

500种人体姿态画法 150张人体实例照片



POSES

for ARTISTS

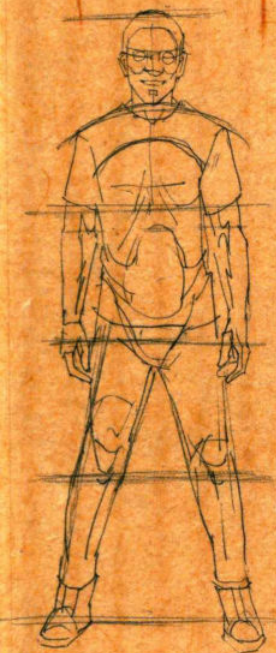
人体姿态素描技法



给初学者的
超全面技法教程与实用素材库！

[美]肯·戈德曼 [美]斯蒂芬妮·戈德曼 著
王骞 译

上海人民美術出版社





人体姿态 素描技法



[美] 肯·戈德曼 [美] 斯蒂芬妮·戈德曼 著
王骞 译

上海人民美術出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人体姿态素描技法 / (美) 肯·戈德曼, (美) 斯蒂芬妮·戈德曼著; 王骞译. -- 上海: 上海人民美术出版社, 2019.4

(西方经典美术技法译丛)

书名原文: The Complete Book of Poses for Artists
ISBN 978-7-5586-1202-2

I. ①人… II. ①肯… ②斯… ③王… III. ①人体画-素描技法
IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第033724号



上海人民美术出版社

西方经典美术技法译丛 系列畅销书

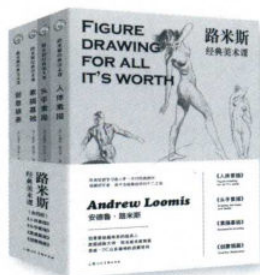
The Complete Book of Poses for Artists
Copyright © 2017 Quarto Publishing Group USA Inc.
Published by Walter Foster Publishing,
a division of Quarto Publishing Group USA Inc.
All rights reserved.

Rights manager: Doris Ding

本书简体中文版由上海人民美术出版社独家出版

版权所有, 侵权必究

合同登记号: 图字: 09-2017-697



扫码购买



《路米斯经典美术课 (全4册)》



扫码购买



《向大师学绘画 (全3册)》

西方经典美术技法译丛
人体姿态素描技法

著者: [美] 肯·戈德曼 [美] 斯蒂芬妮·戈德曼

译者: 王骞

统筹: 姚宏翔

责任编辑: 丁雯

流程编辑: 马永乐

封面设计: 李双珏

版式设计: 赵燕

技术编辑: 戴建华

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号 邮编: 200040)

印刷: 上海利丰雅高印刷有限公司

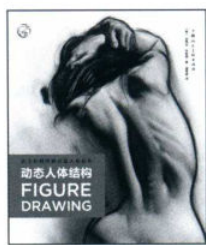
开本: 889×1194 1/16 印张15

版次: 2019年4月第1版

印次: 2019年4月第1次

书号: ISBN 978-7-5586-1202-2

定价: 118.00元



扫码购买



《动态人体结构》



扫码购买



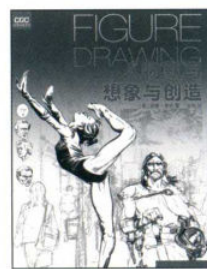
《手绘人体形态》



扫码购买



《巴尔格素描教程》



扫码购买



《人物默写想象与创造》



扫二维码查看

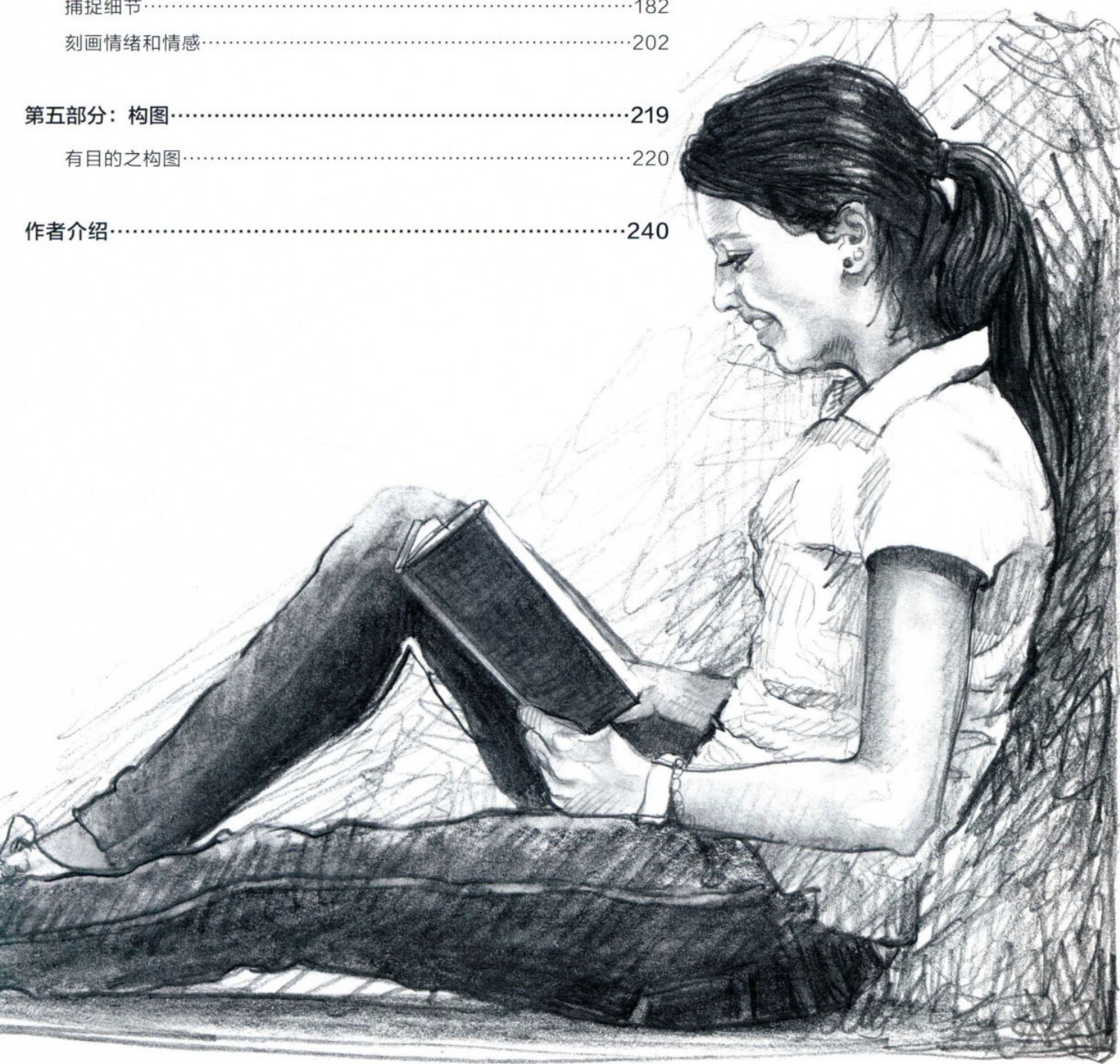
西方经典美术技法译丛 更多图书

目录

引言	7
工具和材料	8
第一部分：技巧	11
基本素描技巧	12
形体与明暗	15
人物透视	16
肖像画基础	18
学会“看”	20
解剖构造基础	22
成人头部和脸部解剖构造	32
成人脸部特征	35
孩童头部和脸部比例	36
孩童身体比例	40
第二部分：基本姿态	43
站姿	44
休闲站姿	74
坐姿	88
为孩子摆造型	110
用手表达心情	117
卧姿	124
挥洒艺术自由	134



第三部分：动态姿态·····	141
动作及平衡简介·····	142
运动中的身躯·····	144
体坛身影·····	150
活动中的孩子·····	170
第四部分：传神姿态·····	181
捕捉细节·····	182
刻画情绪和情感·····	202
第五部分：构图·····	219
有目的之构图·····	220
作者介绍·····	240



The COMPLETE
BOOK OF

POSES

for ARTISTS

图书在版编目 (CIP) 数据

人体姿态素描技法 / (美) 肯·戈德曼, (美) 斯蒂芬妮·戈德曼著;

王骞译. -- 上海: 上海人民美术出版社, 2019.4

(西方经典美术技法译丛)

书名原文: The Complete Book of Poses for Artists

ISBN 978-7-5586-1202-2

I. ①人… II. ①肯… ②斯… ③王… III. ①人体画-素描技法

IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第033724号



上海人民美术出版社

西方经典美术技法译丛 系列畅销书

The Complete Book of Poses for Artists

Copyright © 2017 Quarto Publishing Group USA Inc.

Published by Walter Foster Publishing,

a division of Quarto Publishing Group USA Inc.

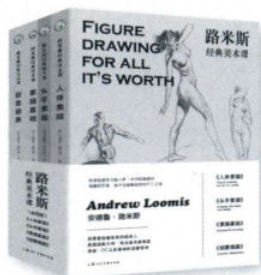
All rights reserved.

Rights manager: Doris Ding

本书简体中文版由上海人民美术出版社独家出版

版权所有, 侵权必究

合同登记号: 图字: 09-2017-697



扫码购买



《路米斯经典美术课 (全4册)》



扫码购买



《向大师学绘画 (全3册)》

西方经典美术技法译丛

人体姿态素描技法

著者: [美] 肯·戈德曼 [美] 斯蒂芬妮·戈德曼

译者: 王骞

统筹: 姚宏翔

责任编辑: 丁雯

流程编辑: 马永乐

封面设计: 李双珏

版式设计: 赵燕

技术编辑: 戴建华

出版发行: 上海人民美术出版社

(上海长乐路672弄33号 邮编: 200040)

印刷: 上海利丰雅高印刷有限公司

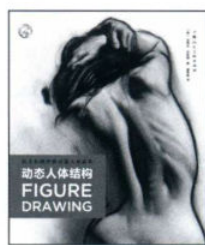
开本: 889×1194 1/16 印张15

版次: 2019年4月第1版

印次: 2019年4月第1次

书号: ISBN 978-7-5586-1202-2

定价: 118.00元



扫码购买



《动态人体结构》



扫码购买



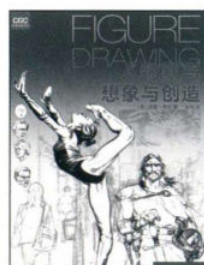
《手绘人体形态》



扫码购买



《巴尔格素描教程》



扫码购买



《人物默写想象与创造》



扫二维码查看

西方经典美术技法译丛 更多图书



人体姿态 素描技法



[美] 肯·戈德曼 [美] 斯蒂芬妮·戈德曼 著
王骞 译

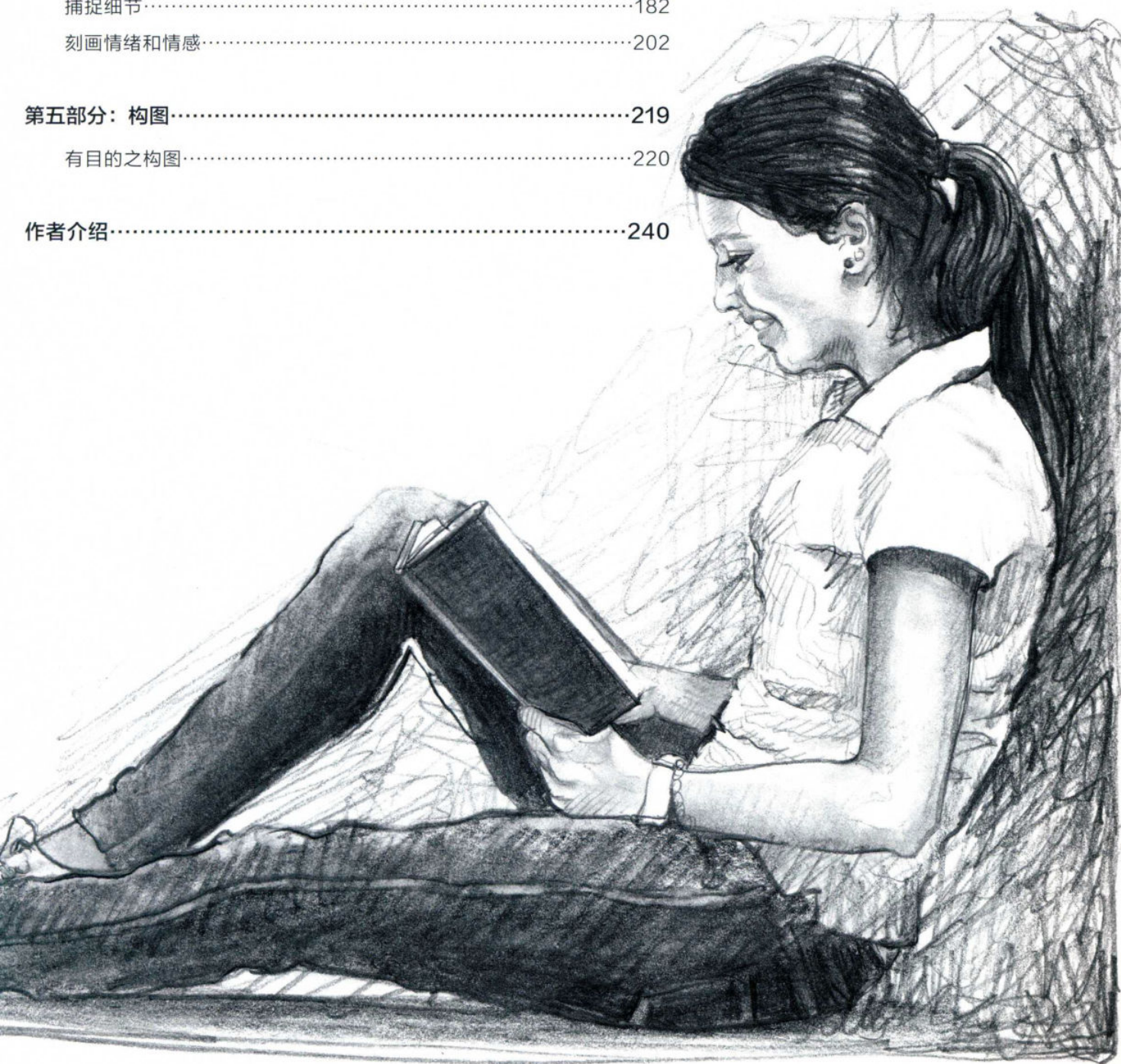
上海人民美術出版社

目录

引言	7
工具和材料	8
第一部分：技巧	11
基本素描技巧	12
形体与明暗	15
人物透视	16
肖像画基础	18
学会“看”	20
解剖构造基础	22
成人头部和脸部解剖构造	32
成人脸部特征	35
孩童头部和脸部比例	36
孩童身体比例	40
第二部分：基本姿态	43
站姿	44
休闲站姿	74
坐姿	88
为孩子摆造型	110
用手表达心情	117
卧姿	124
挥洒艺术自由	134



第三部分：动态姿态	141
动作及平衡简介.....	142
运动中的身躯.....	144
体坛身影.....	150
活动中的孩子.....	170
第四部分：传神姿态	181
捕捉细节.....	182
刻画情绪和情感.....	202
第五部分：构图	219
有目的之构图.....	220
作者介绍	240





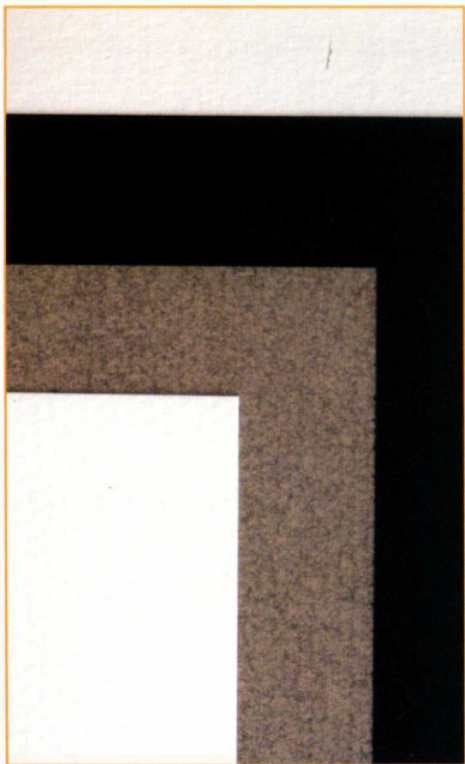
Introduction

引言

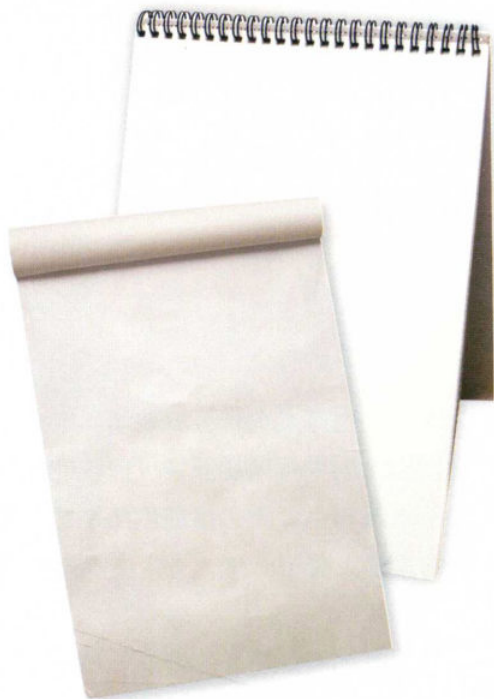
在艺术中，也许没有什么其他学科能比人物素描更能使人亲近或令人愉悦了。从最古老的洞穴岩画，到米开朗基罗令人惊叹的艺术作品，人类对于捕捉自身二维形象的迷恋，跨越了成千上万年。今天，素描仍然是艺术教育中最受欢迎的学科之一。无论你是初学还是想在人物素描上更进一步，《人体姿态素描技法》一书都为您提供了一切。

本书以知名艺术家肯·戈德曼和斯蒂芬妮·戈德曼的艺术作品和教学指导为特色，首次通过详尽论述人体解剖学与人体比例，为您绘制人物素描夯实基础。同时书中也包含有大量的小窍门、练习和示范画作，涵盖了诸如表现动作、刻画年龄、传递情感、创作引人入胜的构图等主题；还配以一百五十多张照片为实例借鉴，展示出变化多端的人物姿态——从传统的站姿，到行动中的身影以及玩耍的儿童——您无需模特就可以长达数小时地尽情拓展技艺。实践是成功之关键，有了《人体姿态素描技法》一书，您将拥有足够多的素材而精通人物素描这门艺术。

工具和材料



素描纸 根据表面粗细纹路（俗称“纹路”）的不同，可供选择的素描纸包括：细纹（印版抛光并热压）、中纹（冷压）、粗纹乃至极粗纹。冷压的中纹素描纸用途最广泛，适用于多种素描技法。对于最终完成的艺术作品而言，最好都使用单张的素描纸。



速写本 速写本有多种形状和尺寸。虽然大多数速写只是草图，并非为最终的艺术成品而设计，但速写对磨炼你的思路切实有用。



橡皮擦 有好几种类型的艺用橡皮擦。塑胶橡皮擦有利于清除硬铅笔迹和较大的画面。较软的可塑橡皮（必备）能揉捏成不同的形状，用以在一个区域内轻抹，从而平缓地在纸上提亮明暗程度。



纸擦笔 当你的手指或布料太大时，这些纸质的“擦笔”可用来晕染较小的区域使其变淡。也可以用纸擦笔的侧面快速地抹晕较大的区域。一旦纸擦笔变脏，只需用布简单擦拭一下，即可再用。

素描工具

素描铅笔是最普通的素描工具，也是本书的重点。素描铅笔有一根石墨芯，按照硬度的不同，分为从很软（9B）到很硬（9H）的不同等级。一套好的起步用素描铅笔应包含6B、4B、2B、HB、B、2H、4H、6H等几种。下图展示了各种素描工具和用每种工具所能获得的各种笔触。

HB尖头



HB圆头



HB 一支尖头HB可画出挺括的线条并易于控制。一支圆头HB可轻轻画出略粗的线条，并且对画小区域的阴影有用。

4B扁头



扁头木工铅笔



扁头铅笔 较宽的笔触可用一支扁头4B画出，一支大而平的扁头木工铅笔很适合画出大面积的阴影。

4B炭笔



葡萄藤炭笔



白色炭笔



炭笔 4B炭笔较柔软并能产生暗色墨迹。用作炭笔的天然葡萄藤甚至还更软，能在纸上留下更疏松的墨痕。白色炭笔则可用于对画面区域的晕涂与增亮。

炭精棒

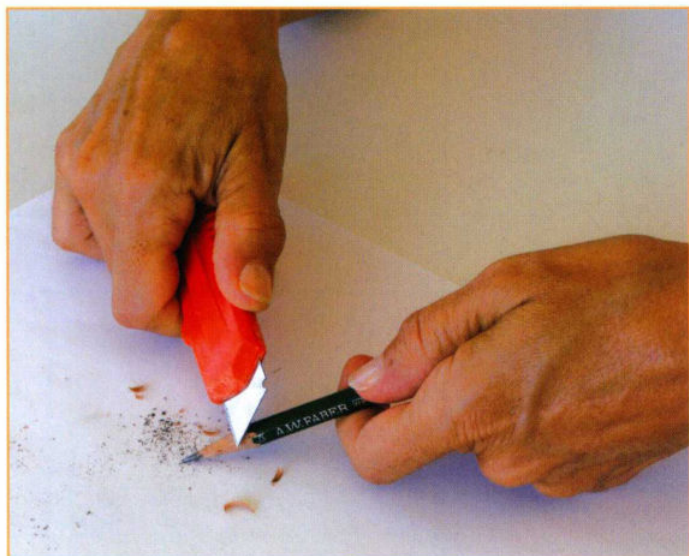


炭精笔



炭精棒或炭精笔 炭精棒由非常精细的高岭土制成，其应用颜色的范围很广。因为它是水溶性的，所以能用湿画笔或湿布将其晕染开。

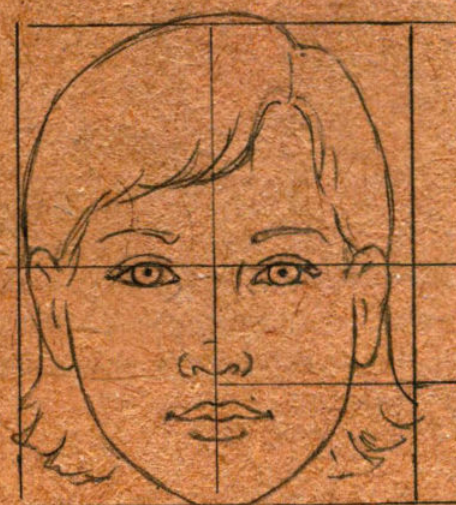
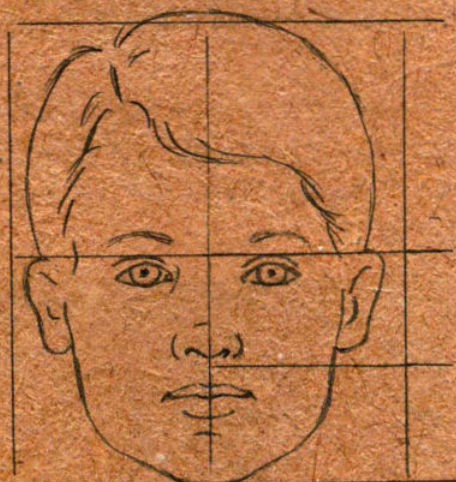
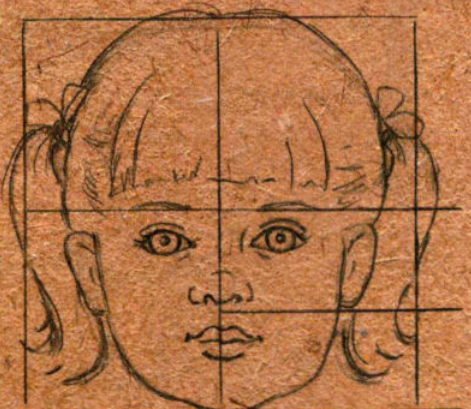
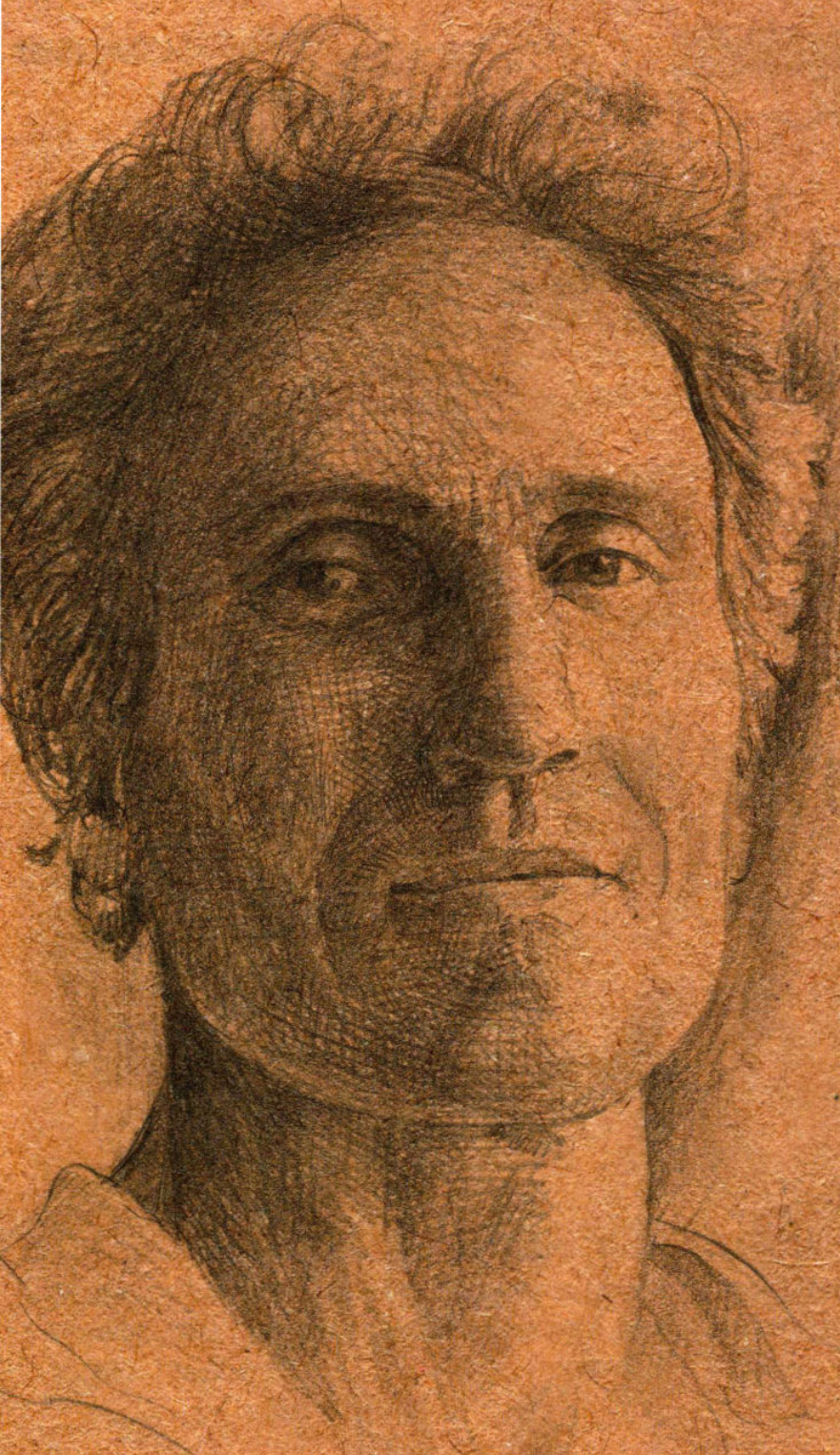
削铅笔



一把美工刀 可用其削出各式各样的笔尖（锐的、钝的、平的）。握住刀，使刀与铅笔杆成较小的夹角，并一直面向你的外侧削笔，一次只削去一点木材和石墨。



一块砂纸 可用其快速地把铅芯尖打磨出想要的形状。砂纸粒度越细，尖点程度就越易控。削笔的同时，在你的指尖转动铅笔，以保持削出的形状均匀。



基本素描艺术

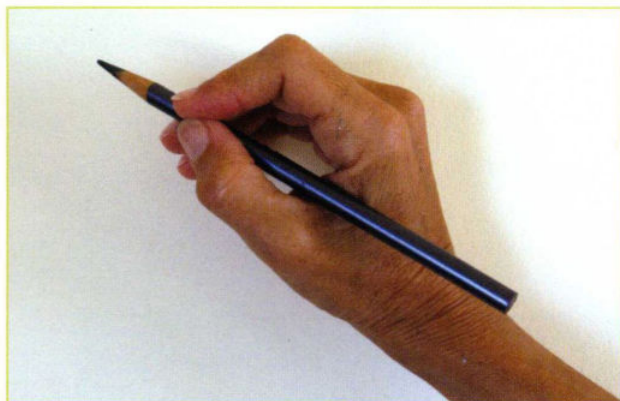
Techniques

第一部分：技巧



基本素描技巧

通过简单变换握笔姿势和阴影技巧，你就可以用铅笔创作出各种效果、线条和笔触。多数艺术家进行素描时，主要采用两种握笔姿势。作品局部需要对手的把控，此时采用书写式握笔姿势较为有益；而采用低手位握笔姿势，则可以随着手臂的摆动和移动，画出挥洒的笔触，更接近于作画。



书写式握笔姿势 书写式握笔姿势的把控制最强，能够创作出精确和恰如其分的线条，有利于描绘刻画出细腻的部位和重点部位。



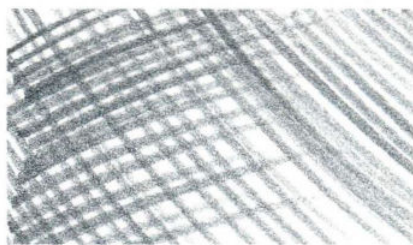
低手位握笔姿势 手置于铅笔上面，并将其握在拇指和食指之间。将其余手指轻托在铅笔侧面。这种姿势对创作优美的阴影效果和横扫式的长线条再好不过。

阴影技巧

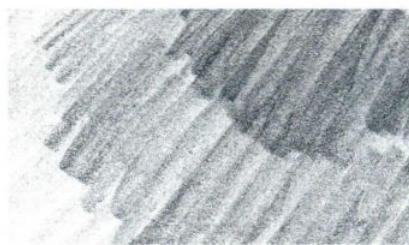
无论是光滑的皮肤和直发，还是带阴影的面容和简单背景，在你学习所有各种素描时，下面的阴影技巧都能对你有所帮助。而无论你使用何种技巧，都要记得均匀地画出阴影。



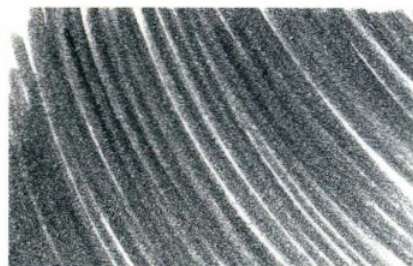
排线 这种基本的阴影画法是用一系列的平行笔触填充一片区域。笔触越近，则调子越暗。



交叉排线 对于较暗的阴影，将各层平行的笔触以不同角度彼此重叠。同样，如果让笔触靠得更近些，就能加深明暗程度。



层次渐变 若要创作层次渐变的明暗层次（由深及浅），可在铅笔的一侧稍加用力。



深阴影 在铅笔上用较大的力，就能画出线状的深阴影区域。



纹路阴影 对于斑驳的纹路，可用铅笔尖的侧面施以小而不均的笔触。



抹晕 轻轻地用纸擦笔或薄纸将画好的线条擦抹晕开，使笔触的过渡更趋平滑。