QIBU JIAOCHENG
RENWU SUXIE
SHENGJIBAN

主旋律美术系列丛书

起步教程
人物速写
（升级版）

高强 编著



国家一级出版社
全国百佳图书出版单位
中国纺织出版社

需要全套请访问 www.ertongbook.com

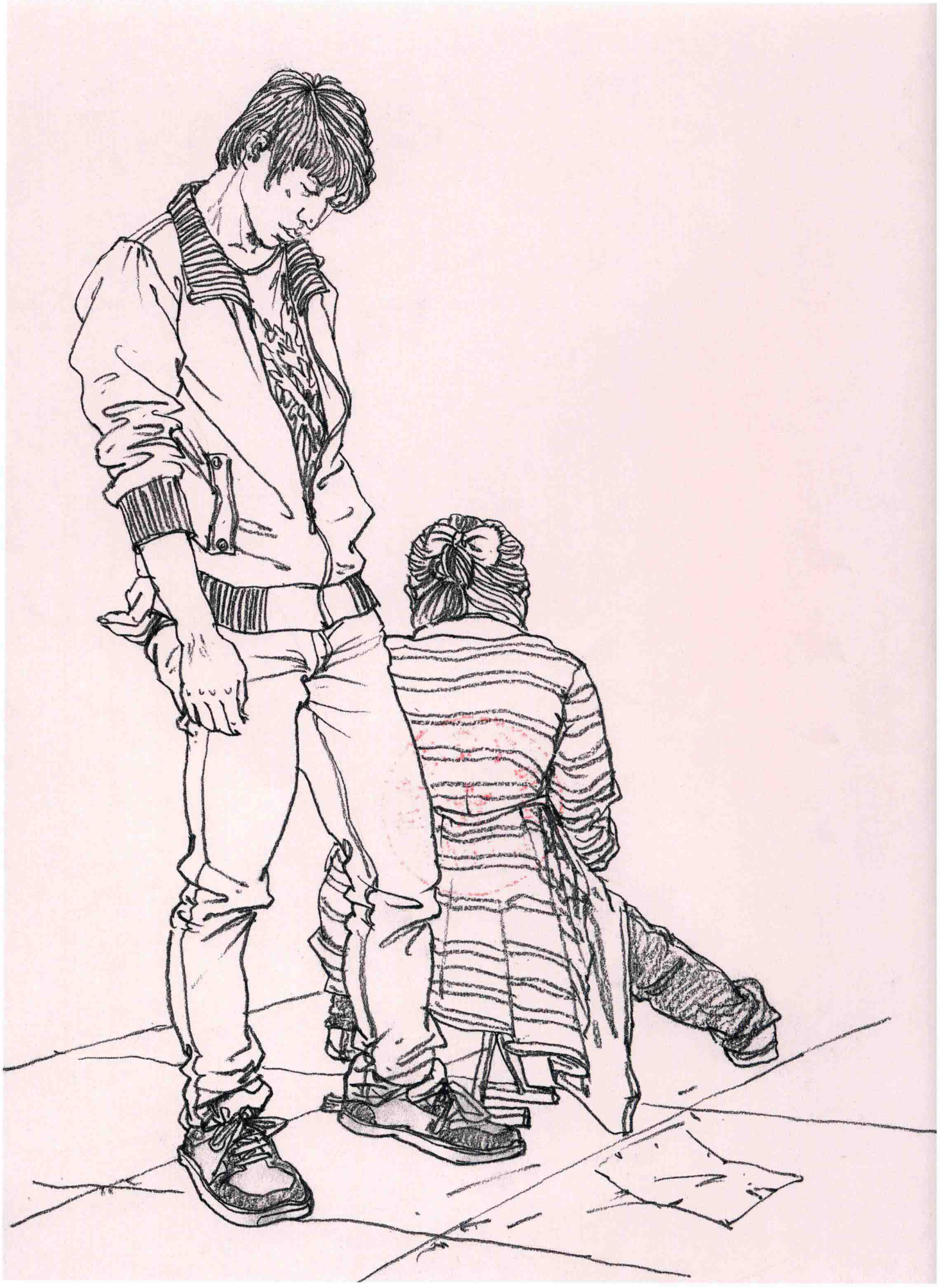
主 旋 律 美 术 系 列 丛 书

起步教程
人物速写

（升级版）

高强 编著

中国纺织出版社



双人组合速写

目录

一、速写基础知识 /01

速写工具的准备 /01

人物速写常见的表现形式 /02

人体比例和动态 /03

二、人物速写各局部的表现 /05

头部的表现 /05

躯干的表现 /07

上肢的表现 /08

手的表现 /09

下肢的表现 /10

脚的表现 /11

装饰线的表现 /13

三、站姿人物速写训练 /14

“剪影形”观察法 /14

《背双肩包的女生》作画步骤 /15

《戴眼镜的女青年》作画步骤 /16

《长发女孩》作画步骤 /18

四、坐姿人物速写训练 /26

《穿茄克的女生》作画步骤 /27

《梳马尾辫的女青年》作画步骤 /28

《坐矮凳的女生》作画步骤 /30

五、蹲姿人物速写训练 /42

《系发带的女生》作画步骤 /43

《吹头发的男青年》作画步骤 /44

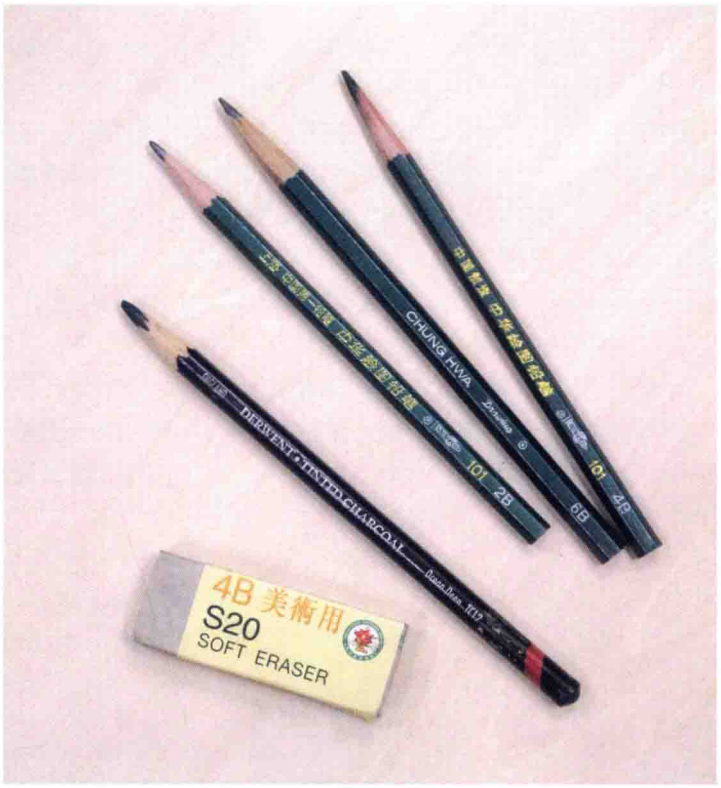
六、人物组合速写训练 /53

《双人组合速写》作画步骤 /54

《三人组合速写》作画步骤 /56

一、速写基础知识

速写工具的准备



铅笔、炭笔和橡皮

1. 铅笔

铅笔是最常见的速写工具，其特点是运笔流畅，易于修改，且携带方便，尤其适合刚开始学习速写的初学者使用。画人物速写一般选择 2B ～ 5B 的铅笔较合适。作画时通过运笔的轻重和笔芯与纸面接触角度的变化，可表现出不同深浅、粗细的线条和微妙的调子层次。铅笔的缺点是色调不能画得很深，即使是用 6B 型号以上的铅笔也不能画出像炭笔那样深的线条。因此，用铅笔所画的速写画面对比效果要相对弱一些。

2. 炭笔

炭笔的笔芯是用炭粉加工制成的，其质地松脆，色调比铅笔深得多，画在纸面上的线条黑白反差强烈，犹如墨色勾出的一般，且没有反光，能表现出丰富的层次变化。

3. 木炭条和炭精条

木炭条质地松软，色调丰富，且容易修改。缺点是在纸面上的附着力较差，画好后需要用定画液固定。炭精条的质地比木炭条硬，削尖后通过与纸面接触角度的变化，既可画出精细的线条，又可画出大的块面，结合纸笔或手指的揉擦，能表现出丰富的调子层次，缺点是不易修改。

4. 速写纸和速写本

一般来说，画速写对纸张没有特别严格的要求，表面不是特别光滑、易于着色的纸张都可以用来画速写。具体选择什么样的纸张，要根据所使用的工具来决定。如使用铅笔、炭笔作画时，最好使用表面略粗糙，有明显纹理，且有一定厚度的素描纸、牛皮纸等。使用钢笔、中性笔作画时，以选择质地细密一些的纸张为宜，如打印纸、绘图纸等。另外，还可以选择不同纸张、不同尺寸的速写本，外出写生时携带起来非常方便。

5. 其他工具

除了前面介绍的工具外，还要准备修改画面用的橡皮、削铅笔用的美工刀及画板、铁夹子等。



木炭条和炭精条



速写纸和速写本

需要全本请访问 www.ertongbook.com

人物速写常见的表现形式

1. 以线为主的表现形式

线条是速写的基本表现语言。由于工具的不同，画出来的线条也各有不同的特点：铅笔、炭笔画出来的线条有虚实、深浅的变化；钢笔、中性笔一类的工具画出来的线条较单纯，没有粗线、深浅变化。线的产生来自面与面的交界，线条在速写中的作用如同建筑中的钢筋骨架，初学者多画一些以线为主的速写尤为重要，这样可以提高用线造型的能力。在使用铅笔、炭笔作画时，应当充分运用线条的变化，如中锋线、侧锋线、长线、短线、直线、曲线、疏线、密线、粗线、细线等。

2. 线面结合的表现形式

线面结合的表现形式是在线条的基础上再施以简单的明暗调子，以强调形体的体积感，使造型表现得更加充分。这种方法的优点是比单纯用线条或明暗更为自由、随意，画面更富有变化，因而也是速写中采用最多的表现形式。



以线为主的表现形式



以线为主的表现形式



线面结合的表现形式

人体比例和动态

1. 头部比例

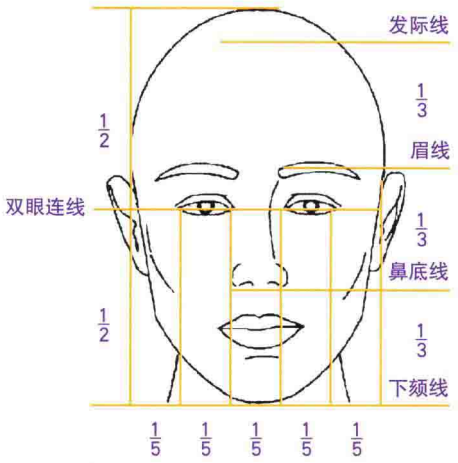
关于头部比例，中国传统画论有“三停五眼”之说。三停是指发际至眉毛、眉毛至鼻底、鼻底至下颏的距离大致相等；五眼是指面部约等于五个眼睛的宽度，即两眼之间、外眼角和耳孔之间约等于眼睛的宽度。眼睛处在从头顶至下颏的二分之一处，但儿童眼睛的位置在头高二分之一处以下，所以儿童的五官之间距离较近。从侧面看，眼睛在鼻子高度的上三分之一处，口裂位于鼻尖至下颏的上三分之一处。

2. 人体比例

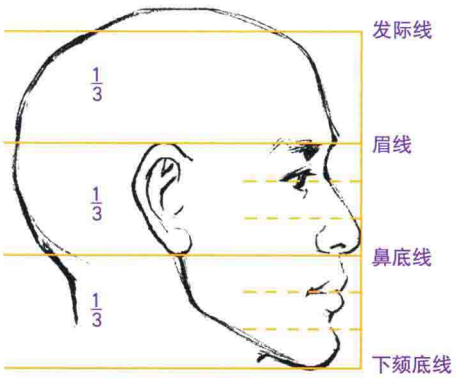
在绘画中，人体各部分的比例一般是以头的高度作为测定单位，即头顶至下颏的高度。我国的成年人站立时全身高度大致为 7 个半头高。除了头部本身的高度外，下颏至乳头连线、乳头连线至脐孔为 1 个头高。脐孔至大腿中部为 1.5 个头高。大腿中部至膝盖、膝盖至小腿中部、小腿中部至足底为 1 个头高。当然这个比例只是一个基本的规律，实际上个子高矮不同的人会有一定的差别，写生时要根据具体对象而定。坐姿（大腿水平状态）为 5.5 个头高，平坐时（臀部和脚部均接触地面）为 4 个半头高。

胳膊的长度从肩关节算起至中指指尖为 3 个头高。上臂为 1.3 个头高，前臂为 1 个头高，手为 0.7 个头高。腿部长度为 4 个头高，大腿和小腿各为 2 个头高。具体到手部和脚部的长度，手部的长度与脸部的宽度接近，脚部的长度与脸部高度接近。总之，人体各部分有一个基本的比例范围，但也有特殊情况者，在观察和写生时要具体情况具体对待。例如，时装模特的身高可能接近 9 个头高，有的拳击运动员的肩宽要超过 3 个头高。

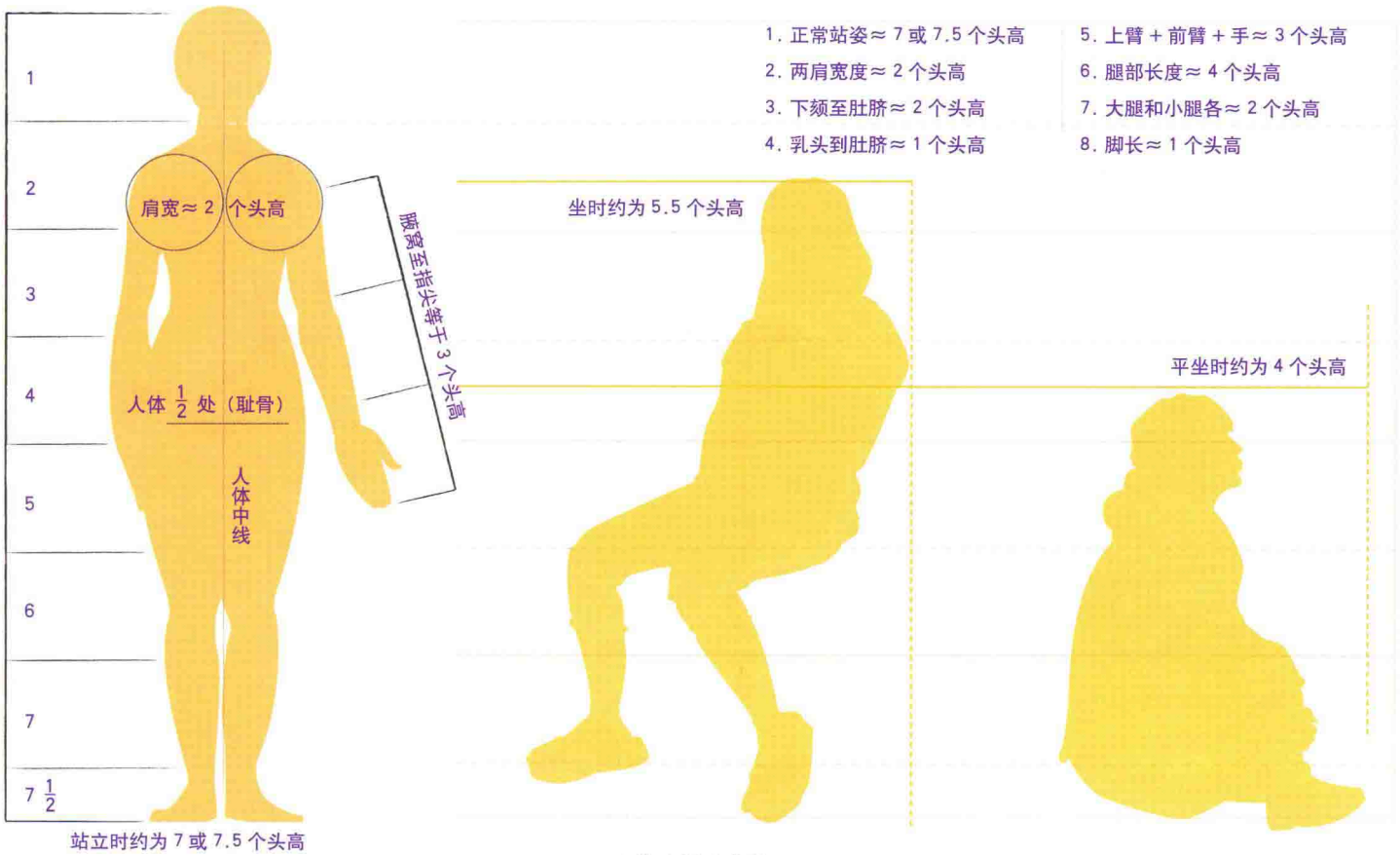
在初学速写阶段，记住这些基本比例关系还是很有必要的。但是在日后的训练中，尤其是动态速写的练习中，要尝试着摆脱理论知识的束缚，尽量练就一双准确而感性的眼睛。画人物速写的第一步就是定出人体比例，同时也要考虑到画面构图。比例关系正确了，整个人物的造型才会准确、生动。



三停五眼



眼睛处在眉线至鼻底的上三分之一处，唇缝处在鼻底至下颏不的上三分之一处。



人体比例示意图

3. 人体动态

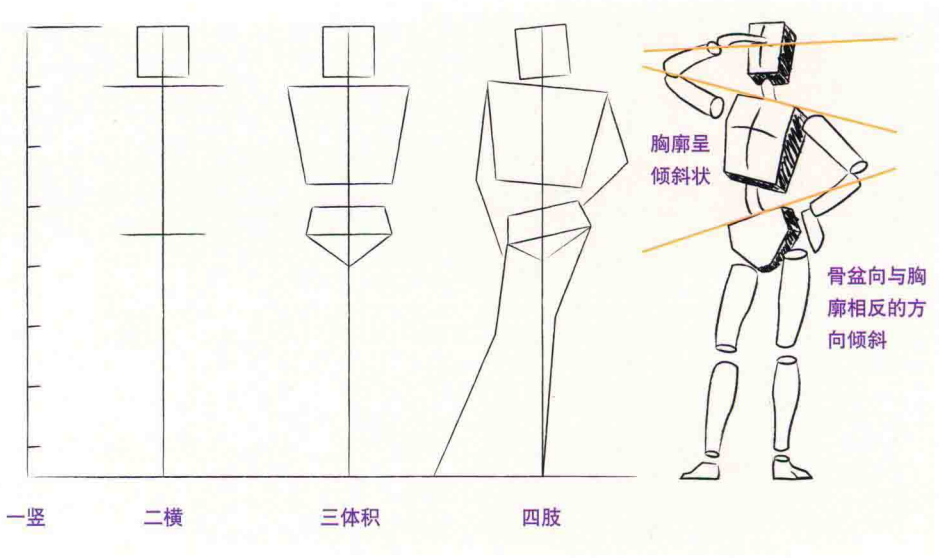
要画好全身人物速写，就必须了解人体的运动规律。我们可以将复杂的人体归纳、理解为头部、胸廓和骨盆三个大的体块，而三个体块之间，头部与胸廓通过颈部相连，胸廓和骨盆通过腰部相连。上肢、下肢可以理解为八个较直的圆柱体，它们分别通过肩关节和髋关节与胸廓、骨盆连接在一起。

画全身人物速写时，可将千变万化的人体动态概括为“一竖（脊柱线）、两横（两侧肩峰连线与两侧髋关节处的大转子连线）、三体积（头部、胸廓和骨盆）和四肢”。人体直立时两条横线平行，脊柱线垂直，运动时则产生倾斜，呈不平行状态。抓住胸廓和骨盆的倾斜角度，有利于画准人物的不同动态。三体积在人体运动时是相互扭曲的。

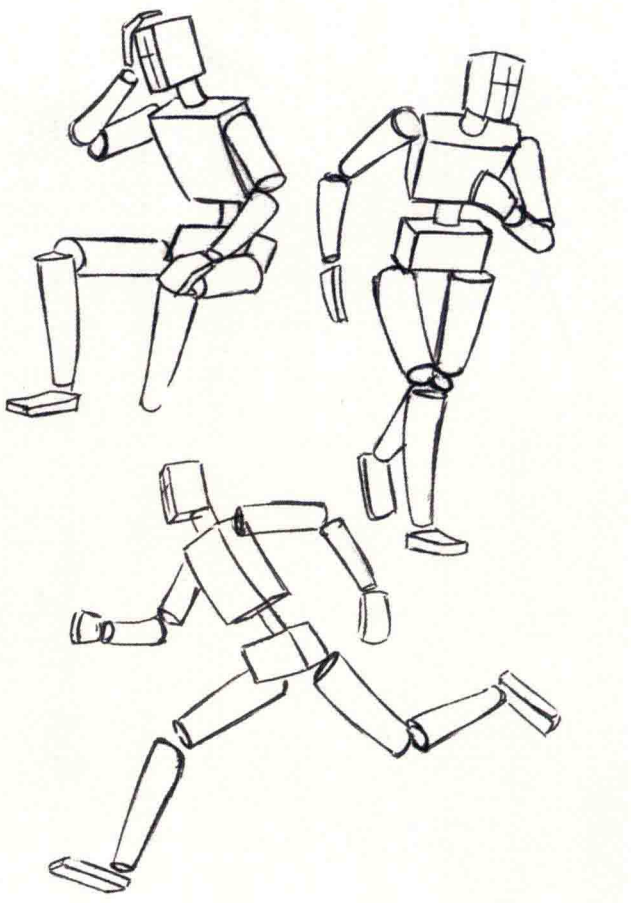
另外，还必须要确定好人体重心、重心线和支撑面的位置。重心是指人体重量承受的力点，人体在静止或运动状态下形成的各种姿势的稳定依赖于重心的支撑。人体处于静止状态时，重心位于骨盆中心处。从侧面看，重心大致处于脐孔的位置。

重心线是人体重心垂直于地面的线，作画时我们通常利用这条辅助线来检查人体的重心是否稳定。

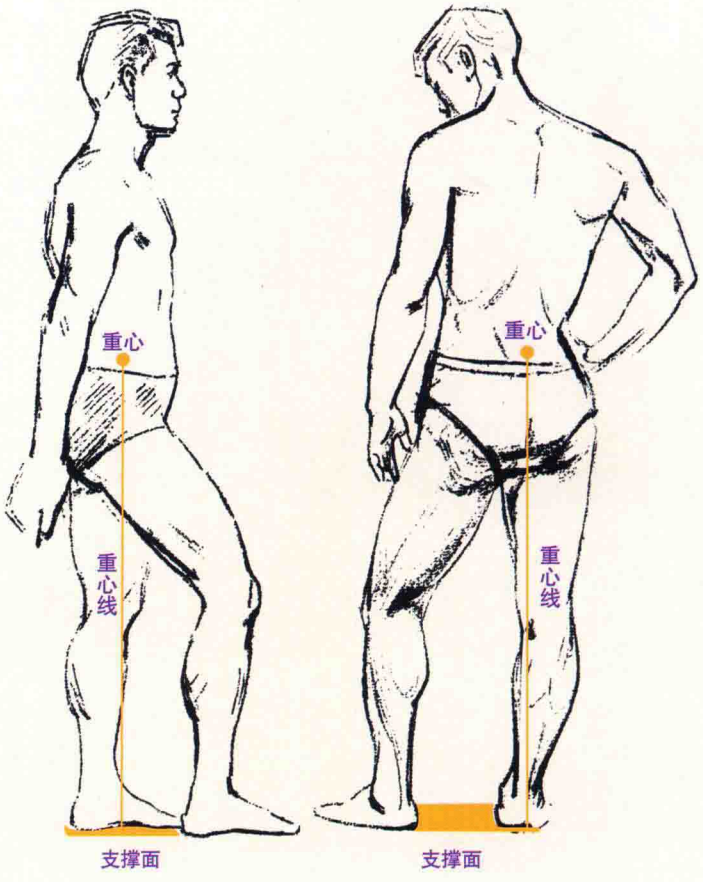
支撑面是指支撑人体重量的面积。通常人体站立时，支撑面就是脚的底面及两脚之间的面积。支撑面越大，人体的重心越稳定。如果重心线超出了支撑面，人体便处于不平衡状态。



人体动态



三体积和四肢的动态变化



人体重心、重心线和支撑面

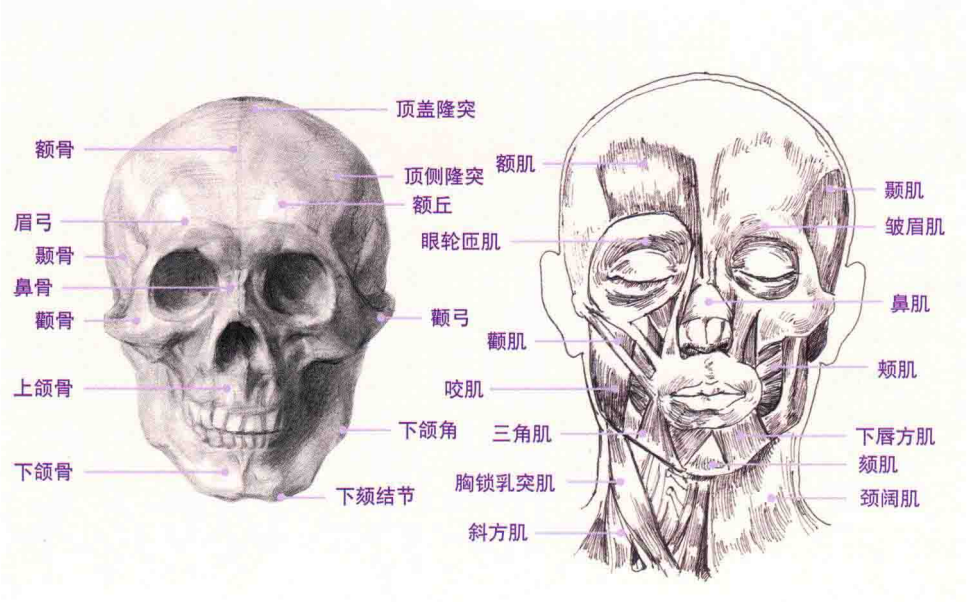
二、人物速写各局部的表现

头部的表现

1. 头部骨骼与肌肉

头部骨骼分为脑颅和面颅两大部分。脑颅部分的骨骼决定了头顶的长短。面颅部分的骨骼决定了面部的长短。脑颅部分呈半球形，位于头部上方和后方。面颅部分位于头部前方，形成面部。脑颅骨由额骨、颞骨、顶骨、枕骨等构成。面颅骨由鼻骨、颧骨、上颌骨、下颌骨等构成。头部唯一可以运动的骨骼是下颌骨，可以围绕颧骨底部的关节做开口、闭口等动作。

头部的肌肉分为表情肌和咀嚼肌两类。表情肌一端起于骨骼，另一端止于皮下，收缩时能使面部产生复杂的表情。表情肌包括额肌、眼轮匝肌、皱眉肌、鼻肌、上唇方肌、颧肌、口轮匝肌、颏三角肌、下唇方肌、颏肌、颊肌等。咀嚼肌两端均附着于骨骼之上，其作用是控制下颌骨的开合，做出咀嚼动作。咀嚼肌包括颞肌和咬肌。头部的肌肉比较薄，所以头部的基本造型主要是由头骨的形状所决定的。



头部骨骼和肌肉

2. 头发的表现

头发的主要生长区域是发际线以上、颞骨两侧向后的整个颅骨部分，所以说发际线是头发生长区域的界限。在对头部进行刻画之前，一定要先确定发际线的位置。

画头发的目的不仅仅只是为了表现头发本身，而是要让其为头部的整体造型服务。人的头发很多、很细，但刻画时要将其看成是由多个大的块面组成的整体。



画女性的头发时，要注意比较松散的部分，可以利用每绺头发之间的不同变化来达到这一效果。当然，在整个发型的边缘处不能处理得过于整齐，要有几根头发游离于整体之外，这样能更好地表现头发的蓬松感。



男性的发型样式没有女性的样式多，表现时要注意大的结构、体面关系，边缘处不要画得过于生硬，要处理得蓬松一些，前额、鬓角处可稍强调一下。

3. 五官的表现要点

眉眼和嘴是透露人物思想感情的重要器官。要塑造好头部形象，除了要熟悉头部的形体结构之外，还必须对面部五官做进一步的了解。

眼睛由眼眶、眼睑和眼球三部分构成。眼球的大部分被上下眼睑所覆盖。画眼睛时要表现出眼眶、眼球、上下眼睑和眉毛的特征及相互关系。上下眼睑的边缘线不要画得太“死”，不能画成两条没有变化的线，要结合结构和受光角度的不同表现出虚实变化。上眼睑的弧度较大，再加上睫毛、投影的原因，边缘线要画得粗一些、重一些。下眼睑由于受光较多，一般应画得淡一些、虚一些。

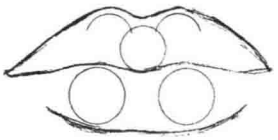
鼻子是五官中最突出的部位，作画时要表现出立体感，要画准鼻梁和鼻翼的关系。鼻梁上部靠近眼角，鼻翼与脸部的分界较明显，而鼻梁中间部分的两侧与脸部连接处的面几乎是融合在一起的。

嘴部分为上下两唇，两唇相合处为口裂，口裂两端为嘴角。画嘴时，要将上下唇作为一个整体来表现，嘴唇的边缘线不要画得太“死”，要有虚实变化，要表现出结构的转折。

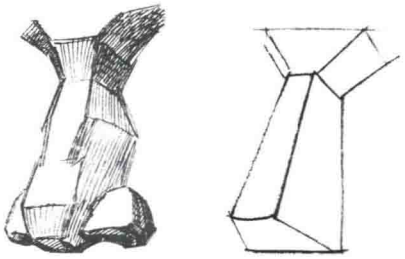
耳朵主要由耳轮、对耳轮、耳屏、对耳屏、耳垂几部分构成。画耳朵要抓住其外形特征，要注意外耳轮的转折变化以及各部分之间的连接关系。一般来讲，耳朵的长度是宽度的两倍。从侧面看，耳朵的倾斜角度和鼻子大致相同。画正面人物速写时，耳朵要画得概括一些，但其基本的形状和位置要画准确。画侧面人物时，由于耳朵处在头部的中间和前面，因此要画得具体一些。



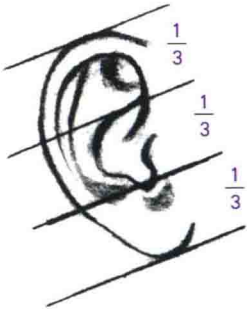
在外眼角处，上眼睑重叠在下眼睑之上，随着眼睛的睁闭，上眼睑会产生形态上的变化。



上嘴唇的正中部分较突出，下嘴唇中心的两侧较突出。



鼻子基本由四个面构成，即鼻梁正面、鼻子底面和鼻梁两侧的面。



耳朵的宽度约为长度的二分之一，从纵向上看，耳朵可分成三等分。

五官的表现要点

4. 男女脸型的特点

相对女性而言，男性的面部轮廓要方正一些，棱角分明一些，双眼上方的眉骨更加厚实。表现青年男性时，可在颧骨、下颏处添加一些粗线条来强调明暗关系，以体现男性的刚毅。

相对男性而言，女性的面部轮廓较为平滑、柔和。在表现女性时，面部尽量少用调子表现结构，要尽量保持轮廓线条的柔顺、流畅。女性下颏一般较尖，作画时可以将头部整体看成一个椭圆形，然后在这个简单的椭圆形上找准五官比例与透视关系。



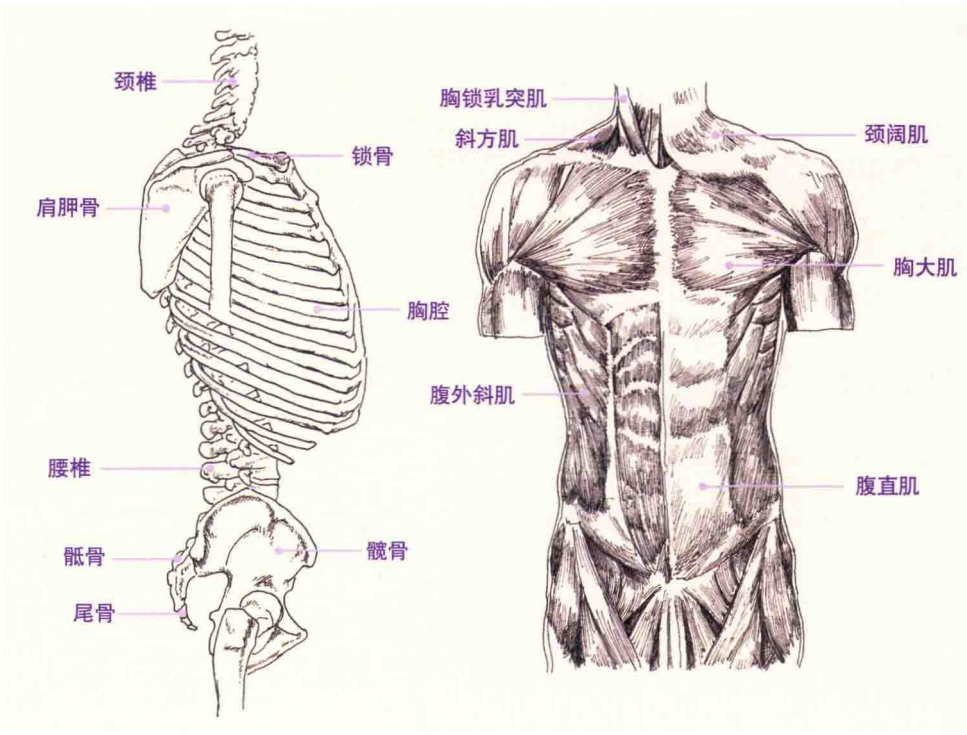
男女脸型的不同特点

躯干的表现

躯干包括胸廓和骨盆两大部分，中间由脊柱相连。胸廓上宽下窄，接近直立的蛋形，上部与锁骨、肩峰相连接。骨盆呈倒梯形，下端与腿部的股骨相连，胸部和骨盆构成了躯干的形体，影响着人物的整个造型。

颈部后侧及两侧由一些大而有力的肌肉块覆盖着，围绕着颈椎层层分布，可以屈伸并转动头部，还可以使双肩往上耸起。颈部最突出的是斜方肌、胸锁乳突肌和颈阔肌。

画躯干部分衣服的衣褶时要体现出内在的形体结构。同时，这些衣褶也有助于表现身体的伸展、收缩等动态倾向。



躯干的骨骼和肌肉



躯干的表现

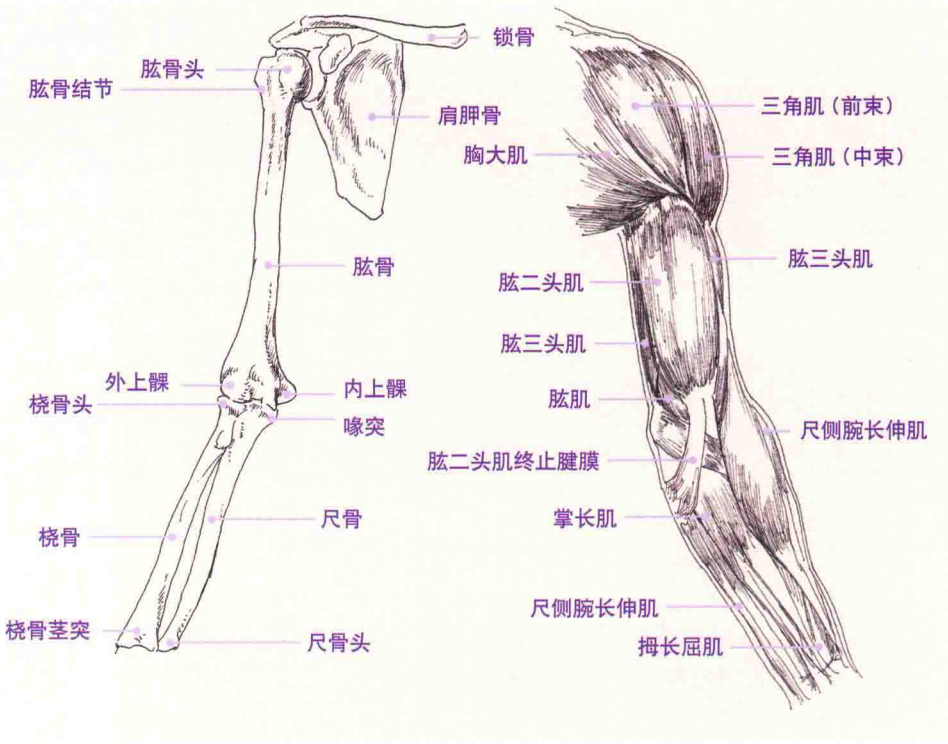
需要全本请访问 www.ertongbook.com

上肢的表现

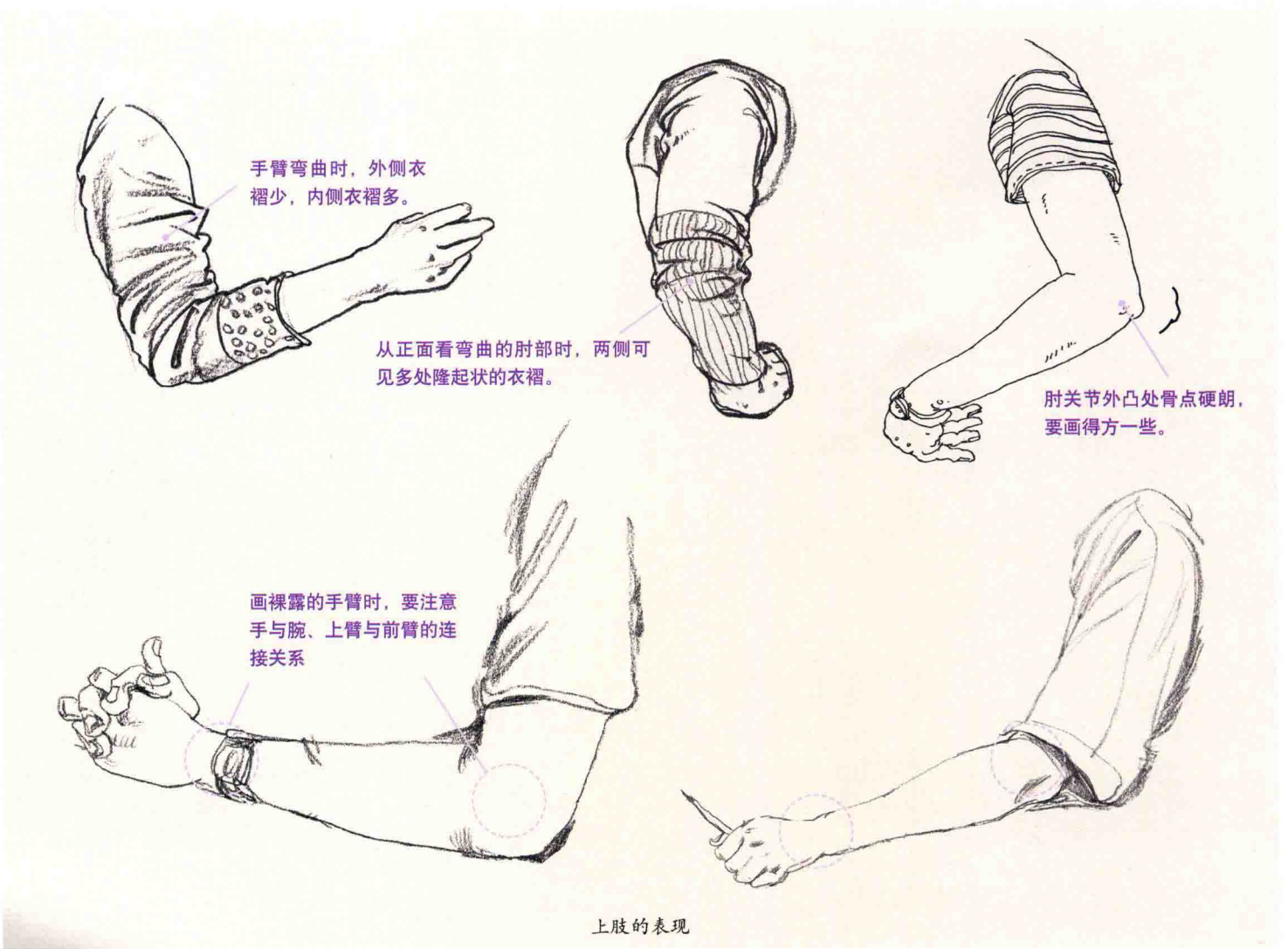
上臂的长骨叫做肱骨，肱骨上端与肩胛骨外侧的关节盂相接，下端与小臂处的桡骨和尺骨连接。肩关节处一层层的肌肉使得手臂与躯干连在了一起。这些肌肉可以扩大臂的活动范围，并在活动上肢时提供强大的力量。肩和臂的肌肉可分为三部分：一部分可作用于肩胛骨上，另一部分盖过肩关节，可控制手臂，还有一部分盖过肩部和肘关节，用来控制前臂。

肘部位置的衣纹是刻画上肢时的重点。当手臂弯曲时，肘部突出部分用线要实而肯定；凹陷部分用笔要轻一些、虚一些。由于衣纹有很多，细碎的衣纹要主观地省略掉，保留能够影响手臂动态的衣纹曲线及明暗即可。

女性的手臂肌肉少而脂肪多，外轮廓的线条较柔和，画裸露的手臂时暗部不宜画过多的调子。

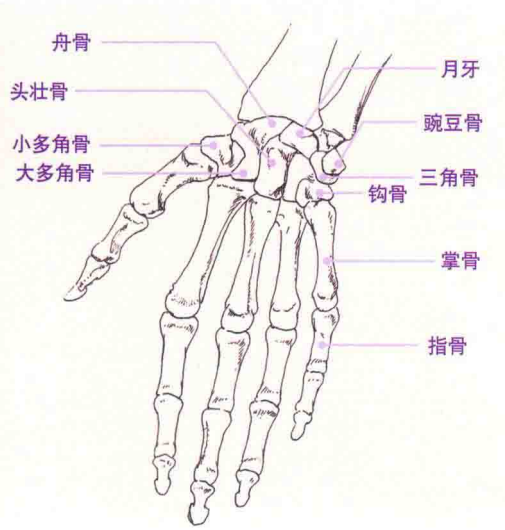


上肢骨骼和肌肉

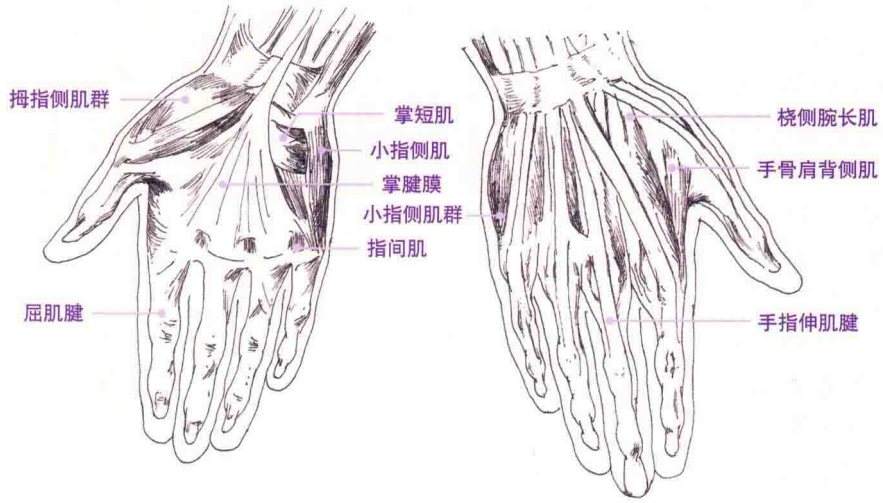


上肢的表现

手的表现



手部骨骼



手部肌肉

手的重要性在人物速写中仅次于头部，同时手的结构和动态变化复杂，若要画得准确、到位，必须要了解其骨骼、肌肉和动态规律。手部由腕骨（包括八块小骨）、掌骨和指骨三部分构成。指骨除大拇指是两节外，其余四指各有三节。五根掌骨呈放射状排列，手背处的肌腱也呈放射状。



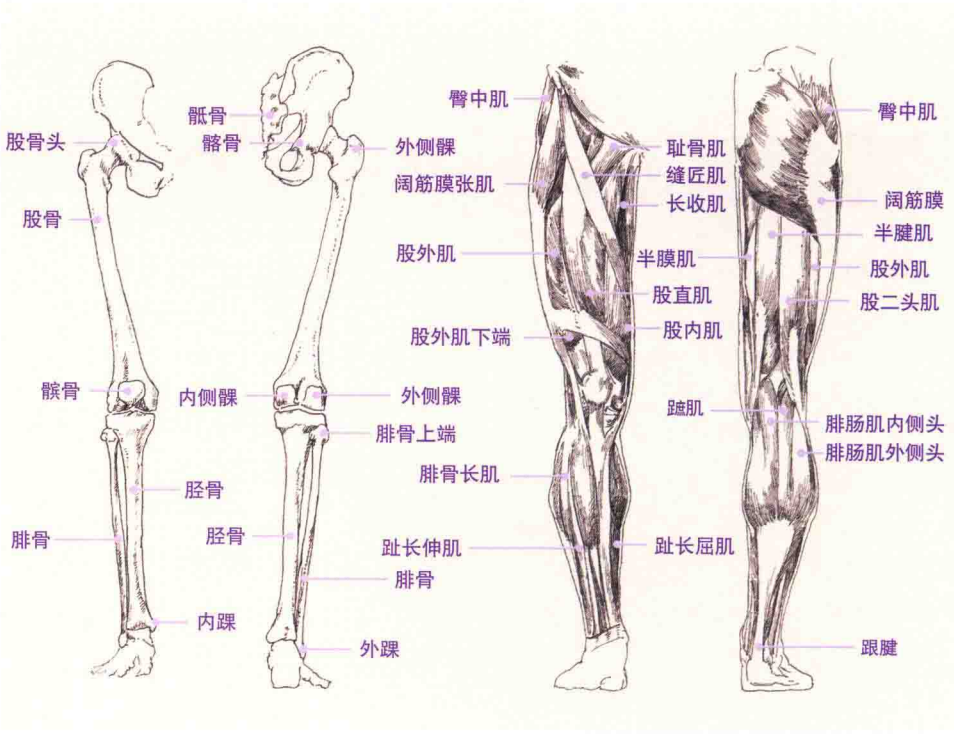
手的表现

下肢的表现

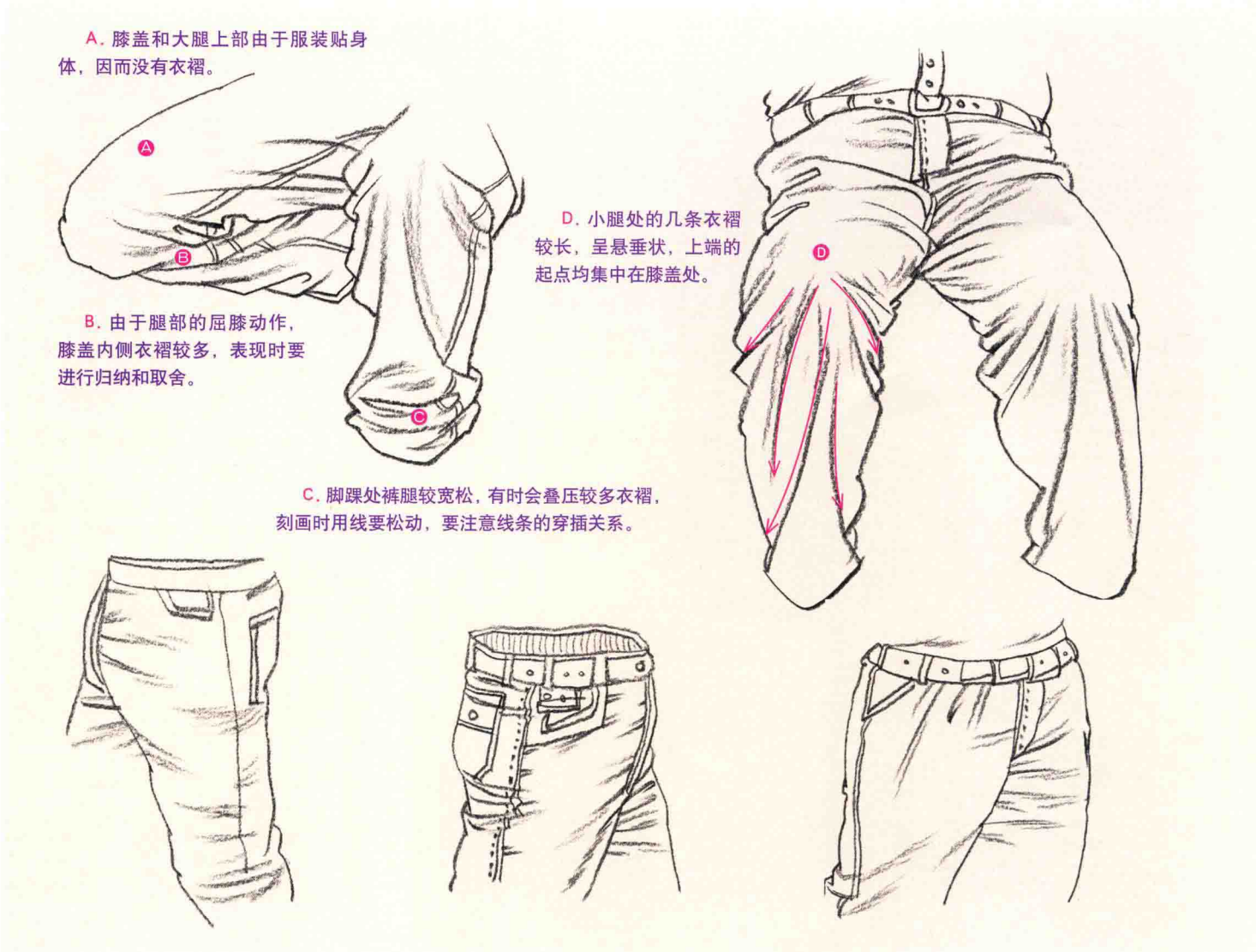
下肢的骨骼主要有大腿处的股骨和小腿处的胫骨、腓骨。股骨上端与骨盆相连接，构成髋关节，下端与胫骨相连，构成膝关节，胫骨和腓骨的下端与脚部的距骨相连，构成踝关节。

要画好腿部需注意大腿与骨盆、大腿与小腿、小腿与脚之间的关系，膝盖和脚踝处要重点刻画。

画裤子上的衣纹时，不要面面俱到，要经过概括和取舍，要抓住大的外形及结构线、动态线，次要的衣纹要画得放松一些。画其中一条裤腿上的衣纹时，要注意和另一条裤腿上的衣纹相比较，最后再回到整体，并强化线条的轻重、节奏变化。



下肢骨骼和肌肉

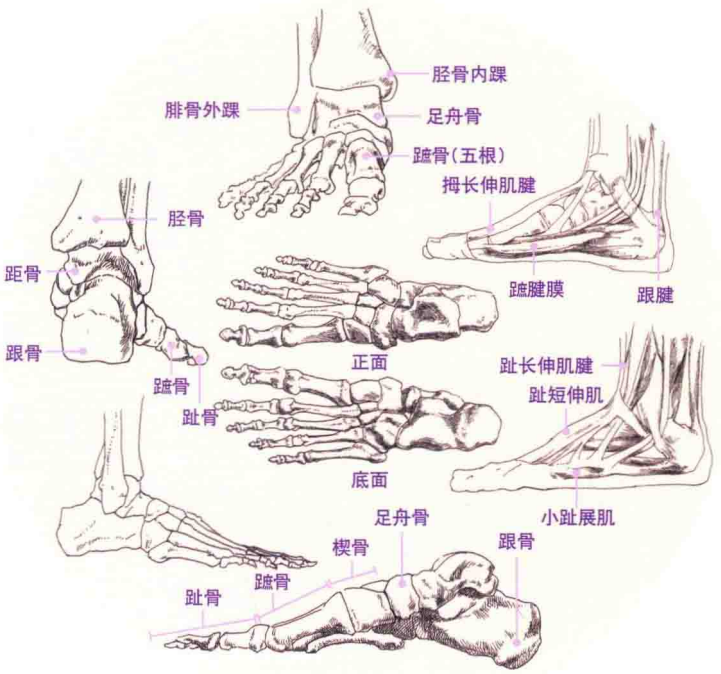


下肢的表现

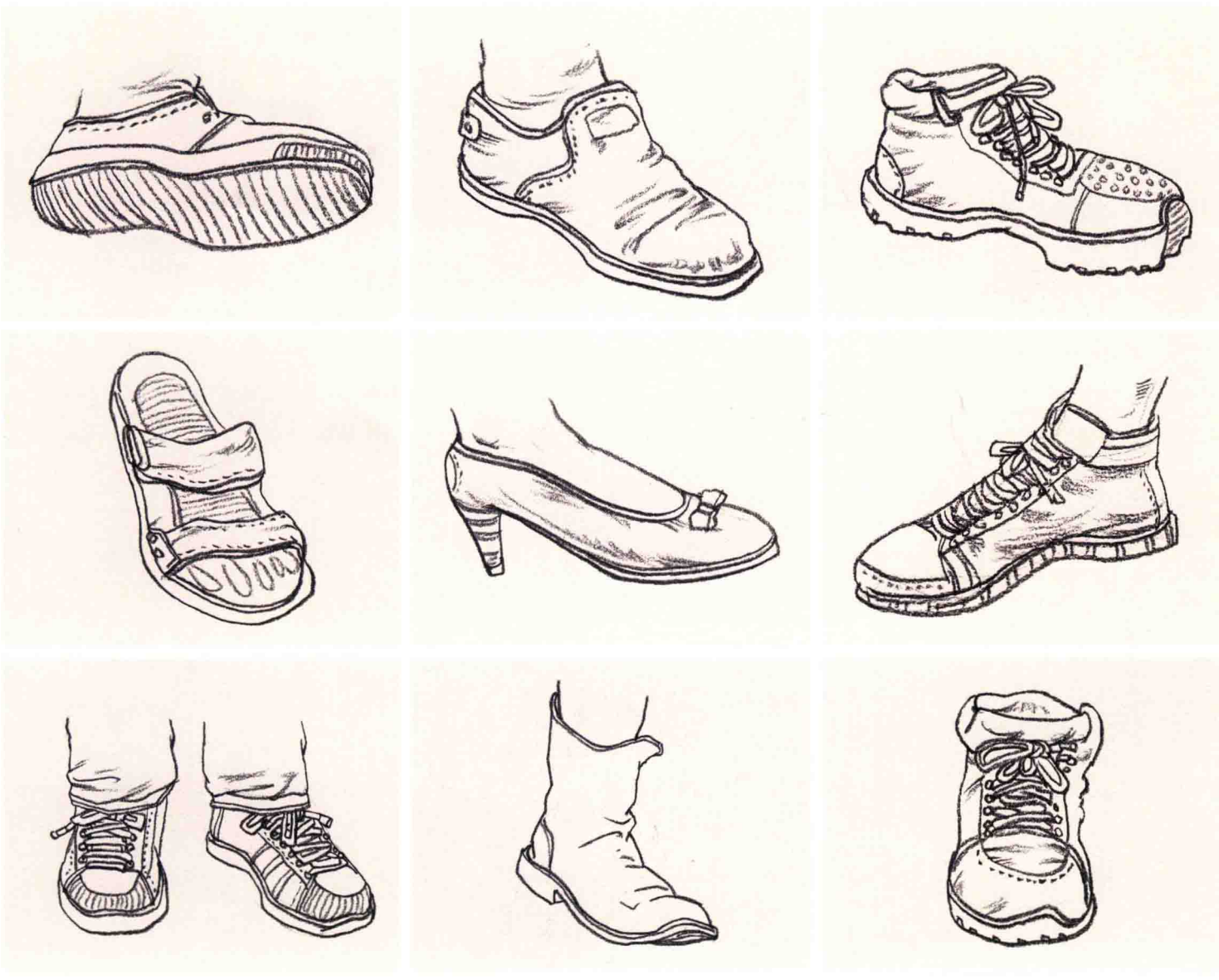
脚的表现

要画好脚，就必须要了解脚部的骨骼、肌肉和结构，骨骼、肌肉决定了脚的基本形。脚的整体呈前宽后窄、前高后低的楔形。脚跟部分窄而高，近似一个转折面明确的方形体积。踝关节像一个相互咬合的榫结构，凹口为胫骨和腓骨，凸头为跖骨。踝关节可以做上提脚面 25° 和下伸脚面 30° 的运动，并可以通过脚部骨骼之间的关节做小范围的左右运动。

画脚除了要了解脚部结构，还要抓住不同鞋子的特点。如皮鞋的鞋底较厚，质感较硬；运动鞋皮质较软，鞋带穿插复杂，局部装饰较多等。在表现鞋的特点和细节的同时，不要忽略了内在的脚部结构，要处理好鞋与脚的结构关系，否则就会画成里面没有脚的鞋。



脚部骨骼和肌肉



脚的表现



脚的表现

装饰线的表现



画服装及服饰配件上的装饰线时，线条要相对画浅一些、细一些，不能画得比轮廓线和主要衣纹还实，否则便会喧宾夺主，影响画面的整体感。装饰线一般用 HB 型号的铅笔来表现，这种型号的铅笔笔芯偏硬、色调偏浅一些。在人物速写中，装饰线的添加能更好地表现疏密关系，增强画面的审美情趣。

服饰配件、装饰线的表现

需要全本请访问 www.ertongbook.com