

动漫 专项 练习册

人体动态结构

人体结构基础知识+躯体、四肢局部讲解!

不同年龄的人体结构+日常生活动态+多人动态组合+

画面中的人体动态,全面掌握!

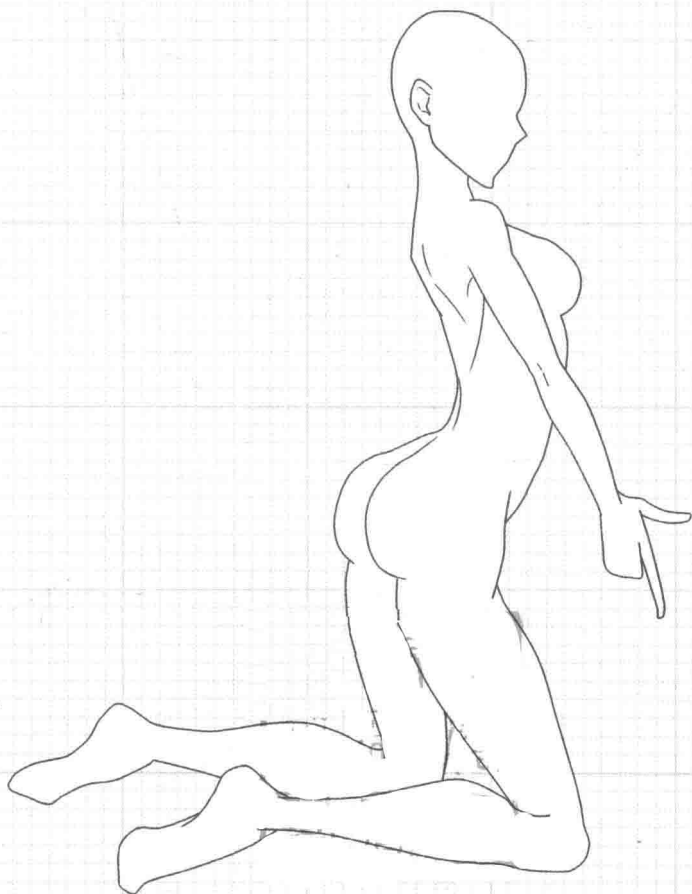
超有趣的人体动态讲解漫画,让学习更好玩!

四夏 主编

黑猫的金瞳 编著

中国工信出版集团

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



动漫专项练习册

人体动态结构

四夏 主编 黑猫的金瞳 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

动漫专项练习册. 人体动态结构 / 四夏主编 ; 黑猫的金瞳编著. — 北京 : 人民邮电出版社, 2018. 1
ISBN 978-7-115-47402-5

I. ①动… II. ①四… ②黑… III. ①动画—人物画技法 IV. ①J218.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第300489号

内 容 提 要

人体无疑是绘制动漫人物时基石般的存在,也是画师生涯的必修课。一个拥有优秀的人体基础绘制技巧的画师,可以顺利地将构思落于笔下,优美绝伦的姿态也使整个人物更为灵动。

本书是“动漫专项练习册”系列图书中的人体动态结构篇,对各种不同的人物姿态进行了系统的分类与整合。本书分为人体结构分类基础、按照年龄分类的人体结构、日常生活中的一些动态、多人物的动态组合、插画中常见的人体动态、人体结构与漫画等六个部分。本系列书采用文字少、图例多的方法,案例图都用轻网格铺底,能帮助读者更细致地分析画面。

本书非常适合动漫爱好者和相关机构作为参考教材学习,希望本书能帮助到大家进步。

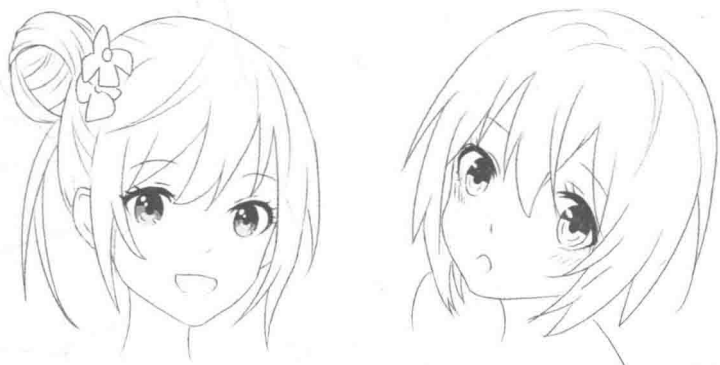
-
- ◆ 主 编 四 夏
编 著 黑猫的金瞳
责任编辑 易 舟
责任印制 陈 蕻
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
三河市中晟雅豪印务有限公司印刷
 - ◆ 开本: 700×1000 1/16
印张: 10.5 2018 年 1 月第 1 版
字数: 325 千字 2018 年 1 月河北第 1 次印刷
-

定价: 35.00 元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广登字 20170147 号



Chapter 01 人体结构分类的基础

- | | | | |
|-----------------------|-----|--------------------|-----|
| 1.1 头部五官绘制 | 006 | 1.2.4 臀部绘制 | 025 |
| 1.1.1 常见的头部绘制流程 | 006 | 1.3 四肢绘制 | 027 |
| 1.1.2 人物面部的不同朝向 | 009 | 1.3.1 手臂结构绘制 | 027 |
| 1.2 躯体结构绘制 | 012 | 1.3.2 手的结构绘制 | 030 |
| 1.2.1 女性躯体绘制 | 012 | 1.3.3 腿的结构绘制 | 034 |
| 1.2.2 男性躯体绘制 | 017 | 1.3.4 脚的结构绘制 | 038 |
| 1.2.3 背部绘制 | 020 | | |

Chapter 02 按照年龄分类的人体结构

- | | |
|----------------|-----|
| 2.1 幼年角色 | 042 |
| 2.2 青年角色 | 048 |
| 2.3 成年角色 | 062 |



Chapter 03 日常生活中的一些动态

- | | |
|-----------------|-----|
| 3.1 动态组之一 | 070 |
| 3.2 动态组之二 | 082 |
| 3.3 动态组之三 | 093 |

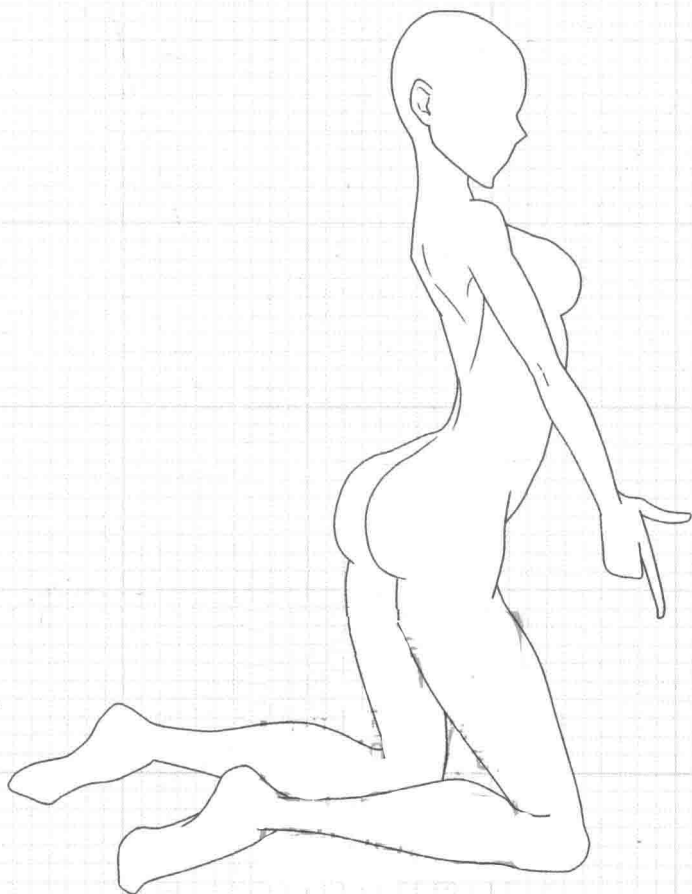
Chapter 04 多人物的动态组合

- | | | | |
|--------------------------------|-----|------------------------------------|-----|
| 4.1 安慰 | 105 | 4.14 “好久不见” | 118 |
| 4.2 视线相交 1 | 106 | 4.15 在热血漫画中容易见到的
封面人物动态组合 | 119 |
| 4.3 视线相交 2 | 107 | 4.16 热情拥抱 | 120 |
| 4.4 视线相交 3 | 108 | 4.17 闺蜜动态组合 1 | 121 |
| 4.5 具有身高差的男女搭档动态 | 109 | 4.18 闺蜜动态组合 2 | 122 |
| 4.6 由人物行为造成视线指引的
动态组合 | 110 | 4.19 主仆动态组合 1 | 123 |
| 4.7 人物身体重叠的动态组合 | 111 | 4.20 主仆动态组合 2 | 124 |
| 4.8 相拥的坐姿 | 112 | 4.21 兄弟动态组合 1 | 125 |
| 4.9 倚靠 | 113 | 4.22 兄弟动态组合 2 | 126 |
| 4.10 坐在怀中 | 114 | 4.23 约定 | 127 |
| 4.11 控制住某人的动态组合 | 115 | 4.24 背靠背 | 128 |
| 4.12 暧昧关系的动态组合 | 116 | 4.25 情侣之间的拥抱 | 129 |
| 4.13 类似于化妆的画面 | 117 | | |

Chapter 05 插画中常见的人体动态

- | | | | |
|------------------------|-----|------------------------|-----|
| 5.1 侧面倚靠坐姿 | 131 | 5.14 与画面互动的侧面坐姿 | 144 |
| 5.2 正面怀物站姿 | 132 | 5.15 女王坐姿 | 145 |
| 5.3 半俯视正面躺姿 | 133 | 5.16 侧面下落姿势 | 146 |
| 5.4 展示后背的坐姿 | 134 | 5.17 表现腿型的撑地侧面坐姿 | 147 |
| 5.5 侧面坐姿 1 | 135 | 5.18 侧倒失重姿势 | 148 |
| 5.6 侧面坐姿 2 | 136 | 5.19 双人对视动态组合 | 149 |
| 5.7 侧面坐姿 3 | 137 | 5.20 侧面上半身肖像 | 150 |
| 5.8 侧面坐姿 4 | 138 | 5.21 表现腿型的侧面坐姿 | 151 |
| 5.9 斜视角的侧坐姿 | 139 | 5.22 俯视躺姿 | 152 |
| 5.10 互动站姿 | 140 | 5.23 表现腿型的正面走姿 | 153 |
| 5.11 无重力侧面跪姿 | 141 | 5.24 错开双腿的正面撑伞坐姿 | 154 |
| 5.12 带有身体扭动的正面坐姿 | 142 | 5.25 纵深感很强的俯视构图 | 155 |
| 5.13 侧面跃起的姿势 | 143 | 5.26 身影重叠的双人动态组合 | 156 |

Chapter 06 通过漫画来巩固理解人体结构



动漫专项练习册

人体动态结构

四夏 主编 黑猫的金瞳 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

动漫专项练习册. 人体动态结构 / 四夏主编 ; 黑猫的金瞳编著. — 北京 : 人民邮电出版社, 2018. 1
ISBN 978-7-115-47402-5

I. ①动… II. ①四… ②黑… III. ①动画—人物画技法 IV. ①J218.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第300489号

内 容 提 要

人体无疑是绘制动漫人物时基石般的存在,也是画师生涯的必修课。一个拥有优秀的人体基础绘制技巧的画师,可以顺利地将构思落于笔下,优美绝伦的姿态也使整个人物更为灵动。

本书是“动漫专项练习册”系列图书中的人体动态结构篇,对各种不同的人物姿态进行了系统的分类与整合。本书分为人体结构分类基础、按照年龄分类的人体结构、日常生活中的一些动态、多人物的动态组合、插画中常见的人体动态、人体结构与漫画等六个部分。本系列书采用文字少、图例多的方法,案例图都用轻网格铺底,能帮助读者更细致地分析画面。

本书非常适合动漫爱好者和相关机构作为参考教材学习,希望本书能帮助到大家进步。

◆ 主 编 四 夏
编 著 黑猫的金瞳
责任编辑 易 舟
责任印制 陈 犇

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
三河市中晟雅豪印务有限公司印刷

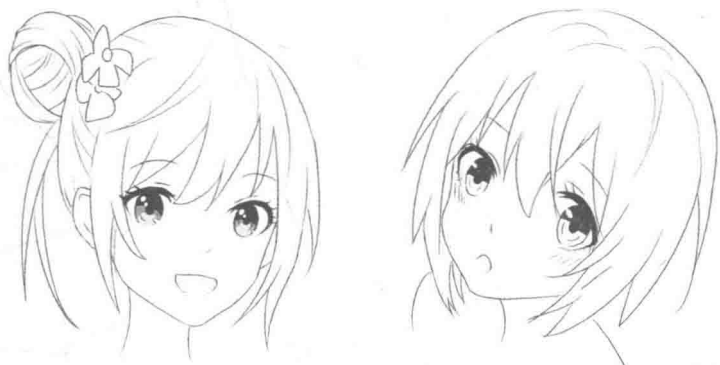
◆ 开本: 700×1000 1/16
印张: 10.5 2018年1月第1版
字数: 325千字 2018年1月河北第1次印刷

定价: 35.00元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广登字 20170147号



Chapter 01 人体结构分类的基础

- | | | | |
|-----------------------|-----|--------------------|-----|
| 1.1 头部五官绘制 | 006 | 1.2.4 臀部绘制 | 025 |
| 1.1.1 常见的头部绘制流程 | 006 | 1.3 四肢绘制 | 027 |
| 1.1.2 人物面部的不同朝向 | 009 | 1.3.1 手臂结构绘制 | 027 |
| 1.2 躯体结构绘制 | 012 | 1.3.2 手的结构绘制 | 030 |
| 1.2.1 女性躯体绘制 | 012 | 1.3.3 腿的结构绘制 | 034 |
| 1.2.2 男性躯体绘制 | 017 | 1.3.4 脚的结构绘制 | 038 |
| 1.2.3 背部绘制 | 020 | | |

Chapter 02 按照年龄分类的人体结构

- | | |
|----------------|-----|
| 2.1 幼年角色 | 042 |
| 2.2 青年角色 | 048 |
| 2.3 成年角色 | 062 |



Chapter 03 日常生活中的一些动态

- | | |
|-----------------|-----|
| 3.1 动态组之一 | 070 |
| 3.2 动态组之二 | 082 |
| 3.3 动态组之三 | 093 |

Chapter 04 多人物的动态组合

- | | | | |
|--------------------------------|-----|------------------------------------|-----|
| 4.1 安慰 | 105 | 4.14 “好久不见” | 118 |
| 4.2 视线相交 1 | 106 | 4.15 在热血漫画中容易见到的
封面人物动态组合 | 119 |
| 4.3 视线相交 2 | 107 | 4.16 热情拥抱 | 120 |
| 4.4 视线相交 3 | 108 | 4.17 闺蜜动态组合 1 | 121 |
| 4.5 具有身高差的男女搭档动态 | 109 | 4.18 闺蜜动态组合 2 | 122 |
| 4.6 由人物行为造成视线指引的
动态组合 | 110 | 4.19 主仆动态组合 1 | 123 |
| 4.7 人物身体重叠的动态组合 | 111 | 4.20 主仆动态组合 2 | 124 |
| 4.8 相拥的坐姿 | 112 | 4.21 兄弟动态组合 1 | 125 |
| 4.9 倚靠 | 113 | 4.22 兄弟动态组合 2 | 126 |
| 4.10 坐在怀中 | 114 | 4.23 约定 | 127 |
| 4.11 控制住某人的动态组合 | 115 | 4.24 背靠背 | 128 |
| 4.12 暧昧关系的动态组合 | 116 | 4.25 情侣之间的拥抱 | 129 |
| 4.13 类似于化妆的画面 | 117 | | |

Chapter 05 插画中常见的人体动态

- | | | | |
|------------------------|-----|------------------------|-----|
| 5.1 侧面倚靠坐姿 | 131 | 5.14 与画面互动的侧面坐姿 | 144 |
| 5.2 正面怀物站姿 | 132 | 5.15 女王坐姿 | 145 |
| 5.3 半俯视正面躺姿 | 133 | 5.16 侧面下落姿势 | 146 |
| 5.4 展示后背的坐姿 | 134 | 5.17 表现腿型的撑地侧面坐姿 | 147 |
| 5.5 侧面坐姿 1 | 135 | 5.18 侧倒失重姿势 | 148 |
| 5.6 侧面坐姿 2 | 136 | 5.19 双人对视动态组合 | 149 |
| 5.7 侧面坐姿 3 | 137 | 5.20 侧面上半身肖像 | 150 |
| 5.8 侧面坐姿 4 | 138 | 5.21 表现腿型的侧面坐姿 | 151 |
| 5.9 斜视角的侧坐姿 | 139 | 5.22 俯视躺姿 | 152 |
| 5.10 互动站姿 | 140 | 5.23 表现腿型的正面走姿 | 153 |
| 5.11 无重力侧面跪姿 | 141 | 5.24 错开双腿的正面撑伞坐姿 | 154 |
| 5.12 带有身体扭动的正面坐姿 | 142 | 5.25 纵深感很强的俯视构图 | 155 |
| 5.13 侧面跃起的姿势 | 143 | 5.26 身影重叠的双人动态组合 | 156 |

Chapter 06 通过漫画来巩固理解人体结构



Chapter 01

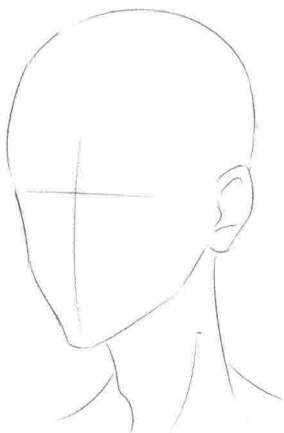
人体结构分类的基础

1.1

头部五官绘制

1.1.1 常见的头部绘制流程

大多数以画出可爱或是帅气的动漫人物为目标的绘画爱好者，最初都是从人物的头部绘制为入手点，所以在基础部分，我们就以普遍的绘画流程为线索，为大家讲解当前职业画手们的绘画流程。



1
STEP

这里我们准备画一个帅气的男生。以椭圆为基础绘制出理想的外轮廓，再用十字基准线来定位人物面部朝向和五官大体位置，并画上脖子和肩膀。



2
STEP

在第1步绘制正确的前提下，为人物画出五官和头发。这里需要注意头发具有厚度，不能完全贴着头皮来画。



3
STEP

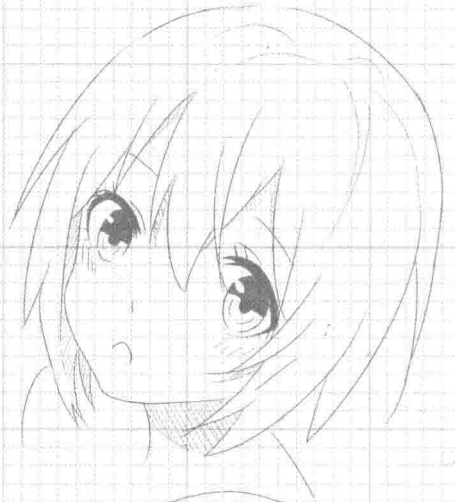
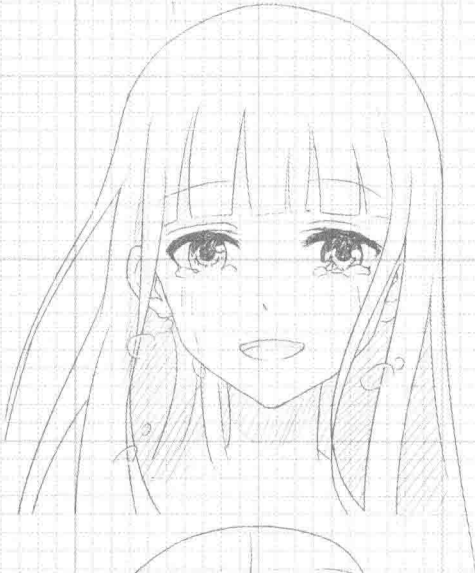
提炼线稿，擦除不确定的线和辅助线条，并细化五官。



4
STEP

设定光源来自画面左前方，利用排线方式为人物绘制阴影。头部的绘制流程大体如此。





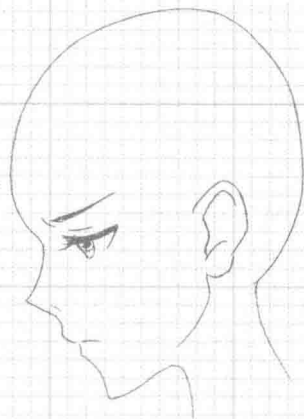
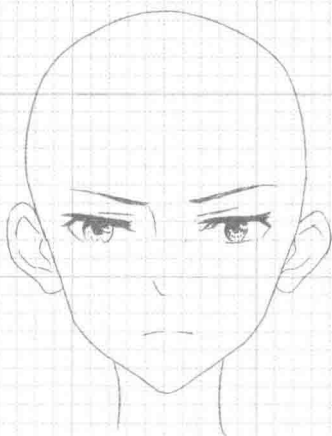
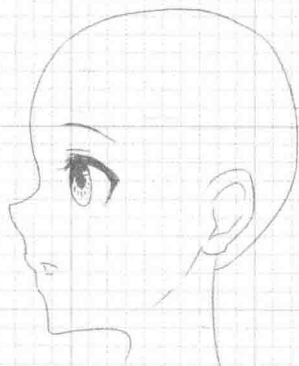
1.1.2 人物面部的不同朝向

只有熟练掌握了不同角度的头部朝向，才能更好地进行绘画创作。常见的头部朝向有：正面、四分之三侧及全侧。其中四分之三侧作为视觉效果最好的角度而广受画师们的喜爱。接下来，大家就以下面提供的例图进行临摹练习吧。

四分之三侧

正面

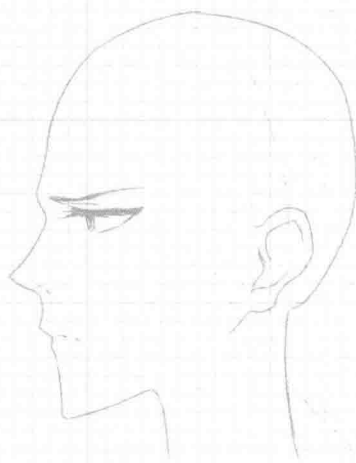
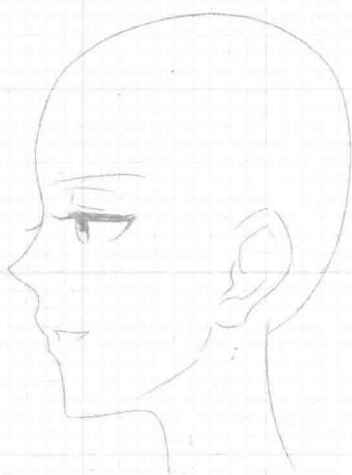
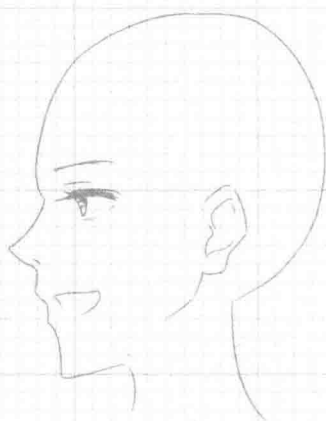
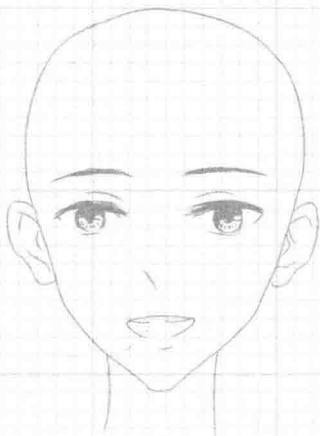
全侧



四分之三侧

正面

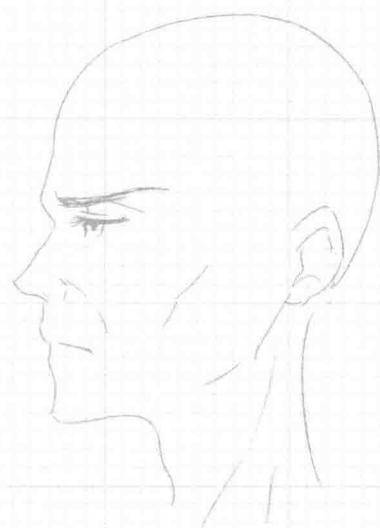
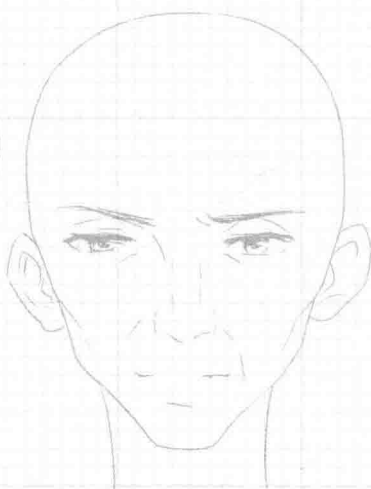
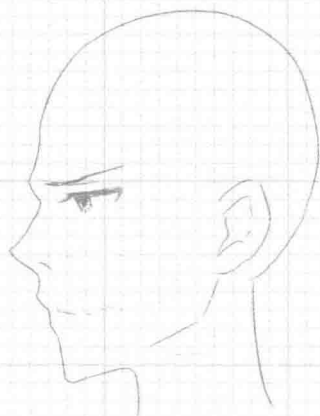
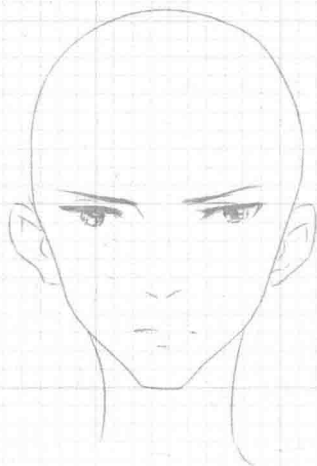
全侧



四分之三侧

正面

全侧

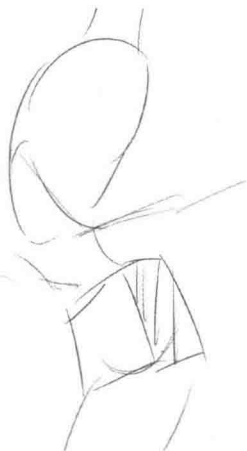


1.2

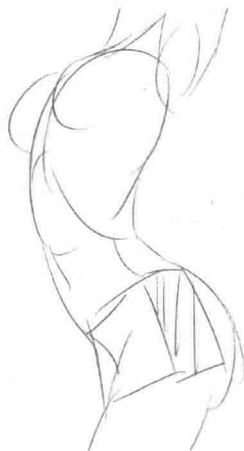
躯体结构绘制

1.2.1 女性躯体绘制

相较于男性躯体，女性躯体更为柔软，绘画领域中，尤其以美式插画为主，将女性身体结构进行了大幅度的夸张；而日系插画，在人体的夸张方面更偏向于柔和写实。



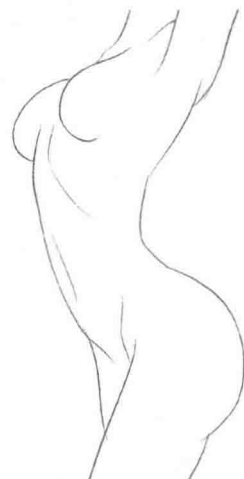
1 Step 以女性侧面躯体为例，先画一个“S”，然后以此为基础，利用几何形体概括法将人体大致绘出。这里以类圆柱表示胸腔，长方体表示胯部。



2 Step 以弧线连接几何体，画出大致的人体。绘制女性乳房时可以将其想象成一个装了四分之三水的水球来画，并注意前后的透视关系。



3 Step 擦除辅助线，并体现肋骨结构和腹部肌肉结构。



4 Step 提炼线稿，注意线条要柔和。