

[日] 21世纪工作室 著

角丸円 编辑

黄成湘 译

这是一部实战速写技法书！

30种技法，

1000多幅三位专业画家的作品与详细步骤展示，
让你用最少的线条和色调掌握人物画的诀窍！

通过短时间训练，
掌握速写表现中「节奏」「强调」「省略」的要领！

限时

人物速写技法

10分钟 · 5分钟 · 2分钟 · 1分钟

广西美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

限时人物速写技法: 10分钟·5分钟·2分钟·1分钟 / 日本 21世纪工作室著; (日) 角丸円编辑; 黄成湘译. —南宁: 广西美术出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5494-1889-3

I. ①限… II. ①日… ②角… ③黄… III. ①人物画—速写技法—教材 IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第059440号

人物クロッキーの基本 早描き 10分・5分・2分・1分

©アトリエ21, 角丸つぶら/HOBBY JAPAN

CHINESE publishing right in China (excluding Hong Kong, Macao and Taiwan)
by Guangxi Fine Arts Publishing House

本书经日本株式会社 Hobby Japan 出版公司授权广西美术出版社独家出版。

版权所有, 侵权必究。

限时人物速写技法

10分钟·5分钟·2分钟·1分钟

著 者: [日] 21世纪工作室

编 辑: [日] 角丸円

翻 译: 黄成湘

策划编辑: 覃西娅 黄冬梅

责任编辑: 林增雄 黄冬梅

版权编辑: 韦丽华

校 对: 鲍卓尔 张瑞瑶

审 读: 马 琳

责任监制: 王翠琴 莫明杰

出 版 人: 陈 明

终 审: 冯 波

封面设计: 熊艳红

出版发行: 广西美术出版社

地 址: 南宁市望园路9号(邮编: 530023)

网 址: www.gxfinearts.com

印 刷: 广西昭泰子隆彩印有限责任公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张: 10.5

出版日期: 2018年8月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5494-1889-3

定 价: 65.00元

前言 6

第1章

好！让我们开始速写之旅吧！

限时10分钟、5分钟、2分钟、1分钟描绘裸体、着衣模特的基本技法...7

广田稔 一言以蔽之，所谓速写就是 8

上田耕造 一语中的！所谓速写就是 10

冈田高弘 坦率地说，所谓速写就是 12

画前应该意识到的3个要点 14

① 视线高度 14

② 光的方向 15

③ 组合（结构） 15

作画时铅笔的握姿和用法 16

作画时，不要将笔抬离纸面 18

脸部画法 20

脸朝左画法 20 脸朝右画法 22

裸体的画法 24

站姿 24 坐姿 26

着衣模特的画法（1）无袖连衣裙姿势 28

着衣模特的画法（2）有袖连衣裙姿势 36

人体画法之“轴”和“结构” 42

首先，把握好骨架和体重的支撑点，然后确定身体的扭曲度 43

其次，以“小箱”和“大箱”来理解 44

背面姿势同样通过“轴”和“结构”来把握 46

跟正面倾斜姿势一样，首先把握好骨架和体重的支撑点，然后确定身体的扭曲度 47

背影姿势也可通过“大箱”和“小箱”来把握 48

画材工具 50

第2章

画人体的13个要领

把握画人体的8个要领+应画部位的5个要点 51

把握画人体的8个要领 52

① 通过“轴”来把握 52

② 通过“体面结构”来把握 56

③ 通过明暗表现（1）5个调子 58

④ 通过明暗表现（2）巧妙运用棱线 60

⑤ 通过明暗表现（3）以多面体来参考 62

⑥ 表现动感 通过大体趋势表现动作 64

7	通过空隙中的形状来表现 即正形与负形的切换	67
8	通过三角形巧妙构图	68
应画部位的5个要点		70
1	观察下颚、颈部、耳朵的关系	70
2	观察面部表情和手的姿势	71
3	观察腰与支撑腿之间的关系	72
4	观察肌肉的形状 即肌肉伸展时、用力时、扭转时	73
5	观察显现于体表的肌肉和骨骼	74
小结①~⑤, 以一幅速写作品呈现五个要点		75
通过强调、省略法画身体部位		76

各具特色的技巧与速写创作示范 77

广田稔 速写之“技”		78
10分钟速写	5分钟速写	88
2分钟速写	1分钟速写	98
上田耕造 速写之“术”		102
10分钟速写	5分钟速写	110
2分钟速写	1分钟速写	120
冈田高弘 速写之“巧”		124
10分钟速写	5分钟速写	130
2分钟速写	1分钟速写	138
街头速写推荐		142

用速写创作作品 143

彩色速写基础 明亮部分用固有色, 阴影部分用自由色	144
广田稔彩色速写作品	146
上田耕造彩色速写作品	148
冈田高弘彩色速写作品	150
彩色速写的画材工具	152
不断挑战运动中的动态速写	154
关于创作环境	158
相机镜头的陷阱和使用相片参考作画时的注意事项	160
画家简介	162

第3章

第4章

限时

人物速写技法

10分钟 · 5分钟 · 2分钟 · 1分钟

[日]21世纪工作室 著

角丸円 编辑

黄成湘 译

 广西美术出版社

素描不是复制！

素描是一种使用铅笔等绘画工具表现物体的形状、立体感的基础训练，而不是单纯地为临摹绘画对象正确的形状而进行的绘画训练。那么，究竟该如何去画呢？经常听到有人说：“想画好人物素描，却很难。”虽然在日常生活中我们会跟各种各样的人接

触，但当提笔要画人物时，却会惊讶地发现我们对“人的形状”知之甚少。当我们意外地发现自己“一直都在看，其实却没看清楚明白”时，这就是素描的绘制起点。画者用画笔表现出来的是自己对绘画对象的独特观察视角，这才是素描，是速写。

*在画素描时，画家的脑中反复思考的是这四个问题

看

- ① 对整体的大致观察
 - ② 对局部细节的观察
- 有以上两种观察角度。这里的“看”，实际上是观察物体形状之意。

1

画

为了画好形状，要使用线条和色调。通过多条强弱分明的线条，或者加入不同层次的色调来进行“描写”。

2

比

将画好的形状与素描对象进行对比。通过比较发现画错的地方。

4

改

边修改边再次观察画面。“修改”对于素描来说意义重大。

3

素描的
四个步骤



※ 阶调：指色彩或亮度的浓淡变化。用铅笔作画时，指从白色到黑色之间的色调层次变化。

※ 描写：指描绘物体的状态、形状及表达内心感受。

速写是素描的一个分支

画素描时需要不断重复前一页所说的四个步骤，直至画到自己满意为止。速写因为有时间限制，所以即使是挥洒自如的画家，如果在5分钟以内作画也会省去步骤3的“改”和步骤4的“比”。用极短的时间迅速呈现栩栩如生的人物姿态，这就是速写的魅力所在。用极短的时间捕捉到动作的某个瞬间也是其魅力之一：体育运动激烈的对抗动作、舞蹈场景下华丽的跳跃……如果能够瞬间捕捉到动作的特点，那么绘画

的表现空间将会扩大很多。

本书分别讲解了如何用10分钟、5分钟、2分钟、1分钟来画速写。学习用10分钟和5分钟创作作品时请注意步骤3的“改”和步骤4的“比”。书中将详细讲解在绘画之前如何观察绘画对象、进行比较及修改操作时所需掌握的人物骨骼、肌肉相关的解剖知识和把握画面空间的基础知识，这些知识对于我们的实际创作会有很大启发。

我们将带您步入美妙的速写世界

速写中最重要的步骤是步骤2的“画”。我们将介绍具体人物脸部、身体、衣服的画法及速写的练习方法等丰富的内容。如果只是没头没脑地一味快速地画，而没有一个“标杆”作为参照的话，就不知道该怎么努力，也不知道要努力什么。所以本书以三位画家极富感性的作品为模板，带领大家走出第一步。



上田耕造



广田稔



冈田高弘

前言 6

好！让我们开始速写之旅吧！

限时10分钟、5分钟、2分钟、1分钟描绘裸体、着衣模特的基本技法···	7
广田稔 一言以蔽之，所谓速写就是	8
上田耕造 一语中的！所谓速写就是	10
冈田高弘 坦率地说，所谓速写就是	12
画前应该意识到的3个要点	14
① 视线高度	14
② 光的方向	15
③ 组合（结构）	15
作画时铅笔的握姿和用法	16
作画时，不要将笔抬离纸面	18
脸部画法	20
脸朝左画法	20
脸朝右画法	22
裸体的画法	24
站姿	24
坐姿	26
着衣模特的画法（1）无袖连衣裙姿势	28
着衣模特的画法（2）有袖连衣裙姿势	36
人体画法之“轴”和“结构”	42
首先，把握好骨架和体重的支撑点，然后确定身体的扭曲度	43
其次，以“小箱”和“大箱”来理解	44
背面姿势同样通过“轴”和“结构”来把握	46
跟正面倾斜姿势一样，首先把握好骨架和体重的支撑点，然后确定身体的扭曲度	47
背影姿势也可通过“大箱”和“小箱”来把握	48
画材工具	50

画人体的13个要领

把握画人体的8个要领+应画部位的5个要点	51
把握画人体的8个要领	52
① 通过“轴”来把握	52
② 通过“体面结构”来把握	56
③ 通过明暗表现（1）5个调子	58
④ 通过明暗表现（2）巧妙运用棱线	60
⑤ 通过明暗表现（3）以多面体来参考	62
⑥ 表现动感 通过大体趋势表现动作	64

7	通过空隙中的形状来表现 即正形与负形的切换	67
8	通过三角形巧妙构图	68
应画部位的5个要点		70
1	观察下颚、颈部、耳朵的关系	70
2	观察面部表情和手的姿势	71
3	观察腰与支撑腿之间的关系	72
4	观察肌肉的形状 即肌肉伸展时、用力时、扭转时	73
5	观察显现于体表的肌肉和骨骼	74
小结 1~5, 以一幅速写作品呈现五个要点		75
通过强调、省略法画身体部位		76

各具特色的技巧与速写创作示范 77

广田稔 速写之“技”		78
10分钟速写	5分钟速写	88
2分钟速写	1分钟速写	98
上田耕造 速写之“术”		102
10分钟速写	5分钟速写	110
2分钟速写	1分钟速写	120
冈田高弘 速写之“巧”		124
10分钟速写	5分钟速写	130
2分钟速写	1分钟速写	138
街头速写推荐		142

用速写创作作品 143

彩色速写基础 明亮部分用固有色, 阴影部分用自由色	144
广田稔彩色速写作品	146
上田耕造彩色速写作品	148
冈田高弘彩色速写作品	150
彩色速写的画材工具	152
不断挑战运动中的动态速写	154
关于创作环境	158
相机镜头的陷阱和使用相片参考作画时的注意事项	160
画家简介	162

第3章

第4章

前言

本书的特点

- 书中所收录的速写范例作品是根据严格的标准精心挑选而出的，其中大部分是广田稔、上田耕造、冈田高弘三位画家专门为本书而创作的未经出版发行过的作品。
- 从海量的图片中精选出反映创作要点的图片加以解说。
- 裸体速写部分，为了帮助大家把握人体结构，收录了10分钟、5分钟、2分钟、1分钟四种时长类型的速写作品。
- 着衣速写部分，将无袖连衣裙和有袖连衣裙这两种类型的特征，用10分钟速写、5分钟速写、2分钟速写表现出来。
- 比起眼、鼻、口这些部位的刻画，整个身体的动作和形态更为关键。详细内容请参考第20页介绍的脸部画法和第3章的现场创作实践画作。

关于创作时间

- 速写练习设置时间限制具有积极意义——对不断积累个人经验非常重要。本书不主张因不能按时完成创作而延长绘画时间的做法。一定要严格按照规定的时间去挑战自己。
- 在第3章不同画家“各具特色的技巧与速写创作示范”中，详细介绍了创作时间分别为10分钟、5分钟、2分钟、1分钟的速写技法。练习方法可以自由发挥，可以从1分钟创作开始，然后逐渐延长作画时间。

关于本书的速写作品尺寸

- 本书中所收录的略去了尺寸的作品，其纸张大小为50 cm × 32.5 cm。纸张大小的说明以及模特与画者的位置关系，请参看第159页的详细解说。



※ 编者寄语：经验丰富的专业画家绘画速度非常快，所以作为初学者，练习时请以书中规定时间的2倍来进行。比如限10分钟完成创作，则在20分钟内完成。依此类推，限时5分钟的即为10分钟，2分钟的即为4分钟或者5分钟。1分钟的极限速写，即使用2倍的时间估计也很难完成，但还是希望您能挑战自我。本书中20分钟速写因为比较接近素描，所以作为解说、参考的作品刊登使用。

本书解说中出现的左、右、前、后这些说法，一般是以模特视角为参照。

好！让我们开始速写之旅吧！

限时10分钟、5分钟、2分钟、1分钟描绘裸体、着衣模特的基本技法



广田稔 一言以蔽之，所谓速写就是……

10 分钟速写





○10分钟速写

10 分钟不仅可以表现模特的形态感，还能把面部表情或手的姿态以及皮肤或服装的质感和量感都刻画清楚。

○5分钟速写

这个绘画时间大致可以称作是素描和速写的分水岭。把握好棱线，加入明暗对比，也能表现出模特的量感。

※ 棱线：指能区分面与面的交界线。请参照第 15 页的解说。

○2分钟速写

不依靠明暗对比，而是根据线描的节奏感、笔力大小来表现绘画对象的形态和存在感。在 2 分钟左右的速写时间里，自己没注意到的无意识的部分会呈现在画面上。

○1分钟速写

将瞬间捕捉到的对绘画对象的印象或节奏感以抑扬的线条表现出来。由于时间短，根本无暇检查。但从某种意义上说，这是最有激情和魅力的创作了。



1 分钟速写

2 分钟速写

一言以蔽之，所谓速写就是……很难用语言来表达啊。用你的整个身心去理解、领悟创作对象的灵魂与气质，然后用线条和调子将其表现出来，这或许就是速写吧。

上田耕造 一语中的！所谓速写就是……

10分钟速写



○10分钟速写
画结构线，确认好构图，可以通过线描来刻画出皮肤、头发、布料的质感。利用好棱线，画出阴影，可以表现空间感和立体感。

※ 结构线：作为创作基准的标记或线条。
※ 质感：通过看或摸可感知物体表面的真实感受。

5分钟速写



2分钟速写



有些东西需要经过反复观察才能看出来（如细节），而有些东西瞬间就消失了（如湍急的水流或汹涌的浪涛）。速写是用很短的时间，眼手联动配合记录下自己最初那一瞬间所看到的形状。

○5分钟速写

这有点像给人5分钟，以速写特有的直描一决胜负的感觉。每画一笔都要构思好以便跟接下来要画的内容相协调。

1分钟速写



○2分钟速写

没有时间做整体构思布局，所以只能从最能突出表现绘画对象的那个部位开始画。对于指尖和脸部这些复杂部位，不是省略，而是要想办法尽量将其简化表现。

○1分钟速写

抓住模特姿态的最基本特征，以不同于平时的绘画顺序进行创作，要大胆取舍，只抓关键部分来表现。

冈田高弘 坦率地说，所谓速写就是……

10分钟速写



○10分钟速写

前5分钟，横握炭笔画出人体的大致走向，在把握总体形态特征的基础上画出大致的灰色阴影部分。后5分钟则主要对画面进行修改。

※炭笔：由黑铅芯做成的铅笔，详情请参看第50页。

在绘画活动中，事先规定好创作时间的只有速写。素描就像做加法，虽然初创完成后往上加东西的频率和密度会减小，但只要发现有不足，那这个创作就没有结束的那一刻。而速写就像做减法，剔除多余的要素，尽量以最少的要素来表现绘画对象。

5分钟速写



2分钟速写



1分钟速写



○5分钟速写

提笔作画，每一笔每一画都是随机应变、临场发挥出来的，所以后期的“比较、研究”就显得尤为重要了。进行修改时可以用线条将让人印象深刻的地方着重表现出来。

○2分钟速写

没有时间构思框架，直接以线描表现形态。为了突出表现，可以把必要部分抽选出来刻画。

○1分钟速写

对于我来说是最短的创作时间。不要把它当作习作，而是要将其作为省略表现的线描作品来对待。