

Self-portrait evaluation and building your skills step-by-step

सेल्फ-पोर्ट्रेट मूल्याङ्कन र तपाईंको सीपहरू चरण-दर-चरण निर्माण गर्नुहोस्

Proportion and detail: Shapes, sizes, and contour

अनुपात र विवरण: आकार, आकार, र समोच्च

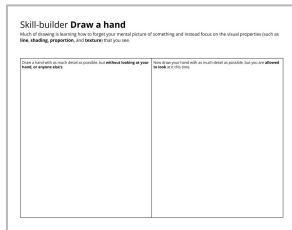
Shading technique: Deep black colours, smoothness, and blending

छायांकन प्रविधि: गहिरो कालो रंग, चिल्लोपन, र मिश्रण

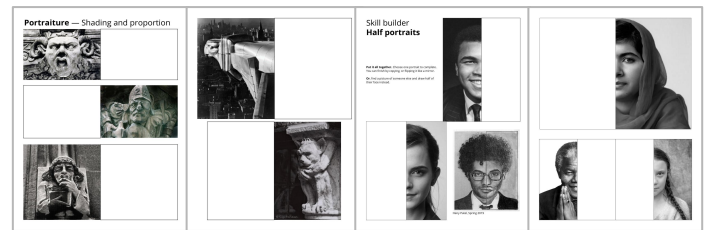
Composition: Complete, full, finished, and balanced

रचना: पूर्ण, पूर्ण, समाप्त, र सन्तुलित

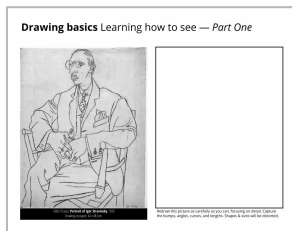
☐ **1.** Learn the difference between **looking and seeing**. हेर्ने र हेर्ने बीचको भिन्नता जान्नुहोस्।



☐ **7.** Practice drawing it **all together**. यो सबै सँगै कोर्ने अभ्यास गर्नुहोस्।



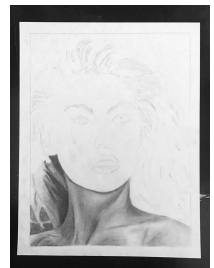
☐ **2.** Improve your ability to **see** and **draw details**. विवरणहरू हेर्ने र कोर्ने आफ्नो क्षमता सुधार गर्नुहोस्।



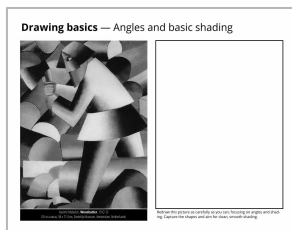
☐ **8.** Choose a **reference photo** with good **lighting**. राम्रो प्रकाश संग एक सन्दर्भ फोटो छान्नुहोस्।



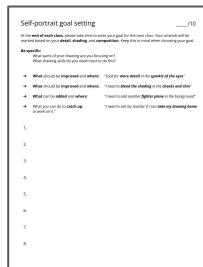
☐ **12.** Shade the **lighter** parts of the **shirt and neck**. शर्ट र घाँटीको हल्का भागहरू छाया गर्नुहोस्।



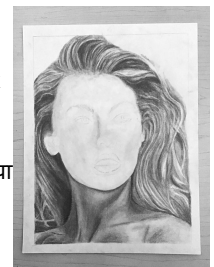
☐ **3.** Practice **drawing angles** and **shading**. रेखाचित्र कोण र छायांकन अभ्यास गर्नुहोस्।



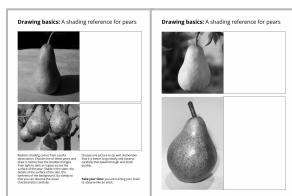
☐ **9.** Write one goal each day. प्रत्येक दिन एक लक्ष्य लेख्नुहोस्।



☐ **13.** Shade the **dark** parts of the **hair**, then the **light**. कपालको कालो भागलाई छाया दिनुहोस्, त्यसपछि उज्यालो।



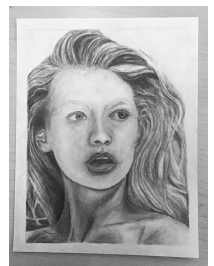
☐ **4.** Practice **blending** to make things look **3D**. चीजहरू 3D देखिन बनाउन मिश्रण अभ्यास गर्नुहोस्।



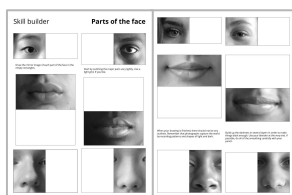
☐ **10.** Trace a **light outline**. प्रकाश रूपरेखा ट्रेस गर्नुहोस्।



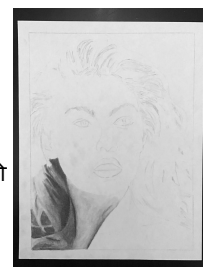
☐ **14.** Shade the **dark** parts of the **face**, then the **lights**. अनुहारको अँध्यारो भागहरू छाया गर्नुहोस्, त्यसपछि बत्तीहरू।



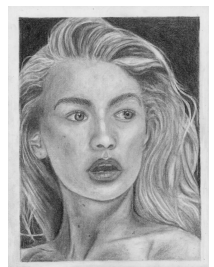
☐ **5.** Practice drawing **parts of the face**. अनुहारका भागहरू कोर्ने अभ्यास गर्नुहोस्।



☐ **11.** Shade the **darkest** parts of the **neck and shirt**. घाँटी र शर्टको सबैभन्दा कालो भागहरू छाया गर्नुहोस्।



☐ **15.** Shade to **connect** the parts, & **find improvements**. भागहरू जडान गर्न छाया, र सुधारहरू फेला पार्नुहोस्।



☐ **6.** Improve how you draw **hair textures**. कपालको बनावटलाई कसरी कोर्ने भन्ने सुधार गर्नुहोस्।

