

姜术基础与应用 下册

强





美术基础

らを利



定价: 96.00元(上下册)



西南财经大学出版社 Southwestern University of Finance & Economics Press

策划编辑:张海红 责任编辑:乔雷 责任校对:张 博

装帧设计: 刘文东

学前教育专业新形态创新系列教材

🥌 "互联网+"立体化教材

美术基础

下册

- 主 编 曹 强
- 副主编 夏秀红 朱传瑞 马 健 杨广宇
- 参编 张阳谷强邢若楠周维云刘清云

Cardina de la constante de la



图书在版编目(CIP)数据

美术基础与应用:上下册/曹强主编;夏秀红等副主编.一成都:西南财经大学出版社,2022.6(2023.2重印)

ISBN 978-7-5504-5296-1

I. ①美··· Ⅱ. ①曹···②夏··· Ⅲ. ①美术课—学前教育—教学参考资料 Ⅳ. ①G613. 6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2022)第 052090 号

美术基础与应用(上下册)

MEISHU JICHU YU YINGYONG SHANG XIA CE

主编 曹 强

策划编辑:张海红

责任编辑:乔 雷

责任校对:张 博

装帧设计:刘文东

责任印制:朱曼丽

出版发行 西南财经大学出版社(四川省成都市光华村街 55 号)

网 址 http://cbs. swufe. edu. cn

电子邮件 | bookcj@ swufe. edu. cn

邮政编码 610074

电 话 028-87353785

印 刷 三河市骏杰印刷有限公司

成品尺寸 202mm×278mm

印 张 19.75

字 数 462 千字

版 次 2022年6月第1版

印 次 2023年2月第2次印刷

书 号 ISBN 978-7-5504-5296-1

定 价 | 96.00元(上下册)

版权所有,翻印必究。



党的二十大报告强调,要办好人民满意的教育,全面贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。学前教育是每一位现代公民接受教育的起点,关系到公民个体身心的健康成长以及整个社会的进步和发展。幼儿教师教育肩负着促进幼儿教师素养的养成和专业成长的责任,承担着职前培养和职后培训的任务,在教育体系中处于基础性和全民性的战略地位。学前教育专业的美术课程是美育的组成部分,也是幼儿师范职业教育的必修课。本书以学前教育

专业人才培养目标为指导思想,为推动学前教育专业的发展和完善而编写。

本书遵循《教师教育课程标准(试行)》《幼儿园教师专业标准(试行)》,体现幼儿园教师资格考试要求,结合现代学前教育教学改革的新思维以及新的课程整合理念,强调素养的养成与可操作性相结合,突出幼教专业特色,注重思政教育、创造性思维能力的培养和对学生实践能力的训练,彰显美术内容的情感因素,帮助学生树立正确的价值观。在内容选择上,本书分为美术基础、美术应用和手工制作三大部分。其中,美术基础部分包括美术常识、素描、色彩、图案与设计和中国画,美术应用部分包括简笔画、装饰画、儿童故事插图,手工制作部分包括手工制作概述和手工实训(纸艺、布艺、泥塑、综合材料)。

本书的内容与学时分配建议如下:

部 分	内 容	理论课时	实践课时
美术基础	第一单元 美术常识	2	2
	第二单元 素描	4	16
	第三单元 色彩	3	16
	第四单元 图案与设计	4	15
	第五单元 中国画	3	15
美术应用	第六单元 简笔画	6	20
	第七单元 装饰画	6	20
	第八单元 儿童故事插图	6	20
手工制作	第九单元 手工制作概述	2	2
	第十单元 纸艺手工	3	16
	第十一单元 布艺手工	3	16
	第十二单元 泥塑手工	3	16
	第十三单元 综合材料手工	3	16
总学时(238)		48	190

本书具有以下特点:

(1)将思政内容融入教材。例如,在美术基础部分的教学中,针对优秀美术作品, 发掘爱国主义思想内容,对学生进行爱国主义教育和价值观培养,使学生具备自尊、

美术基础与应用

自爱、自立、自强的健康人格,从而热爱国家、热爱大自然、具有民族自豪感。在美术应用和手工制作部分,通过简笔画、纸艺、布艺等相关具体操作,选取符合社会主义核心价值观和具有民族审美特点的教学内容,开展弘扬中华民族传统美德的实践活动,强化教育引导、情感认同和行为养成,将思政教育与美术专业知识有机融合。

- (2)结构完整,内容全面。本书遵循《教师教育课程标准(试行)》《幼儿园教师专业标准(试行)》、体现幼儿园教师资格考试的要求、确保了内容的全面性和实效性。
- (3)重点突出,注重实用。在内容的选择上,本书分为美术基础、美术应用、手工制作三大部分,增加了美术应用(简笔画、装饰画、儿童故事插图)和手工的比重和内容,强化了幼教专业的职业特点,注重可操作性和实用性。
- (4)图文并茂,拓宽视野。在文字内容的基础上,本书插入了大量美术素材图片和实训步骤图片,图文相映生辉,而且在色彩、装饰画等教学中结合优秀作品进行拓展训练,拓宽学生的视野。
- (5)将微课内容融入教材。美术是操作性比较强的学科,为了让师生更直观地理解课程的实施步骤与过程,本书配备了相关的教学微课,供学生与教师使用,从而丰富课堂内容,提高教学效率和学生学习的兴趣。

本书由曹强(山东省临邑师范学校)任主编,夏秀红(山东省临邑师范学校)、朱传瑞(山东省临邑师范学校)、马健(德州学院)、杨广宇(德州学院)任副主编,张阳(德州学院)、谷强(山东工艺美术学院附属中等美术学校)、邢若楠(德州市幼儿师范学校)、周维云(山东临邑第一中学)、刘清云(山东临邑第一中学)参与了编写工作。具体编写分工为:第一单元由夏秀红编写,第二单元、第三单元由朱传瑞和谷强共同编写,第四单元由杨广宇编写,第五单元由马健编写,第六单元由曹强编写,第七单元由周维云编写,第八单元由朱传瑞编写,第九单元、第十单元由张阳编写,第十一单元、第十二单元由邢若楠编写,第十三单元由刘清云编写,曹强负责本书的整体统筹工作。

本书中的绝大多数作品由编者自行绘制、制作并拍摄完成,在图案与设计单元选用了朱传瑞、冯长平的作品,在泥塑手工单元选用了陶石工坊刘欣的作品。为体现专业特色,本书选用了一些幼教专业师生的优秀作品与作业,同时选用了曹悦、马睿聪、孙寿宇、朱钰雯、郭沐等学生的儿童美术作品。由于内容较多,书中引用和参考的部分网络图文未能——注明出处,特向相关个人及单位表示诚挚的谢意。

由于编者的水平有限,书中存有不妥之处,敬请广大读者批评指正。

编 者 2021年12月

· Salder	第七单元	装饰画	ĵ ······· 143
St. II.	يِ .	学习目标	
		素养目标	
🚄 目 汞	3 4	莫块一	装饰画概述
	2 4	莫块二	装饰画的技法145
	A. R. A	莫块三	装饰画的创作167
The grant of the same	*	莫块四	中外装饰性名作赏析171
	Ę	思考练习	
4.	‡	拓展与应 月	月 176
	第八单元	儿童故	(事插图
	ڍِ	学习目标	
	Ž	素养目标	
	A	莫块一	儿童故事插图概述
	*	莫块二	儿童故事插图人物的创作方法
	4	莫块三	儿童故事插图创编
	4	莫块四	儿童故事插图创编实例
	4	莫块五	儿童故事插图创编赏析
	Į.	思考练习	
	#	石展与应 月	用195
	第九单元	手工制]作概述
	Ť	学习目标	
	3	素养目标	
	<i>t</i>	莫块一	手工的概念与发展 196
	4	莫块二	手工制作的分类、特点、要求及意义 199
	A	莫块三	手工在幼儿园教育活动中的应用 203
	Į.	思考练习	
	#	拓展与应 月	用
44	第十单元	纸艺手	E工······· 207
	À	学习目标	
3,0	į	素养目标	
	ł	莫块一	纸艺手工概述 207
	A	莫块二	折纸209

模块三剪纸215模块四纸浆画225模块五纸雕227



浩 饰 画

学习目标 🧭

- 通过欣赏,了解装饰画与写实画的区别,感受装饰画的艺术特色。
- 通过具体分析题材、造型、构图、色彩、材质等艺术语言,了解装饰画的创作规律。
- 通过学习,用环保材料创作一幅装饰画,培养创新能力,提高环保意识,培养热爱生活、热爱自然的人生态度。

素养目标 🔌

● 装饰画是幼教美术的应用内容,不论是水粉、水彩,还是线描、手工,都可以以装饰的手法呈现。 因此,本单元训练的是学生的综合能力,培养的是学生的综合审美素养,启发的是学生感知新事物的 兴趣与态度。

与写实画不同,装饰画偏重表现形式的装饰性,不强调真实光影和透视关系,是一种高度概括,运用变形、夸张、抽象、概括、简化、归纳、寓意等手法进行的美术创作,给人以简洁、明快、强烈的艺术美感。它的题材广泛,材料也多种多样,具有欣赏性和装饰性。

模块一 装饰画概述

一、装饰画的起源

装饰画至少始于公元前两万年左右,根据西班牙的阿尔塔米拉洞穴壁画(见图 7-1)、法国的拉斯科洞穴壁画(见图 7-2)的考证,原始人通过简洁的图案来表达对宇宙的梦想,对生活、劳动和图腾的崇拜等。无论在欧洲、亚洲,还是在美洲、大洋洲、非洲,装饰画都是人类艺术起源的最早艺术表现形式之一。中国装饰画的发展历史悠久,最早的装饰画可追溯到距今大约 7 000 年前的

美术基础与应用

仰韶早期文化(见图 7-3、图 7-4), 其彩陶工艺在运用装饰图案方面已经十分熟练地掌握了装饰语言的表现, 创造了二次连续的多样表现形式, 尤其善于用点、线、弧形、半圆形、圆形等表现图案流畅的运动节奏感, 开启了中国装饰画的先河。中国装饰画直接影响到汉字的起源, 从出土的甲骨文(见图 7-5)可以看出古人非凡的才智, 其既是字, 又是装饰图案, 仅用几根直线、曲线就把形象的特征刻画得栩栩如生。



图 7-1 西班牙阿尔塔米拉洞穴壁画



图 7-2 法国拉斯科洞穴壁画



图 7-3 仰韶彩陶文化 1





图 7-4 仰韶彩陶文化 2



图 7-5 甲骨文

二、装饰画的特点

装饰画具有装饰性和可欣赏性,从而区别于其他图案、图画,色彩和表现题材都是关于美好的 象征。其重要价值就是满足人们的装饰需求,美化人们的生活,愉悦身心。

三、装饰画的分类

装饰画的种类繁多,如山水画、人物画、动物画,各有千秋,用途和寓意也各不相同,每一种都有各自的形态、色彩、肌理等视觉特征。装饰画有以下几种分类方式:

- (1)按表现形式,装饰画可以分为抽象装饰画、具象装饰画、传统装饰画、现代装饰画等。
- (2)按适用环境和功能,装饰画可以分为公共环境装饰画、日用品装饰画、家居装饰画等。
- (3)按形态,装饰画可以分为平面装饰画和立体装饰画。
- (4)按制作方法,装饰画可以分为印刷品装饰画、实物装饰画和手绘装饰画等。

模块二 装饰画的技法

手绘装饰画按绘画形式可分为黑白装饰画、彩色装饰画、肌理装饰画和综合材料装饰画。

一、黑白装饰画的技法

黑白装饰画(见图 7-6)以点、线、面为装饰语言,以黑、白、灰为表现形式,形成强烈的黑

★ 美术基础与应用

白对比,相互衬托,具有一定的装饰效果。其构成形式多种多样,有抽象形态、具象形态和综合形态等。生活中所有的事物都可以用黑白装饰画表示。

黑白装饰画的创作主要是利用点、线、面以及它们的疏密关系进行黑白对比,其创作素材多种 多样,如图 7-7 所示。



图 7-6 黑白装饰画

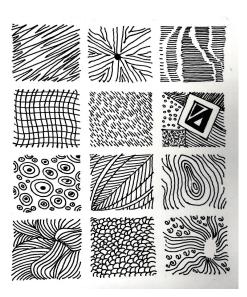


图 7-7 黑白装饰画的创作素材

巨嘴鸟的画法如图 7-8 所示。

- (1)选择主题,参照素材。
- (2) 勾勒出主要的形象,安排好整体的结构。具体可采用以下几种方法:
- ①省略法: 化繁杂为条理, 把多余的线条省略。
- ②添加法: 化简单为丰富, 着重表现对象的内在美及形式美。
- ③夸张法:进行夸张变形,使形象更概括、更典型、更具个性。



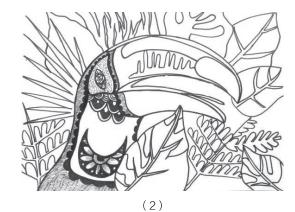




图 7-8 巨嘴鸟的画法

(3)归纳出大的黑、白、灰关系,用点、线、面的疏密程度表示深、浅、明、暗,最后调整整个画面的黑、白、灰关系。

同理,蜻蜓的画法如图 7-9 所示。

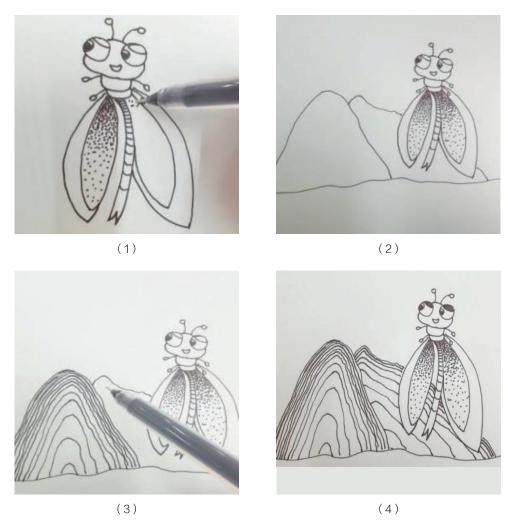


图 7-9 蜻蜓的画法



二、彩色装饰画的技法

彩色装饰画的色彩颜料种类非常多,有油画颜料、水粉颜料、丙烯颜料、中国画颜料、水彩颜料等。但是每种色彩颜料都离不开绘画技法,其主要的技法有平涂法、渐变法、染色法、点彩法、印染、拓印、扎染、喷绘、干扫等。

(一)平涂法

平涂法就是朝着一个方向涂,可以横着、竖着或斜着涂,但不能交叉着涂。水粉、水彩、油画棒等均可以用于平涂法。平涂法所需的工具与材料如图 7-10 所示,平涂法的一般步骤如图 7-11 所示。边缘如果要整齐,可以贴纸胶带,涂完后撕掉即可。



图 7-10 平涂法所需的工具与材料

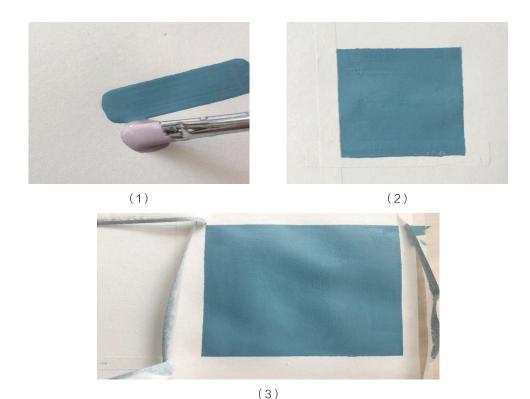


图 7-11 平涂法的一般步骤

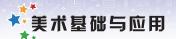
平涂法范画的绘画步骤如图 7-12 所示。

- (1)准备材料(水粉颜料)。要求按照面积把水粉用量一次性调够、调匀,尤其是复色(两种颜色以上),这是因为两次调不出同样的色。
- (2)朝一个方向匀速地平涂。先涂后、下方,再涂上方,这是因为水粉颜料有覆盖性。例如,对于狮子的五官和长颈鹿身上的斑纹,先将底色涂上,待画面变干,再添加五官和斑纹,第二层叠加覆盖即可;也可以进行块面填充,尽量用笔的侧缝使边界清晰。





(2) 图 7-12 平涂法范画的绘画步骤



(二)渐变法

渐变法,顾名思义,就是色彩(色相、明度、深浅等)的逐渐改变。

1. 水粉仙人掌的画法

用油画棒先画浅色后画深色,令边界线互相衔接,如图 7-13 所示。

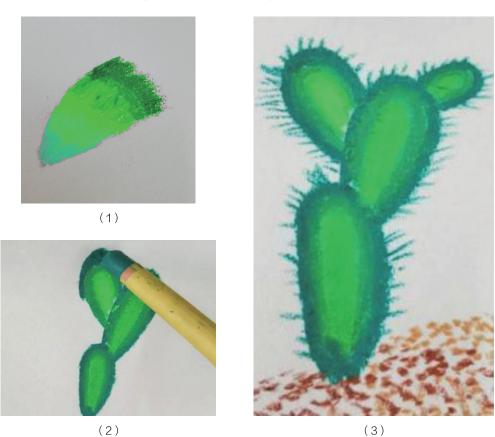
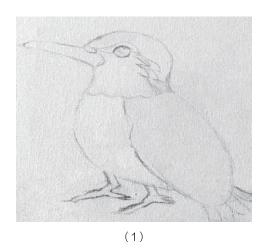


图 7-13 水粉仙人掌的画法

2. 水粉鸟的画法

先起形, 然后画深色, 再以浅色衔接, 如图 7-14 所示。





(2)



图 7-14 水粉鸟的画法

3. 渐变法作品欣赏

渐变法作品如图 7-15 所示。



图 7-15 人物 / 渐变法作品

(三)染色法

染色法一般使用水彩颜料、中国画颜料、水粉颜料等水性颜料,具体有平涂、混染、点染、罩染、统染、层染、晕染、渲染等多种技法,效果与使用的水的量有关。此处以渲染为例。 渲染技法的步骤如图 7-16 所示。

- (1)准备水性颜料、渲染纸(如生宣、半生半熟的宣纸、高丽纸等)。
- (2)把纸打湿。
- (3)用笔蘸颜料,点染、轻扫、敲打,感受颜料遇水淡化的美感,还可以使纸倾斜,让颜料自然流淌,从而得到自然的渐变色。



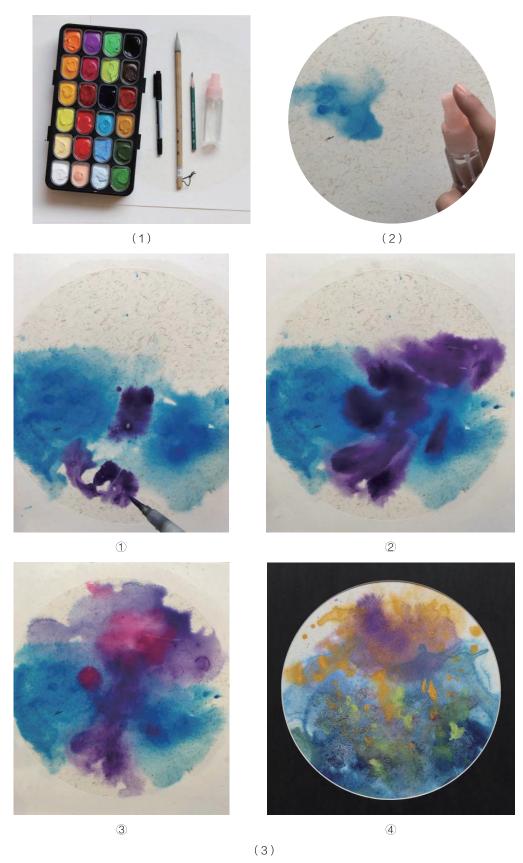


图 7-16 渲染技法的步骤

(四)点彩法

各种色彩的点组成的画为点彩画。其有一个专门的流派,即点彩派,是从印象派发展而来的。 点是最小的绘画元素,它的排列有一定的规律,应根据绘画的需要进行块面、深浅、疏密的排列。 点彩画在近处看都是一些点,只有远观才能看出精彩、完整的画面。采用点彩法的代表作品是法国 画家修拉的《大碗岛的星期天下午》,如图 7-17 所示。

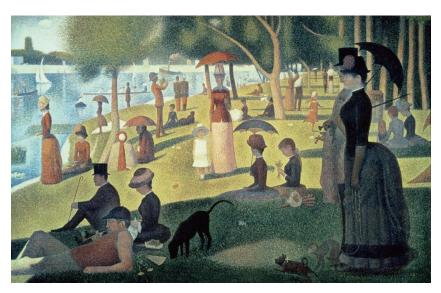


图 7-17 大碗岛的星期天下午

以瓶子为例,点彩法的步骤如图 7-18 所示。先起一个外形,根据画面的明暗关系调色,并运 用规律的点状排列先画重色再画亮色, 以使色彩更好地衔接。





美术基础与应用



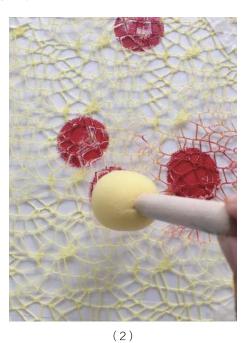


图 7-18 瓶子

(五)印染

扎染、丝网漏印、拓印都属于印染。丝网漏印技法如图 7-19 所示。





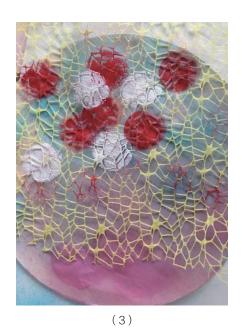




图 7-19 丝网漏印技法

(六)拓印

水果、蔬菜等都可以用于拓印。选材时,要找有层次的蔬菜(水果),其横切面一定要整齐;可以涂不同的渐变色,使画面丰富多彩,如图 7-20 所示。



1







(1)

美术基础与应用





2





(2)

图 7-20 拓印

(七)扎染

扎染富有浓郁的民族风格。扎染的步骤如下:

(1) 用线绳对织物进行紧固(结系、捆绑、缝扎), 如图 7-21 所示。





图 7-21 紧固

(2)将织物放进染液中进行煮染(如今染料升级,可以省略煮这一环节),如图 7-22 所示。



图 7-22 煮染

(3)扎结的外力作用使织物染色不匀,拆除扎线、洗去浮色后,织物上即可显现奇特的彩色花纹,如图 7-23 所示。



图 7-23 展开

(八)喷绘

可以将各种物体放在纸上,摆出喜欢的造型,然后在空白处进行喷绘。可以根据画面的需要调配出不同的色彩,均匀或渐变地喷绘。喷绘使用的工具包括喷枪、喷壶、牙刷等。应注意将摆放好的物体拼好后,就不能再移动其位置。

喷绘的步骤如下:

- (1)准备材料,将水粉颜料稀释,使其不堵塞喷壶。
- (2)根据画面的色彩需要,进行深浅喷绘。
- (3) 摆好的物品不能再被随意移动,以防止形象模糊。

美术基础与应用

(4)完成后,添加其他装饰,使画面完整。 喷绘范画如图 7-24 所示。



















图 7-24 喷绘范画

(九)干扫

干扫是用颜料先薄后厚反复地涂,表现对象比较充分,也有质感。干扫要求用笔的含水量较少,一般采用厚涂重叠的方法。色彩衔接处可以用一种颜料,必要时可以蘸一些清水融合,需要修改的部分也是用清水融化。待颜料干了以后,就会形成自然、统一的色彩,如图 7-25 所示。









(2)

图 7-25 干扫范画



干扫的步骤如图 7-26 所示。

- (1)准备材料,做出渲染的绘画背景。
- (2)用白板笔起形,应注意线条的疏密和流畅,以使画面更加生动。
- (3)把笔中的水分挤干,蘸白颜料由边缘向花蕊方向扫涂,使画面呈现黑、白、灰的光照效果。





(1)





(2)



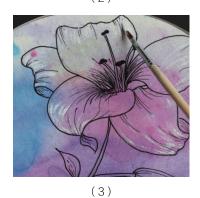




图 7-26 干扫的步骤

三、肌理装饰画的技法

肌理可分为自然肌理和创造肌理两大类。其中,绘画肌理属于创造肌理,是物质材料与表现手 法相结合的产物,是使用不同的工具和表现技巧创造出的一种画面的组织结构与纹理。

肌理还可分为平面肌理和立体肌理。其中,对平面肌理画可使用拓印法、撒盐法、撒沙法、色冲墨法、墨冲色法、撞墨法,还有一些特殊材料经过物理化学反应而形成平面肌理。此处着重介绍立体肌理画,其可分为纸版画、沥粉画和腻子壁画。

(一)纸版画

1. 鞋油纸版画

鞋油纸版画的画法如图 7-27 所示。

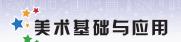
- (1)准备材料,选用比较厚的、有渗透力的素描纸,不能选用油光面的卡纸等。起形,按照画出的形状剪纸。根据构图的需要,将素描纸用白乳胶贴在同是素描纸的底板上。注意边缘一定要粘贴牢固。
- (2)用鞋油平涂,黑色、棕色交替使用。待画面变干时,用砂纸打磨一遍。然后涂一遍鞋油,待画面变干后,再打磨一遍。反复几次后,就能做出古老的史前美术的艺术效果。



图 7-27 鞋油纸版画的画法

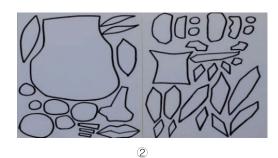
2. 水粉纸版画

水粉纸版画的画法同鞋油纸版画,但最后使用的材料、技法不同,是用少量水粉颜料薄薄、轻



轻地蘸,或者用滚轮(版画工具)滚,如图 7-28 所示。







(1)







图 7-28 水粉纸版画的画法

(二) 沥粉画

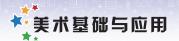
沥粉画的画法如下:

- (1)准备油画框布,用铅笔或炭笔打草图。
- (2)把白乳胶与立德粉调和成浆状,将其灌入空白乳胶瓶内。根据需要绘制线条的粗细,将乳胶瓶切成相对应大小的口,用手挤白乳胶瓶,沿着画面的轮廓线立线。如果没有白乳胶瓶,可以用方便袋,或者用蛋糕店的裱花袋。
 - (3) 立完轮廓线后,调水粉、丙烯或油画颜料绘制主画面。

第七单元 装饰画



沥粉女孩的画法如图 7-30 所示。





1







1



2

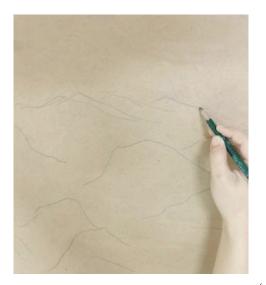


(2) 图 7-30 沥粉女孩的画法

(三)腻子壁画

腻子壁画的画法如图 7-31 所示。

- (1)起形,以水和白乳胶、立德粉调成膏体,需用多少调多少,或者将其密封。
- (2)在准备好的墙面或者三合板等底板上涂上白乳胶,按照物体的结构用刮刀将膏体做出肌理状。
- (3)为了使表面不粗糙,可以使用毛笔蘸清水平涂,或者用砂纸去除表面的小颗粒。应按照画面的需求,做出厚薄不同的肌理纹样。
- (4)用丙烯颜料或乳胶漆调和画面所需要的色彩。先用毛笔进行薄画,把整个画面涂白,然后 先薄再厚地使用颜料,做出有肌理的浮雕壁画。





(1)





★ 美术基础与应用







(+)

图 7-31 腻子壁画的画法

四、综合材料装饰画的技法

综合材料装饰画中能用到各种各样的材料,包括新材料。最好以一种材料为主,其他为辅,否则画面会显得凌乱。其技法有焊、贴、拼接、编、粘等。

以扭曲的脸为例,综合材料装饰画的画法如图 7-32 所示。







(1)





2



(0

(2)





(3)

图 7-32 扭曲的脸的画法

模块三 装饰画的创作

本模块以动画片《老鼠嫁女》为例介绍装饰画的创作。

一、装饰画的创作步骤

1. 收集素材

确定以老鼠为创作主题后,要利用各种途径收集素材,对实物的老鼠进行拍照或速写,收集各种动态的老鼠素材。根据故事情节的需要,进行整理加工,提炼概括出心仪的绘画形象,使其成为绘画素材,如图 7-33 所示。但绝不能被已有的素材束缚了想象的翅膀。最好的利用素材的方法是

★ 美术基础与应用

在创作中将素材装在自己的脑海中,然后将其与创作前的构思相结合,再进行画面的具体处理。





图 7-33 收集素材

2. 设计造型

进行省略、概括、变形、夸张、拟人、装饰细节等的处理,这需要大胆的想象,如图 7-34 所示。

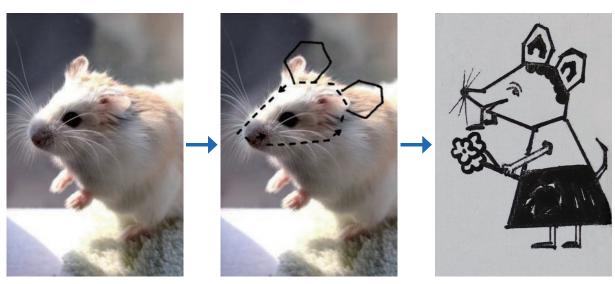


图 7-34 设计造型

3. 思考构图

构图自古至今共同的造型特点都是直观的、单纯的、稚拙的,具有视觉表现力强的效果。常用的装饰画的构图形式有三种,即对称式构图、均衡式构图和适合式构图。

- (1) 对称式构图。对称式构图具有强烈的均衡感,给人以饱满、规律、稳定的感受。
- (2)均衡式构图。均衡式构图中,画面两边在视觉上的分量相等,具有灵活、多变的装饰美。
- (3)适合式构图。适合式构图具有极强的装饰感,体现了节奏与韵律的形式美。

当"老鼠嫁女"的迎亲队伍设计好后,发现画面布置失去均衡感,所以就添加了背景,并根据画面的失衡进行了调整,使画面在视觉分量上相等,达到完整、饱满的效果,如图 7-35 所示。





图 7-35 思考构图

4. 选择色彩

色彩有渐变色、冷暖色、对比色、同类色、纯色、高级灰色等。此处采用了黑白对比,从局部的黑白对比到整体的黑白对比,效果截然不同,如图 7-36 所示。





图 7-36 选择色彩

二、装饰画的夸张与变形

1. 夸张法

没有夸张就没有艺术,抓住主要特征进行夸张,可以使图案的整体效果更加鲜明、有力。例如,可对老鼠的耳朵进行夸张,使其变大;为了突出年龄的特征,使少年老鼠头大身体小,老年老鼠恰好相反(胳膊、腿变细),从而使主次效果鲜明,如图 7-37 所示。

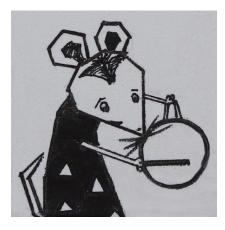




图 7-37 夸张法