

人物

REN WU

从零开始学素描

邢小刚 顾石秋 编著

人民美术出版社

从零开始学素描



人物

REN WU

邢小刚 顾石秋 编著



人民美术出版社

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

从零开始学素描. 人物 / 邢晓刚, 顾石秋编著. --
北京: 人民美术出版社, 2018.12
ISBN 978-7-102-08214-1

I. ①从… II. ①邢… ②顾… III. ①人物画—素描
技法 IV. ①J214

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第286295号

从零开始学素描·人物

CÓNG LÍNG KĀISHǐ XUÉ SÙMIÁO·RÉNWÙ

编辑出版 人民美术出版社

(北京市东城区北总布胡同32号邮编100735)

<http://www.renmei.com.cn>

发行部: (010) 67517601

网购部: (010) 67517864

选题策划 陈 林

责任编辑 薛倩琳 陈 林

封面设计 徐 洁

责任校对 白劲光

责任印制 胡雨竹

制 版 朝花制版中心

印 刷 北京印刷一厂

经 销 全国新华书店

版次: 2018年12月 第1版 第1次印刷

开本: 710mm × 1000mm 1/8

印张: 12

印数: 0001-4000册

ISBN978-7-102-08214-1

定价: 49.00元

如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。(010) 67517784

版权所有翻印必究

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

前言

素描是绘画的一种表现形式，也是学习一切造型艺术、空间艺术的基础。

在学习造型艺术、空间艺术的初级阶段，首先要培养学生掌握基本的造型能力。在掌握对物体形体、结构分析、解剖、透视等知识的基础上，学会正确的观察方法和表现方法，这正是素描训练所包含的内容。

《从零开始学素描》丛书，立足于素描训练的基本理论、基本方法、基本技能，强调对“素描训练体系”的讲解与介绍，突出教学的“实践性”和“指导性”。这些正是从零开始学素描的初学者们急需了解和掌握的知识与学习路线，也是本书作者与编辑的撰书目的。

《从零开始学素描》丛书脱胎于“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材《素描教程》，也是江苏省高等院校精品教材立项项目、人民美术出版社高等教育“十二五”规划教材。《素描教程》自出版以来得到了教育主管部门和广大读者的肯定与好评，在与使用院校和读者的交流反馈中我们得知，由于《素描教程》的开本与篇幅的限制，书中图例普遍较小、较少，不利于临摹学习。为了适应广大读者的需求，人民美术出版社推出了《从零开始学素描》丛书，增大了开本，增多了画幅，增加了内容，也是对《素描教程》的一种扩展与延伸。

在《从零开始学素描》丛书出版之际，本书的作者与编辑再一次对广大读者的支持与鼓励表示衷心的感谢！



第一章 人物造型的基本理论知识

- 第一节 人体的比例、解剖、结构 1
 - 一、人体的比例 1
 - 二、人体的解剖 3
 - 三、人体的结构 5
- 第二节 人体躯干与四肢结构 7
 - 一、人体的躯干结构 7
 - 二、人体的上肢、下肢结构 9
- 第三节 人体的重心、重心线、支撑面 12
 - 一、人体的重心 12
 - 二、人体的重心线 12
 - 三、人体的支撑面 12

第二章 素描半身人像写生

- 第一节 半身人像写生的基本规律 13
 - 一、半身人像写生中衣服的表现 13
 - 二、半身人像写生中模特儿动态设计 17
 - 三、半身人像写生的构图 18
- 第二节 半身人像写生的
方法步骤和示范作品 19
 - 一、半身人像写生的方法步骤 19
 - 二、半身人像写生示范作品 32

第三章 素描人体写生

- 第一节 人体写生的基本规律 46
 - 一、人体写生的动作设计 46
 - 二、人体写生的光线和背景设计 47
- 第二节 人体写生的方法步骤和示范作品 47
 - 一、人体写生的方法与步骤 47
 - 二、人体写生示范作品 56

第四章 素描全身人像写生

- 第一节 全身人像写生的基本规律 70
 - 一、全身人像写生的模特儿选择、

- 动作设计和场景设计 ... 70
- 二、全身人像写生的要求 71
- 第二节 全身人像写生的
方法步骤和示范作品 ... 72
 - 一、全身人像写生的方法与步骤 72
 - 二、全身人像写生示范作品 82

第一章 人物造型的基本理论知识

第一节 人体的比例、解剖、结构

一、人体的比例

1. 站姿比例

人体的比例是以头长为单位，中国人身高通常为七个到七个半头长。

如图所示：身高 = 从头顶—1—颈底—2—乳头连线—3—脐孔—4—大腿中间—5—膝关节—6—小腿中部—7—足跟 = 七个或七个半头长。

从头顶到耻骨联合处 = 人体高度的二分之一处。上段包括头部、颈部、躯干、上肢，下段为下肢。

手臂长（上臂 + 前臂 + 手） = 三个头长。

两肩之间的距离 = 二个头长。

下肢 = 四个头长，大腿小腿各为二个头高。（图1-1）

手约为三分之二头高。

足长 = 一个头高。（图1-2）

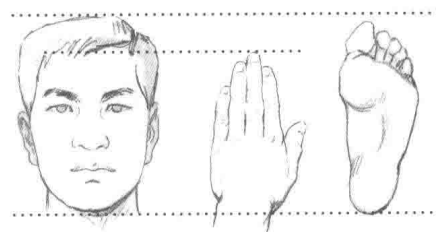


图1-2 头部、手部、足部比例关系示意图

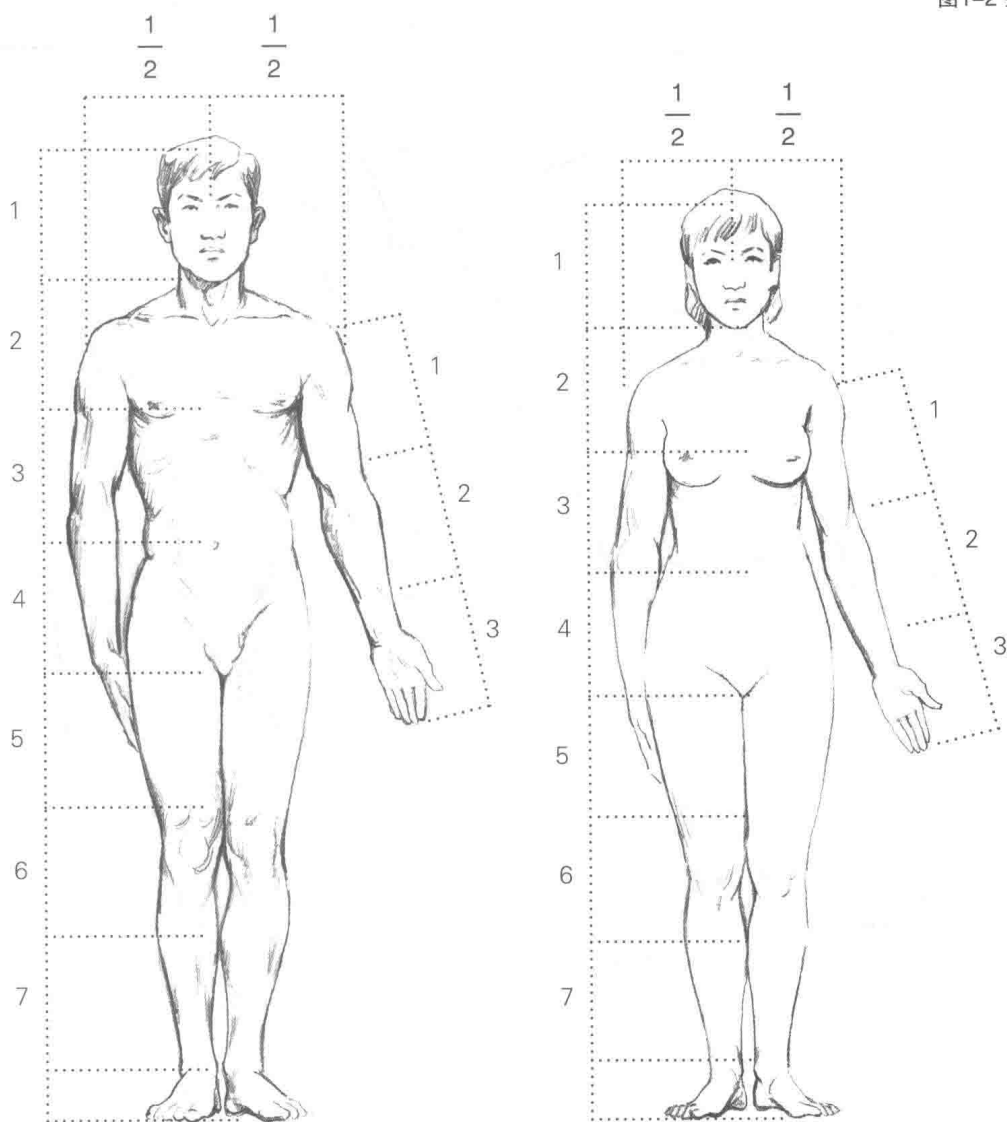


图1-1 人体比例示意图

2. 坐姿比例

挺直坐姿式的人体比例约为六个头长。

挺直坐姿式的人体腰部基本呈直线，这时下颌到手的距离大约为二个半头左右。（图1-3）

一般坐着的姿势约为五个头长。

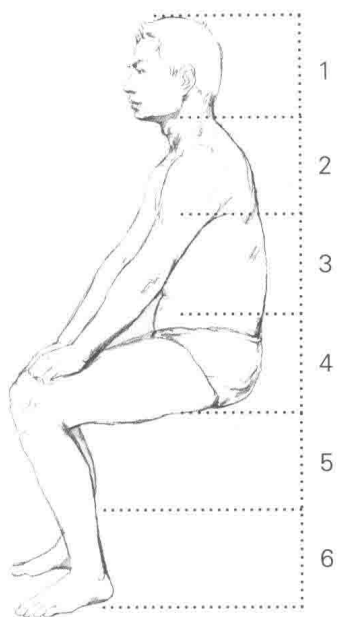


图1-3 挺直坐姿比例示意图

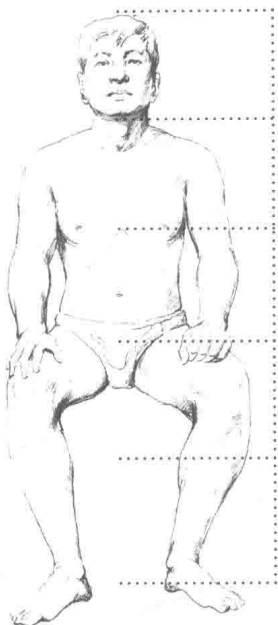


图1-4 一般坐姿正面比例示意图

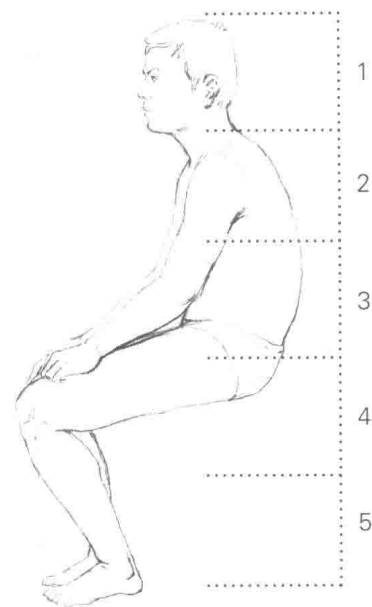


图1-5 一般坐姿侧面比例示意图

一般坐着的姿势人体腰部呈曲线形，下颌到手的距离大约为两个头左右。（图1-4、图1-5）

虽然男性和女性全身长度的标准比例是相同的，但在长宽比例上却存在差异。男性的胸部体积大，腰部以上显得发达，所以肩宽长于臀部宽度，形成倒三角形状态；而女性的臀部宽阔，腰部以下显得丰满，所以臀部的宽度长于肩宽，形成正三角形状态。（图1-6）

以上是人体基本比例，在写生中应灵活运用。根据不同的模特儿所具有的不同特征、不同高矮、不同胖瘦适当地伸缩，在实际写生中画准画好，是我们学习了解人体比例的目的。

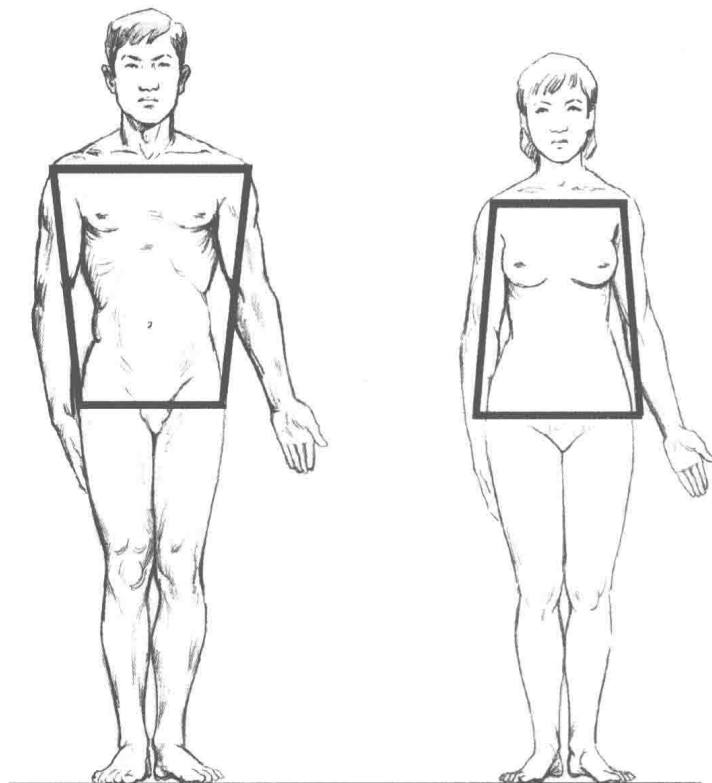


图1-6 男性与女性长宽比例差异示意图

二、人体的解剖

1. 骨骼

人体是由骨骼、关节、肌肉等构成的，分为五大部分，即头部、胸部、骨盆、上肢和下肢。

骨骼是人体的支架，在外形上决定人体比例的长短、体形的大小及各肢体生长的方向与形状。

关节是骨与骨的连接点，它是人体运动的枢纽。不同类型和形状关节，在神经与肌肉的驱动下，使人体的屈伸、内收、外展及回旋等运动变得自然有力。（图1-7）

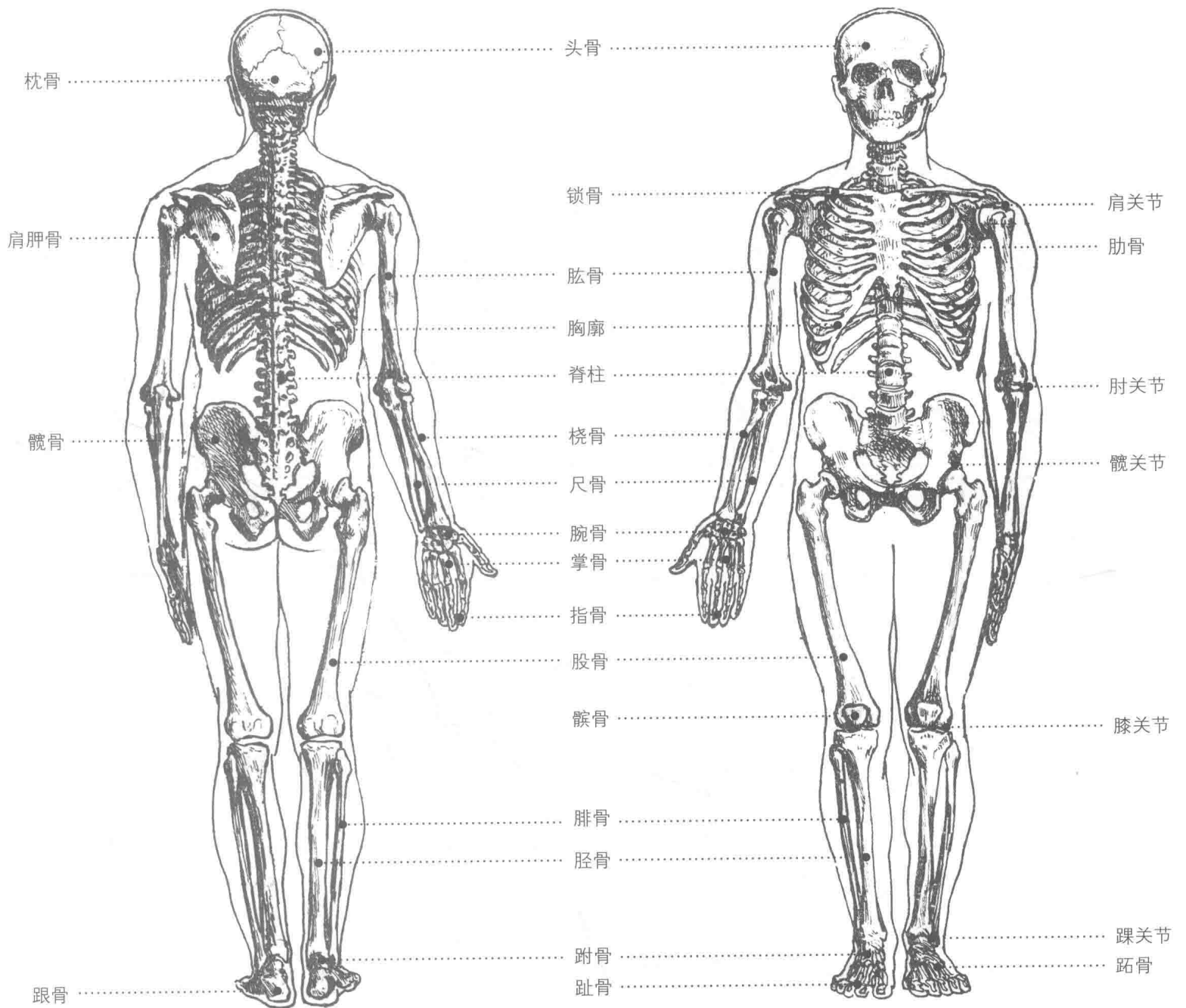
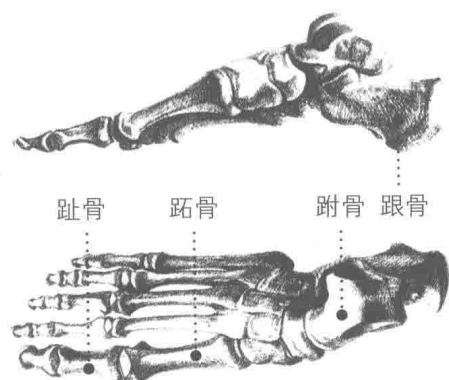
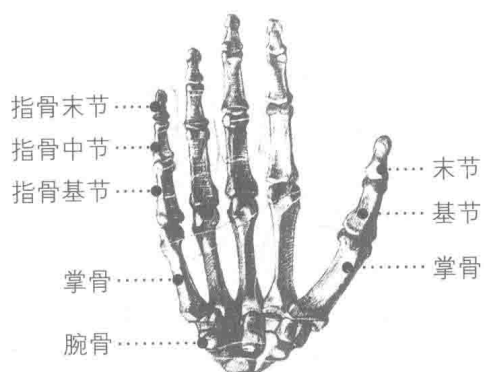


图1-7 人体骨骼解剖示意图



2.肌肉

肌肉附于骨骼、关节之上。每一块肌肉一般都会跨越一个或两个关节，生长在相邻的两块骨面上。在神经的指挥下，肌肉收缩牵引着关节运动，产生了人体丰富多彩的动作。（图1-8）

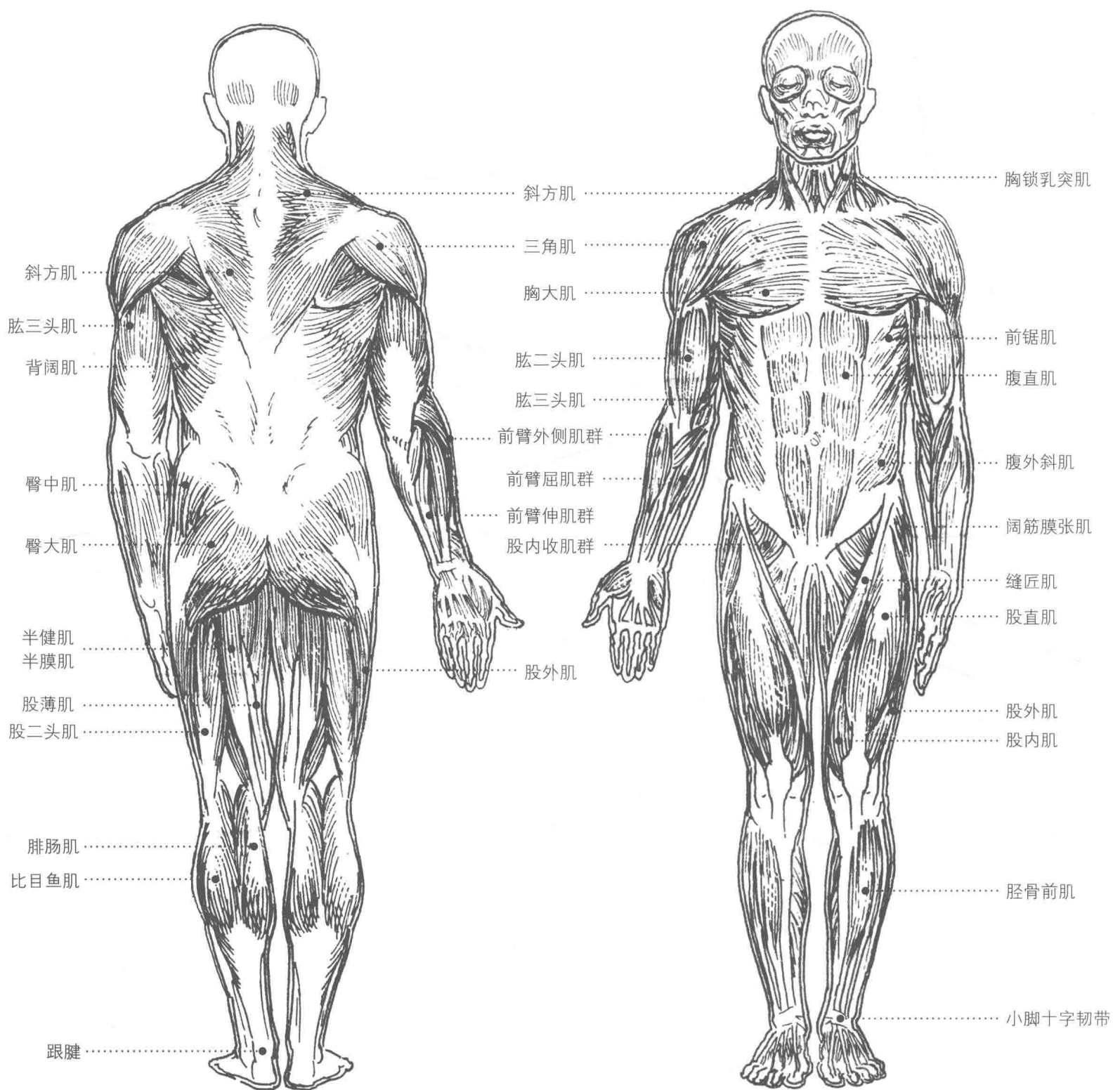


图1-8 人体肌肉解剖示意图

在绘画写生时，要特别注意骨骼和关节在外形上直接显于皮下的部分，就是我们常说的骨点，它是人体外形特征的重要标记，如在半身人像写生中所要画到的头部的额丘骨点、眉弓骨点、鼻骨骨点、颧骨骨点、下颌骨骨点，手部的腕骨骨点、掌骨骨点、指骨骨点等。此外，还应从造型的需要出发，对头部、手部、肩部等肌肉的形状、位置，生长的起、止点进行深入的研究，在写生实践中将学到的人体比例、解剖知识灵活运用，融会贯通到绘画作品之中。

三、人体的结构

人体的基本结构可以概括为“一竖、二横、三体积、四肢”。

“一竖”

即为脊梁骨所形成的脊柱线。脊柱将头颅、胸廓骨、骨盆连接起来。（图1-9）

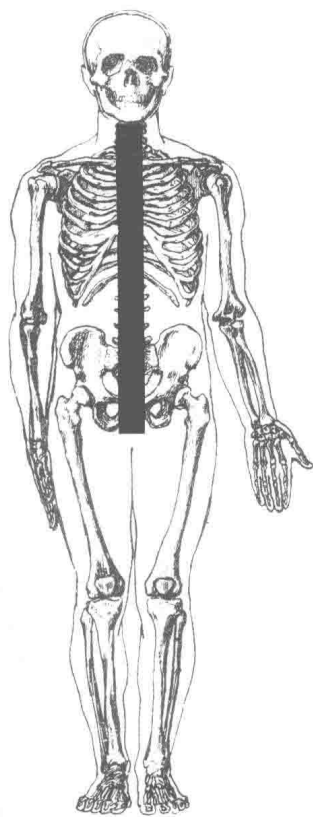


图1-9 人体可概括为“一竖”示意图

“二横”

一横为左右肩峰的连线。二横为左右髋关节的连线。

二横线在人体立正姿势时，呈水平状态；运动时，会向相反的方向倾斜。（图1-10、图1-11）



图1-10 人体稍息时，“二横”示意图

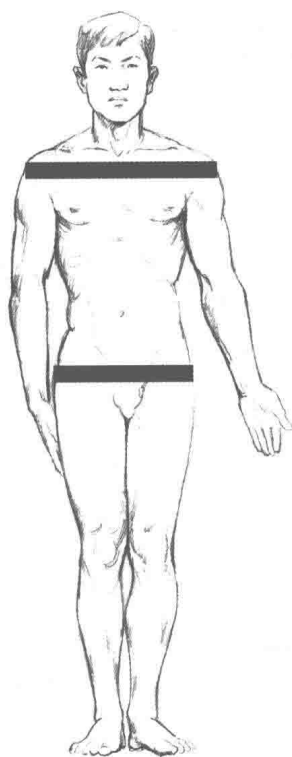
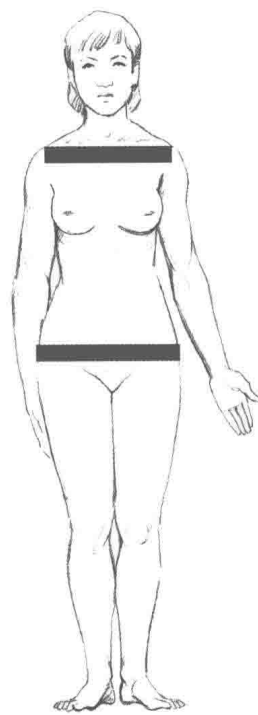


图1-11 人体立正时，“二横”的变化示意图



“三体积”

即将人体的头部、胸部、骨盆三部分概括为三个不同形状的体积。三部分由脊椎骨贯穿连接，并随着脊柱的弯曲、旋转，呈现出俯仰、倾斜、扭动等不同的状态，从而产生相应的透视变化。（图1-12、图1-13）

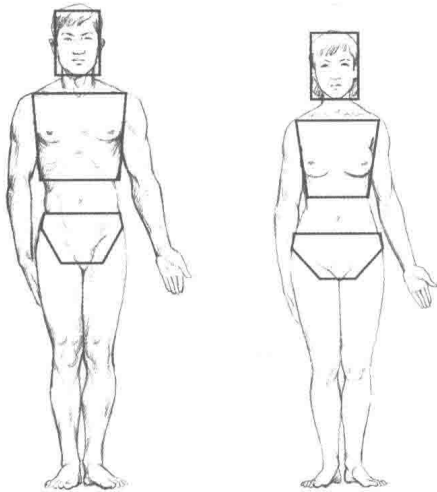


图1-12 人体三体积示意图

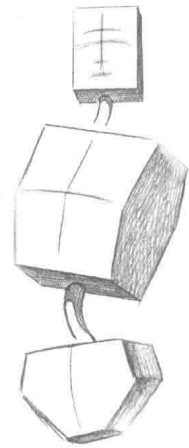


图1-13 人体三体积在运动时变化图例

“四肢”

即上肢和下肢。上肢与躯干上两端相连接，下肢与躯干下两端相连接。上肢、下肢均呈上粗下细的圆锥形体块。在了解“一竖、二横、三体积、四肢”的基础上，还可以将人体的各部分细化理解为具有相应特征的几何形体。

头部——立方体、球体，圆中有方。

胸部——前胸为倒立梯形体，后胸为倒立三角形体，侧胸为立方体。

臀部——倒立梯形体。

上肢和下肢——圆柱体、长方体，方中有圆，相互穿插，相互结合。

手部——手掌为梯形体，手指为圆柱体、长方体，圆中有方，相互穿插，相互结合。（图1-14、图1-15、图1-16）

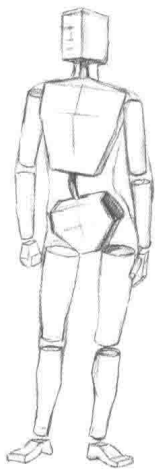


图1-14 人体在稍息时，三体积和四肢结构示意图



图1-15 人体坐姿时，三体积和四肢结构示意图

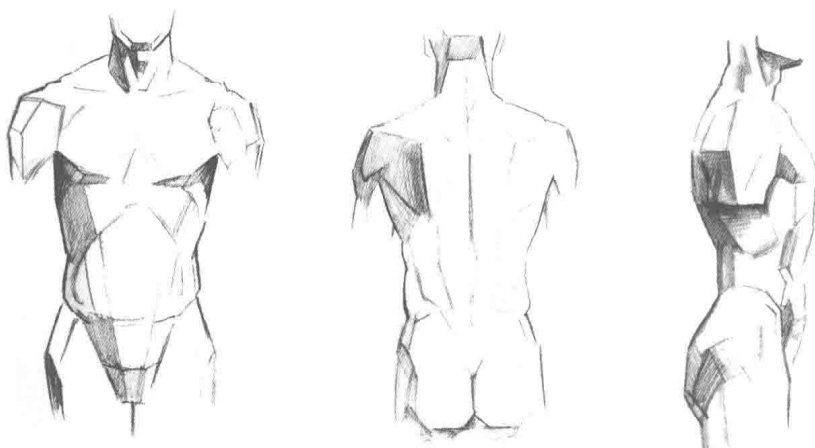


图1-16 人体躯干结构示意图

第二节 人体躯干与四肢结构

我们在前面素描石膏像写生、素描人物头像写生中，已经学习掌握了人体的基本结构、解剖等知识，下面我们将针对素描人物写生训练的要求，对人体的上肢、下肢和躯干的结构、比例、解剖再作进一步的详细介绍。

一、人体的躯干

躯干在人体中所占的体积最大、重量最大。躯干通过颈部与头部相连接，通过肩胛骨连接上肢，通过盆骨连接下肢，是人体的最重要的中心部位。躯干由脊椎骨将胸部和髋部两大部分连接组成。脊椎骨的弯曲旋转，带动了胸部和髋部的移位，从而影响着躯干和人体的整个造型。

躯干分前侧、背侧。前侧包括颈部、胸部、腹部。背侧包括颈部、背部、臀部。（图1-17）

躯干由胸骨、肋骨、肩胛骨、脊柱和髋骨组成。胸骨与十二对肋骨和一部分脊柱组成胸廓，呈现出一个上狭下阔的倒卵形。（图1-18）

躯干的主要肌肉由胸锁乳突肌、斜方肌、胸大肌、背阔肌、前锯肌、腹外斜肌（腱膜部）、腹直肌、腹外斜肌（肉质部）、冈下肌、大圆肌、背阔肌组成。（图1-19）

躯干前侧胸部和腹部构成两个相对的梯形。如果根据内部构造进一步分析，胸廓呈现出上端小下端大的蛋形。（图1-20）

躯干背侧由一个倒立的大三角与一个梯形重叠而成。如果用类比的方法进一步分析，则呈现类似高脚杯的轮廓。（图1-21）

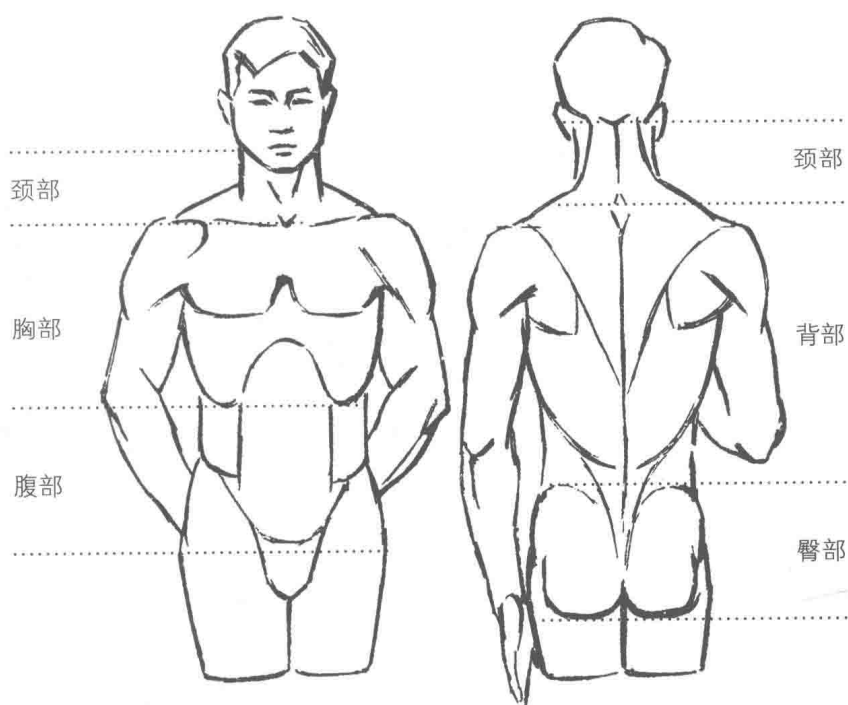


图1-17 人体躯干正、背面示意图

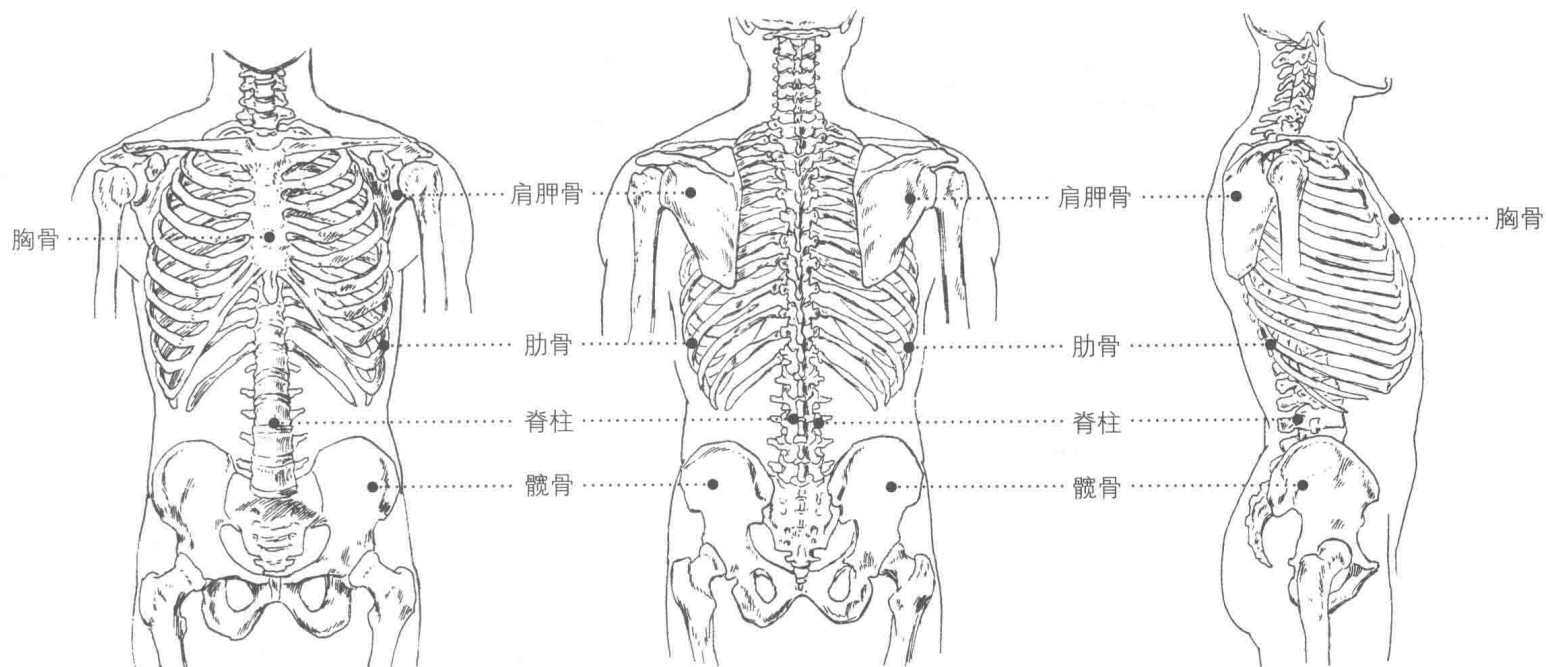


图1-18 人体躯干骨骼示意图

躯干的主要肌肉由胸锁乳突肌、斜方肌、胸大肌、背阔肌、前锯肌、腹外斜肌（腱膜部）、腹直肌、腹外斜肌（肉质部）、冈下肌、大圆肌、背阔肌组成。（图1-19）

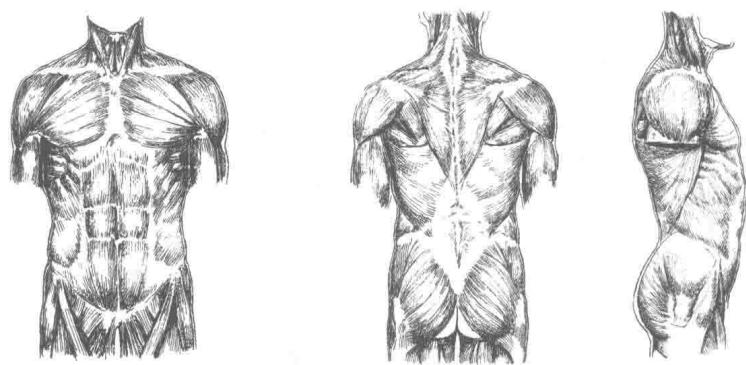


图1-19 人体躯干肌肉示意图

躯干前侧胸部和腹部构成两个相对的梯形。如果根据内部构造进一步分析，胸廓呈现出上端小下端大的蛋形的。（图1-20）

躯干背侧由一个倒立的大三角与一个梯形重叠而成。如果用类比的方法进一步分析，则呈现类似高脚杯的轮廓。（图1-21）

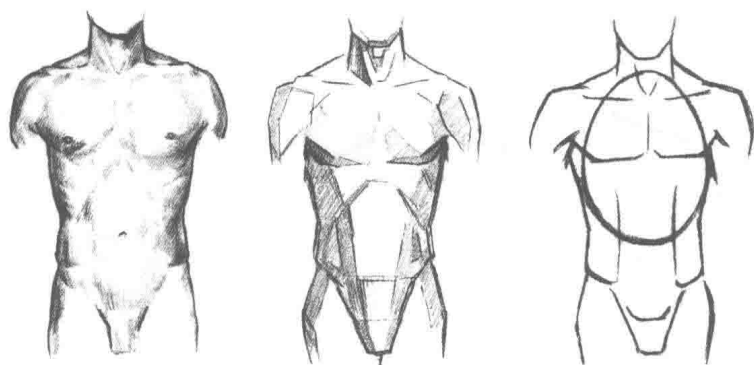


图1-20 人体躯干前侧的形体结构示意图

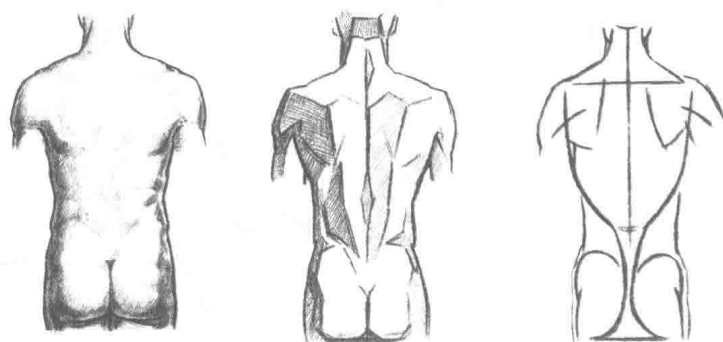


图1-21 人体躯干背侧的形体结构示意图

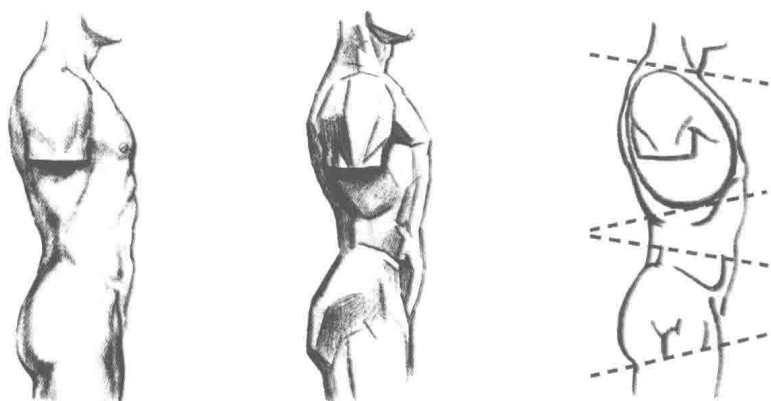


图1-22 人体躯干外侧的形体结构示意图

躯干外侧胸部与骨盆部的倾斜关系构成了其形体的基本特征。根据胸部的内部构造分析，依然呈现出上端小下端大的蛋形。（图1-22）

由于性别生理的关系，男性和女性的躯干有较大的区别。女性胸部乳房隆起，臀部最宽点的连线宽于肩部最宽点连线，脊柱的腰柱部分较长。男性胸部较平，肩部最宽点的连线宽于臀部最宽点的连线，脊柱的腰柱部分较短。我们将男性和女性的胸部和臀部概括成两个梯形后进行比较，可以看出男性为上大下小，女性为上小下大。（图1-23）

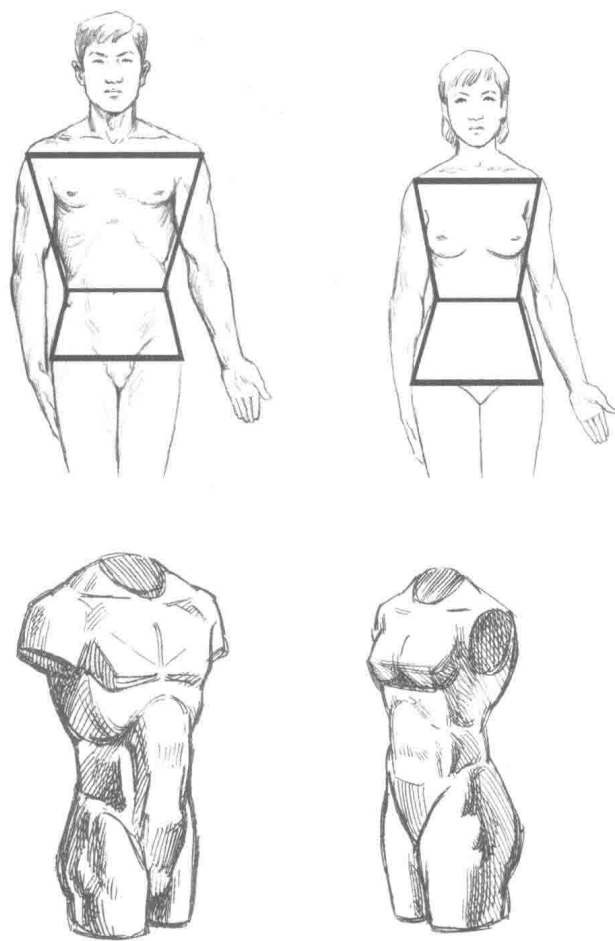


图1-23 男性与女性躯干特征对比示意图

二、人体的上肢、下肢结构

1. 人体的上肢结构

人体的上肢是肢体中最为灵敏的部分之一，是人们从事生产劳动和日常生活主要的依赖部位。上肢通过肩胛骨连接在躯干的两侧，其动作变化丰富，是表现塑造人物职业、个性、年龄等特点的重要观察刻画对象。

上肢分上臂、前臂与手三部，其中肩关节连接躯干，肘关节连接上臂与前臂，腕关节连接前臂与手部，手部关节连接掌骨和指骨。手部的结构、解剖等知识在前面手足写生科目中已作过详细介绍，在这里不再重复。（图1-24）

上肢的骨骼由肱骨、尺骨（含尺骨线）、桡骨、腕骨、掌骨、指骨、肩胛骨（含肩胛冈）、锁骨组成。主要的有肱骨内髁、尺骨鹰突、尺骨小头、桡骨大头、肩峰等。（图1-25）

上肢的主要肌肉由三角肌、肱二头肌、肱三头肌、前臂外侧肌群、前臂屈肌群、前臂伸肌群组成。（图1-26）

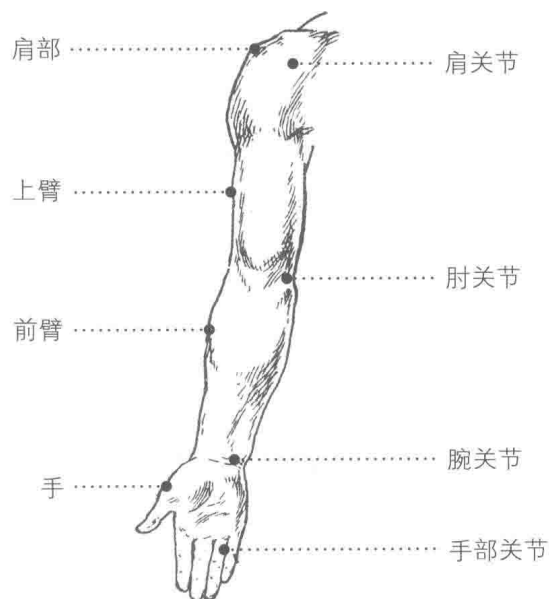


图1-24 人体上肢各部位、关节示意图

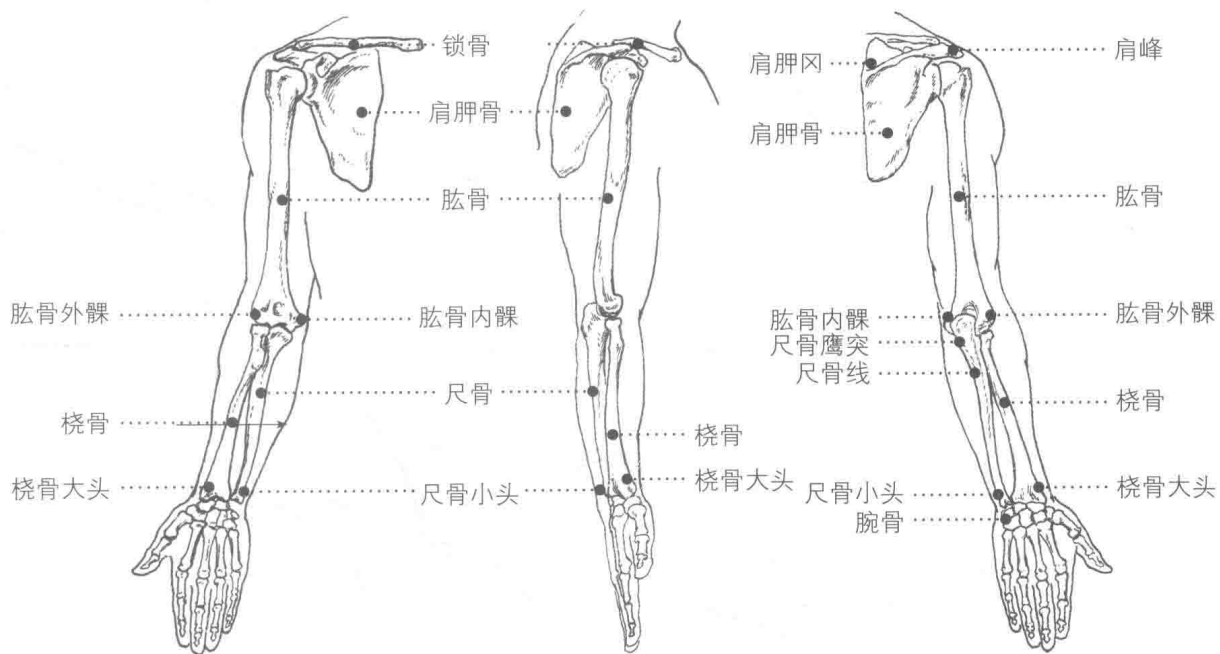


图1-25 人体上肢骨骼示意图

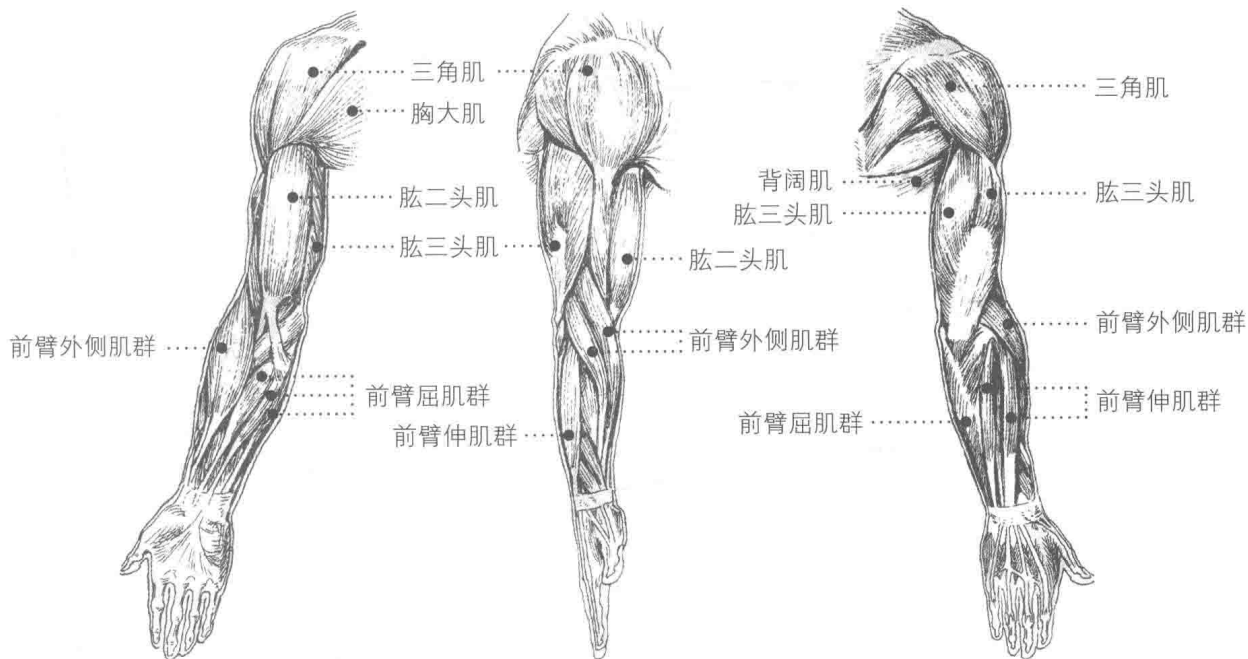


图1-26 人体上肢肌肉示意图

上肢的基本形体结构可概括为简单多面体的合成，即将三角肌、肱二头肌、肱三头肌、前臂伸肌群、前臂屈肌群、外侧肌群等肌肉理解为符合手臂特征的各种形状的多面体，以增强对上肢形体结构的认识。上臂的形状较粗，前臂的形状相对细一些。肘部关节是上臂与前臂的连接处，可以将其理解为如木榫嵌合而成的结构关系。（图1-27、图1-28）

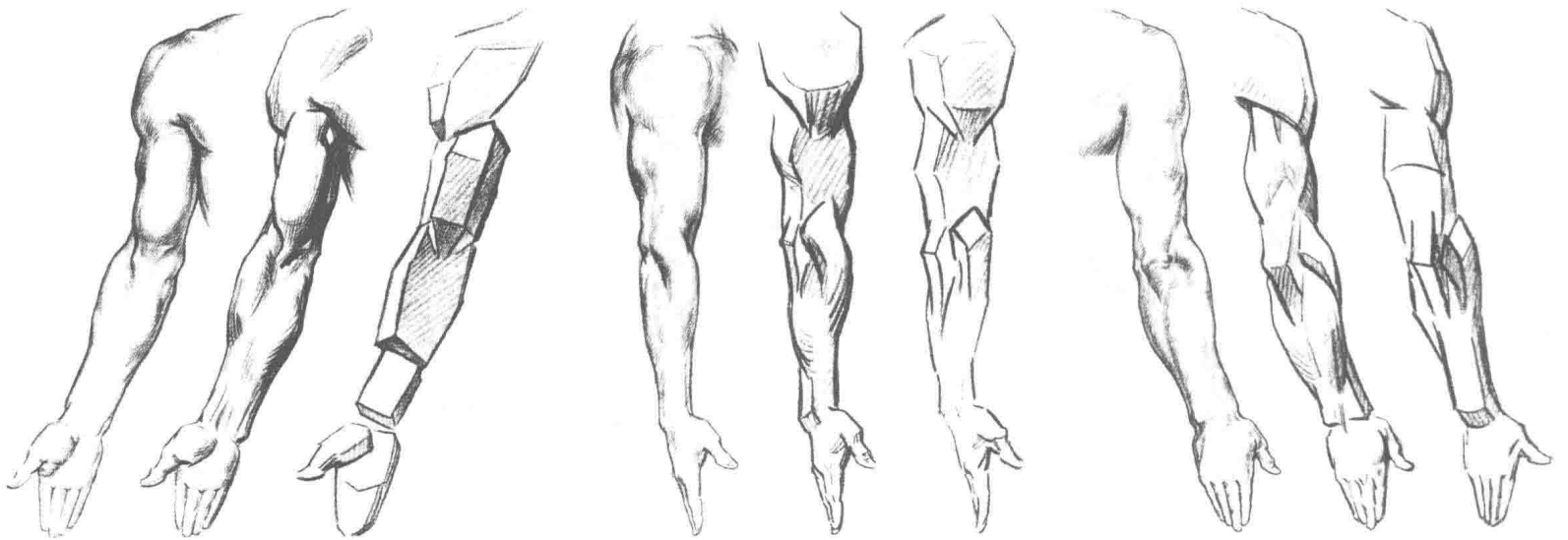


图1-27 人体上肢结构分析示意图

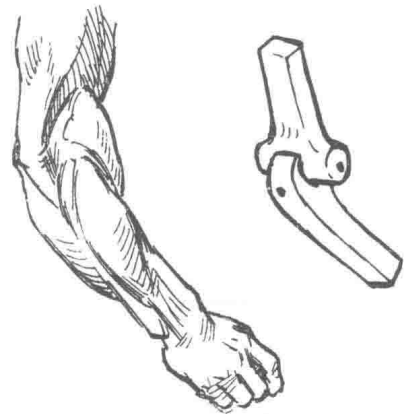


图1-28 人体肘关节结构分析理解示意图

2. 人体的下肢结构

人体的下肢承载着人体所有的重量，是人体行走运动的主要部位，因此下肢的形体结构比上肢粗壮发达。下肢通过大转子连接在髋部的两侧，与上肢相比其动作变化相对较少。

下肢分髋部、腿部（大腿和小腿）与足三部分，其中大转子连接髋部，膝关节连接大腿与小腿，踝关节连接小腿与足部，足部关节连接跗骨和趾骨。足部的结构、解剖等知识在前面手足写生科目中已作过详细介绍，在这里不再重复。（图1-29）

下肢的骨骼由股骨、髌骨、胫骨（含胫骨线）、腓骨以及足部的跗骨、跖骨和趾骨组成。主要的骨点有股骨大头、大转子、股骨外踝、股骨内踝、腓骨小头、胫骨粗隆、内踝、外踝等。（图1-30）

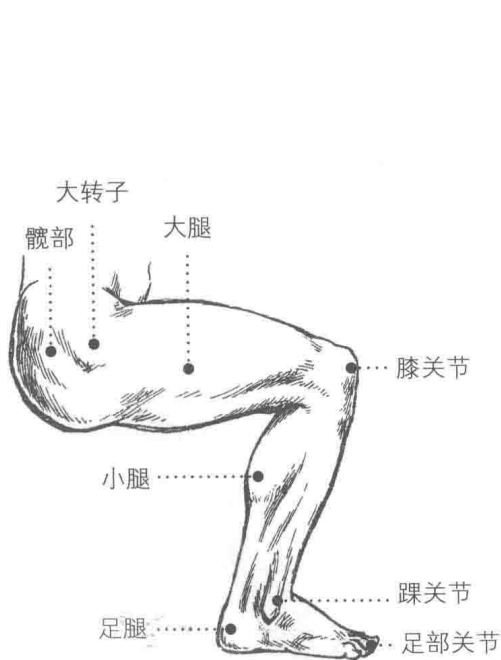


图1-29 人体下肢各部位、关节示意图

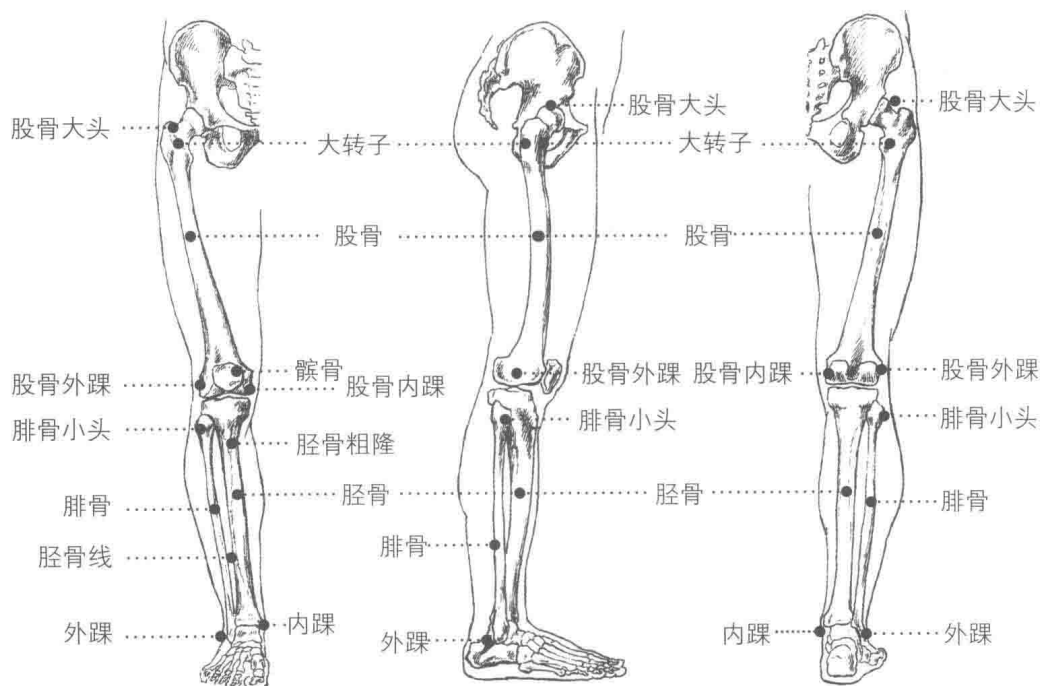


图1-30 人体下肢骨骼示意图

下肢的主要肌肉由臀部肌群、缝匠肌、股四头肌、股背侧肌群、腓肠肌、腓骨肌、胫骨前肌、比目鱼肌等组成。（图1-31）

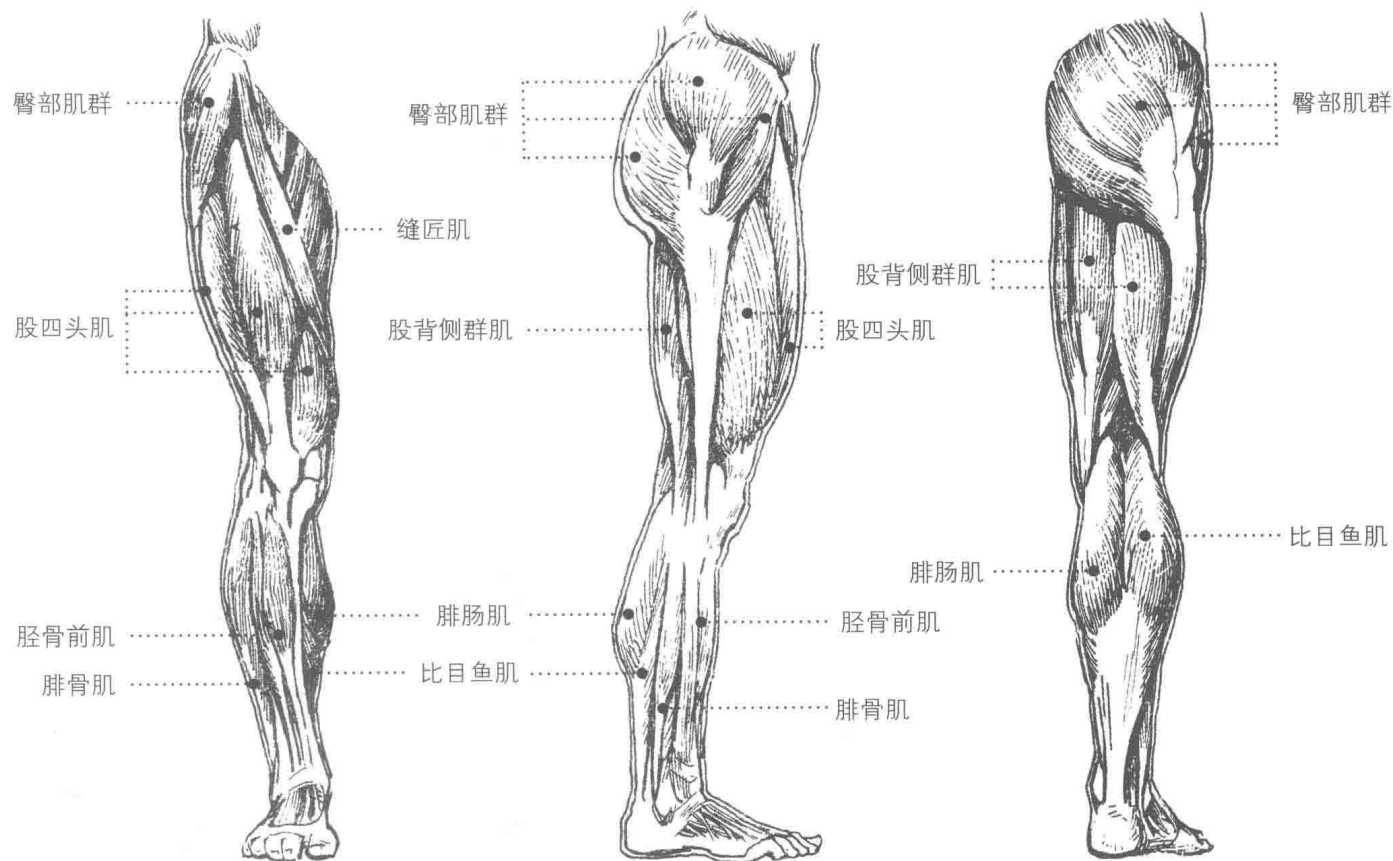


图1-31 人体下肢肌肉示意图

下肢的基本形体结构可概括为简单的多面体的合成，即将大腿、小腿理解为符合腿部特征的各种形状的多面体，膝盖部、脚踝部理解为方形。大腿和小腿两侧呈现出不对称的曲线，而且胫骨线明显。大腿粗壮，小腿相对细一些。这些分析与理解都是增强我们对下肢形体结构认识与表现的重要依据。（图1-32）

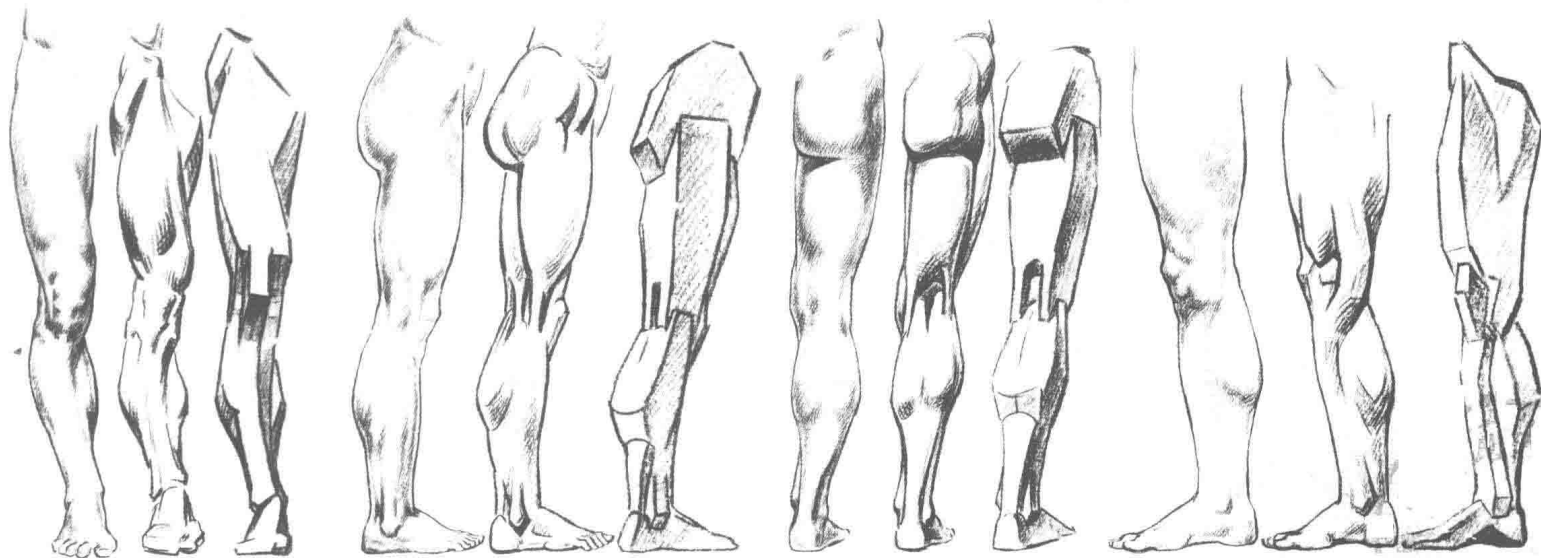


图1-32 人体下肢结构分析示意图

第三节 人体的重心、重心线、支撑面

一、人体的重心

重心是指人体重量的中心，是人体头、躯干、上肢和下肢等重力的合力作用点。人体在静止站立时，重心位于人体骶骨与脐孔之间。人体运动时，重心则发生相应变化。

二、人体的重心线

重心线是指通过人体重心向地面所引的一条垂线。重心线落于支撑面以内，人体才能保持平衡，反之，则失去平衡。重心线是分析人体动态的辅助线，是检查人体动态稳与不稳的重要依据。

三、人体的支撑面

支撑面，是指支撑人体重量的面积。人体站立时，支撑面就是脚的底面和两脚之间所包含的面积。当人体坐着、躺着或运动时，支撑面包括人体与地面的接触面和支撑物与地面的接触面以及两个接触面之间的整个区域。支撑面愈大，人体的重心愈稳，人体各部位所保持的平衡性愈强。（图1-33、图1-34、图1-35）

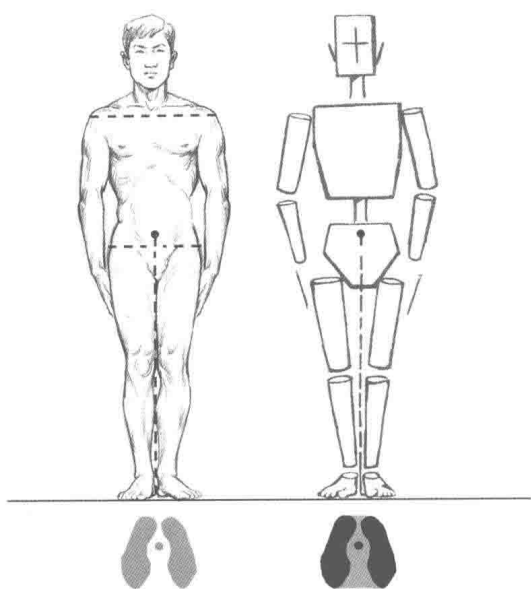


图1-33 人体直立时的重心、重心线、支撑面图例

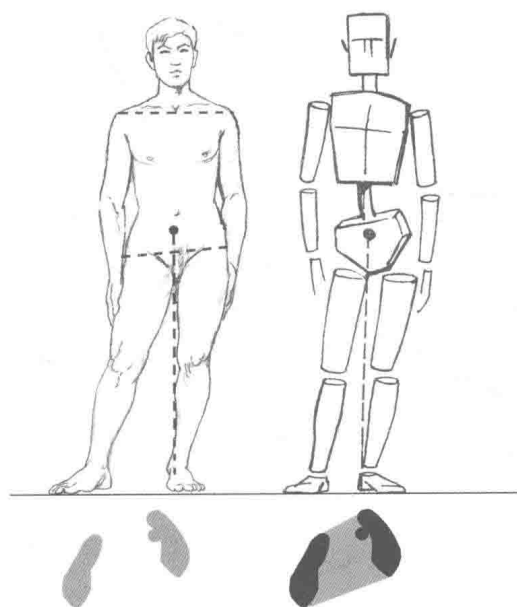


图1-34 人体稍息时的重心、重心线、支撑面图例

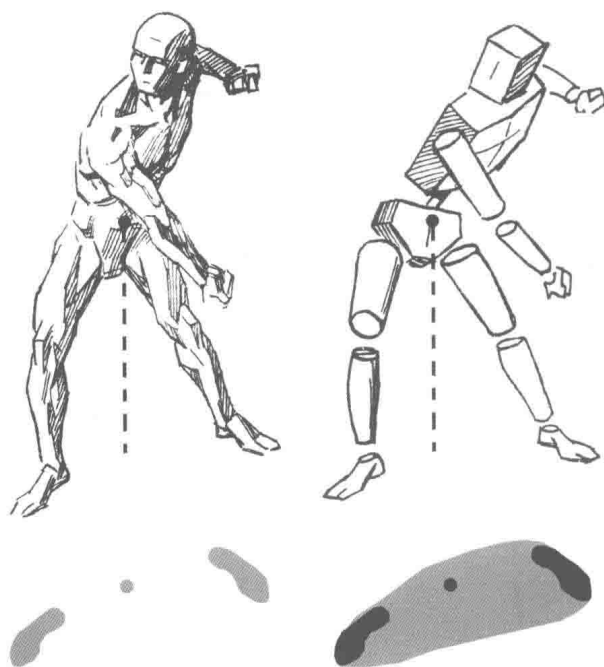


图1-35 人体运动时的重心、重心线、支撑面图例