

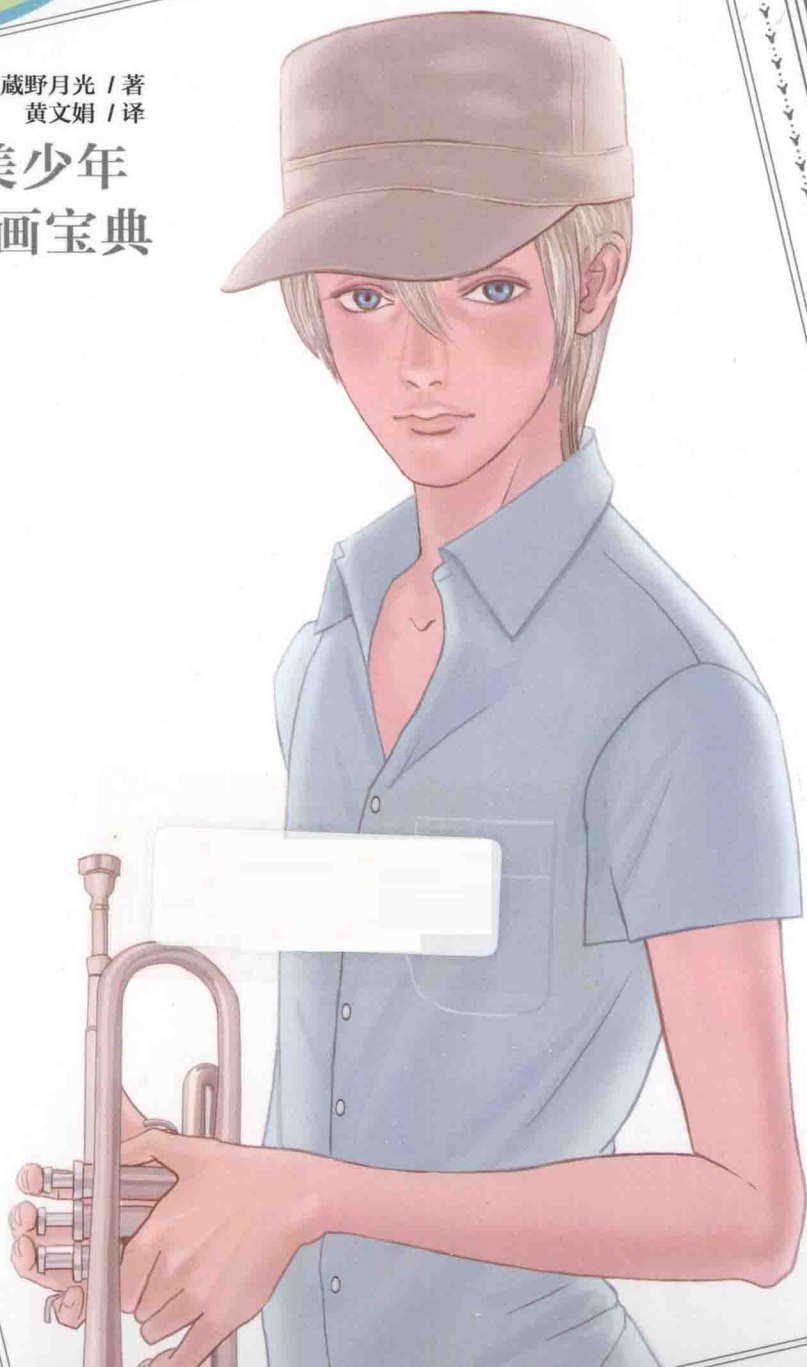


中青动漫

# 超级 漫画素描技法 美少年造型篇

(日) 武藏野月光 / 著  
黄文娟 / 译

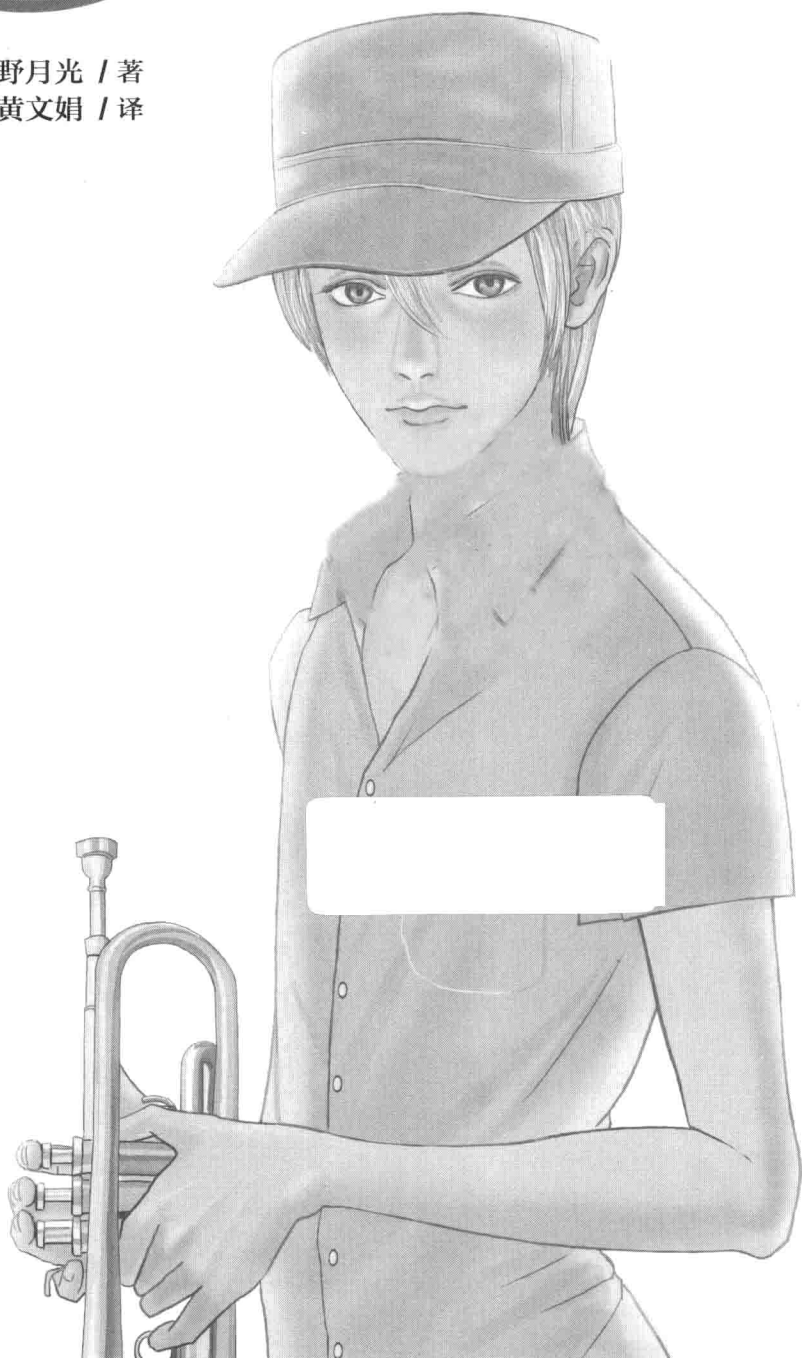
学习精彩美少年  
角色的绘画宝典



中青雄狮

# 超级 漫画素描技法 美少年造型篇

(日) 武藏野月光 / 著  
黄文娟 / 译



キャラデザ★デッサン vol.01 少年の描き方

Kyaradeza ★ Dessin vol.01 Shonen no Egakikata  
by Lune Musashino

Layout design: Mitsugu Mizobata  
Editor: Atelier Kochi

© 2011 Lune Musashino  
© 2011 Graphic-sha Publishing Co., Ltd.

The original Japanese edition was first designed and published in 2011 by Graphic-sha Publishing Co., Ltd. 1-14-17 Kudankita, Chiyoda-ku, Tokyo, 102-0073 Japan

Simplified Chinese edition ©2013 China Youth Press

This simplified Chinese edition was published in China in 2013 by:  
China Youth Press  
Room 2-9A02,  
Dacheng International Center,  
No. 78 Dongsihuan Zhong Rd.,  
Beijing 100022 China

Chinese translation rights arranged with Graphic-sha Publishing Co., Ltd. through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

ISBN 978-7-5153-1622-2

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or used in any form or by any means - graphic, electronic, or mechanical, including photocopying, recording, taping, or information storage and retrieval systems - without written permission of the publisher.

First printing: Nov 2013  
Printed and bound in China

## 律师声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由日本 Graphic-sha 授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有者和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

## 侵权举报电话

全国“扫黄打非”工作小组办公室  
010-65233456 65212870  
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社  
010-59521012  
E-mail: [cyplaw@cypmedia.com](mailto:cyplaw@cypmedia.com)  
MSN: [cyp\\_law@hotmail.com](mailto:cyp_law@hotmail.com)

版权登记号: 01-2013-2429

## 图书在版编目(CIP)数据

超级漫画素描技法. 美少年造型篇 / (日) 武藏野月光著; 黄文娟译.

—北京: 中国青年出版社, 2013.5

ISBN 978-7-5153-1622-2

I. ①超… II. ①武… ②黄… III. ①漫画—素描技法

IV. ①J218.2②J214

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 097298 号

策划编辑: 王颖

责任编辑: 易小强 刘冰冰

助理编辑: 徐璐

封面制作: 六面体书籍设计 孙素锦

## 超级漫画素描技法——美少年造型篇

(日) 武藏野月光 / 著 黄文娟 / 译

出版发行:  中国青年出版社  
地 址: 北京市东四十二条 21 号  
邮政编码: 100708  
电 话: (010) 59521188 / 59521189  
传 真: (010) 59521111  
企 划: 北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

印 刷: 中国农业出版社印刷厂  
开 本: 787×1092 1/16  
印 张: 9  
版 次: 2013 年 11 月北京第 1 版  
印 次: 2013 年 11 月第 1 次印刷  
书 号: ISBN 978-7-5153-1622-2  
定 价: 32.00 元

本书如有印装质量等问题, 请与本社联系  
电话: (010) 59521188 / 59521189  
读者来信: [reader@cypmedia.com](mailto:reader@cypmedia.com)  
如有其他问题请访问我们的网站: <http://www.cypmedia.com>

“北大方正公司电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面用字包括: 方正兰亭黑系列

# Contents 目录

- 003 本书中的角色们  
004 五兄弟大扫除篇

## 序

- 008 ① 五大体块与 12 个关节  
010 ② 男人身体的黄金比例  
012 从美少年到美青年——成长与身体的变化  
014 年轻男子的身体到底是什么样的？  
015 01 男子全身图  
016 02 手臂的根部、肩膀和腋下  
018 03 大腿根部和臀部  
020 04 躯干、脖子与背部

## Chapter1 美男子的黄金比例

- 022 法则① 手大、脚大显得更帅  
023 法则② 手部与脸部一样大  
024 法则③ 四方形的指尖看起来更有男人味  
025 法则④ 双手一样大是“铁则”！  
026 法则⑤ 肩膀的宽窄会影响脸部的大小  
027 法则⑥ 臀部要比肩膀窄  
028 法则⑦ 上臂长度 = 从肘部到手腕的长度 = 脚的大小  
029 法则⑧ 脖子到乳头 = 乳头到肚脐 = 肚脐到胯部  
030 法则⑨ 从侧面看，膝盖以下的小腿位于斜后方  
032 带着身体的黄金比例意识，来画主人公型角色

## Chapter2 男人的身体十分骨感

- 037 完美的骨骼① 颈椎骨就像海马  
038 完美的骨骼② 锁骨像自行车的把手  
040 完美的骨骼③ 肩胛骨就像天使的翅膀  
042 完美的骨骼④ 从肘部到手腕有两根骨头  
044 完美的骨骼⑤ 小腿的外侧凸起位置高、内侧低  
046 完美的骨骼⑥ 骨感与男人味  
047 完美的骨骼⑦ 用线条表现骨感  
048 带着骨骼的意识，来画管家型角色

## Chapter3 细节之处显神通

- 052 细节① 手  
062 细节② 脚  
070 细节③ 耳朵  
072 带着着重描绘手脚的意识，来画中性型角色

## Chapter4 关节活动的极限

- 077 细节① 脖子和肩膀能扭转到什么程度？  
078 细节② 手臂能弯曲到什么程度？  
079 细节③ 手腕与手指能弯曲到什么程度？  
080 细节④ 腿部与腰部能弯曲到什么程度？  
081 带着关节的意识，来画对手型角色

## Chapter5 薄厚适中的完美肌肉

- 086 完美的肌肉① 用力时才出现的肌肉  
087 完美的肌肉② 用衣服的褶皱来表现肌肉  
088 完美的肌肉③ 表现武打动作时的肌肉刻画  
090 完美的肌肉④ 运动时的肌肉刻画  
092 完美的肌肉⑤ 尝试画出芭蕾舞演员的动作  
094 带着肌肉的意识，来画老大型角色

## Chapter6 脸与表情

- 098 细节① 仰视与俯视  
099 细节② 眼睛与瞳孔  
103 细节③ 完美的鼻子与嘴  
105 细节④ 脸部的动作  
107 细节⑤ 面部的各种表情  
110 表情合集【友情篇】  
112 表情合集【恋爱篇】  
116 带着表情的意识，来塑造爆怒的对手型角色

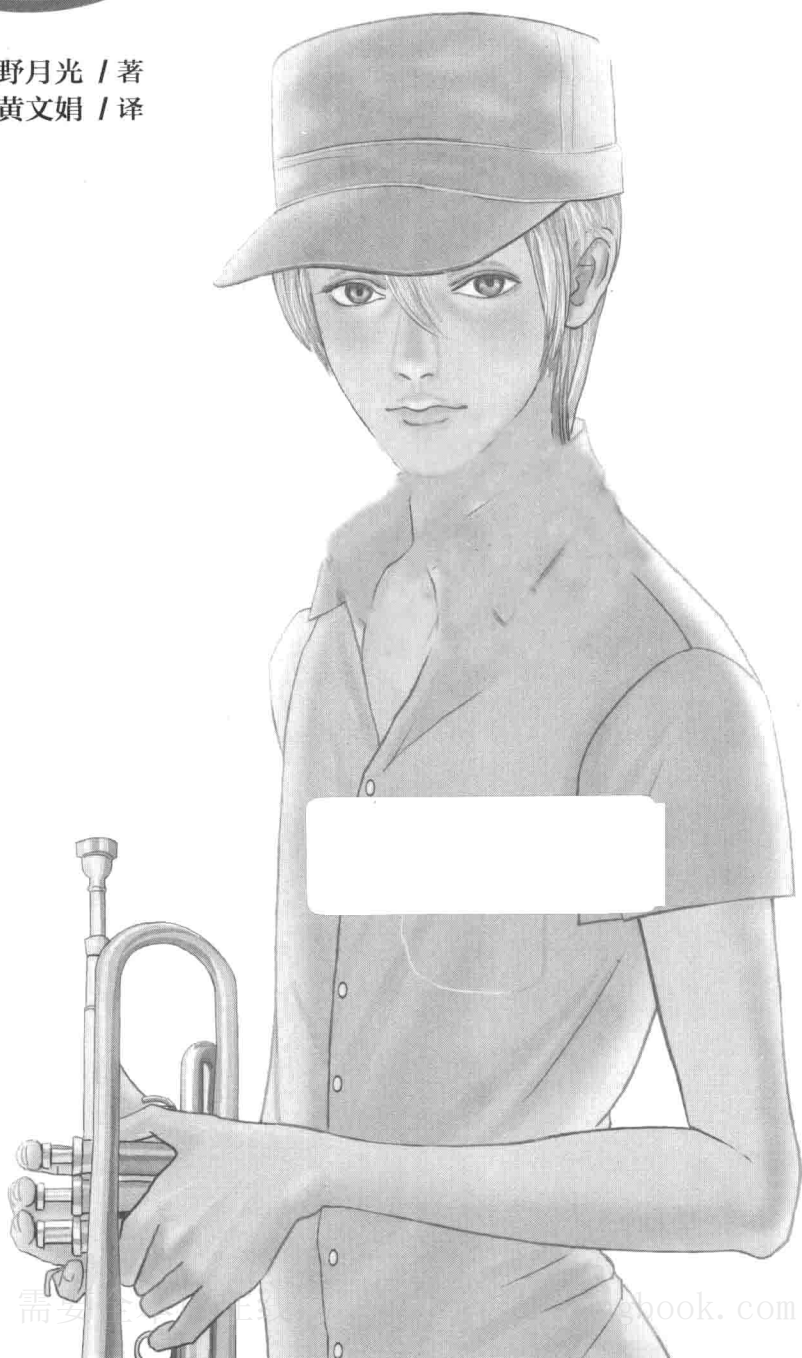
## Chapter7 光与影

- 120 光与影的素描① 脸  
122 光与影的素描② 身体  
124 光与影的素描③ 光源一旦发生变化，表情也会变  
126 带着光与影的意识，来画充满戏剧性的两人角色  
130 琉弥老师的修改专栏  
138 Gallery



# 超级 漫画素描技法 美少年造型篇

(日) 武藏野月光 / 著  
黄文娟 / 译



# Contents 目录

- 003 本书中的角色们  
004 五兄弟大扫除篇

## 序

- 008 ① 五大体块与 12 个关节  
010 ② 男人身体的黄金比例  
012 从美少年到美青年——成长与身体的变化

## 014 年轻男子的身体到底是什么样的？

- 015 01 男子全身图  
016 02 手臂的根部、肩膀和腋下  
018 03 大腿根部和臀部  
020 04 躯干、脖子与背部

## Chapter1

### 美男子的黄金比例

- 022 法则① 手大、脚大显得更帅  
023 法则② 手部与脸部一样大  
024 法则③ 四方形的指尖看起来更有男人味  
025 法则④ 双手一样大是“铁则”！  
026 法则⑤ 肩膀的宽窄会影响脸部的大小  
027 法则⑥ 臀部要比肩膀窄  
028 法则⑦ 上臂长度 = 从肘部到手腕的长度 = 脚的大小  
029 法则⑧ 脖子到乳头 = 乳头到肚脐 = 肚脐到胯部  
030 法则⑨ 从侧面看，膝盖以下的小腿位于斜后方  
032 带着身体的黄金比例意识，来画主人公型角色

## Chapter2

### 男人的身体十分骨感

- 037 完美的骨骼① 颈椎骨就像海马  
038 完美的骨骼② 锁骨像自行车的把手  
040 完美的骨骼③ 肩胛骨就像天使的翅膀  
042 完美的骨骼④ 从肘部到手腕有两根骨头  
044 完美的骨骼⑤ 小腿的外侧凸起位置高、内侧低  
046 完美的骨骼⑥ 骨感与男人味  
047 完美的骨骼⑦ 用线条表现骨感  
048 带着骨骼的意识，来画管家型角色

## Chapter3

### 细节之处显神通

- 052 细节① 手  
062 细节② 脚  
070 细节③ 耳朵  
072 带着着重描绘手脚的意识，来画中中性型角色

## Chapter4

### 关节活动的极限

- 077 细节① 脖子和肩膀能扭转到什么程度？  
078 细节② 手臂能弯曲到什么程度？  
079 细节③ 手腕与手指能弯曲到什么程度？  
080 细节④ 腿部与腰部能弯曲到什么程度？  
081 带着关节的意识，来画对手型角色

## Chapter5

### 薄厚适中的完美肌肉

- 086 完美的肌肉① 用力时才出现的肌肉  
087 完美的肌肉② 用衣服的褶皱来表现肌肉  
088 完美的肌肉③ 表现武打动作时的肌肉刻画  
090 完美的肌肉④ 运动时的肌肉刻画  
092 完美的肌肉⑤ 尝试画出芭蕾舞演员的动作  
094 带着肌肉的意识，来画老大型角色

## Chapter6

### 脸与表情

- 098 细节① 仰视与俯视  
099 细节② 眼睛与瞳孔  
103 细节③ 完美的鼻子与嘴  
105 细节④ 脸部的动作  
107 细节⑤ 面部的各种表情  
110 表情合集【友情篇】  
112 表情合集【恋爱篇】  
116 带着表情的意识，来塑造爆怒的对手型角色

## Chapter7

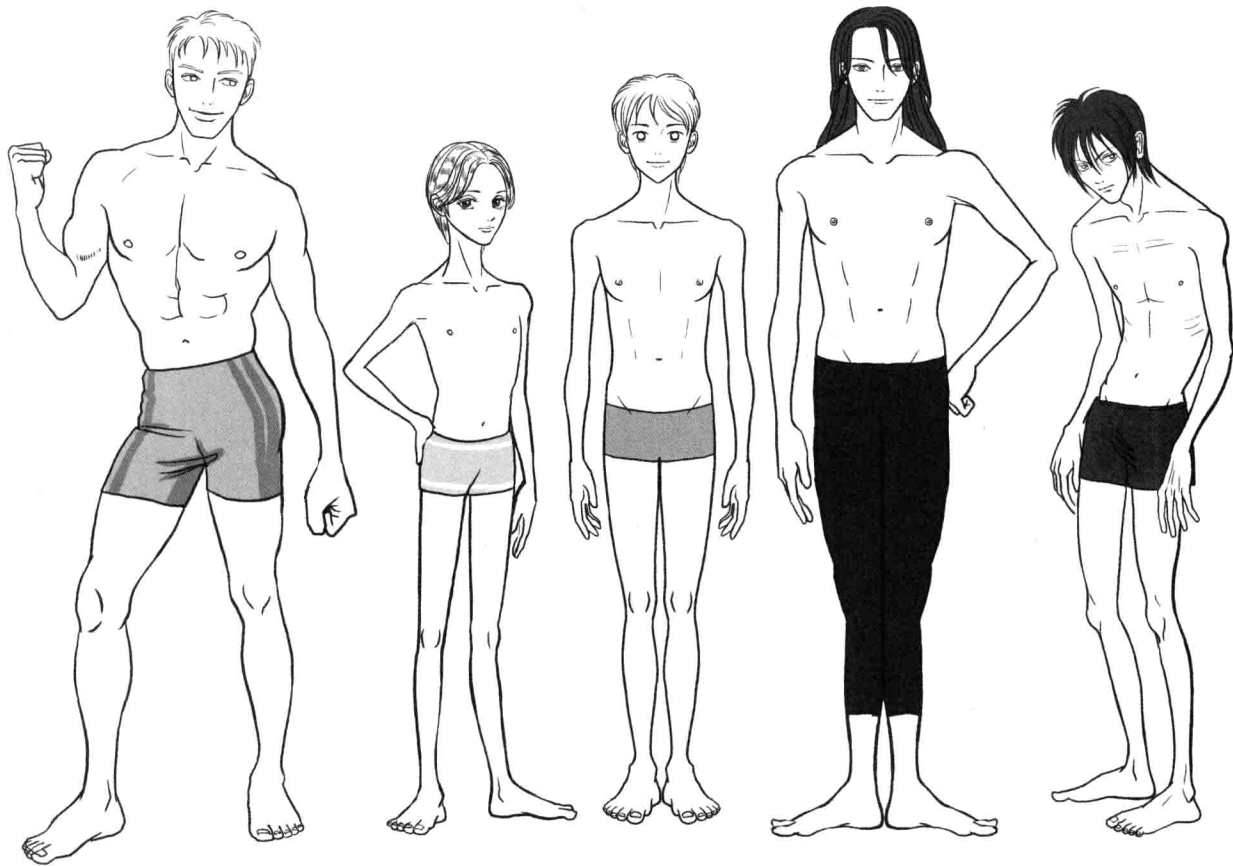
### 光与影

- 120 光与影的素描① 脸  
122 光与影的素描② 身体  
124 光与影的素描③ 光源一旦发生变化，表情也会变  
126 带着光与影的意识，来画充满戏剧性的两人角色  
130 琉弥老师的修改专栏  
138 Gallery

# ❄ 本书中的角色们 ❄

本书分别列举了五种不同类型的美少年与美青年，他们将作为我们今后绘画练习的素材。

他们的体格分别为肌肉型、中性型、中等身材型、成熟男人型、骨瘦如柴型。他们的性格也从开朗型、老好人型到阴暗型、刁钻刻薄型，大家在设定角色时可以拿来进行参考。



【老大型】

【中性型】

【主人公型】

【管家型】

【对手型】

## 老大型

■24岁 ■195cm/80kg (脚的尺寸: 28cm) ■血型: B型 ■性格: 开朗、单纯 ■怪癖: 随时随地向别人展示肌肉 ■魅力指数: 100%

## 主人公型

■17岁 ■172cm/60kg (脚的尺寸: 26.5cm) ■血型: B型 ■性格: 普通 ■怪癖: 鼻子痒时一定要用卷筒纸伸到里面去抠 ■魅力指数: 80%

## 对手型

■20岁 ■176cm/58kg (脚的尺寸: 28cm) ■血型: AB型 ■性格: 复杂古怪、很有毅力, 头脑灵活 ■怪癖: 嘴巴总是向下撇, 脸上挂着一副别人都是傻瓜的笑容 ■魅力指数: 无法预测

## 中性型

■15岁 ■160cm/43kg (脚的尺寸: 24.5cm) ■血型: A型 ■性格: 有点女气, 我行我素 ■怪癖: 手指随时在空中敲打着(无形的)键盘 ■魅力指数: 30%

## 管家型

■26岁 ■182cm/65kg (脚的尺寸: 27cm) ■血型: O型 ■性格: 因为是长兄, 所以很有责任感, 对美有种超乎寻常的执着 ■怪癖: 音乐一响起就会不自觉地踏出舞步 ■魅力指数: 50%

# 五兄弟大扫除篇

来吧，大家  
准备一下！



今天我们家要来个  
彻底的大扫除。

老大：欧洲芭蕾舞团名震四方的  
自由舞蹈家  
爱称：管家

老四沿着墙壁进行地毯  
式扫荡。



死吧！  
溶解吧！  
你们这些细菌！

咪咪

老四：程序师  
在二楼自己的房间  
里开发程序中

各自活用自己的  
特长。

重活儿都交  
给我吧！



老二：健美先生亚洲选拔大  
赛第四名

每个角落都要  
打扫干净。



老三：公立学  
校篮球部，无  
女友

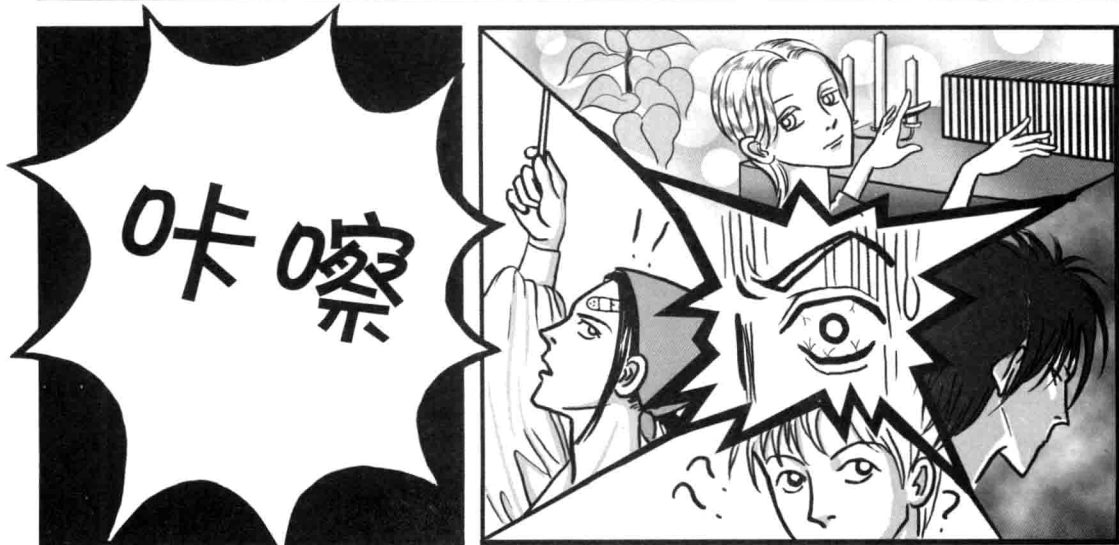
用心去做。

由指尖产生的美丽秩序  
与旋律……

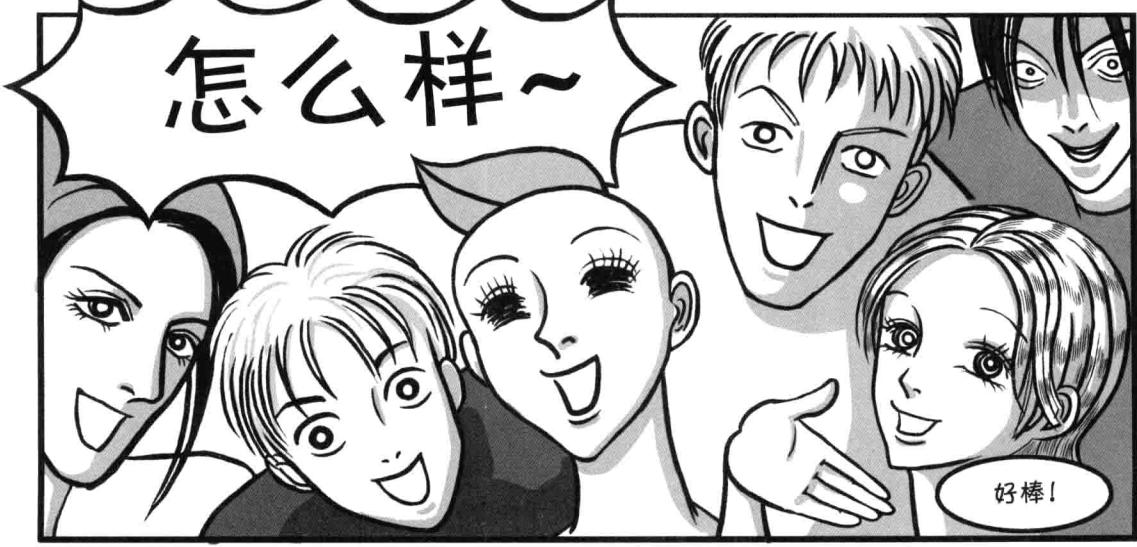
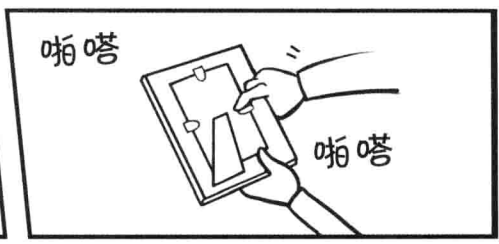
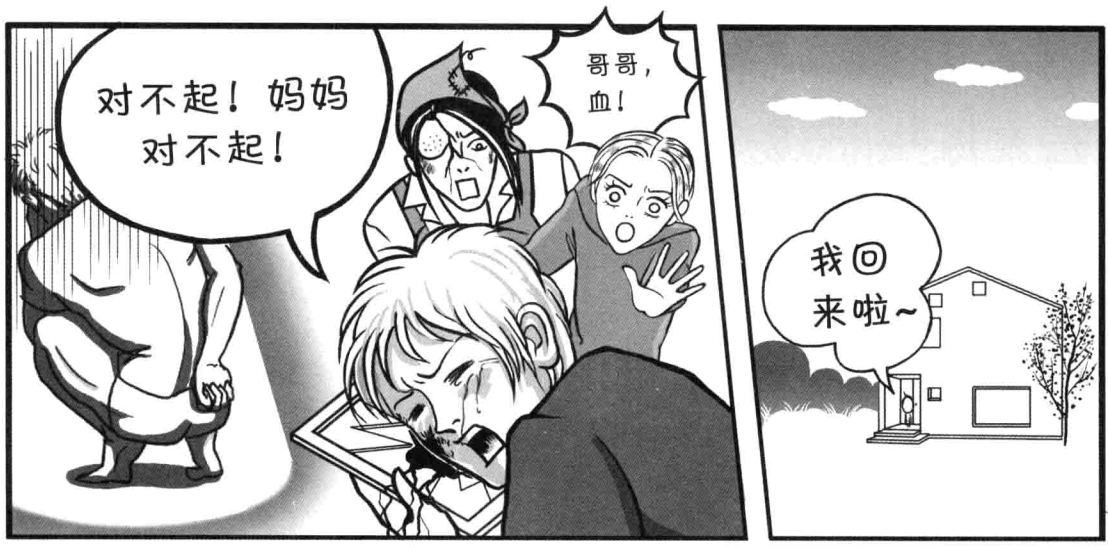


老五：私立天主教男子音乐学校七年级  
学生，钢琴科







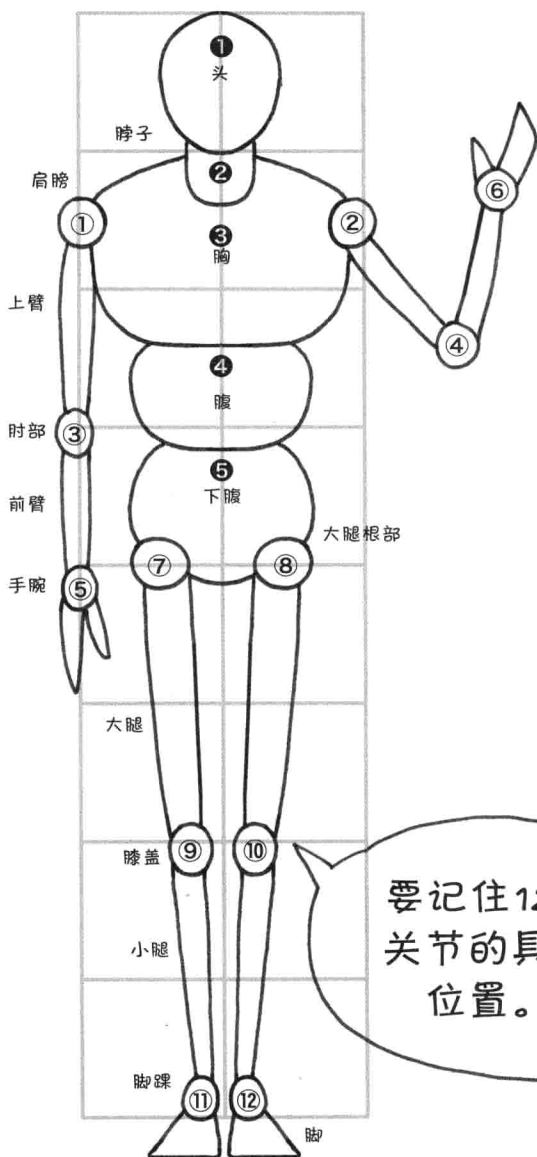


【序 ①】

# 五大体块与12个关节

人的身体只有动起来的时候看上去才完美，要动起来就一定要有立体感。在纸上要画出角色的立体感，首先要记住以下两点：五大体块与12个关节。

## 记住人体的12个关节



要记住12个关节的具体位置。



最重要的是第四大体块

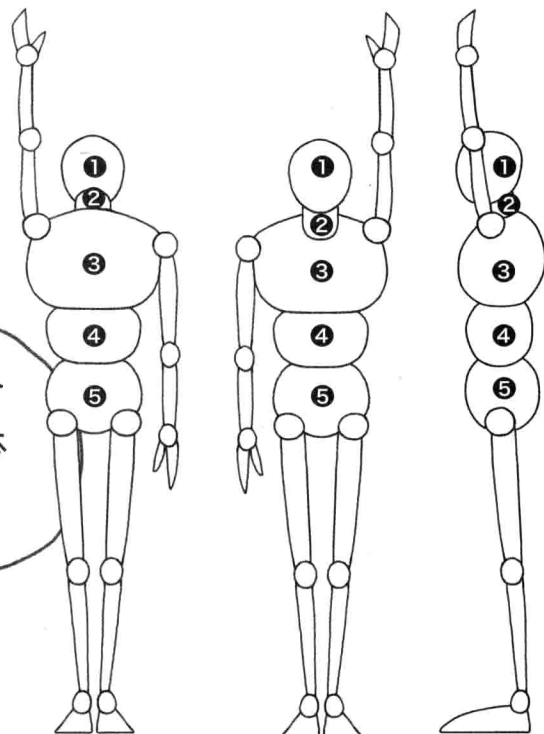


## 记住人体的五大体块

身体主要的五大体块

①头 ②脖子 ③胸 ④腹 ⑤下腹

如果将胸、腹和下腹画在一起，画面就不够美观了。



## 只要画出五大体块，什么姿势都能画出来

最初的素描稿画得潦草点没关系。总之，先将躯干分成胸、腹和下腹，将头部和脖子分开，将手臂和腿部的左右关节都画出来！无论画什么角度，都不要省略这几个部分，然后就会越画越好。



### 〈俯瞰〉

头部最大，仔细观察体块重叠的地方。注意不要搞错脚部的大小。

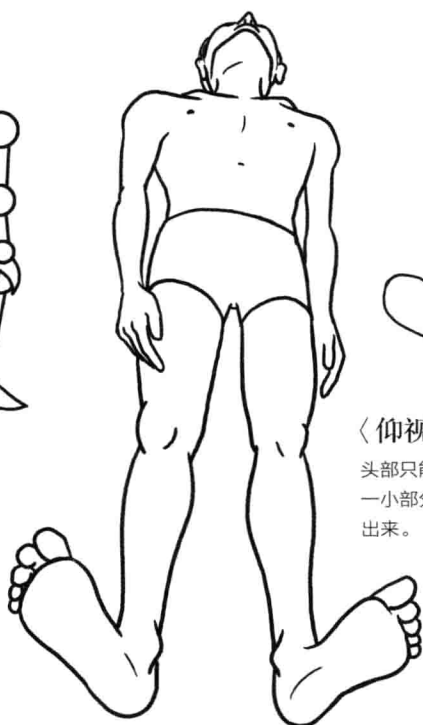
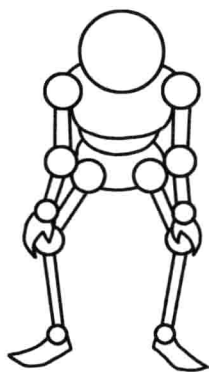
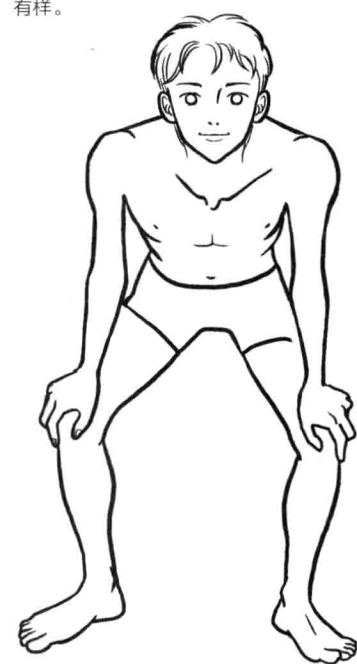
### 〈前倾〉

注意肩和腰，只要这两个地方画好了，最难画的正面的“ $\lt$ ”字形也可以画得有模有样。



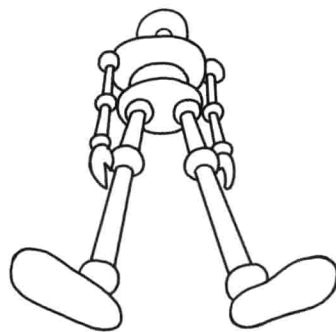
### 〈单脚抬起〉

记住几个体块的弯曲程度，只要带着关节意识，无论什么动作都能自然地画出来。



### 〈仰视〉

头部只能看到一半，脖子也只能瞥见一小部分，不过这两大体块还是要画出来。

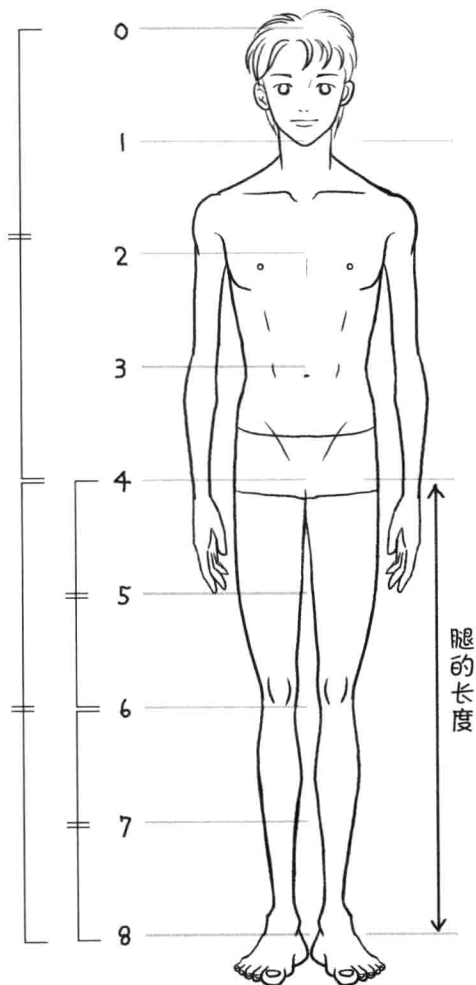




【序 2】

# 男人身体的黄金比例

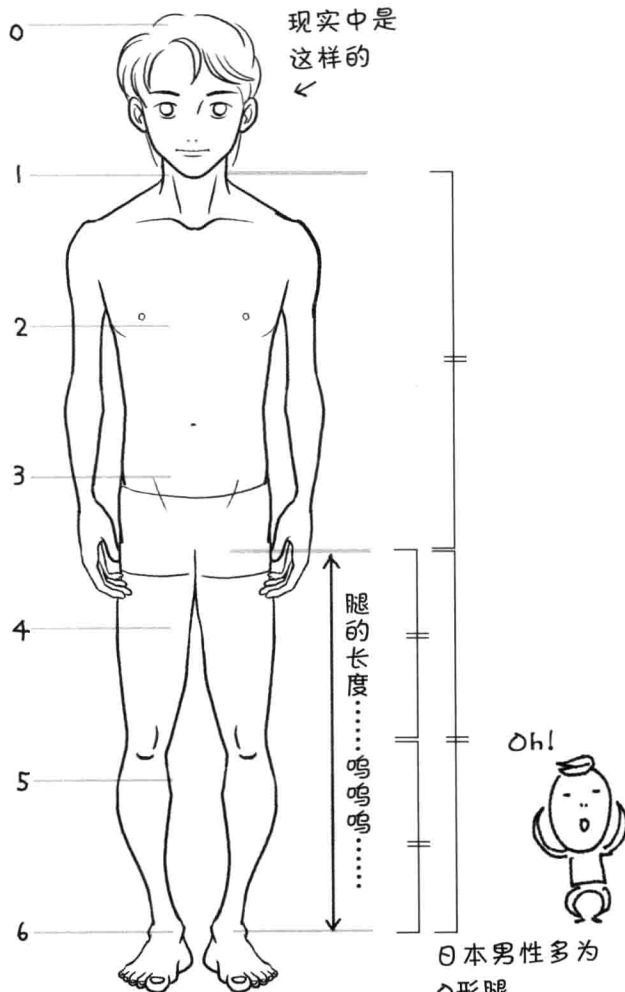
想画美少年的诸位肯定有自己喜欢的体型。不管画什么样的身材，最重要的还是比例。只要比例准确，无论是骨瘦如柴、浑身肌肉，还是畸形的身材，少年看起来都能十分完美。虽然现实中这种比例很少。



## 完美的黄金比例【8头身】

- 头顶~下巴 = 下巴~乳头
- 大腿根部~头 = 腿的长度（腿很长）
- 大腿根部~膝盖 = 小腿的长度
- 手腕的位置 = 大腿根处（手臂很长）
- 腋下~肘部 = 肘部~手腕

※如果比例好的话，7头身也可以很完美。



## 现实中的比例【6头身】

- 大腿根部~脖子 = 腿的长度（腿短）
- 大腿根部~膝盖 = 小腿的长度（O形腿，膝盖无法并拢）
- 手腕的位置 = 髌骨（手臂很短）

※即使是9头身，如果躯干和腿是这个比例……

拥有这么完美的比例（美男子的黄金比例），  
人物无论怎么动都让人疯狂！

头顶~下巴 = 下巴~乳头  
腋下~肘部 = 肘部~手腕



头顶~下巴 = 下巴~乳头  
大腿根部~膝盖 = 小腿的长度



头顶~下巴 = 下巴~乳头  
大腿根部~膝盖 = 小腿的  
长度  
腋下~肘部 = 肘部~手腕

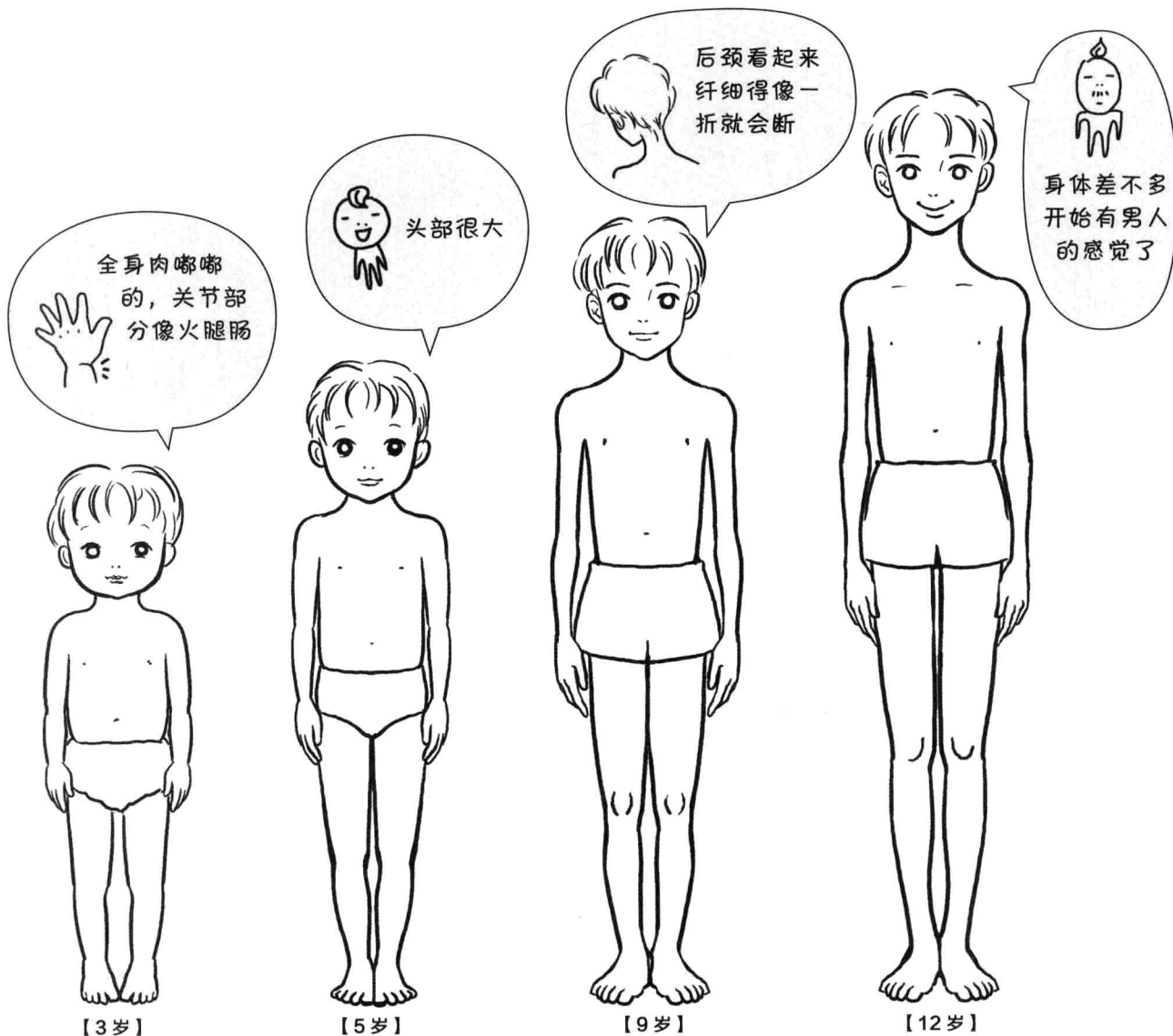


头顶~下巴 = 下巴~乳头  
大腿根部~膝盖 = 小腿的长度  
腋下~肘部 = 肘部~手腕

# 从美少年到美青年 —— 成长与身体的变化

美男子的成长，从幼年期、少年期、青春期到青年期有很大的变化。

在这里我会更细致地进行分类，让大家亲眼见证成长的过程。



脸上还留有婴儿的痕迹，骨头很细，全身看起来都肉嘟嘟的。

虽然头还是很大，但是手脚已经不像婴儿时那么肉嘟嘟的了。这一时期身高大概一年要增长4cm-5cm。虽然会有个体差异，但心智上都还很幼稚，都说黑猩猩的智商相当于人类的5岁儿童。

身高和骨头开始生长，手脚像棒子一样又细又长，关节也很细。心智上开始自我觉醒，步入青春期的助跑阶段，9岁以后开始正式进入青春期。

进入青春期，开始出现第二性征。此时受荷尔蒙的影响，关节会变得结实，身高也开始快速增长，一年长10cm的例子不在少数，同时进入叛逆期。

〈幼年期〉

〈少年期〉

手脚开始变得细长，像小鹿一样



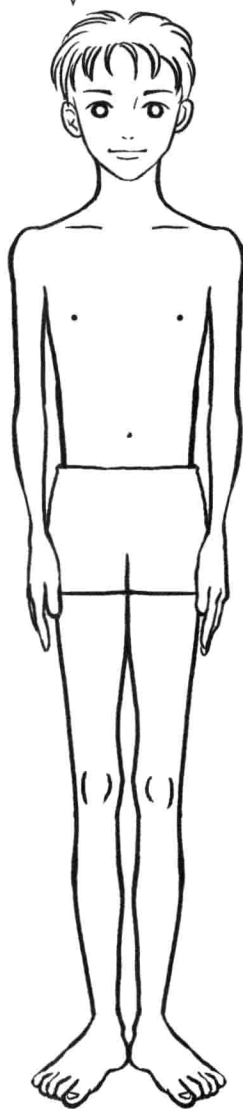
开始出现喉结了



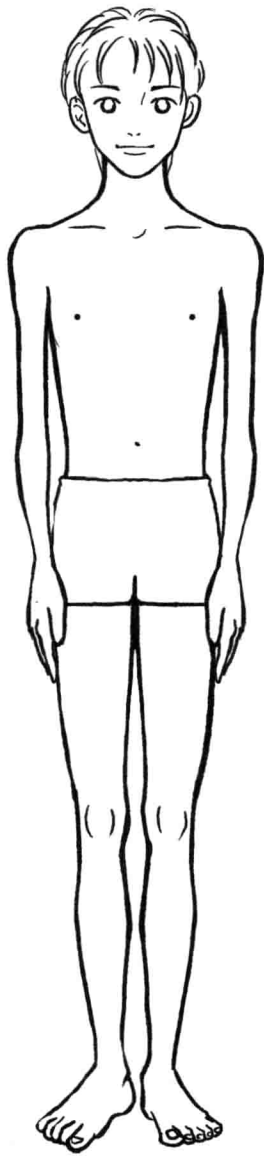
虽然身形还很纤细，但是已经开始出现肌肉线条



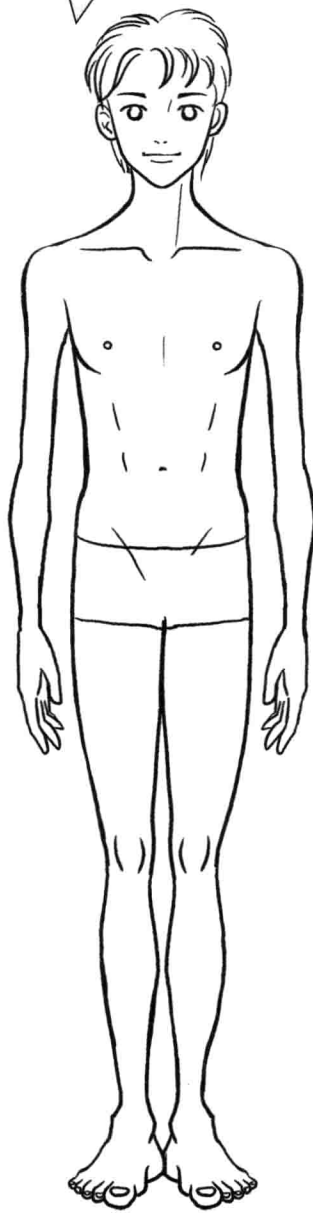
哈哈 长得好结实

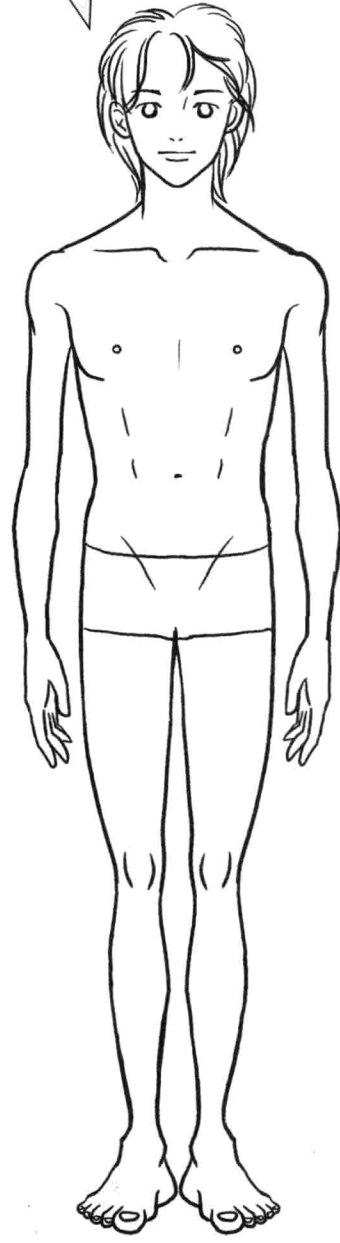
【14岁】



【15岁】



【18岁】



【25岁】

青春期的鼎盛时期。初中二年级生是动画片、漫画、影视作品中最常出现的人物设定，因为这一年龄的男性最能够表现青春期叛逆的特点。肩膀开始变宽，声音也开始变化。

虽然只差一岁，但是这一年变声基本结束，体毛开始浓密，男性特征开始明显。肌肉开始发达，身体也比一年前有了显著变化。顺便提一句，14岁到15岁时是男人一生中脂肪率最低的时期。

身体基本上停止生长，属于少年期的终结时间。在这之后随着脂肪的增加，会出现男人特有的体味。这时候的男性寻求同伴和好友的倾向更强，容易结交一生的朋友。

被称为青年的时期。成长停止，心智也变得成熟。

〈青春期〉

〈青年期〉