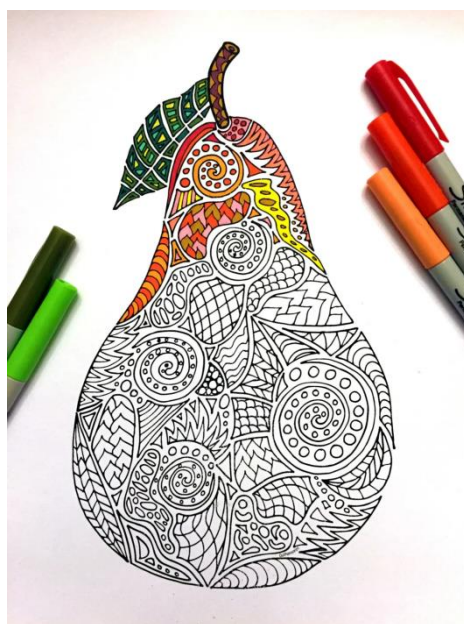


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида «Аленький цветочек»

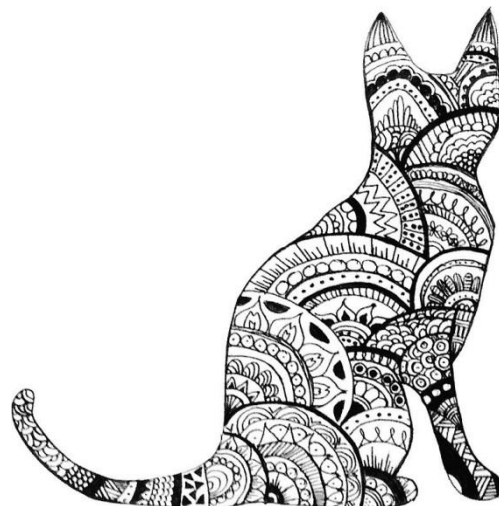
**КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)  
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ГРАЖДАН,  
ПОЛУЧАЮЩИХ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
В РАМКАХ СЕМЕЙНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Зенарт как нетрадиционная изобразительная техника  
для детей»**



Подготовил:  
Бекмачева Е.Ю., воспитатель

село Перегребное, 2021

Зенарт – свободное рисование с эффектом медитативности. Этот несложный стиль может освоить любой желающий. По сути зенартом может считаться всякая графика, которая состоит из переплетений довольно простых узоров, линий, фигур. Техника зенарт развивает глазомер, фантазию, учит гармонично выстраивать композицию, тренирует эмоциональную сферу, является прекрасным способом саморегуляции.



Техника зенарт универсальна, ею можно заниматься в любом возрасте, как только ребенок взял карандаш и нарисовал контур неизвестного животного, его можно направить и развить умение творить в ней. Осознанные картинка в стиле зенарт получаются уже с пятилетнего возраста.

Обучение зенарту способствуют развитию мелкой моторики ребенка, во время создания замысловатых узоров у него работают оба полушария. Зенарт возникает, когда рисунок с танглами теряет свою абстрактность и в нём узнаются какие-то предметы, дома, животные, растительность. Это искусство не ограничивает рисующего особыми правилами и охватывает уже большой пласт живописи. Появляются новые рисунки, мандалы, например, материалы (краски, фломастеры, цветные гелевые ручки).

С этой техникой можно полностью расслабиться и рисовать все то, что подсказывает подсознание.

### **Что требуется для рисования в технике зенарт?**

- Для зенарта можно взять шаблоны. Не каждый из желающих рисовать в этой технике умеет изображать, например, животных. Контур раскрасок – прекрасные шаблоны для заполнения их узорами. Элементы узоров найдутся и в интернете, и самим можно придумать.
- Плотная бумага, ее параметры от 160 г/м<sup>2</sup> и выше, можно использовать листы для акварельных картин, тогда чернила не будут размазываться
- Простой карандаш для эскиза
- Гелевые ручки и фломастеры разнообразных цветов.
- Линеры – чернильные ручки разной толщины. Подойдет тонкий их вариант в 0,2 мм и толстый в 0,5 мм. После их высыхания, если ребенку захочется раскрасить контуры акварелью, чернила выстоят и не растекутся.

### **Техники рисования зенарт**

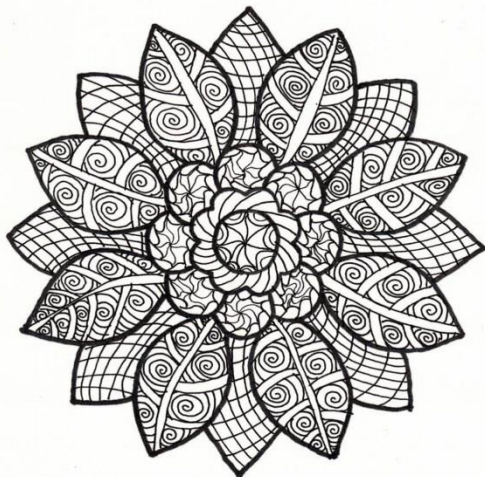
Выделяют три направления рисования абстрактных узоров и орнаментов:

- Зентангл. Для освоения этой техники необходимо запастись белыми плотными квадратами со стороной в 9 см, эти карточки делятся на

произвольные сектора с помощью линий – «струн». Каждый полученный сектор заполняется своим узором.

- Дудлинг. – это рисование с помощью простых элементов (кружочков, закорючек, ромбиков, точек, палочек и пр.). В этом и состоит лёгкость. Однако из этих простых элементов могут складываться сложнейшие композиции, поражающие воображение. Но в основном это бессознательный рисунок, позволяющий «отключить мозг», что открывает дорогу чистому творчеству, не скованному правилами. Рисунок-медитация - прекрасное средство арт-терапии. Такому рисованию многие из нас предавались на скучных школьных уроках. О том, что получится в итоге, мы не знаем и не задумываемся, рука рисует сама по себе. Будут ли это разнообразные растения, несуществующие миры или просто геометрические фигуры – не важно. Главное – получить удовольствие от процесса рисования. Дудлинг часто используют для оформления предметов интерьера, одежды, посуды, ногтей, тату. Также этот стиль широко используется в современной индустрии моды и дизайна. Дудлинг, как способ релаксации не только позволяет снять напряжение, но и сможет раскрыть грани вашего внутреннего мира.
- Зендудлинг - является сочетанием медитации и рисования. Традиционно для рисования зентангла используются квадраты 9х9 см. В квадрат помещается какой-либо рисунок, либо он произвольным образом делится на сегменты, которые, в свою очередь, заполняются различными однотипными элементами (точечками, кружочками, ромбиками, на что хватит фантазии). Зентангл является запатентованной техникой рисования, в которой есть свои определенные правила, сформулированные авторами идеи - Риком Робертсом и Марией Томас. Они определяют зентангл как форму медитативного искусства. Сам процесс представляет собой форму медитации с использованием ручки и карандаша. И тут совсем нехотать говорить об аккуратности или правильности линий. Эта техника рисования подразумевает под собой соблюдение некоторых правил:
  - зентангл выполняется в черно-белых цветах;
  - узор ограничивается квадратной рамкой внутри карточки заданного размера (9X9 см);
  - у зентангла нет одного направления, его можно рассматривать с любой стороны;
  - образовавшиеся после проведения линий сектора заполняются причудливыми произвольными узорами; каждый узор зентангла должен состоять не более чем из шести штрихов;

- при рисовании зентангла не допускается использование линейки или трафарета;
- нельзя использовать ластик.



Зентангл помогает увеличить собранность, концентрацию, способствует психологической разгрузке, внутреннему успокоению, улучшает зрительную координацию и мелкую моторику, а также развивает творческие способности и креативность. «Зендудлинг» идеально подходит для занятий с детьми. Самый простой вариант – воспользоваться раскраской или контуром животного, цветка, птички (чего угодно, нарисованного по трафарету, и предложить ребёнку заполнить его простыми элементами, а потом их

раскрасить. Можно усложнить задачу – разбить рисунок на части и заполнить получившиеся сегменты разными узорами. Еще вариант – предложить ребёнку по-разному заполнить одинаковые изображения животных, предметов и др.

### **Приемы рисования зенарт**

Создать рисунок в этой технике несложно, если первоначально продумать и сотворить своеобразный каркас и неважно из каких фигур. Они могут быть как геометрическими или же состоять из нескольких листочков и цветочков, иногда в рисунке выделяют одну важную деталь – круг, контур животного или предмета, а затем обыгрывают его.

На уроках рисования зенарт для начинающих упор делается на воплощение всей идеи рисунка без долгих остановок на продумывание ее деталей, ребенок компоует и размещает узоры, как ему хочется, достигая общей картинки.

В зенарте хоть и нет каких-либо правил и установок, основной ценностью в создании выразительного рисунка является четкая линия. Рисуя множество разных узоров, можно со временем натренировать руку, и линии будут получаться легко и чётко. На отдельных листочках можно сочинять свои узоры для разрисовывания контуров зенарта.

Впустите в свою жизнь творчество, поддержите душевное равновесия, избавьтесь от тревоги и стресса с помощью зенарта. Ведь для него абсолютно не нужны ни дорогие материалы, ни особые умения. Зенарт доступен каждому!