



动画字堂 / 编著

交  
底  
技  
法  
+  
速  
成  
临  
摹  
+  
创  
意  
实  
战

# 一本通

# 人物动态设定

〔零起点最基础开始〕

- ① 本必通内容全面
- ③ 类实战交底技法
- ⑤ 大核心关键步骤
- ⑦ 本一套速成全集

零  
起  
点  
动  
漫

技  
法  
速  
成  
全  
集

中国传媒大学副校长  
中央美术学院动画系研究生导师  
中国美术学院传媒动画学院教授  
山东工艺美术学院 数字艺术与传媒学院院长  
中央戏剧学院电影电视系副主任、教授

廖祥忠  
黄汇钟  
黄大为  
顾群业  
高雄杰

**鼎力推荐**



清华大学出版社

零起点动漫技法速成全集

# 人物动态设定一本通

——交底技法+速成临摹+创意实战

动漫学堂 编 著

清华大学出版社  
北京

## 内 容 简 介

本书是“零起点动漫技法速成全集”系列丛书中的一本，全书共13章。本书内容直观简练，主要针对喜欢动漫人物但对动漫人物动作设计无从下手的青少年，是一本兼教学剖析与参考应用于一体的实用性教材。本书详细讲解了绘制人体动态造型所需的基本知识，包括人体动态的表现要素、人体局部的运动变化剖析、人体动态的透视画法、人物各种常见动作(站、走、跑、跳、坐、蹲、卧、格斗、运动及其他动作)的画法，以及动态实用演示等内容。

与以往大多传统教学类图书相比，本书更加注重教学性与实用性。文字简洁精练，务求以图分析、以图说话，尽量让读者用眼睛来直观地理解教学内容。作为实用性教材，本书与其他同类型书籍也有所区别。学习的本身是为了灵活运用，本书除了惯用的动作列举外，还增加了活用实例，务求从理解活动原理出发，从而活用同一动作。为了衔接人物动态绘制与实际创作，本书增加最后一章的动态实用演示，演示如何从动作选择、动态绘制到最终完成实际创作。

本书内容由浅入深，直观易懂，适合所有零基础或入门级别的动漫爱好者自学使用，同时也适合相关培训机构和院校作为培训或教学参考用书。

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

人物动态设定一本通：交底技法+速成临摹+创意实战 / 动漫学堂编著. --北京：清华大学出版社，2014  
(零起点动漫技法速成全集)

ISBN 978-7-302-37354-4

I. 人… II. 动… III. ①漫画—人物画技法 IV. ①J218.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 159558 号

责任编辑：桑任松

装帧设计：李 诚

责任校对：李玉萍

责任印制：杨 艳

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：北京鑫丰华彩印有限公司

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×260mm 印 张：16.25 插 页：4 字 数：395千字

版 次：2014年10月第1版

印 次：2014年10月第1次印刷

印 数：1~2600

定 价：35.00元

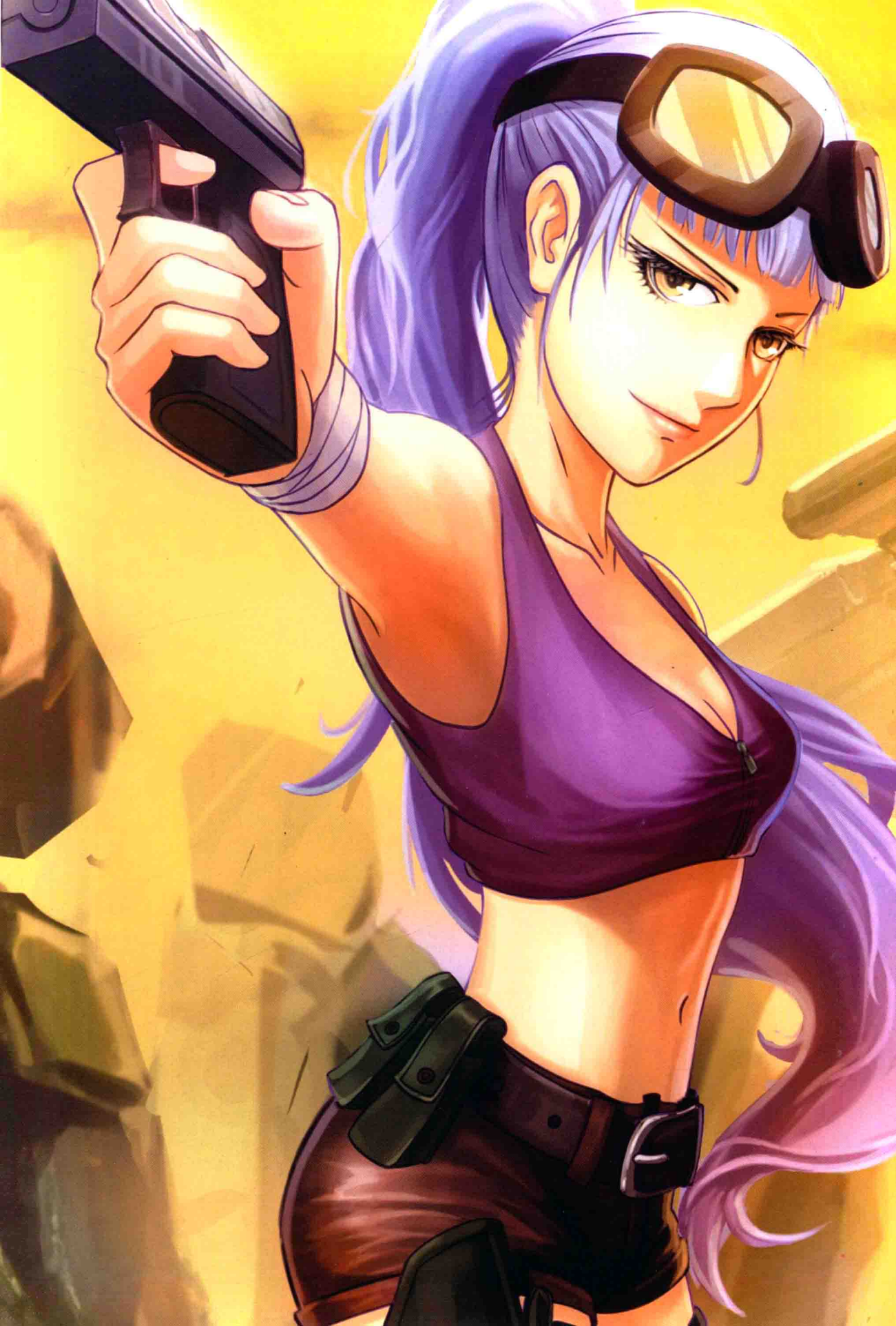


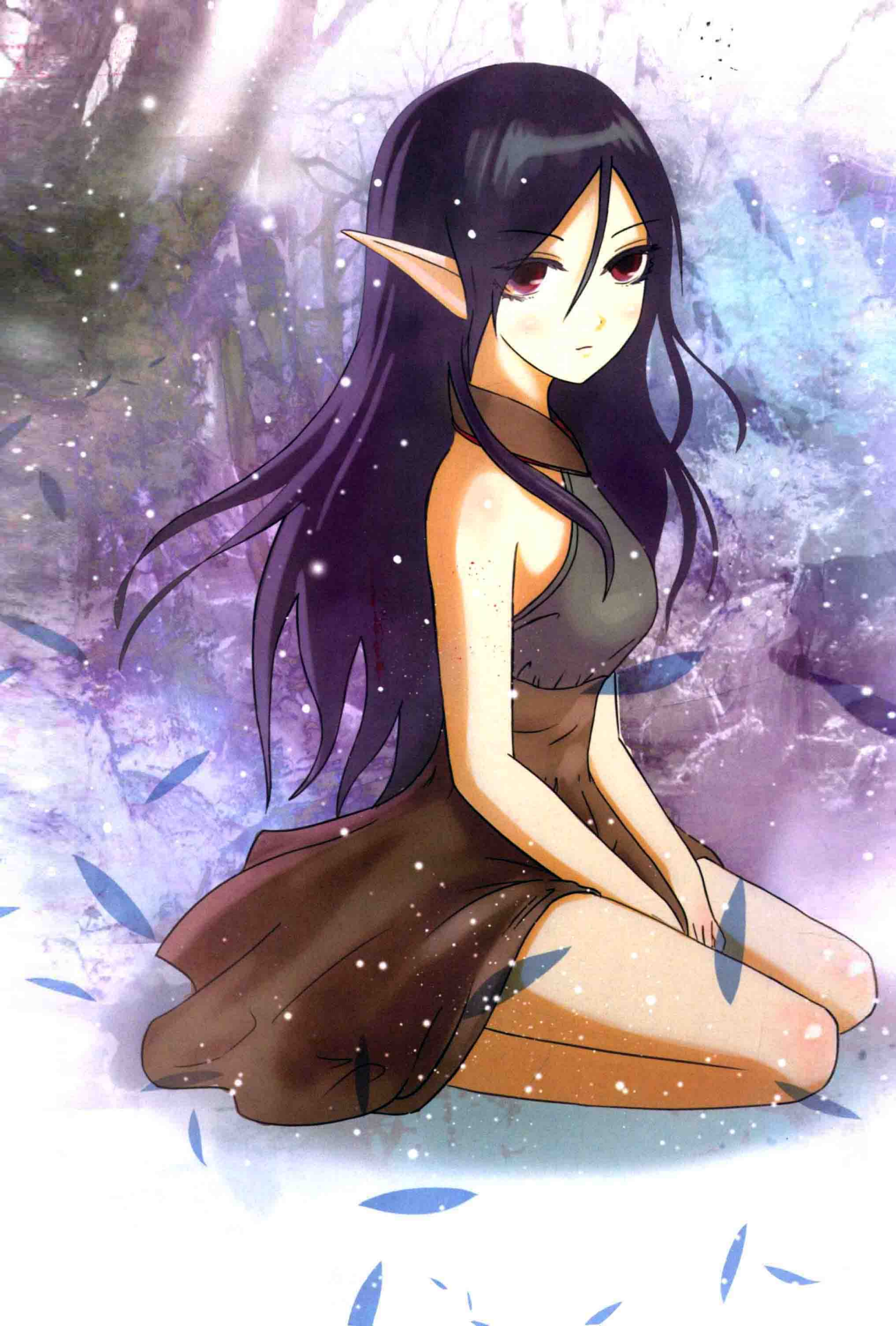














# 前言



在当今的读图时代，图片阅读成为人们日常生活中的习惯，很多人喜欢上画漫画，可能就是从小时候T恤衫上的一幅动漫人物图开始的。可是也有很多人在热情过后发现，为什么自己画的萌妹子图和美少年图明明已经有一张闪亮亮的容颜了，却还是没有自己设想中的那么吸引人。其实，很多刚开始学画动漫人物的初学者都忽略了一个很重要的问题，那就是人物动态。

一个好的人物动态可以说是一张美图之魂魄所在。一张美图对人物动态的要求有两个方面，第一是动作选择，第二是透视角度选择。动作的选择是从主题出发，适合的动作是对主题表达的深化。透视角度的选择则要考虑画面的视觉感受，可以说是对画面的升华。忽略这些而盲目地进行动漫创作，作品将会平淡无味，失去应有的吸引力。

为了让更多刚开始学习绘画的菜鸟能够更加重视人物动态这个容易被忽略的内容，我们编写了本书。因此，本书的终极目的只有一个，介绍如何绘制人物动态，不是简单的人体，也不是单纯的动作，没有华丽的外表，没有漂亮的容颜，只有肢体的张力。

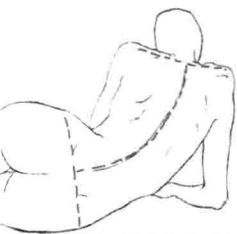
本书由动漫学堂创作，参与本书编写的人员有林凯彤、徐康、沈雅琼、苑馨月、白计超、刘霖莹、康好贤、柳石磊等。在制作本书的过程中，作者查阅了不少书籍资料，也参考了一些世界名画，给不同动态作了分类，按照其内容及难易程度编排了学习的顺序。认识动态，从人体骨架动态开始，到人体肌肉表现，再到局部运动，最后回到人体体块的组合。就像搭积木一样，一块一块，从根基搭起，然后灵活地变换，为读者设计了一条扎实的学习路径。通过不同的动态分析，以及每一章节的练习，让读者进一步深化动态模型的不同变化，从而掌握绘制动漫人物动态的规律。希望每一个认真读过本书的读者都能画出适合自己画面的动态，能够随心所欲地在画面中表达自己的想法。

最后，希望每一个“菜鸟”都能轻松地拿起笔，努力地坚持自己的梦想，扎扎实实地去做每一次的练习。学习绘画的道路需要持之以恒，每一个人都有坚持自己梦想的权利。希望本书能够为你学习绘画的道路开辟一条捷径，让你更快地接近自己的目标。



## 第1章 人体动态绘制的表现要素 1

- 1.1 从骨骼动态到人体动态 2
- 1.2 不同类型人体的肌肉表现 4
- 1.3 男性体态与女性体态的绘制区别 10



## 第2章 人体运动的体块表现 19

- 2.1 头、颈、肩运动变化与表现 20
- 2.2 躯干运动变化与表现 24
- 2.3 手臂运动变化与表现 32
- 2.4 下肢运动变化与表现 38



## 第3章 人体动态的透视表现 49

- 3.1 人体动态的透视变化 50
- 3.2 不同视角的人体动态 53



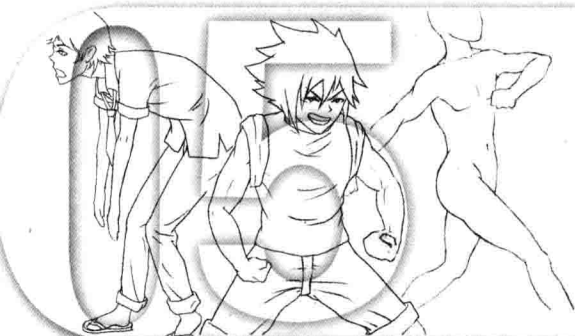
## 第4章 人物的站姿表现 57

- 4.1 男性站姿 58
- 4.2 女性站姿 71
- 4.3 其他站姿 83



# 目录

## CONTENTS



### 第5章 人体的走姿表现 87

- 5.1 男性走姿 88
- 5.2 女性走姿 96
- 5.3 其他走姿 101



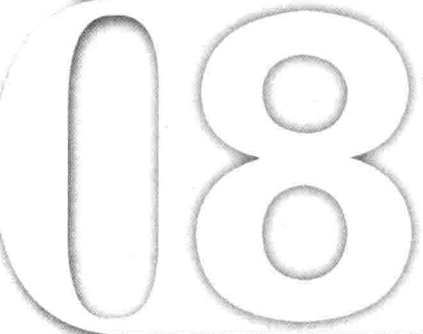
### 第6章 人物的跑姿表现 103

- 6.1 男性跑姿 104
- 6.2 女性跑姿 113
- 6.3 其他跑姿 119



### 第7章 人物的跳姿表现 123

- 7.1 男性跳姿 124
- 7.2 女性跳姿 130
- 7.3 其他跳姿 134



### 第8章 人物的坐、蹲姿势表现 139

- 8.1 男性坐、蹲姿势 140
- 8.2 女性坐、蹲姿势 150
- 8.3 其他坐蹲姿势 160



### 第9章 人物的卧态表现 167

- 9.1 男性卧态 168
- 9.2 女性卧态 174
- 9.3 其他卧态 182



### 第10章 人物的格斗动作 185

- 10.1 男性格斗动作 186
- 10.2 女性格斗动作 194
- 10.3 持械格斗动作 199
- 10.4 其他武术动作 206



### 第11章 人物的运动姿态 211

- 11.1 男性运动动作 212
- 11.2 女性运动动作 220
- 11.3 其他运动动作 224



### 第12章 其他人物常用动态表现 229

- 12.1 男性常用动态 230
- 12.2 女性常见动态 233





# 目录

## CONTENTS

# 13

### 第 13 章 动态实用演示 243

- 13.1 构思 244
- 13.2 起稿 244
- 13.3 落实细节 248
- 13.4 定稿 254



# 第1章

## 人体动态绘制的表现要素

学习人体动态绘制是学习人物绘制时必不可少的环节。喜欢进行动漫创作的同学都喜欢去绘制各式各样的脸，试想一下，如果已经能够惟妙惟肖地画出一张少女的脸，却因为不能很好地掌握人体的动态而画出一具动作不协调的身体，此刻的心情将会是多么纠结。



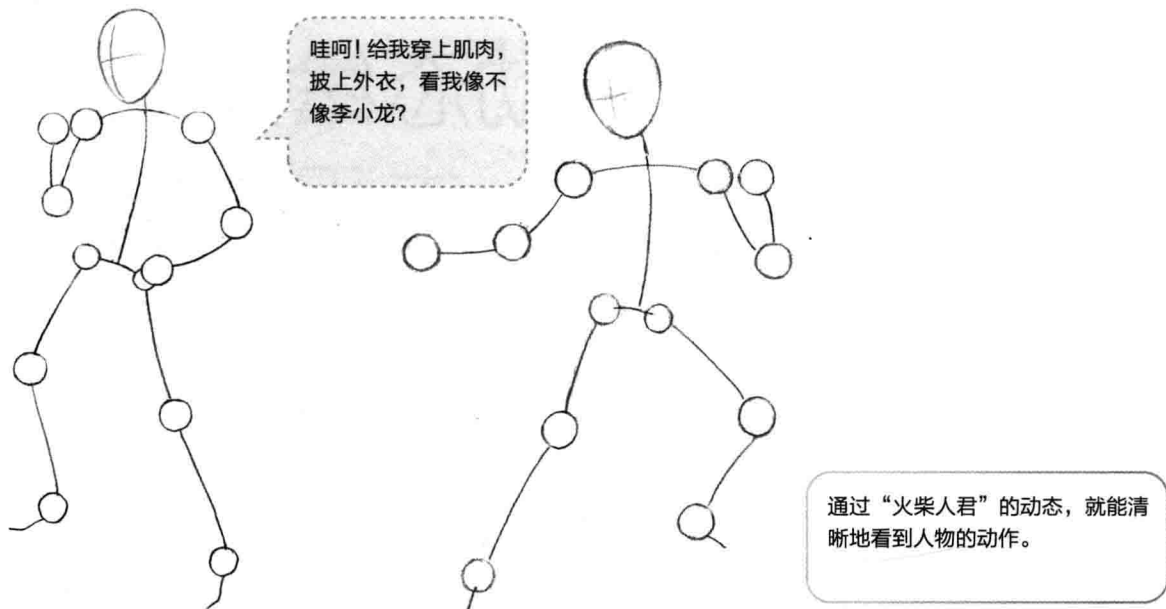
本书的开篇是为零基础的新手们准备的，要从人体骨骼动态入手，学习如何准确地绘制出动作协调的人体。下面来认识一下人体动态绘制的表现要素吧。



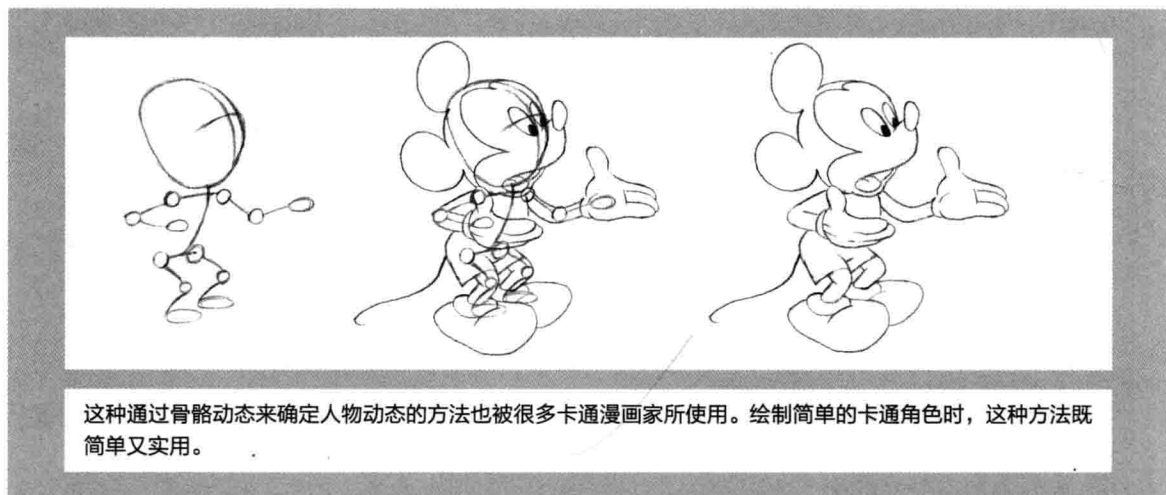
## 1.1 从骨骼动态到人体动态

人是由骨骼及骨骼外的肌肉等构成的，所以，要想画好一个人，除了要掌握人体的内外结构，还需以此为基础了解人体动态。在学习绘制人体动态前，我们需要先认识“火柴人君”。赤裸裸的“火柴人君”，能让我们很好地了解人体的骨骼动态。

要绘制出一个姿势和谐的人体，需要先从认识动态线开始。在骨骼动态的基础上添上肌肉，就能迅速地确定出人体的动态，以此为基础，便能更容易地绘制出着衣的人物。



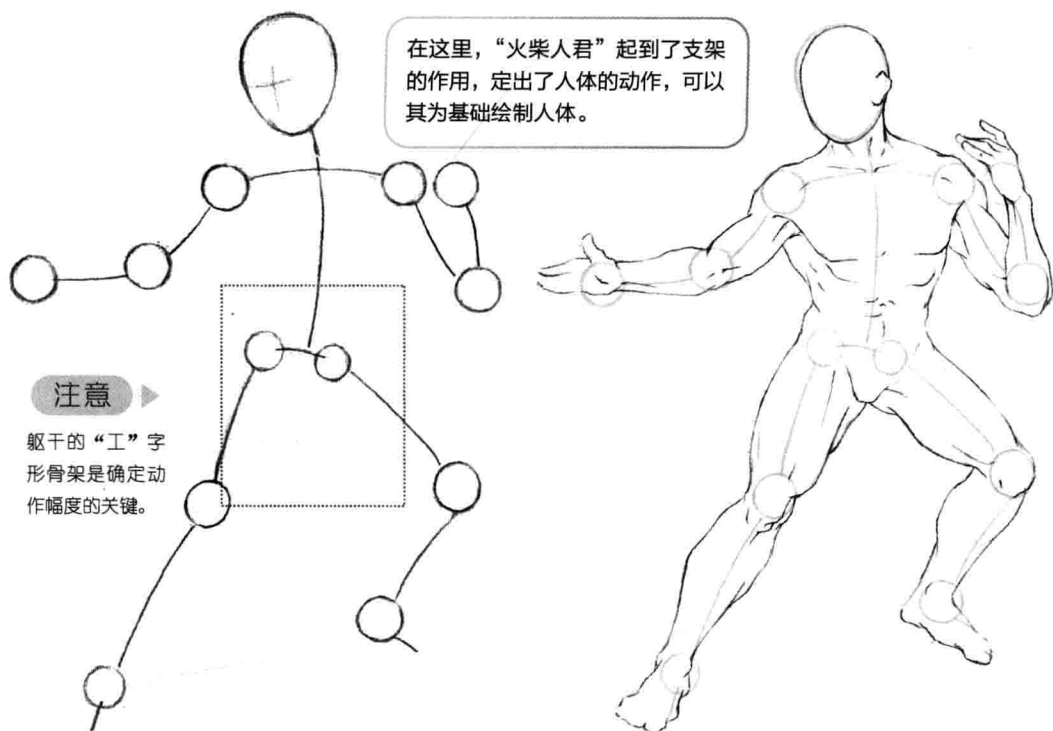
组合“火柴人君”时，需要注意人物的关节，包括双肩、双肘、手腕、髋部、膝盖、脚踝等，把关节比作会运动的小球，确定关节位置，再在各小球之间穿上直线，基本的骨骼动态就确立了。







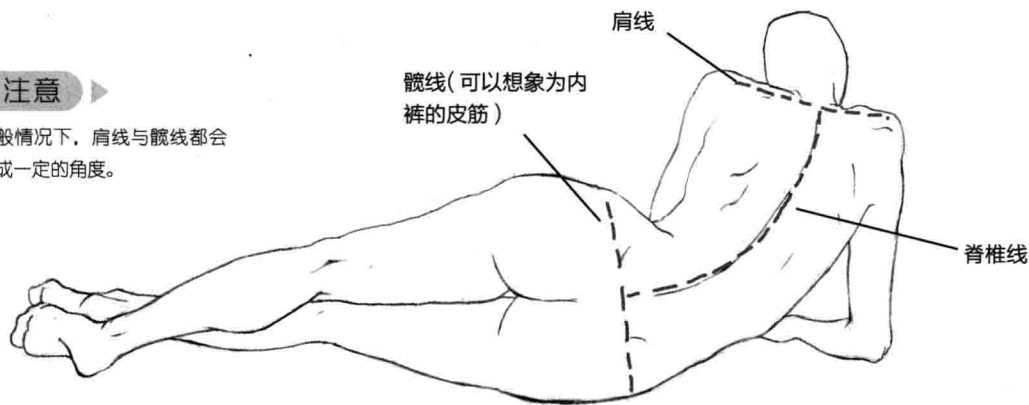
认识了赤裸裸的“火柴人君”，下面让我们来看一看“火柴人君”如何披上肌肉变成一个有血有肉的人。



了解了骨骼动态以后，就可以借助骨骼动态来认识人体的动态线，学习如何快速地确定一个人的动作方向。

### 注意 ▶

一般情况下，肩线与髌线都会形成一定的角度。



“工”字形人体动态线：两肩连线，髌部两端骨点连线，以及脊椎线，三条线结合起来就使人体的大动势一目了然。

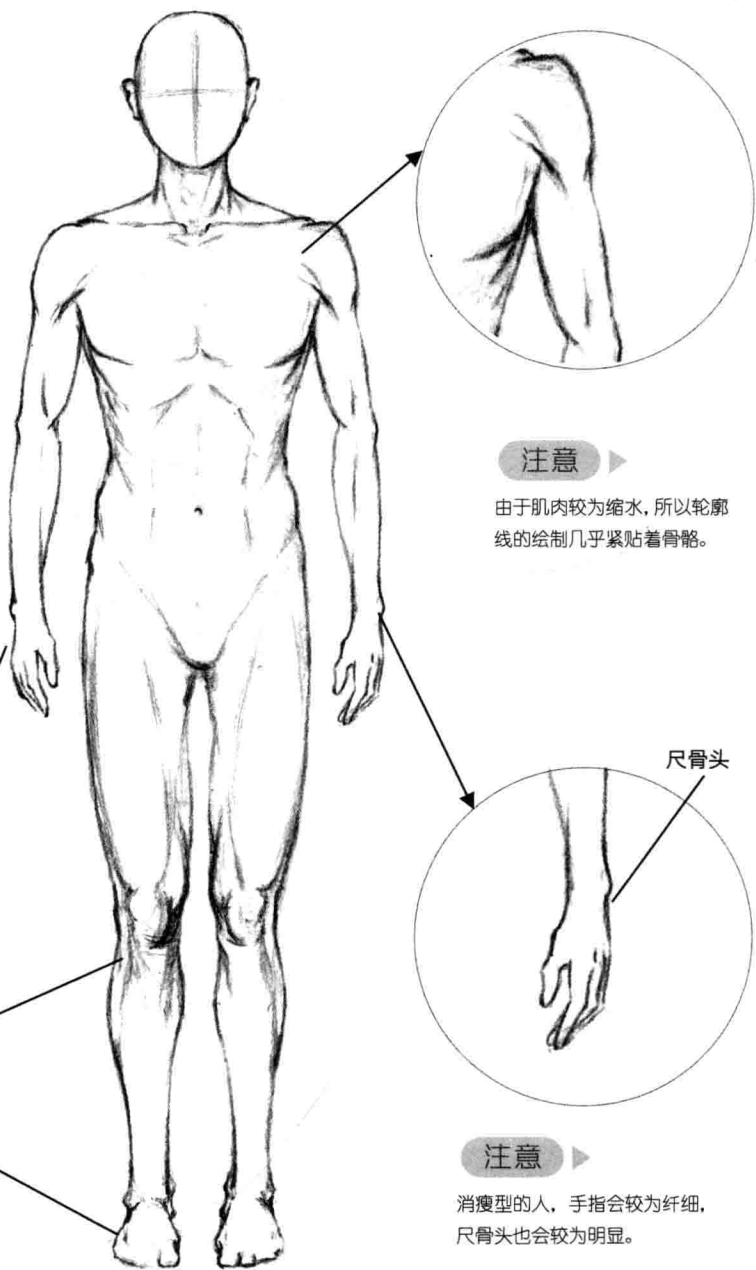




## 1.2 不同类型人体的肌肉表现

### 消瘦型

由于缺乏脂肪，肌肉紧贴骨骼，消瘦型的人体看上去会比较纤弱。



#### 注意

消瘦型的人体几乎是直上直下的，肌肉线条起伏不大。

#### 注意

由于肌肉较为缩水，所以轮廓线的绘制几乎紧贴着骨骼。

#### 注意

关节部位没有脂肪和肌肉，绘制的时候需要特别强调。

尺骨头

#### 注意

消瘦型的人，手指会较为纤细，尺骨头也会较为明显。



## 强壮型

想要表现强壮的人时，需要把人体肌肉画得更加丰满，加大肌肉的体积，肌肉就像吹气球一般泵了气，这样绘制出来的人体就会让人感觉强壮健硕。

