



Zentangle en Familia

FINALIDAD

- Para practicar el dibujo consciente/meditativo.
- Para relajar la mente y reducir el estrés.

OBJETIVO

- Para crear un dibujo Zentangle y dar cumplidos a los dibujos de otros.

INSTRUCCIONES

Materiales

- Plantilla de dibujo (1 por participante)
- Bolígrafos o marcadores (pueden ser de color o negros)

Montaje

1. Imprime la hoja de dibujo para cada miembro de la familia.
2. Opcional: Imprime los ejemplos de patrones Zentangle.
3. Dibuja y muestra.

Aplicación

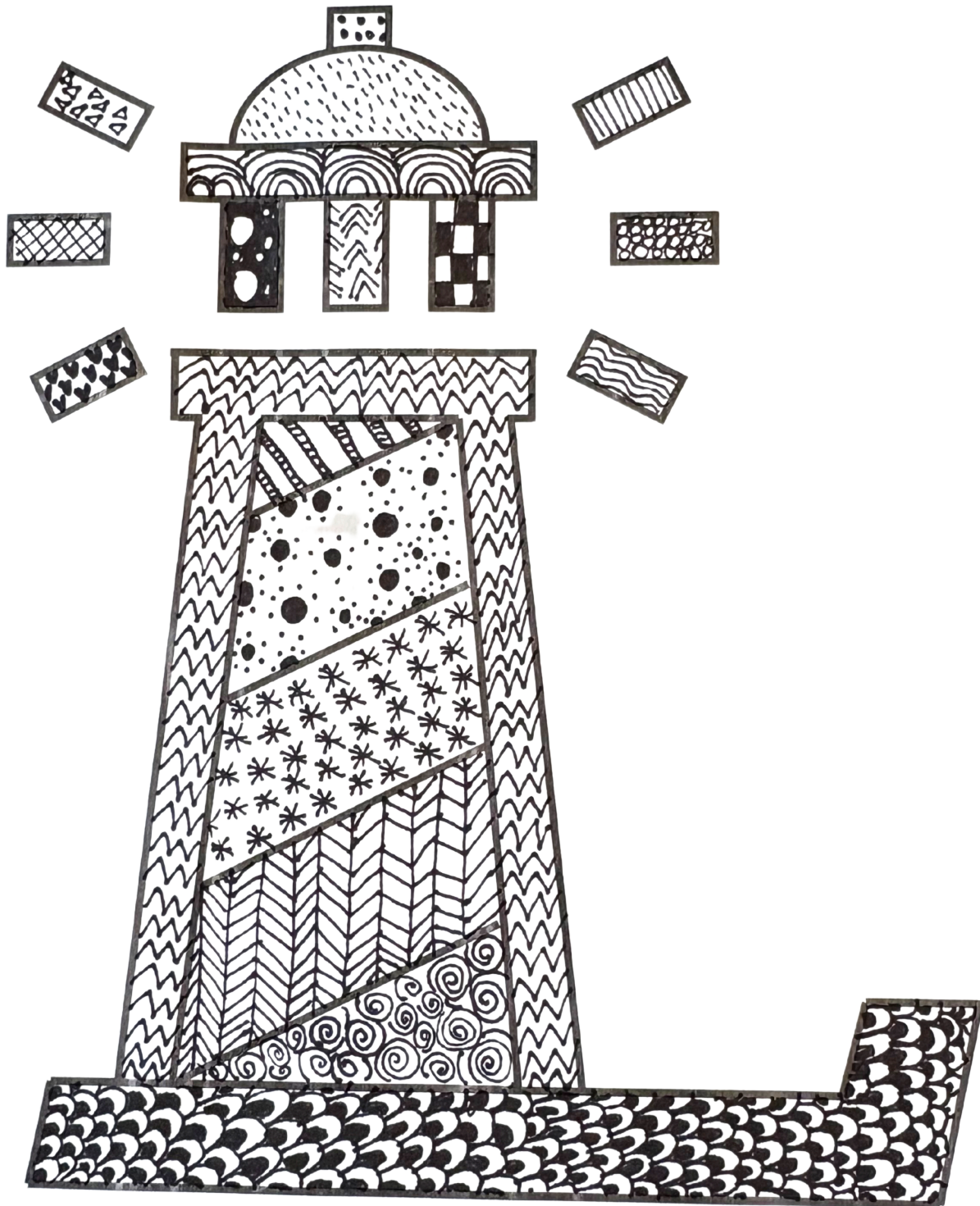
- Dibuja un patrón repetitivo diferente en cada sección cerrada de la plantilla.
 - Puedes utilizar únicamente el bolígrafo negro o utilizar colores diferentes para cada sección o patrón.
 - Intenta concentrarte en el movimiento repetitivo y relajante del dibujo. ¡No te preocupes por cometer errores!
- Cuando todos terminen sus dibujos, es hora de mostrarlos. Recorran la sala y digan algo que les guste del dibujo de cada uno.

BONO: Haz copias de tu patrón y guárdalas para usar como hojas para colorear.

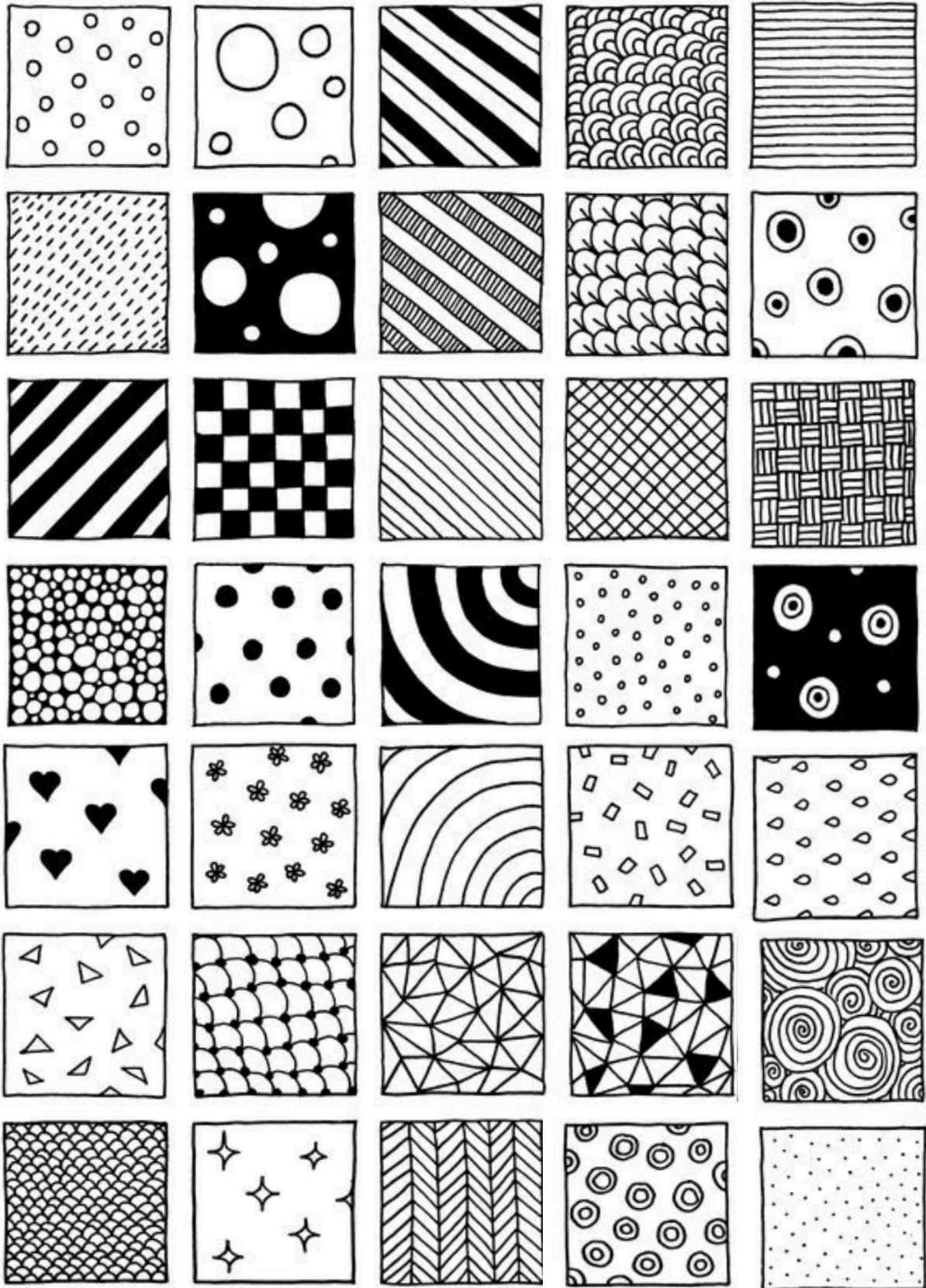
¡Cuéntanos cómo va la actividad!

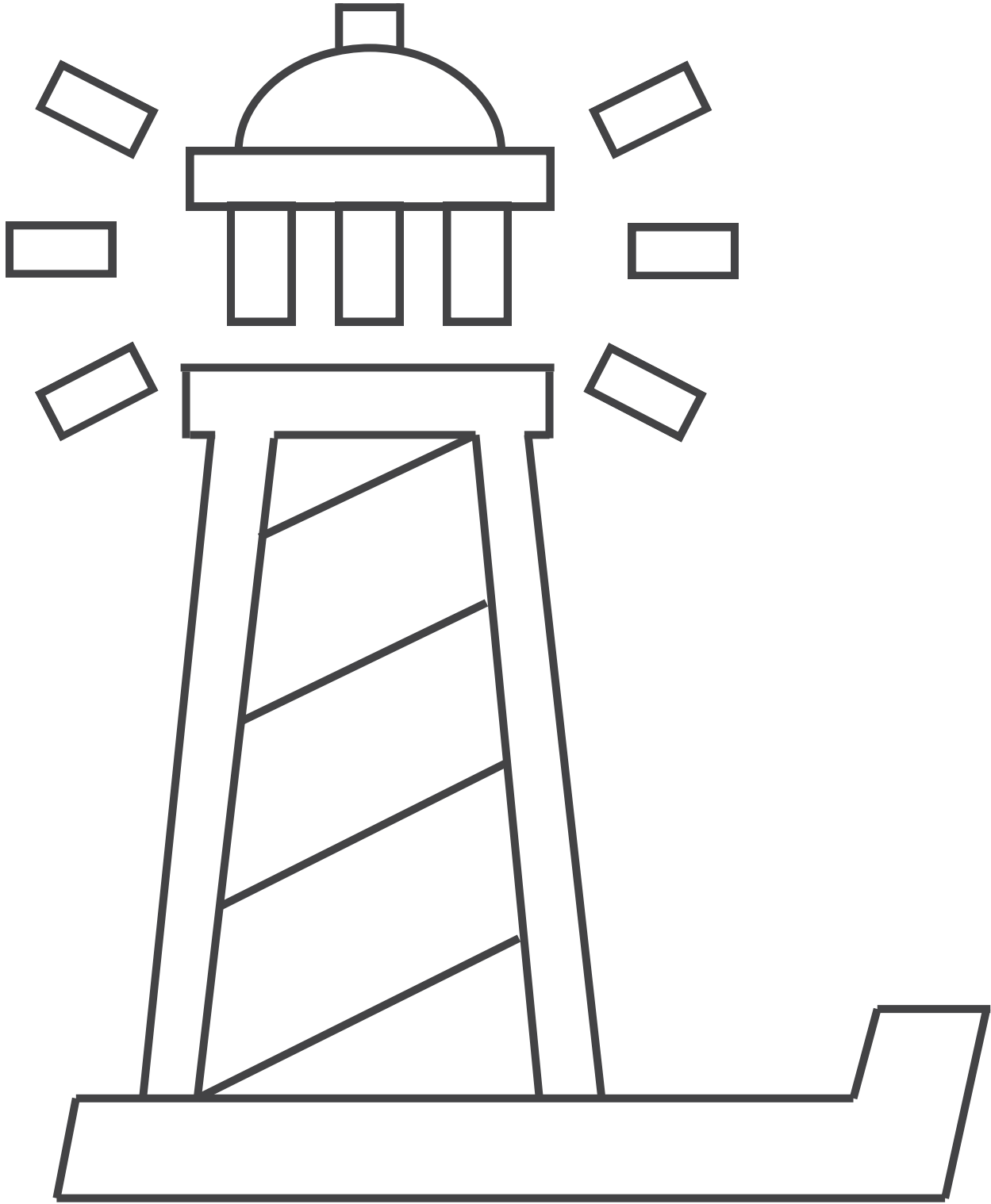
Nos encantaría recibir tus fotos o que nos etiquetes en las redes sociales

Ejemplo



Ideas de patrones zentangle





Erika's Lighthouse®

