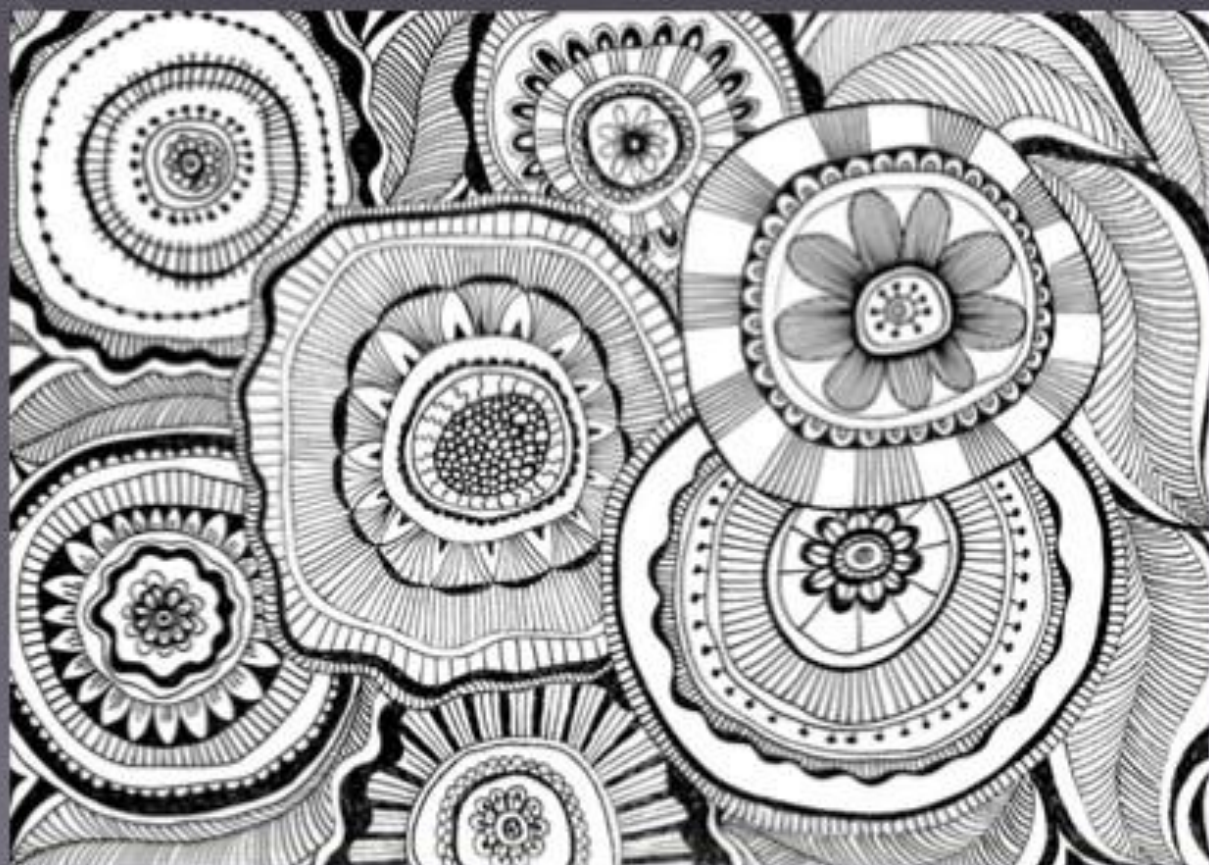


ЗЕНДУДЛИНГ

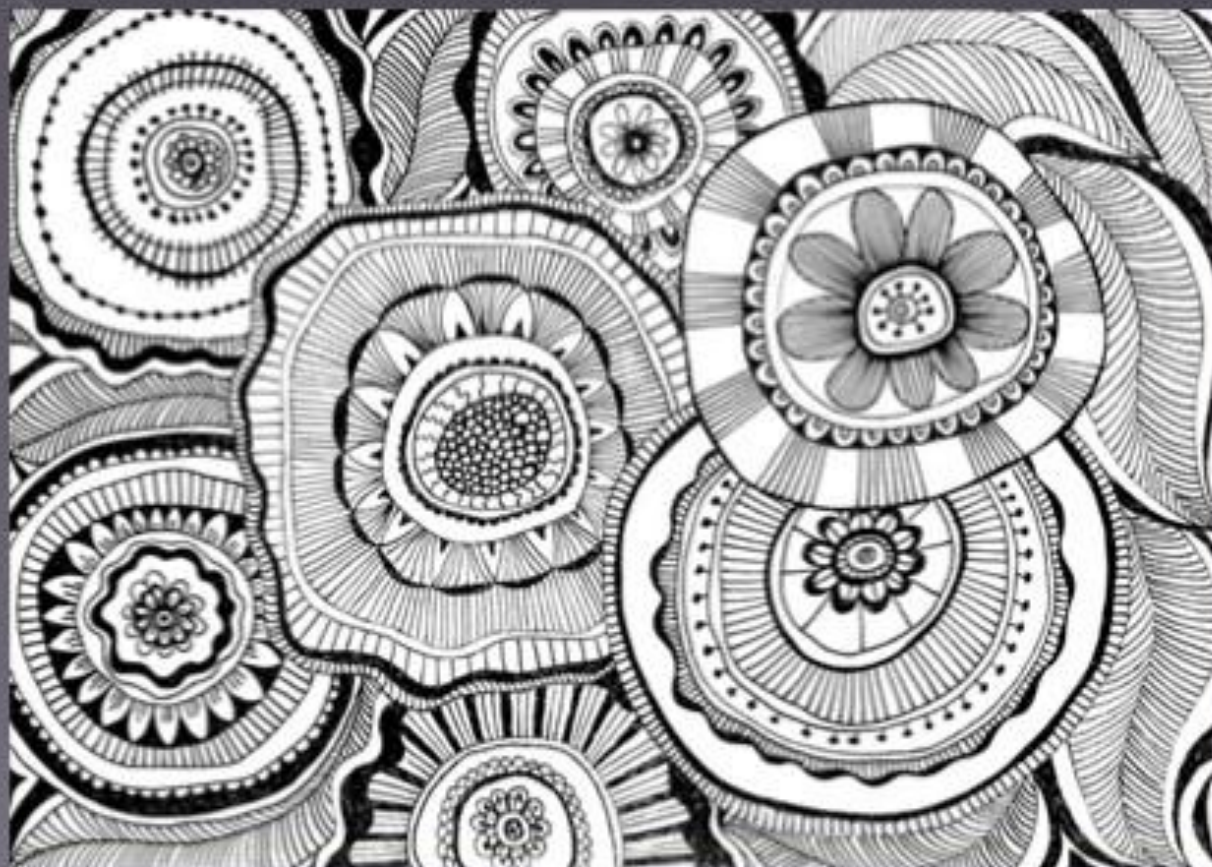
Дудлинг и зентагл:
полезное рисование для
детей и взрослых

ДУДЛИНГ



Дудлинг (от английского слова doodle-бессознательный рисунок)- это рисование с помощью простых элементов (кружков, закорючек, ромбиков, точек, палочек и.т.д)

ДУДЛИНГ



Дудлинг (от английского слова doodle-бессознательный рисунок)- это рисование с помощью простых элементов (кружков, закорючек, ромбиков, точек, палочек и.т.д)

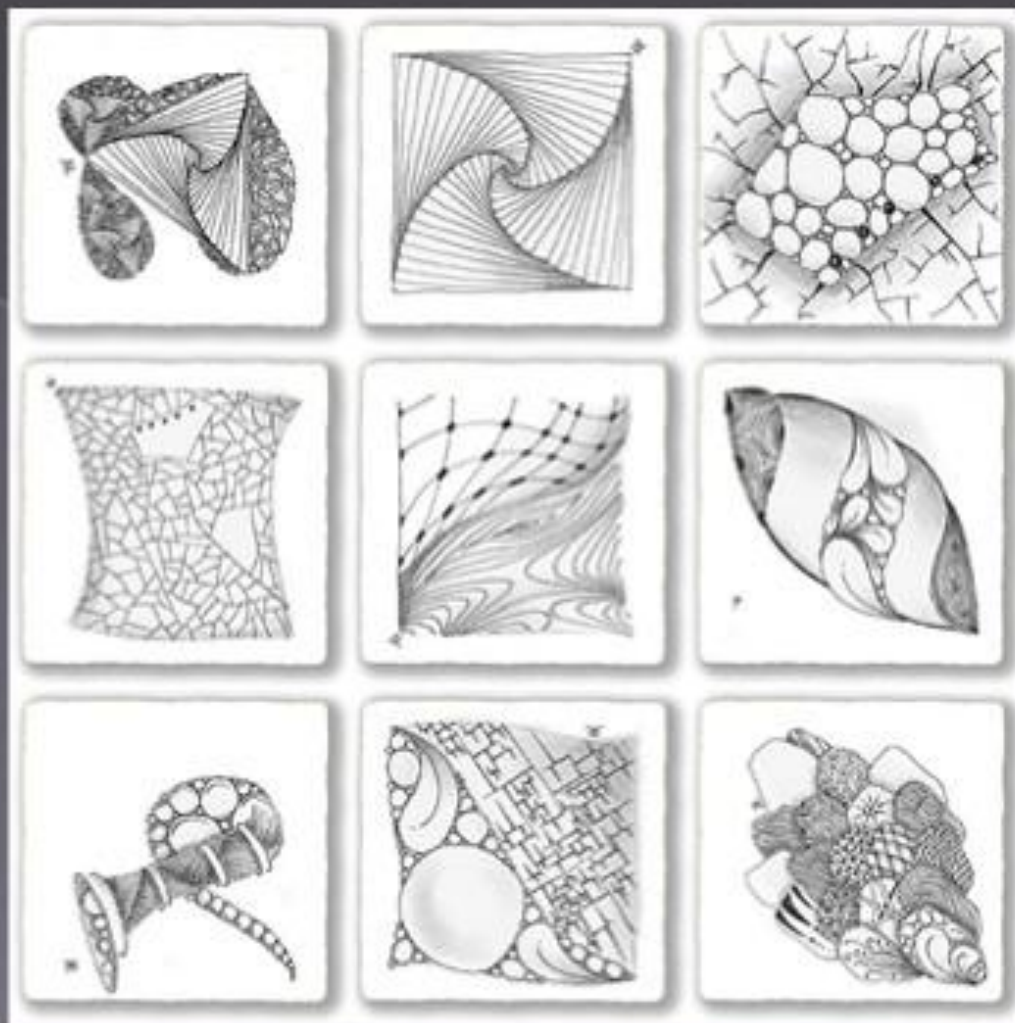


О том, что получится в итоге, мы не знаем и не задумываемся, рука рисует сама по себе. Главное получить удовольствие от процесса рисования.

Зентагл



Зентагл (от zen- уравниванность, спокойствие и rectang-прямоугольник) пересекается с дудлингом, но в этих техниках есть небольшая разница. Если дудлингом можно заниматься в купе скаким-нибудь другим делом, то зентагл требует большой концентрации. Этот рисунок является более осознанным.



Зентагл является сочетанием медитации и рисования. Традиционно для рисования зентагла используют квадраты 9/9см. В квадрат помещается какой-либо рисунок, либо он произвольным образом делится на сегменты, которые в свою очередь, заполняются различными однотипными элементами (точечками, кружочками, ромбикам и пр., на что хватит фантазии).



Смесь этих двух техник- ЗЕНДУДЛИНГ- идеально подходит для занятий с детьми . Он помогает увеличить собранность, концентрацию, способствует психологической разгрузке, внутреннему успокоению, улучшает зрительную координацию и мелкую моторику, а также развивает творческие способности и креативность.

Зачем он нужен?



Метод рисования предполагает что рисунок все время повторяется в определенном порядке. Так возникает сложный узор. Концентрация на ритмичном и поочередном нанесении штрихов, а так же на повторяющихся узорах приводит к тому, что вы забываете о своих заботах. Планомерные, обдуманно проведенные линии, превращающиеся в аккуратный узор, приводят к внутреннему умиротворению- таким же эффектом обладает, например, медитация. Внутренний мир можно вновь привести в порядок, так сказать, расставить все по местам. Это происходит автоматически, неосознанно и без каких-либо усилий.

Какие материалы нужны для рисования в стиле зентангл?



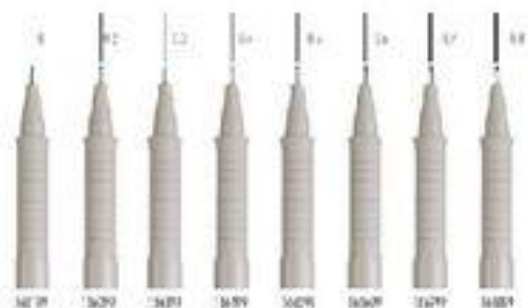
1. Зентангл всегда рисуют на квадратном листе бумаги 9 x 9 см — это одно из немногих правил. Настоящие квадраты для зентангла (плитки) довольно тяжелые, с неровными краями и выполнены из итальянской бумаги. Ее используют дизайнеры во всем мире.

Какие материалы нужны для рисования зентангл?



ЧЕРНЫЕ МАРКЕРЫ-ЛАЙНЕРЫ

2. Рапидограф (он же линер, лайнер, рейсфайдер, капиллярная ручка, японский маркер) - ручка для каллиграфии и точных чертёжных работ. Исключительно удобный фломастер, который рисует чёткими тонкими линиями размером от 0.05мм до 2.5мм.



Используйте маркеры-лайнеры 005, 01 и 0,5. Зентанглы рекомендуют рисовать маркером *Pigma Micron 01* — благодаря ему получается красивая и сочная черная линия. Они самые распространенные в США, поэтому их и рекомендуют. Еще есть чешские линеры Centropen и немецкие Faber castell. Самые распространенные в России линеры Stabilo, пишут толсто (линия 0,4 мм) и не так хороши, но значительно дешевле аналогов. Когда вы пользуетесь такими ручками, достаточно легкого нажима. А если нажимать сильно, можно повредить кончик и сам маркер. Когда ведете им по бумаге, кончик будто скользит сам, вы чувствуете лишь слабое сопротивление бумажной текстуры. Слегка надавливать нужно именно на маркер, а не на его кончик. И всегда плотно закрывайте колпачок, чтобы маркер прослужил дольше.



Это рекомендации для классического зентангла. Зенарт или искусство, вдохновленное зентанглом, дает большую свободу. Можно рисовать и гелевой ручкой и гуашью.

Какие материалы нужны для рисования зентангл?



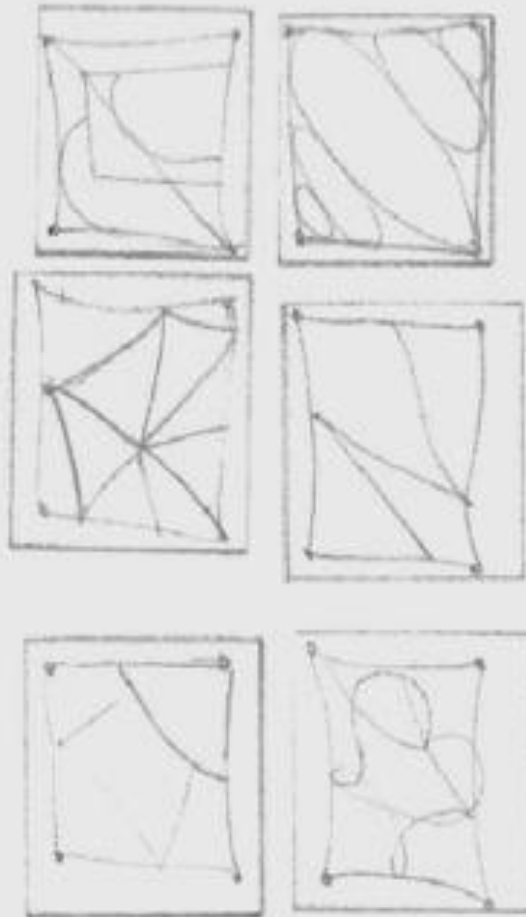
3. ПРОСТЫЕ КАРАНДАШИ 2H И 2B И ТОЧИЛКА

Простые карандаши различаются по твердости. Простой карандаш 2H имеет более твердый стержень, чем 2B, и оставляет более светлую линию. Еще нужна обыкновенная точилка. Карандаш 2B используется для растушевки, после того как нарисованы все танглы.

Метод Zentangle для детей

1. Расслабляющий эффект
2. Развивает способности концентрироваться за счет прорисовывания заданной последовательности штрихов
3. Способствует развитию усидчивости
4. Тренирует мелкую моторику и координацию системы глаза-рука.
5. Улучшает память

Начинаем рисовать

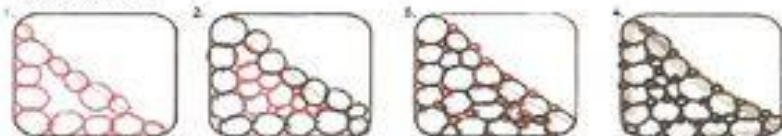


Сначала берем простой карандаш и рисуем в каждом углу по точке. Точки соединяем линиями — так образуются границы. Далее карандашом рисуем линию произвольной формы, или строку, как ее называют, — она делит плоскость внутри границ. В этих поделенных полях маркером рисуем танглы.



Геометрические танглы

КАМНИ



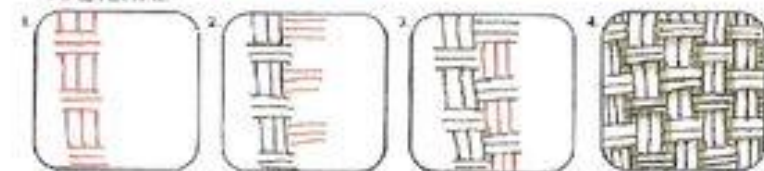
ПОЛУМЕСЯЦ



РЫЦАРСКИЙ МОСТ



ПЛАТЕНИЕ



СКАТ



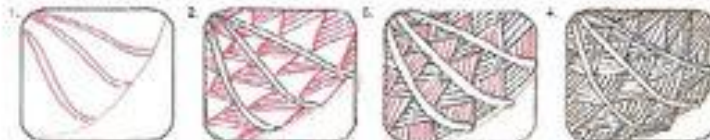
ПАРУС



РЫБЫ



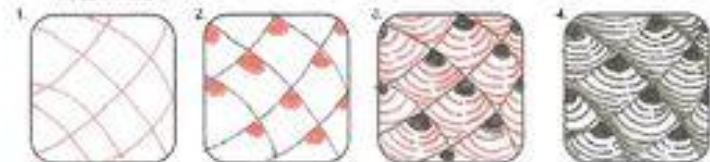
РАКУШКА



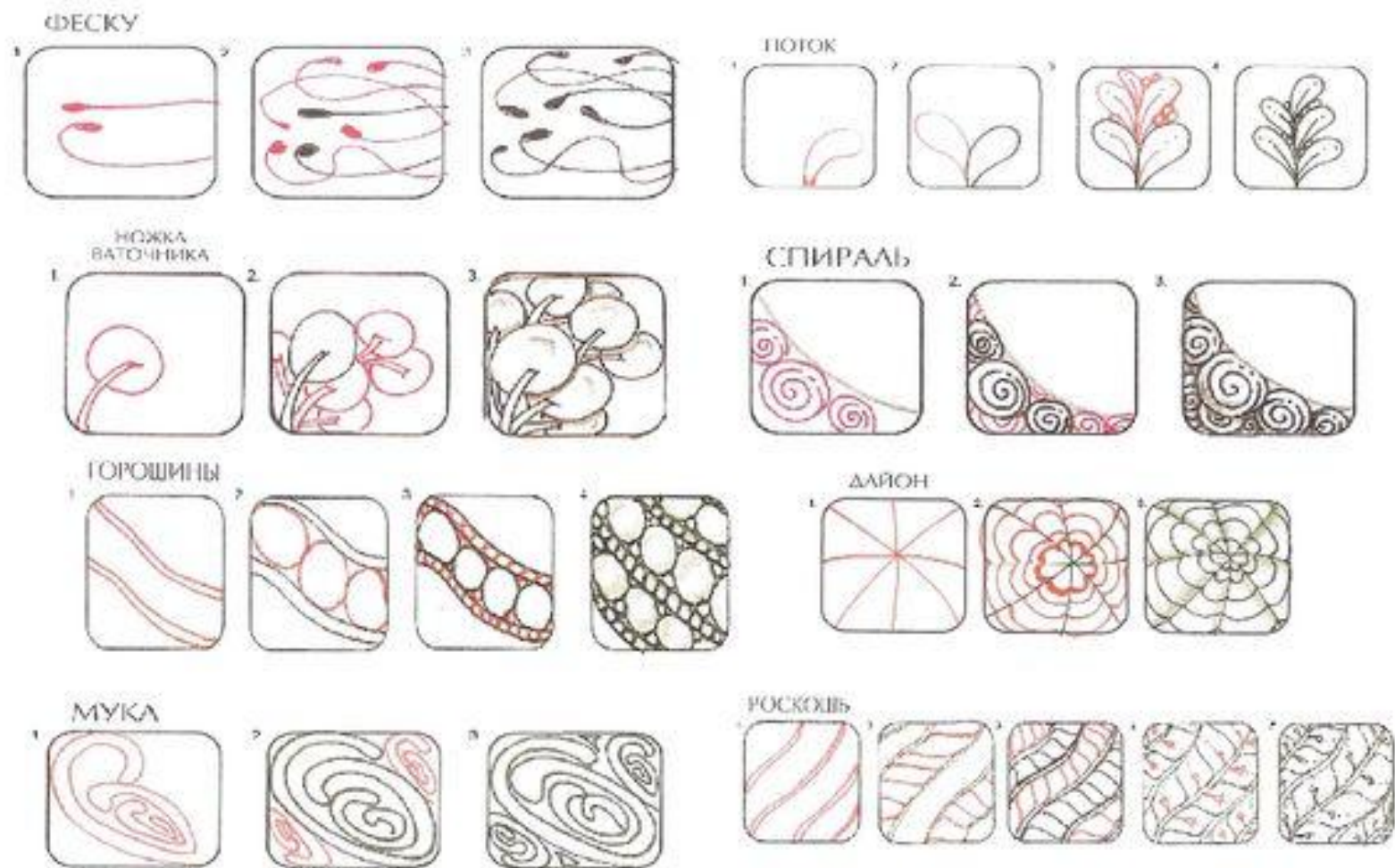
БАМБУК



ЧЕШУЙКИ




Растительные танглы



Монотанглы







Tangle
CABENT



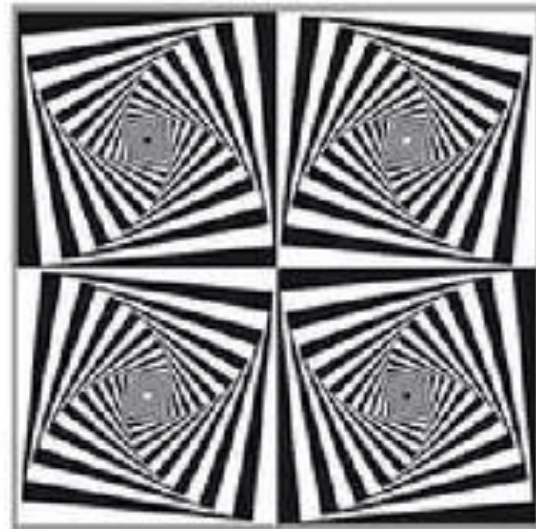
Design By
Zentangle
www.zentangle.com

Steps

Notes

For more info visit www.zentangle.com

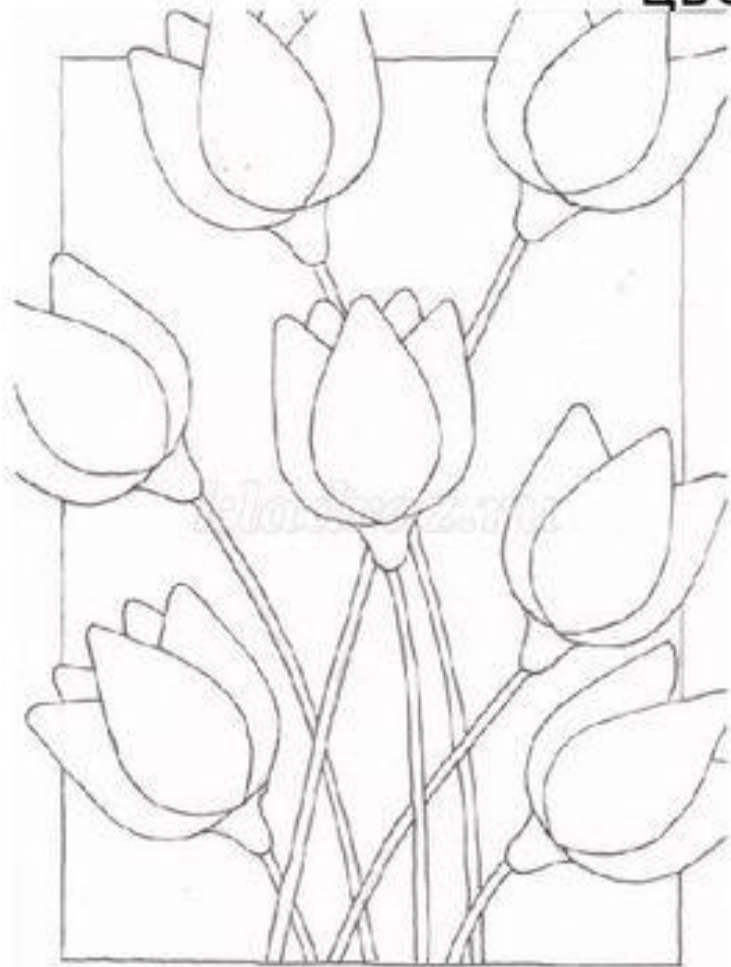


Где применить?

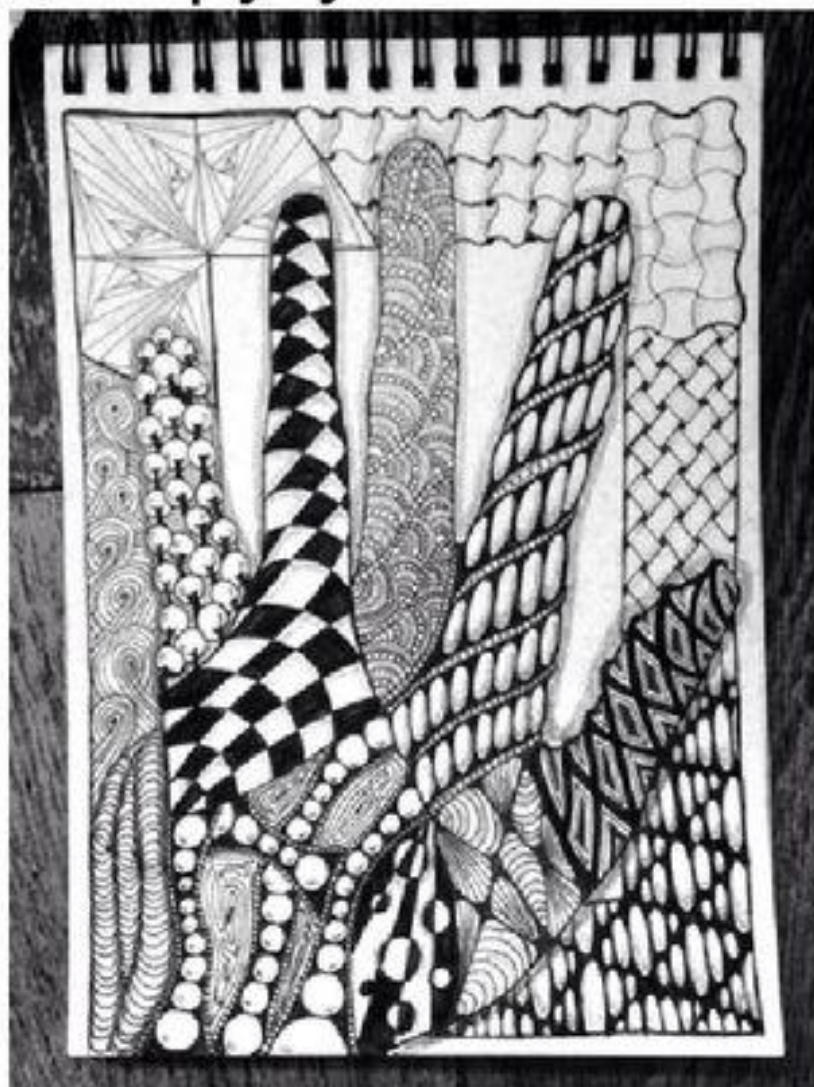
Квадраты
9*9,
заполненные
узором
можно
разместить
на открытке



Нарисовать цветной фон на акварельной бумаге, а потом заполнить его рисунком. Букет цветов.



Обводим руку и заполняем ее

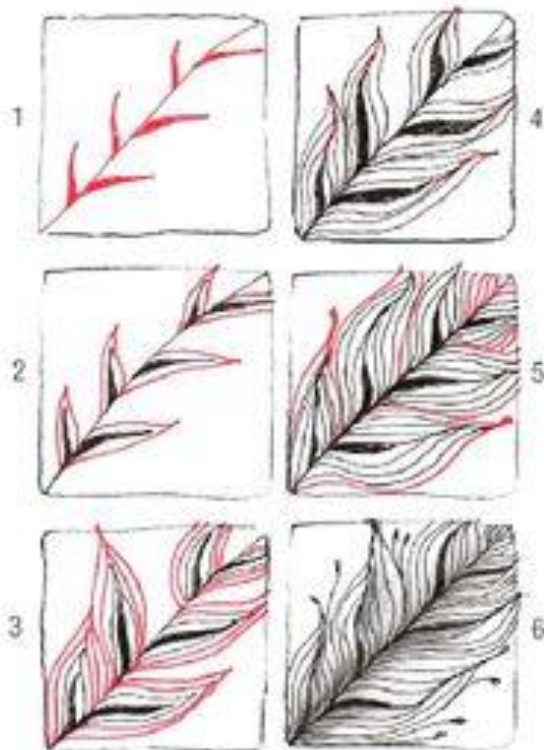


Рисуем перья жар-птицы (одно с предложенными узорами, на одном придумываем узоры сами, а третье перо и есть



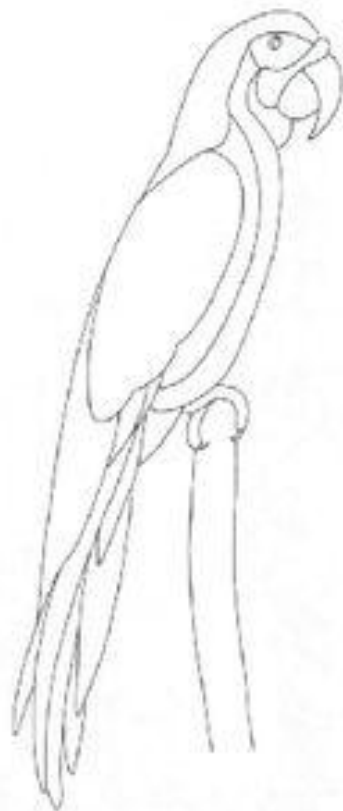
у

Featherfall



Carole Ohi

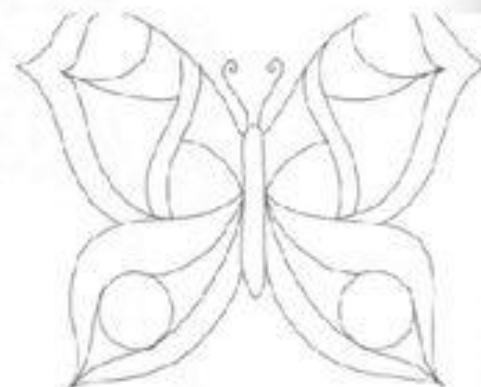
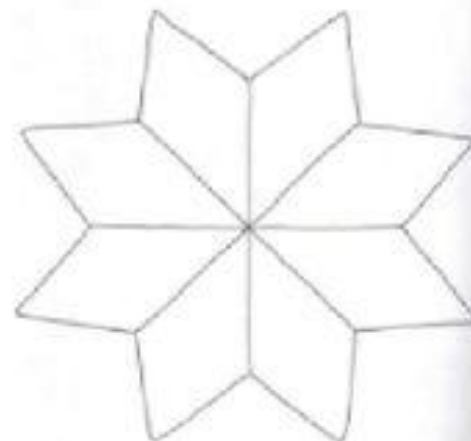
Выбираем контур, переводим его на бумагу и
заполняем узорами (листья, птицы, слоны, буква,
сердце).



м контур, делим е



ра



Мандала

Мандала в переводе с санскрита означает «круг». Изначально мандалы использовали буддисты для своих медитаций. Сама наша планета похожа на мандалу. Снежинка, солнце, апельсин в разрезе, колесо, годовые кольца деревьев. Все это мандалы.



Рисуем ловца снов.



Ловец снов — индейский талисман, защищающий спящего от злых духов. Плохие сны запутываются в паутине, а хорошие проскальзывают сквозь отверстие в середине, так же ловец осуществляет хорошие сны. Представляет собой паутину из суровых ниток, натянутых на круг из ивовой ветви; также на нитку вплетают несколько перьев. Вешают над изголовьем спящего. Смысл и назначение Ловца Снов у разных индейских народов различны. Так у народа лакота считают, что Ловец Снов ловит добрые мысли и сны, а также пропускает все негативное. А у народа оджибве Ловец Снов «фильтрует» сны, пропуская лишь приятные и добрые. Злые и страшные сны запутываются в его паутине и с первыми лучами солнца рассыпаются.

Элементы зиндудлинга в современном мире







Зендудлинг должен доставлять удовольствие

Рисуйте сразу, без набросков

Не задумывайтесь о конечном результате

Linedot.ru



Спасибо за внимание.