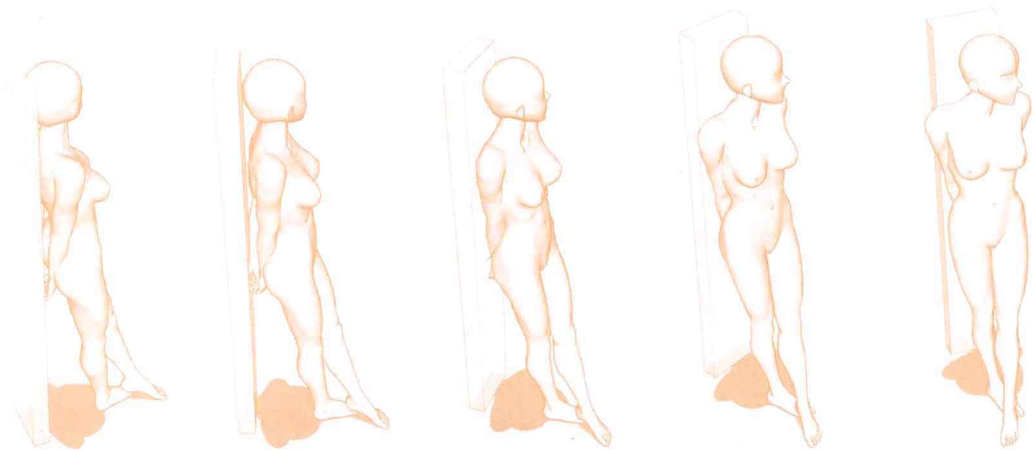
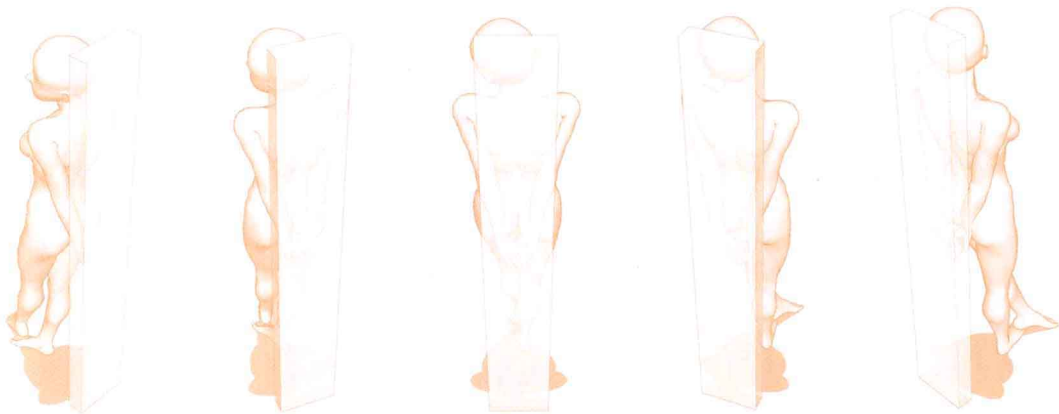
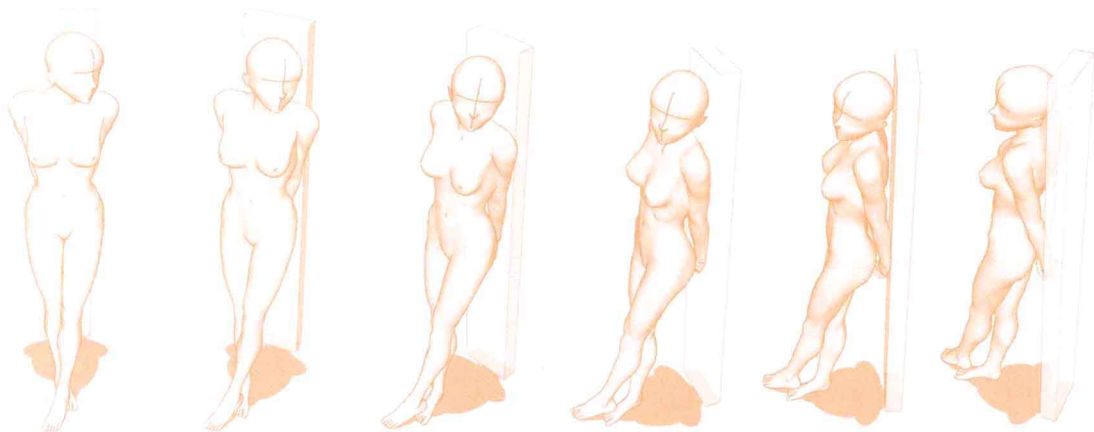


109. 男性交叉前伸姿势 .....	217	127. 女性倾斜靠墙姿势 .....	253
110. 男性扶管倚靠姿势 .....	219	128. 女性头晕摔倒姿势 .....	255
111. 男性搬运箱子姿势 .....	221	129. 女性跑步动态姿势 .....	257
112. 男性擦嘴扶墙姿势 .....	223	130. 女性握拳自信姿势 .....	259
113. 男性翻墙动态姿势 .....	225	131. 女性沮丧扶墙姿势 .....	261
114. 男性墙上静止姿势 .....	227	132. 扶墙站立探望姿势 .....	263
115. 男性翘脚站立姿势 .....	229	133. 女性交叉前伸姿势 .....	265
116. 男性转身状态姿势 .....	231	134. 女性扶管倚靠姿势 .....	267
117. 低头双手扶墙姿势 .....	233	135. 单手扶墙后仰姿势 .....	269
118. 男性防御前行姿势 .....	235	136. 女性搬运箱子姿势 .....	271
119. 单手扶物站立姿势 .....	237	137. 女性擦嘴扶墙姿势 .....	273
120. 单手叉腰弯身姿势 .....	239	138. 女性翻墙动态姿势 .....	275
121. 女性单手遮光姿势 .....	241	139. 男性弯腰提鞋姿势 .....	277
122. 女性弯腰回避姿势 .....	243	140. 女性墙上静止姿势 .....	279
123. 女性用力推墙姿势 .....	245	141. 女性优雅站立姿势 .....	281
124. 女性弯腿靠墙姿势 .....	247	142. 女性转身状态姿势 .....	283
125. 女性迷糊晕倒姿势 .....	249	143. 低头靠墙站立姿势 .....	285
126. 女性弯腰拾物姿势 .....	251	144. 女性防御前行姿势 .....	287



# 1. 背手靠墙站立姿势





## 2. 单手叉腰站立姿势

