



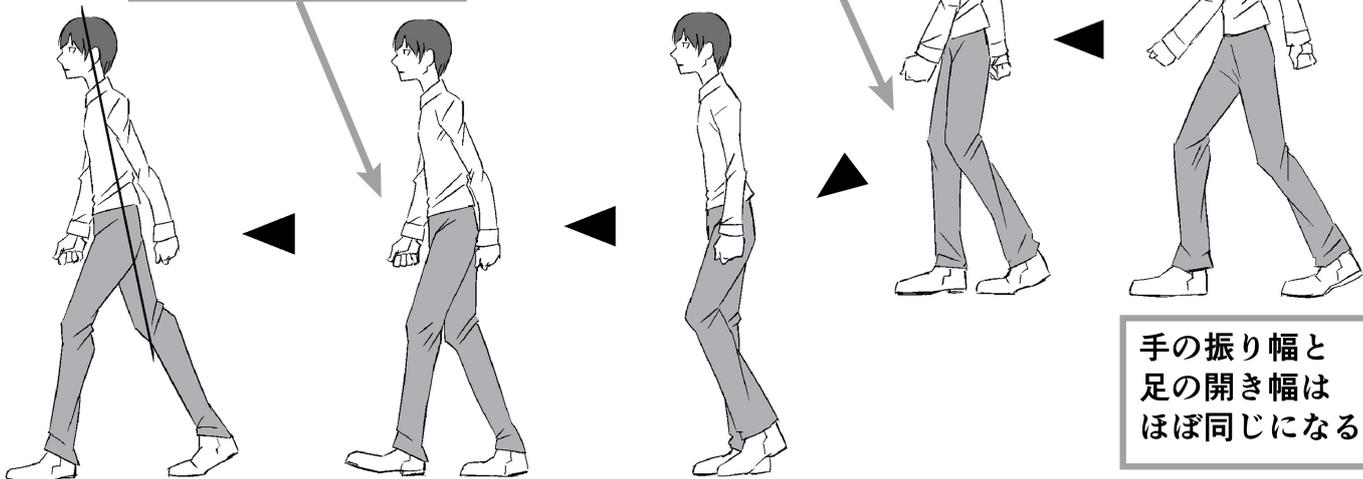
# 歩く・走るを描いてみよう

歩く走るといった動作は重心のバランスに注意して連動した動きの中の一瞬であることを意識して描きましょう

## 基本的な歩き方

左右に揺れる重心のバランスを手の動きで整えている

身体が直立になっている時に片足に全体重がかかっている状態になる



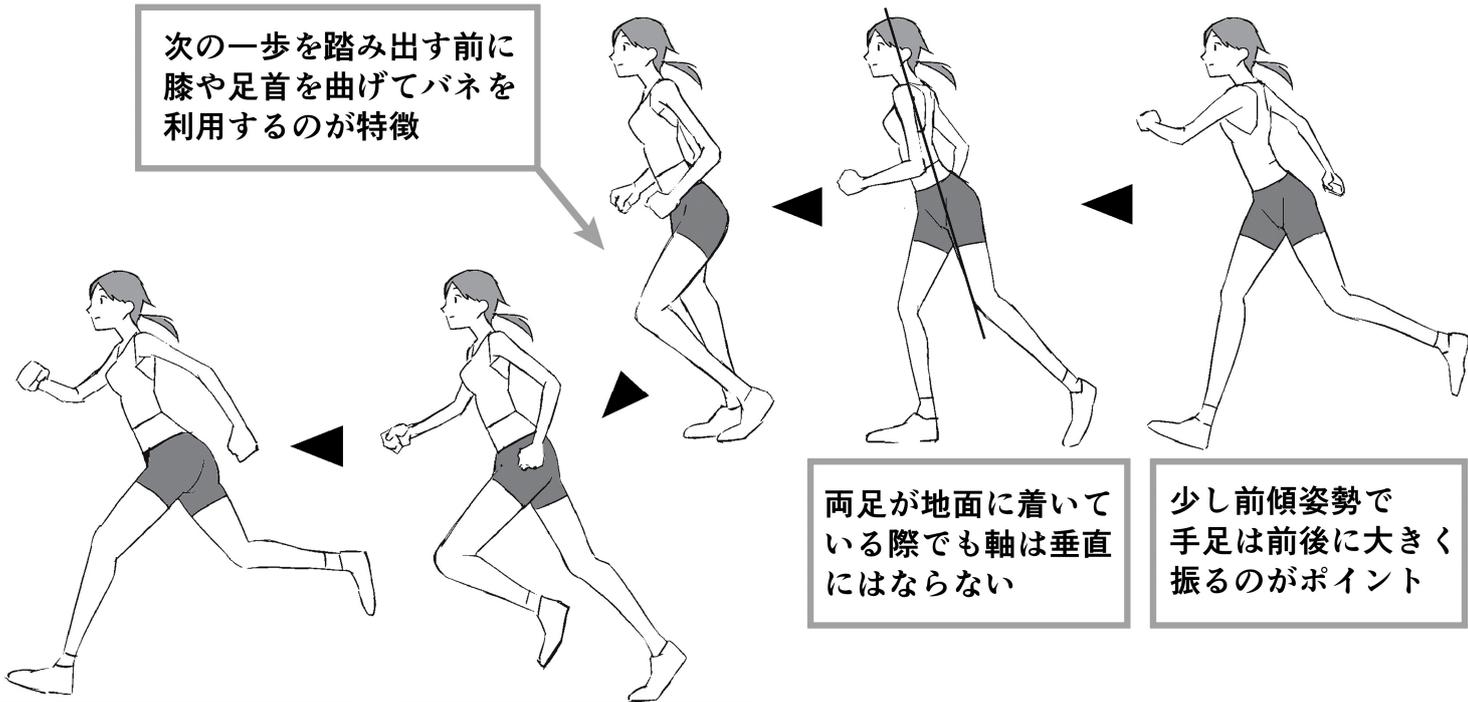
手の振り幅と足の開き幅はほぼ同じになる

踏み込んだ際には状態を少し傾けるのがポイント

踏み出そうとしている足はあまり上げることなく地を這うように前へ

## 基本的な走り方

次の一步を踏み出す前に膝や足首を曲げてバネを利用するのが特徴



両足が地面に着いている際でも軸は垂直にはならない

少し前傾姿勢で手足は前後に大きく振るのがポイント

「歩く」のとは違い両足が地面から離れた状態がある

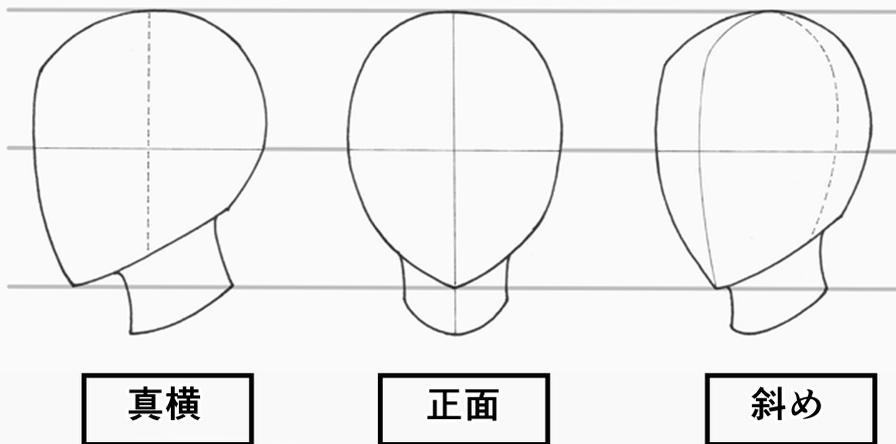
蹴り出した足は身体ラインと平行に伸びきった状態になる

# 体験課題

# アタリの取り方

1. 顔のアタリを立体として捉えて、描いて覚えましょう。まず、右のいずれかのアタリを模写して描いてみます。

※アタリとは絵を描く時に作るガイドの型のことで、輪郭と中の補助線で表現します。点線は耳の付く所で、顔と後頭部を分けるライン。水平に頭部を1/2にする線は目を描き込むガイドラインです。



真横

正面

斜め

2. 作成したアタリの上に、顔の下描きを入れていきます。表情も入れて描いてみよう！



怒りの表情

眉を吊り上げ、目つきも険しく、口角を力強く広げて食いしばった歯を見せます。



喜びの表情

眉尻と目尻を下がり、広角は逆に上げます。そして半円状に開いた口を描き込みます。



哀しみの表情

眉尻を下げ、目は伏目で涙目、口角は下がり、それによって少しほうれい線が生じます。

3. ペン入れをし、下描きを消して絵を完成させよう！

