

# 每天10分钟的绘画达人养成班



[每天10分钟的绘画达人养成班\\_下载链接1](#)

著者:[日]河合瞳

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2014-6-1

装帧:平装

isbn:9787115352866

只需一支色铅笔、一张纸和一点小功夫，就能画出可爱的小物。河合瞳老师将一步一步

地教你如何轻松迈向色铅笔达人！本书的讲解方式很独特、细腻、有趣。采用365天日记的形式教读者学习色铅笔的绘制，只要每天花10分钟的时间，跟着河合瞳老师一点一点地学习，一定会有收获。

书中的学习方式很轻松，只要按照日历一天练习一个项目就行，而且每个阶段都会给出读者学习参考的时间，让读者在学习前了解该项目学习的重点，等学习完后再进行自我评价，有一些需要比较长时间完成的项目，也都有标注，告诉读者可以在假日里完成，另外还选了一些其他作品为读者参考、浏览，是不是很贴心呢？

作者介绍:

河合瞳，东京外语大学俄罗斯语学系毕业。1970年初，计划要以色铅笔涂绘细密画（miniature）。大学毕业后，不管是在办公室上班还是担任英文老师，都一边持续插画的工作。现于朝日Culture Center（新宿和横滨）、每日文化中心及东京都和神奈川县担任色铅笔画课程的讲师。部落格<http://www.pencil-work.com>

目录: step 1 用单一颜色均匀涂涂看(第1天→第47天)

色铅笔绘画的工具

试着将力道放轻

两种涂绘方法

色铅笔的握笔方式

均匀平涂小面积的图案

均匀平涂面积较大的图案

试着变化单色的深浅

试着变化单色的深浅来涂绘花纹

描绘看看

试着将所描绘的图案上色

描绘图案后变化单色的深浅

涂绘相同的间距

粗细不同的直条纹

曲线的条纹

波浪式的条纹

留白练习

三角形的留白

正方形的留白

星形的留白

试着留白

阴刻阳刻的涂绘练习

整齐地涂绘晕染效果

留白制作光晕图形

试着涂绘日本的图案

试着涂绘欧洲的图案

观察日记1

小小向日葵

step 2 叠涂(第48天→第103天)

制作色卡

重叠上色创造出新的颜色

涂绘两色重叠的圆形

涂绘两色重叠的三角形

涂绘两色重叠的正方形

试着变化颜色的深浅来叠涂

颜色深浅一致

变化深浅

利用叠涂制造渐层的效果(晕染)

利用叠涂练习光晕效果

利用叠涂整齐地涂绘出图案

均匀且漂亮地叠加涂绘面积较大的图案

利用叠涂画出阴刻阳刻的图案

静谧的夜空

柔和的夜空

利用两种颜色来涂绘格子花纹

试着涂绘外国的图案

小熊布偶

小熊布偶(其他格纹样式)

试着涂绘出这些颜色

小番茄的红色/樱桃萝卜的红色/玫瑰果的红色/桃花的粉红色/樱贝色/热带水莲花的粉红色

桃花

鸢尾花(喇叭兰属)

胡萝卜的橘色/枇杷果实的橘色/金莲花的橘色/香蕉的黄色/柠檬的黄色/金莲花的黄色

金莲花

金莲花(黄色)

绣球花的浅蓝色/龙胆的深蓝色/翠鸟背部(尾部)的蔚蓝色/鸢尾花的紫色/菖蒲花的紫色/香堇的深紫色

翠鸟

香堇

青椒的绿色/青苹果的绿色/山茶花叶的绿色/尤加利叶的绿色/抹茶糖果的绿色/薄荷冰激凌的绿色

绿色迷你玫瑰

抹茶&覆盆子棒棒糖

山竹的黑色/茄子的黑色/橄榄的黑色/面包、饼干烤得刚刚好的焦黄色/牛奶巧克力的颜色/黑巧克力的颜色

山竹

橄榄

圣诞节的饼干

观察日记2

step 3 立体感·质感(第104天→第138天)

想一想光与物体的构图关系

寻找暗色系的颜色

小番茄的红色/樱桃萝卜的红色/玫瑰果的红色/桃花的粉红色/樱贝色/热带水莲花的粉红色

山茶花(野生山茶花)

玫瑰果

小苍兰

胡萝卜的橘色/枇杷果实的橘色/金莲花的橘色/香蕉的黄色/柠檬的黄色/金莲花的黄色

迷你胡萝卜 连翘花

绣球花的浅蓝色/龙胆的深蓝色/翠鸟背部(尾部)的蔚蓝色/鸢尾花的紫色/菖蒲花的紫色/香堇的深紫色

绣球花

鸢尾花

青椒的绿色/青苹果的绿色/山茶花叶的绿色/尤加利叶的绿色/抹茶糖果的绿色/薄荷冰激凌的绿色

章鱼兰(绿色的兰花)

嘉兰百合

面包、饼干烤得刚刚好的焦黄色/牛奶巧克力的颜色/黑巧克力的颜色

试着想想光影对于构图的关系  
阴暗处和影子  
试着想想光的方向和影子对于构图的关系  
天鹅形状的南瓜  
step 4 照着图片描绘(第139天→第228天)  
毛玻璃的弹珠  
透明光泽的弹珠  
樱桃萝卜  
老爷柿  
枫树的果实  
银柳  
绣球花(Annabelle)  
囊荷的花  
囊荷花纹  
钥匙  
日本茄子  
泰国茄子  
莲蓬  
长翅胡麻斑蝶  
观赏用的哈密瓜  
雪人饼干  
日本小梨子  
羊毛毡靴子(圣诞节的装饰物)  
大波斯菊  
长颈鹿叉子  
风筝  
贺岁的风筝  
观察日记3  
step 5 进阶篇(第229天→第365天)  
单色的设计  
细长的叶子  
有光泽的叶子  
其他种类的叶子  
描绘叶状茎  
圣诞红  
描绘白色的花  
银莲花  
姬桧扇菖蒲  
水仙  
春天开花的唐菖蒲  
芍药的花苞  
铃兰  
辛夷花的花苞  
辛夷花  
紫玉兰的花苞  
紫色火鹤花  
郁金香  
绣球花  
紫色的康乃馨  
山萝卜  
晚秋的龙胆  
玫瑰(杏粉色)  
鸡腿菇  
鼯鼠玩偶

圣诞姜饼  
面包 “童话故事书”  
陀螺  
蔬菜陀螺  
棒棒糖 “可可&血橙口味”  
日式捏糖  
拍照并描绘野生鸟类  
赤腹山雀  
黑喉鸫(♀)  
伯劳鸟(♀)  
白腹蓝姬鹀(♀)  
玻璃青鸟  
江户切子的玻璃杯  
紫纹兜兰  
迷你仙客来  
• • • • • (收起)

[每天10分钟的绘画达人养成班\\_下载链接1](#)

标签

绘画

手绘

彩铅

河合瞳

色铅笔

教程

艺术

美術

## 评论

实用，细腻，开头虽然觉得繁琐其实对0基础入门很有用，从此爱上河合瞳

非常好，讲解很耐心啊！果然是日本人出的教材=。=

笔好，上色叠色都好，就是具体案例教程简单了点

可惜我没毅力……

适合从零开始的学的。用书里推荐的纸和笔基本能画出差不多的。确实后面复杂的画的步骤有点少了，要自己尝试。

没跟着练 没什么发言权

很有帮助，推荐

好细腻的笔触~值得好好学~

步骤图几乎没有，不建议新手买

[每天10分钟的绘画达人养成班\\_下载链接1](#)

## 书评

仰慕大神已久，这本是入的第四本她的书。不同于很坑的：《这样画会更棒！：你不可不知的色铅笔提高秘技》，将大部分篇幅用来呈现学生作品，老师提出修改意见的书籍结构。《色铅笔练习册365》这本书算是一本良心之作了！  
开头就有一些基础画法的教学，可谓是由浅入深的一本不...

-----  
刚拿到手时翻了翻，觉得太简单无趣了。  
最近又拿出来认真看，才发觉很实用啊很适合我啊！比如头几天的内容是教的平涂的两种画法。再慢慢以平涂来绘制不同的图案，并随之加大难度。最开始的内容看起来简单，可实际画起来就没有那么容易把平涂画的那么细腻。总会有力道不一，或...

-----  
[每天10分钟的绘画达人养成班\\_下载链接1](#)