

Taller

## ARTE EXPRESIVO



### CARACTERÍSTICAS DEL TALLER Y OBJETIVOS

La pintura, para los niñ@s, es la primera expresión artística que manifiesta su compleja y abstracta interpretación de la realidad, con el tiempo, las normas, educación y entorno van destruyendo las ideas y fantasías de estos niñ@s, acercándoles a la pseudo realidad de los adult@s, enterrando todas estas manifestaciones puras y únicas, de unidad-individuo.

Con el tiempo, este medio de expresión, de lo interno, se convierte en un recuerdo que muy pocos siguen teniendo presente, por su falta de "técnica". Ya no se pinta para expresar, sino para llegar a un fin.

La pintura conecta con nuestra psique, nuestros estados emocionales, preocupaciones, miedos, alegrías. Nos traslada a otro estado real, nuestro yo fuera del exterior, interno, oculto para el resto, expresado en otro lenguaje, el de las emociones, no para ser contemplados por otros sino para observar y meditar esa parte mental que podemos plasmar y materializar. La expresión pura.

¿Cómo podemos conectar con nuestra individualidad en una sociedad que piensa colectivamente?  
¿Cómo alejarse de todo lo aprendido y dejar que la manifestación artística nazca de nosotros mismos de manera auténtica? ¿Cómo hacer que un niño no se aleje de todo esto, que a la vez es también una parte creadora de su mente?

La mayoría de nosotr@s, cargados de prejuicios, tememos que la frustración, al no poder llegar a lo imaginado, por falta de técnica o constancia, sea la protagonista de nuestras emociones al pintar y no aparezca el disfrute y bienestar del proceso creativo. La mayoría de nuestros prejuicios se forman en la niñez, por eso es importante acercar a los niños al arte pero, no al arte establecido sino al propio arte (manifestación) que ellos mismo pueden llegar a crear. Si a un niño se le enseña a copiar copiará, si se le dan las herramientas para crear libre, también lo hará y será en su propia creación donde se encuentre una parte de él que quizá decida seguir haciendo crecer por la maravillosa satisfacción que da el ser creadores de algo único y nuestro. Además, si se les enseña a disfrutar del proceso creativo, que es la máxima intención de estas clases, dejará de un lado la competitividad y el ego para embarcarse en un viaje propio hacia el interior, que al igual que se manifiesta en otras formas, también precisa hacerlo mediante el arte, la primera manifestación humana de la que se tiene constancia. El arte aporta, enseña y nos abre la mente a la interpretación y la propia subjetividad, nos envuelve para bien o para mal y nos ayuda a poder comunicarnos con otro lenguaje.

Aprendiendo a disfrutar del proceso creativo, y darle la importancia que tiene, las personas podrán descubrir otras capacidades que les harán reflexionar y replantearse sus limitaciones.

## **DURACIÓN**

Las clases tienen una duración de 1,30 h aproximadamente a la semana

## **ALGUNOS EJERCICIOS**

### **1– PINTURA A CIEGAS**

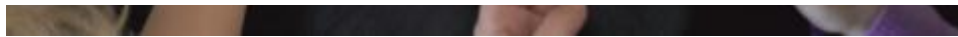
Ejercicio de liberación.

Pintar con los ojos cerrados un cuadro siguiendo una serie de pautas donde el resultado final sea lo menos importante sino el disfrute de anular un sentido por un tiempo.



### **2 – PINTAR UNA MÁSCARA BLANCA.**

Una de las maneras de utilizarla es aprovechando el hecho que una máscara tiene un lado exterior y uno interior. Los alumnos pueden crear artísticamente cómo la gente los ve en la parte exterior de la máscara y como realmente se sienten y se ven ellos en la parte interior, así la máscara queda pintada por ambas partes por los alumnos .



### **3 – DIBUJAR NUESTRAS EMOCIONES CON LA MÚSICA**

Expresar mediante la pintura lo que estamos sintiendo. ¿Cómo te sientes hoy?



### **4 – PINTURA EN AGUA**

Pintar con otras técnicas. Sobre el agua el óleo flota, se puede crear un dibujo flotante que al contacto con un papel quedará pegado a este dejándolo tal como se veía en el agua.



### **5 - ZENTANGLE.**

Mandalas en cuadraditos de cartulina. ( Relajación ) Una técnica sencilla para crear patrones que promueven la tranquilidad y la concentración.



### **6 - TRANSFERENCIAS**

Un método de imprimación casero donde podremos "pegar" nuestras imágenes seleccionadas o creadas por nosotr@s mism@s previamente y ponerlas en soportes como cristal, cerámica, madera...



### **7 – ANIMALES IMAGINARIOS.**

Hacer dibujos que parten de nuestras propias huellas.



### **8 - PINTAR CON CUADRÍCUA**

Dibujar un autorretrato a partir de una fotografía y líneas cuadrículas.

Si hace falta, marca los puntos en el original.

## **9 – OBRA EFÍMERA.**

Hacer una obra efímera que después destruyamos para trabajar el desapego.



## **10 – POEMARIO COLLAGE**

A partir de unas frases crear un collage que nos sugiera a lo leído.



## **11 - CERÁMICA**

Arcilla, aproximarnos a un material orgánico con las manos experimentando sus propiedades: peso, textura, temperatura, dureza



## **12 - BODEGÓN CON TÉMPERAS**

Manchas con témpera que pueden servirnos como base para otro dibujo.



## **13- CREAR UNA OBRA NATURAL**

Arte y naturaleza, crear una obra con materiales que ofrece la naturaleza.



#### **14 - PUZZLE**

Crear imágenes conjuntas transformables.



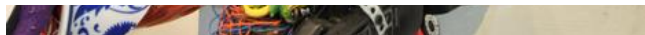
#### **15 . Frotage**

calcar sobre algo, como una hoja seca y copiarla al papel con el lápiz.



#### **16 – ARTE EN EQUIPO**

Crear una obra conjunta.



#### **17 – CON LA OTRA MANO**

Dibujar objetos y bodagones con mano que no usamos para desarrrollarla o ver las diferencias que nos puede dar una mano y otra.

#### **18 – PINTURA MURAL**

En grupo con las manos, por grupos. Obra conjunta. Aquí aprenderán a disfrutar del proceso participativo en la creación de una obra pintada con la colaboración de todos utilizando las manos donde podrán experimentar la pintura con el tacto, explotando este sentido y dejando que manifiesten y expresen lo que sus manos sientan.



#### **CREACIÓN DE UN CUADERNO DE BITÁCORA**

Crear un Cuaderno de Bitacora.

Los diarios visuales son esencialmente “diarios artísticos”. Normalmente contienen imágenes y palabras. Su contenido documenta experiencias del día a día, actividades y emociones y

autobiografías. Los terapeutas recomiendan los diarios visuales como una manera de explorar las emociones y los sentimientos a través del tiempo.

Existen ya algunos indicadores que el utilizar las artes visuales y la escritura en un diario tiene beneficios en la salud y el desarrollo personal.



Con todos estos ejercicios podremos desarrollar todos nuestros sentidos y explorar en nuestra creatividad artística llegando a crear un espacio tranquilo y relajante donde, en la medida de lo posible, podamos conectar con nosotr@s mism@s y que esto nos ayude a estar y disfrutar estando.

Kino Tovar.

TLF: 618 22 70 63

CORREO: [kino.tovar@gmail.com](mailto:kino.tovar@gmail.com)