



# 解剖 形体 动作

人体资料集锦

黑龙江美术出版社

# 解剖·形体·动作

人体资料集锦

顾莲塘 编

黑龙江美术出版社

责任编辑：李维康 赵怡男  
封面设计：刘继文  
版式设计：李文越

## 解剖·形体·动作

人体资料集锦

顾莲塘 编

---

黑龙江美术出版社出版  
哈尔滨印刷一厂印刷 黑龙江省新华书店发行  
开本：787×1092毫米·1/16 印张：20  
1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷  
印数：1,726

---

ISBN7-5318-0071-3/J·72 定价：19.50元

## 前 言

素描是造型艺术的基础，依靠它，全面地、系统地培植学生正确的观察方法和写实能力，在长期作业中对形体表现的严谨性和深刻性充分肯定的同时，必须把短期的，速写性素描重视起来。

如果说，长期作业着重在固定的视点、固定的光源和固定的形体条件下，通过调子追求结构、立体、空间和质量感等全面因素，那么速写就应该着重刻划形体在运动中的结构和动势变化，素描和速写二者相辅相成，使学生得到造型能力的全面提高。

速写的核心问题是动势问题，速写的主要手段应该是变化多端的线描。

不提高对人物速写所涉及的解剖学、人体外形特征、姿势和动作的认识、理解，就谈不上什么塑造人物。出于这种考虑，我在我的课堂讲稿的基础上，对人体从里到外，从本质到现象，附上图例进行分析，编成这本工具书。

附图全部选自国内、国外、尤其美国、苏联、德国、日本等许多国家的解剖学和美术作品。为了强化资料特点，对原画作了简化和概括的处理。

资料来源繁多，恕不赘述。编时仓促，缺点错误难免，愿求  
指正。

编 者

# 目 录

## 前言

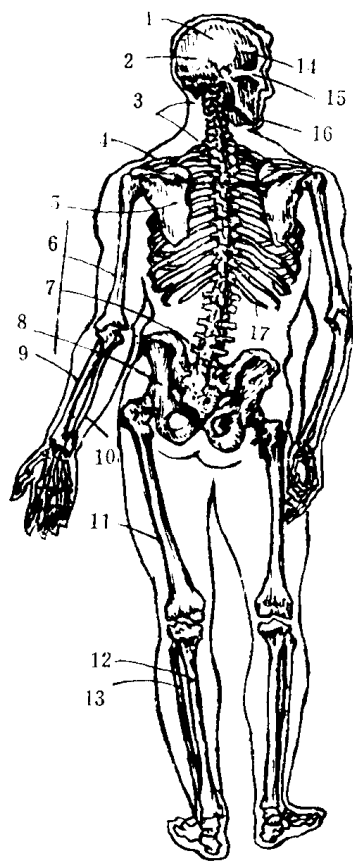
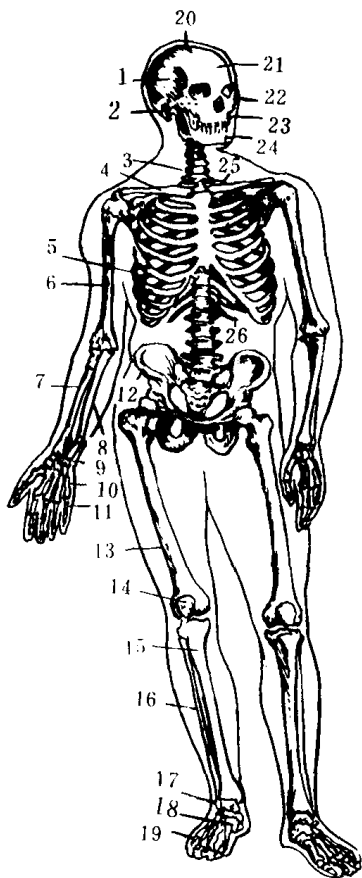
### 人体解剖概要

全身骨骼名称·····	( 1 )
头、颈部骨骼·····	( 2 )
躯干骨骼·····	( 6 )
上肢骨骼·····	( 8 )
下肢骨骼·····	(12)
全身肌肉·····	(14)
头、颈部肌肉·····	(15)
躯干部肌肉·····	(18)
上肢肌肉·····	(20)
下肢肌肉·····	(24)
骨骼与肌肉的对照·····	(27)
肌肉和形体的对照·····	(35)
人体外形常识·····	(41)
头部外形·····	(43)
人体的比例·····	(45)
姿势与动作·····	(51)
人体连续动作附图·····	( 66 )
男裸体人物附图·····	( 82 )
女裸体人物附图·····	(108)
着衣人物附图·····	(175)

## ◀ 人体解剖概要 ▶

表现人体的形体和运动，必须对人体解剖学有一定的了解。因为人体的结构复杂的外形特征是由其内部，主要是骨骼和肌肉组织构造特点决定的。

人体是完整的不可分割的有机体，但是，为便于分析研究，又必须把它的各个组成部分区别开来逐步认识，才能取得对人体系统的解剖和结构的知识。通常以头颈、躯干、上肢和下肢四个组成部分进行分析。



## ◀ 全身骨骼名称 ▶

### 上 图

- |          |            |
|----------|------------|
| 1 . 颞骨   | 14 . 髌骨    |
| 2 . 颞骨乳突 | 15 . 胫骨    |
| 3 . 第七颈椎 | 16 . 腓骨    |
| 4 . 锁骨   | 17 . 跗骨    |
| 5 . 第七肋骨 | 18 . 跖骨    |
| 6 . 肱骨   | 19 . 趾骨    |
| 7 . 桡骨   | 20 . 顶骨    |
| 8 . 尺骨   | 21 . 额骨    |
| 9 . 腕骨   | 22 . 颧骨    |
| 10 . 掌骨  | 23 . 上颌骨   |
| 11 . 指骨  | 24 . 下颌骨   |
| 12 . 髌骨  | 25 . 第一肋骨  |
| 13 . 股骨  | 26 . 第十二肋骨 |

### 下 图

- |            |
|------------|
| 1 . 顶骨     |
| 2 . 枕骨     |
| 3 . 颈椎     |
| 4 . 锁骨     |
| 5 . 肩胛骨    |
| 6 . 肱骨     |
| 7 . 第五腰椎   |
| 8 . 腕骨     |
| 9 . 桡骨     |
| 10 . 尺骨    |
| 11 . 股骨    |
| 12 . 胫骨    |
| 13 . 腓骨    |
| 14 . 颞骨    |
| 15 . 颧骨    |
| 16 . 下颌骨   |
| 17 . 第十二肋骨 |



图 1

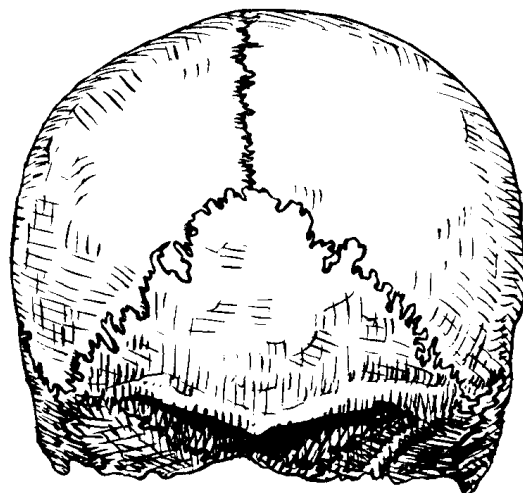


图 2

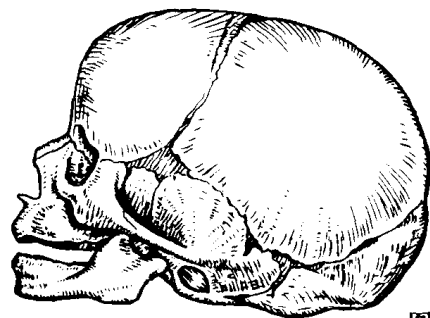


图 3

### ◀ 头、颈部骨骼 ▶

头颅分脑颅骨和面颅骨两部分。

脑颅包括额骨 (1)、顶骨 (2)、枕骨 (3)、颞骨 (4) 和蝶骨 (5) (图 4) 等。

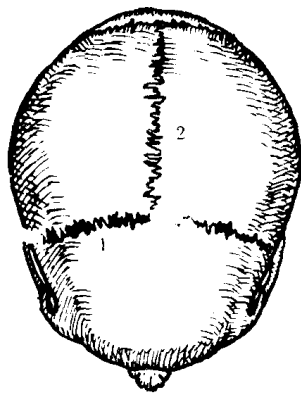


图 5

面颅包括上颌骨 (6)、颧骨 (7)、下颌骨 (8) 和鼻骨 (9) 等。(图 4)

额骨 (1)、下颌骨 (2) 是单一的骨。

额骨与两块顶骨结合处叫冠状缝 (1)，两块顶骨结合处叫矢状缝 (2) (图 5)。两块顶骨与枕骨结合处叫人字缝 (图 2)。初生婴儿的脑颅，这几个缝并不是结合的，而是随年龄增长而逐渐衔接起来 (图 3)。

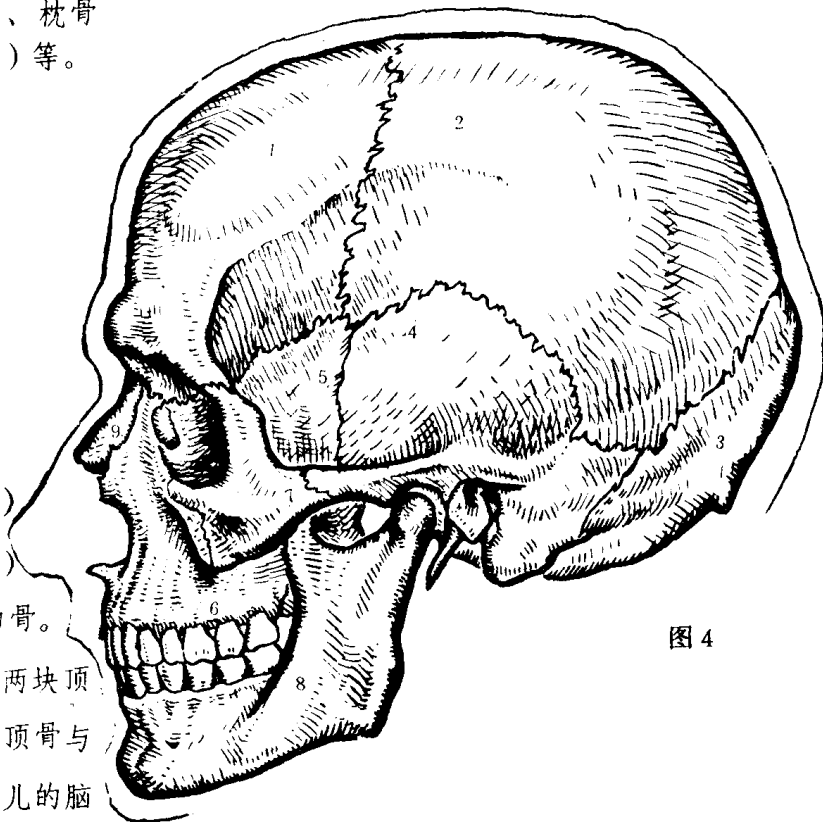


图 4

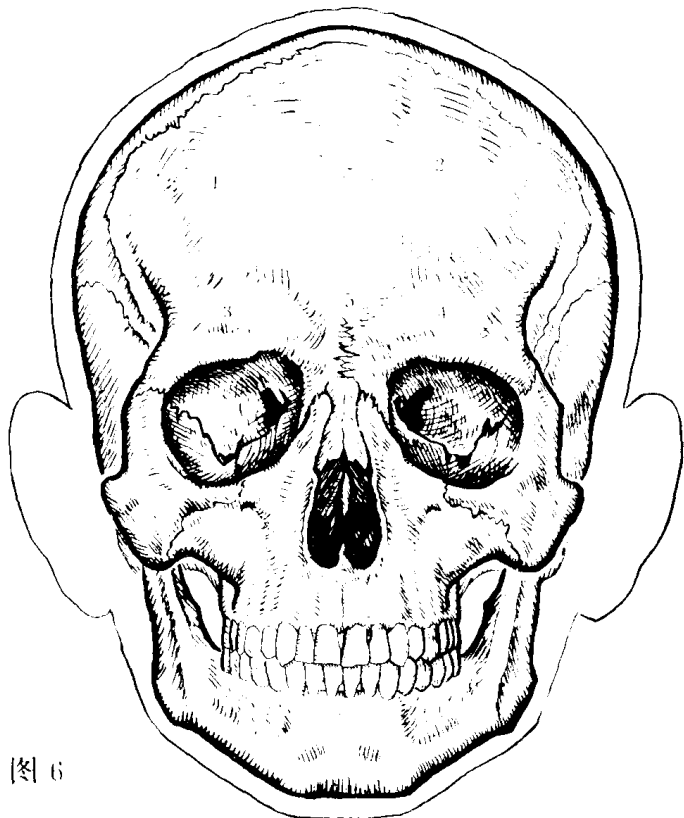


图 6

额骨的最大部分叫额鳞，额鳞的左右有突出部叫额结节（1）（2），额鳞下部左右有突起叫眉弓（3）（4），两眉弓之间的凹陷叫眉间（5），眉弓下部转为眼眶的转折线名为眶上缘。（图 6）

顶骨构成颅盖中间部分，两块顶骨各有顶结节突出于皮下（1）（2）。（图 8）

枕骨最大部分叫枕鳞，构成颅的后部，有突出部叫枕外隆凸（3）。（图 8）

颞骨上方与顶骨相接，后方与枕骨结合，前方与蝶骨相合并有颞骨颧突与颧骨颞突相接构成颞弓。颞骨最大特征是耳廓后方的突起叫颞骨乳突（1）（图 7）

颞骨的大小，决定着面部的宽窄。

上颌骨体的前方朝向前方并部分地朝向外侧。

鼻骨不大，是鼻根的骨干，鼻骨与下颌骨构成导于鼻腔的梨状孔（2）。（图 7）

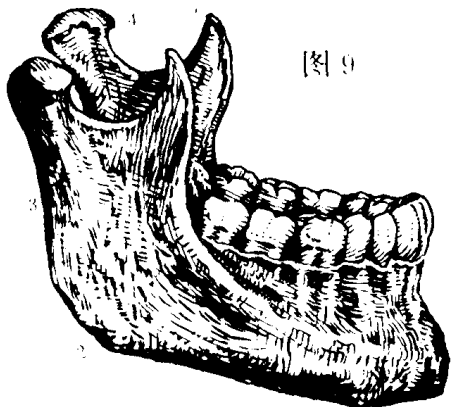


图 9

下颌骨的前方有颏隆凸突起，隆凸下方左右各有一个额结节（1）。下颌底后有下颌角（2），它影响着面部的椭圆形特征。下颌角上方是下颌支（3），下颌支上方前有喙状突（5），后有髁状突（4）。髁状突具有关节面小头，张口时小头前移到颞骨的关节结节上。（图 9）

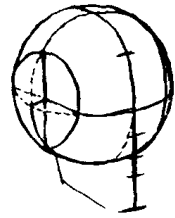


图 10

对复杂的头颅骨结构，应经常进行概括的理解。在球形的脑颅骨体中嵌入上边为眉弓，下边是下颌底骨，侧边是颞骨和下颌角的连线构成的块形体。在球体和块体中找出发际，眼、鼻、口、耳等线的相应位置，同头部的的外形联系起来。（图 10）研究骨骼目的是为表现外形服务的。

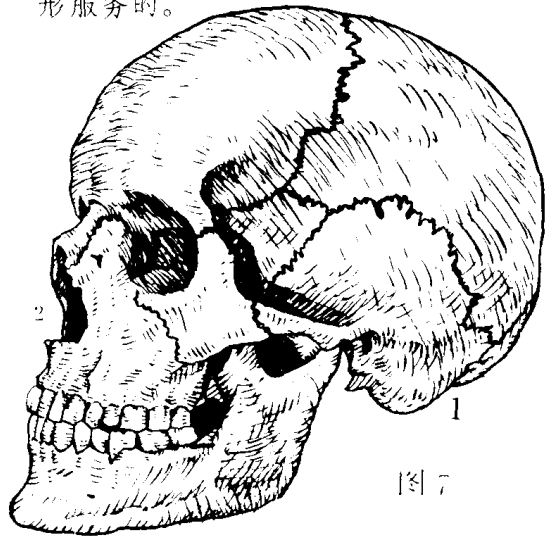


图 7

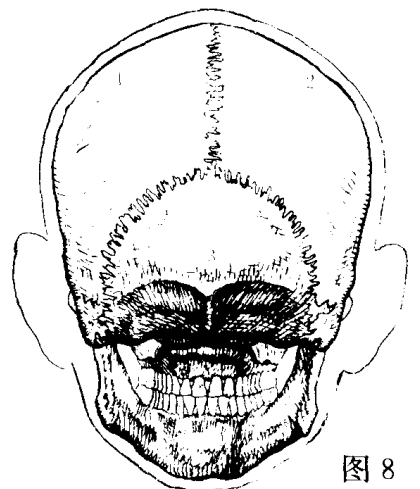


图 8

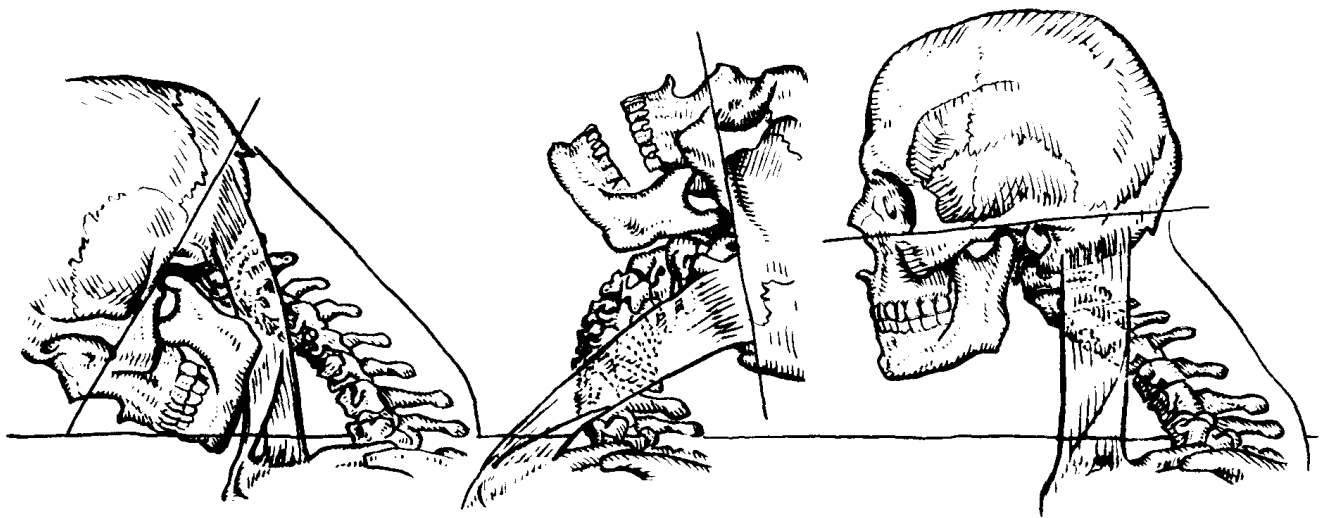


图12

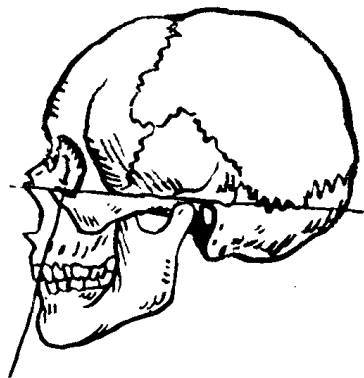


图11

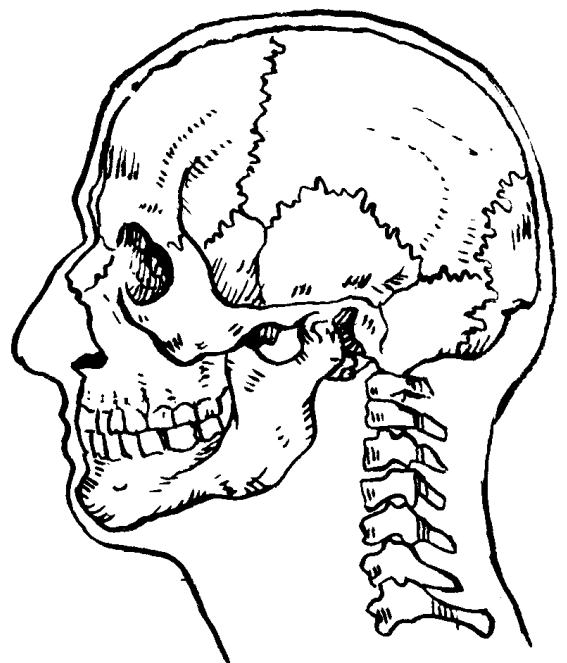


图13

头颈部分的下部骨骼主要是颈椎和舌骨。人体直立，头部的正常位置是眶的下缘通过颧弓到枕外隆凸一线呈水平位置。颜面角向前斜。（图11）。头部之所以前俯、后仰或左右转动则由胸锁乳头的作用和颈椎弯曲扭动形成。（图12）。颈椎共七个在外形上有显著特点。每个椎骨后方的骨突叫棘突，突出于颈后皮下。尤其最下的第七颈椎最明显。（图13）。头骨是由稍呈前倾的颈椎支持着。头的左右转动主要靠第一颈椎又叫寰椎和第二颈椎枢椎之间的作用。

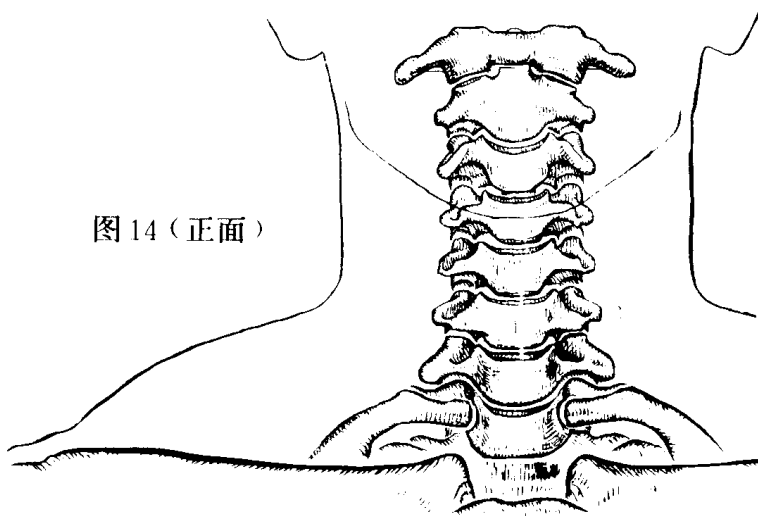


图14 (正面)

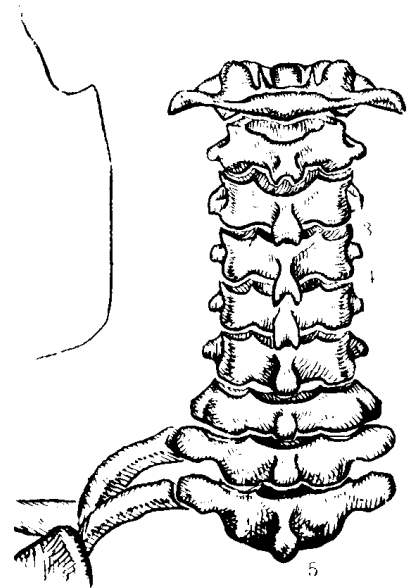
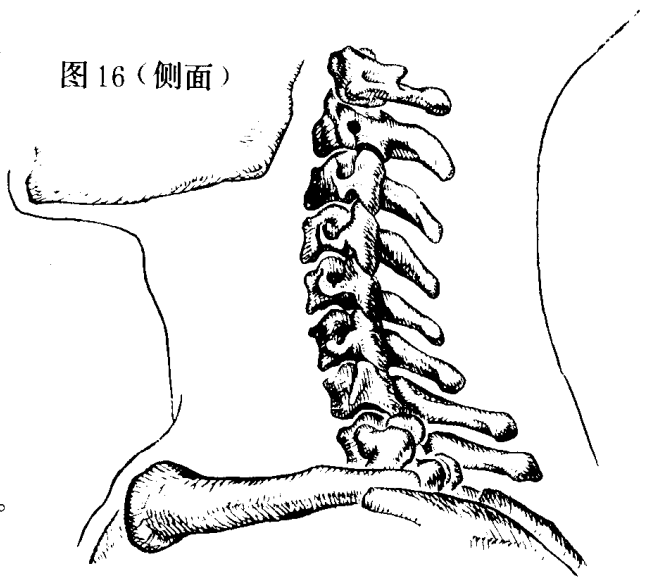


图15 (后面)

每个椎骨均分粗大的为体(1)(图14)、从后方封闭椎孔的弓和弓上长出的突。单一的突是向后方伸出的叫棘突(5)(图15)。第一颈椎(寰椎)没有椎体,以前弓代替。每个椎骨弓上左右有二个横突(2)(图14),上下各有一对关节突(3)(4)图15。上面的椎骨下两个关节突与下面的椎骨上两个关节突相连接。

图16 (侧面)



舌骨是舌(1)、喉和咽的肌肉附着处。在舌骨下面是喉头甲状软骨(2),喉头下面是环状软骨(3),环状软骨下面连着气管(4)。(图17)。

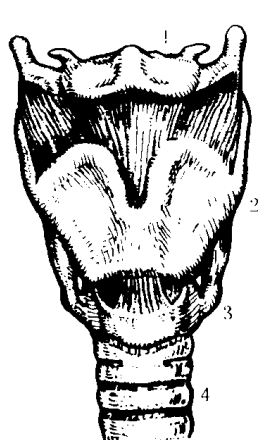


图17 (正面)

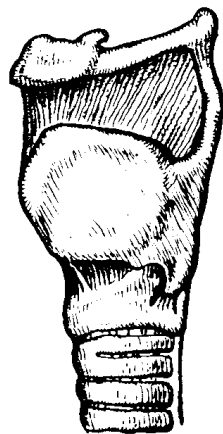


图18 (侧面)

1. 舌骨
2. 喉头(甲状软骨)
3. 环状软骨
4. 气管
5. 甲状腺

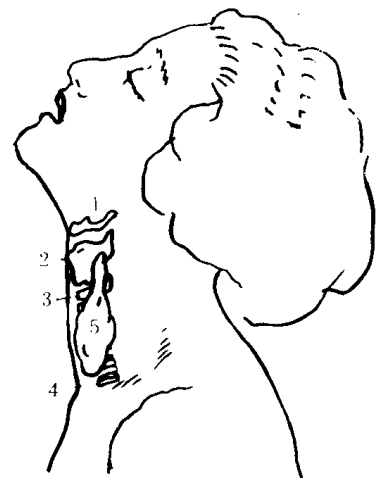


图19

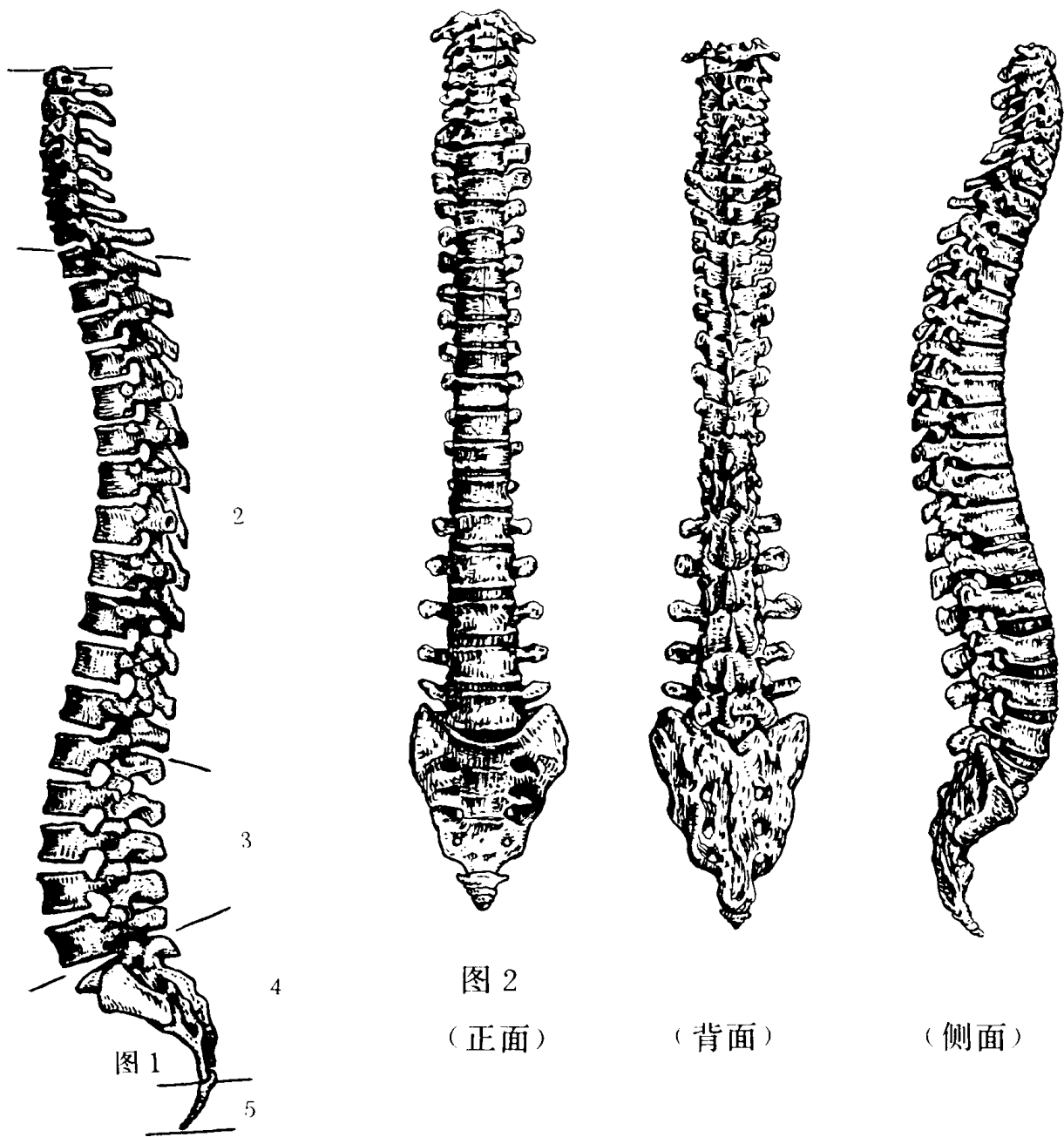


图 2  
(正面)

(背面)

(侧面)

### ◀ 躯干骨骼 ▶

躯干骨骼包括脊柱、胸廓和骨盆。

脊柱是以活动的椎骨骨节和骨节之间富有弹性的软骨组成一条坚固而有弯曲状的骨柱。由上面有七个颈椎(1)，接下来有十二个胸椎(2)、五个腰椎(3)、五个长在一起的骶椎和四个尾椎组成(4)、(5)。(图1)

图 3

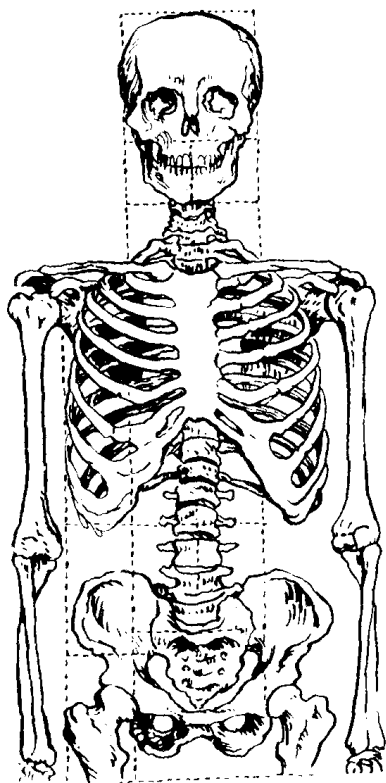


图 4

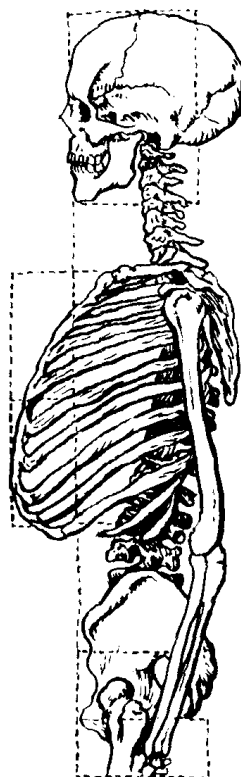


图 5

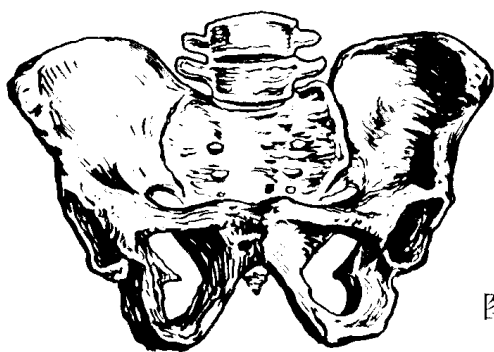
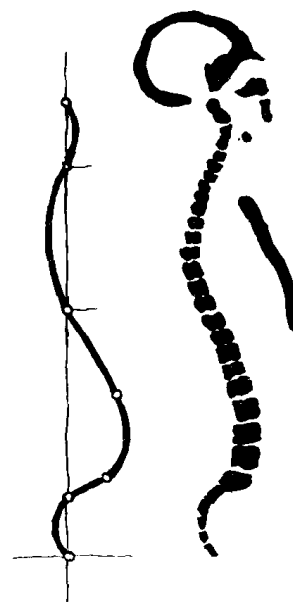


图 6

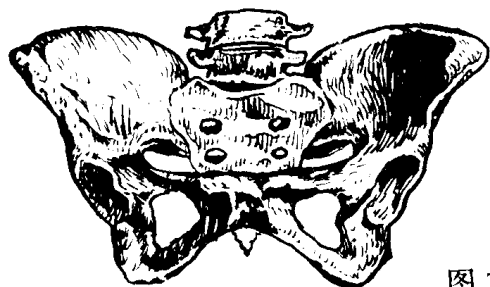


图 7

胸廓是由十二胸椎、十二对肋骨、一块胸骨构成。其横断面呈扁筒状(图3)。注意头颈、胸廓和骨盆三度比例关系是很重要的。(图3)(图4)(图5)。

骨盆由两块髋骨、骶骨和尾骨等组成。男人和女人的骨盆差别很显著。女人的骨盆较男人的骨盆低而宽。男人骨盆(图6),女人骨盆(图7)。

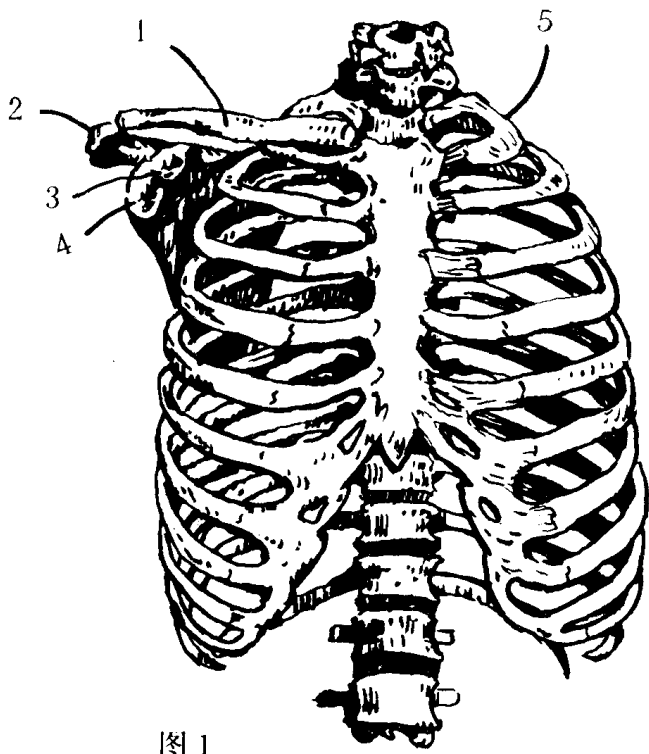


图1

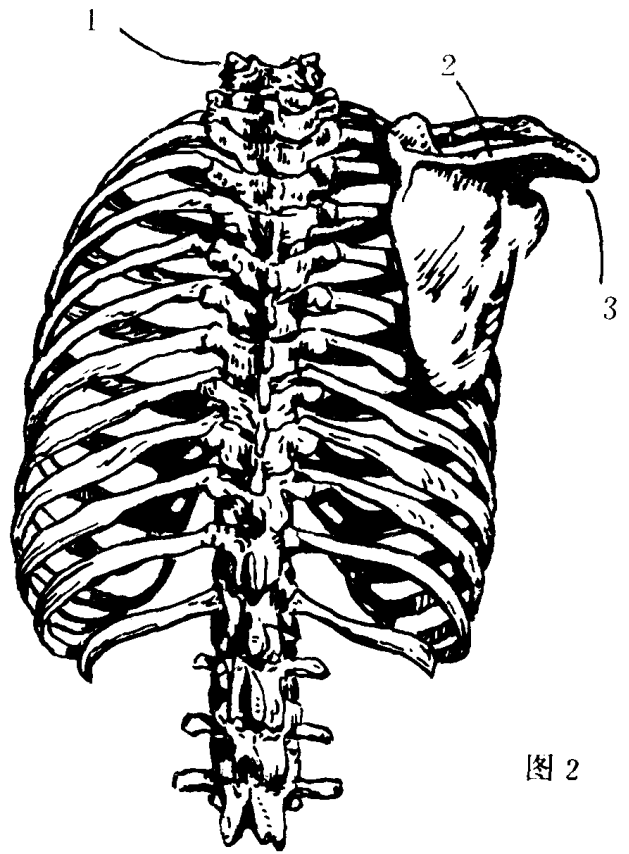


图2

### ◀ 上肢骨骼 ▶

上肢骨骼包括肩胛带骨骼，上臂骨、前臂骨和手骨。

肩胛带骨骼有锁骨和肩胛骨，上臂骨只有肱骨。

前臂骨是尺骨和桡骨。

手骨包括腕骨、掌骨和指骨。

图1，1. 锁骨 2. 肩峰 3. 喙突

4. 关节盂 5. 第一肋

图2，1. 第七颈椎 2. 肩胛冈

3. 肩峰

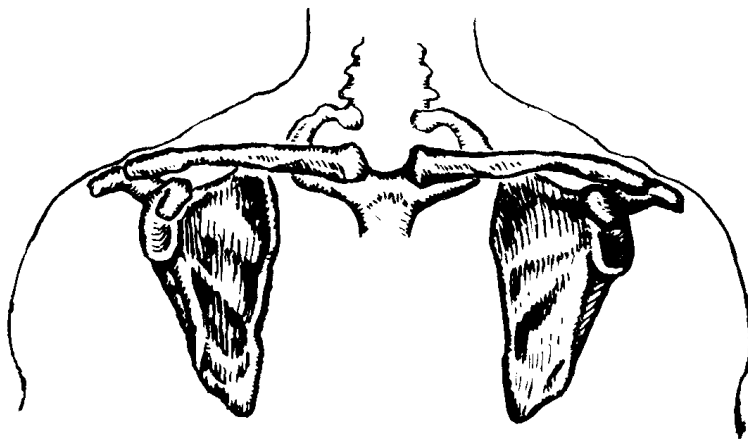


图3

锁骨外侧的肩峰端和肩胛骨的肩峰结合。锁骨内侧的胸骨端与胸骨结合（图1）（图2）。

锁骨形如S形，是弯曲状。

肩胛骨在胸廓后面上部，借助肌肉附着于脊柱和胸廓（图2）。

上肢骨的上部是上臂部，上臂部唯一的骨骼是长形管状骨，叫肱骨。

上肢骨的下部是前臂部，有两块平行的长骨——尺骨和桡骨。桡骨同上部的前部手部骨骼紧密相连。尺骨同肱骨相连接。肱骨以及肱骨头同肩胛骨关节盂构成球形肩关节（图7）。肱骨头外侧颈和结节。每节结向下有脊。肱骨下端有两个骨突叫内上髁和外上髁。有关节面把尺骨和桡骨连接在一起。与尺骨相接的关节面叫肱骨滑车，与桡骨相接的关节面叫头状隆起。滑车上方，前有冠突窝，后有鹰嘴窝。

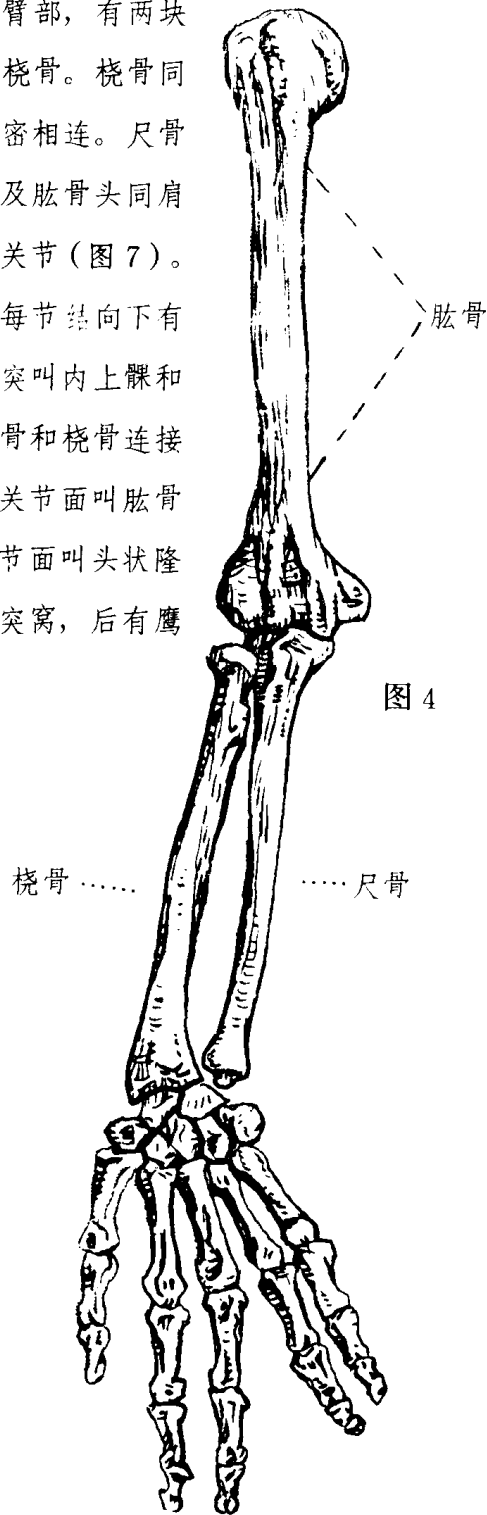


图4、右臂前面

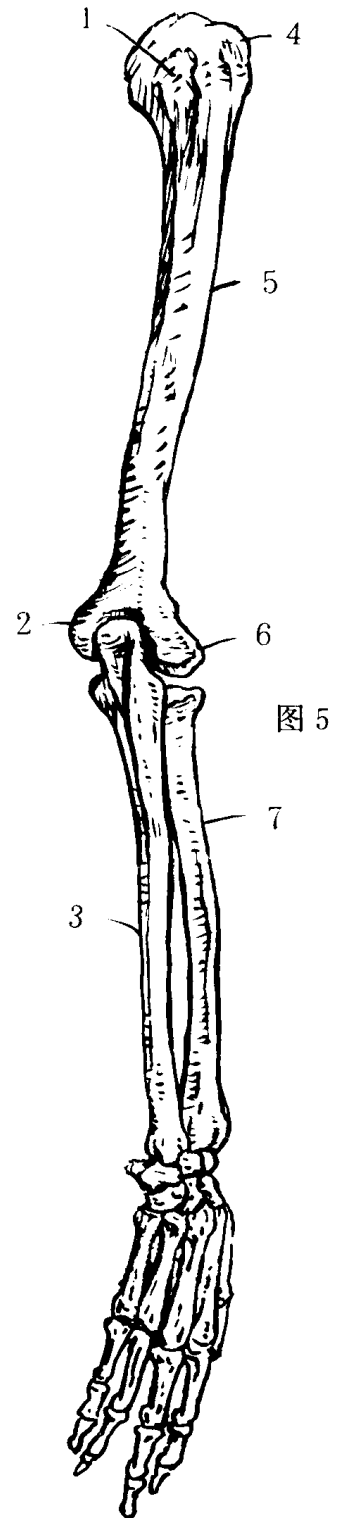


图5、右臂后面

图5. 上肢骨名称: 1. 肱首颈 2. 内上髁 3. 尺骨 4. 大关节 5. 肱首 6. 外上髁 7. 桡骨

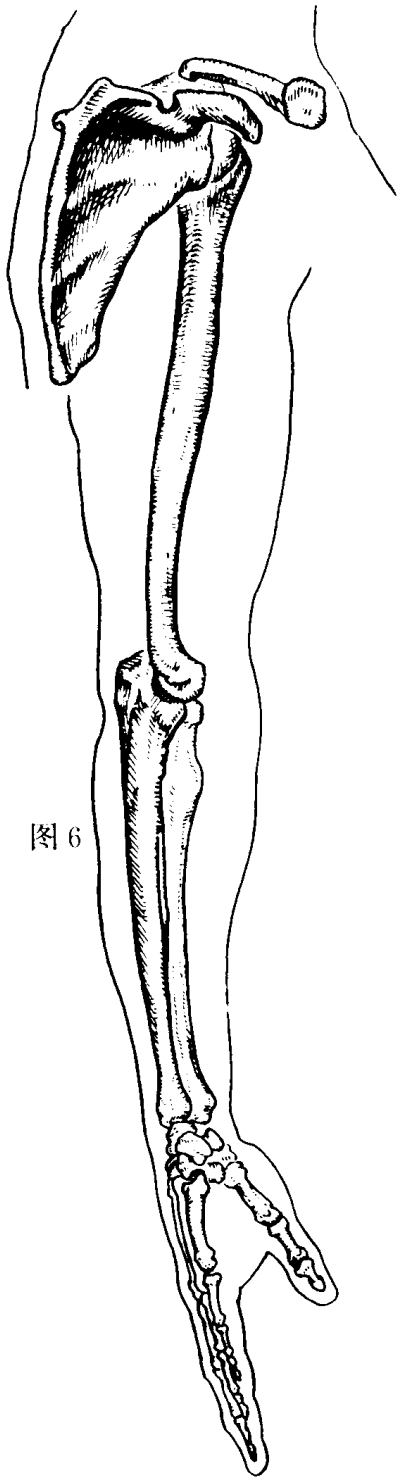


图 6

图 6、左臂内侧

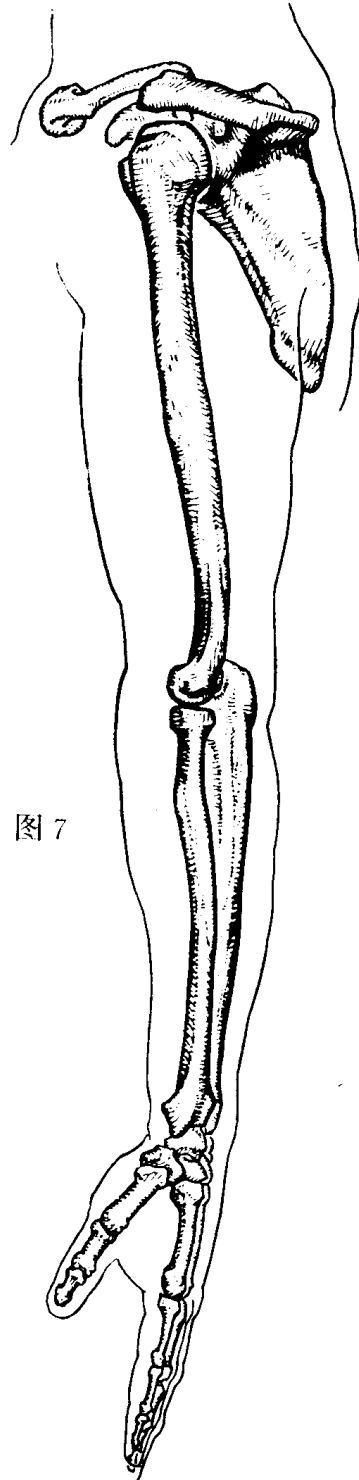


图 7

图 7、左臂外侧

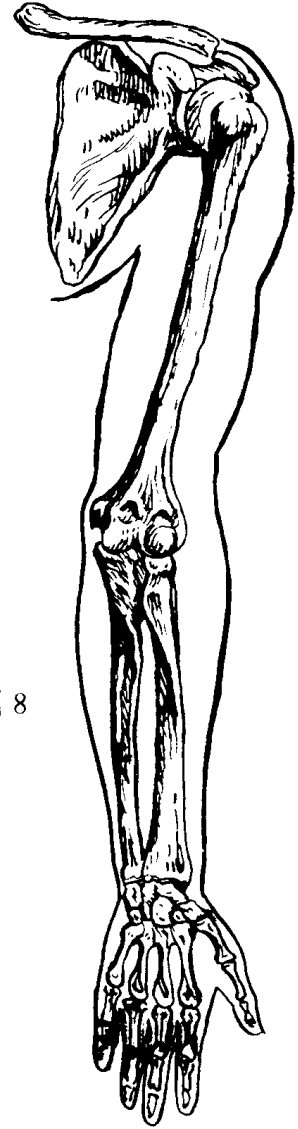


图 8

图 8、左臂前面

图9 . 手骨位置

1. 指骨 2. 掌骨 3. 腕骨

手骨由腕骨、掌骨和指骨组成。

排成两列的八个小骨构成腕骨。

掌骨共有五个，像扇子的扇骨展开一样，由手腕呈放射状地排列。手握成拳时，掌骨小头显露于皮下，排成弓形。

拇指能和其他手指对掌。

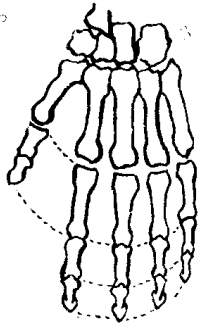


图9

图10 . 左手骨背面名称

1. 桡骨 2. 月骨 3. 桡骨腕关节面 4. 舟骨  
5. 头状骨 6. 小多角骨 7. 大多角骨 8. 第一掌骨  
9. 第一掌骨头 10. 关节窝 11. 第一指节骨滑车  
12. 关节窝 13. 滑车 14. 尺骨 15. 尺骨头 16.  
关节韧带 17. 豌豆骨 18. 三角骨 19. 钩骨 20.  
第三、四、五掌骨 21. 第五掌骨头 22. 小指第一  
指节骨关节窝 23. 小指第一指节骨 24. 关节韧带  
25. 关节窝 26. 第三指节骨

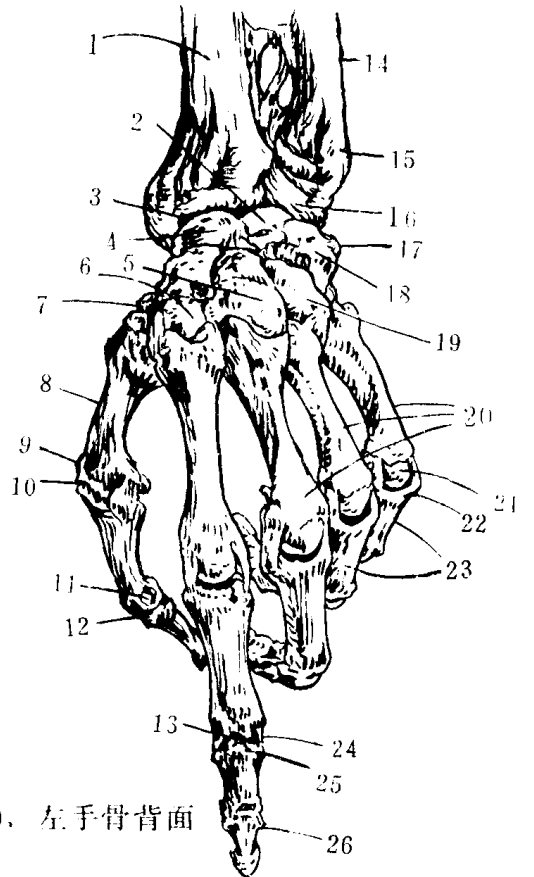


图10, 左手骨背面

图11. 右手骨背面名称

1. 尺骨 2. 月骨 3. 三角骨 4. 钩骨 5. 头状骨 6.  
桡骨 7. 舟骨 8. 小多角骨 9. 大多角骨 10. 第一指节骨  
11. 第二指节骨 12. 第三指节骨 13. 掌骨。

图11,  
右手骨背面

图12, 右手骨掌面

图12. 右手骨掌面名称

1. 舟骨 2. 小多角骨 3. 大多角骨 4. 第一掌骨 5. 拇指第一、第三指节骨 6. 食指第一指节骨 7. 食指第二指节骨 8. 食指第三指节骨 9. 月骨 10. 三角骨 11. 豌豆骨 12. 钩骨 13. 头状骨

