

1.4. Стандартные фигуры.

Знакомство с размерной типологией

Знакомство с размерной типологией вооружит Вас в походах за покупкой одежды. Вы узнаете какие размеры и для фигур какого типа проектируют в России и в некоторых ведущих странах. Разумеется, мы не в состоянии привести Вам полную картину выпускаемых размеров одежды по всем государствам, но даже, приводя выборку, надеемся, что наши материалы помогут Вам неплохо сориентироваться на рынке одежды и адекватно использовать готовую одежду.

При проектировании одежды массового производства, модельеры имеют дело с манекенами или манекенщицами на усредненную, типовую фигуру. Типовые (стандартные) фигуры составляют достаточно малый процент от тех реальных фигур, которые встречаются на практике. Манекены, на которые шьют одежду, получены пропорциональными расчетами как среднестатистическая величина встречающихся фигур на основе массовых измерений населения (выборки измерений, как правило, составляют тысячи человек). Типовая фигура — это средний, обобщенный вариант. При массовых измерениях антропологи не учитывают наличие особенностей у фигур, а также встречаемые диспропорции и асимметрию.

В России продукция легкой промышленности маркируется в строгом соответствии с международной стандартизацией тремя числами. Первое число — это рост, второе число — обхват груди, третье — обхват бедер (у женщин). У мужчин третье число — величина обхвата талии. Например, если платье промаркировано как 164—96—104, то это означает, что оно спроектировано на фигуру роста 164 см с обхватом груди 96 см (обхват груди, деленный на два, дает 48 размер одежды) и обхватом бедер 104 см. В соответствии с представленной маркировкой можно без примерки определить, подходит ли вам данная одежда.

По обхвату бедер можно судить, к какой полнотной группе относится Ваша фигура.

Согласно стандартам выделяют 4 полнотные группы. При росте в 158 см и обвате груди 96 см обхват бедер составит:

для первой полноты — 100 см;

для второй полноты — 104 см;

для третьей полноты — 108 см;

для четвертой — 112 см.

Вторая полнота наиболее часто встречается в России, и является базовой для проектирования одежды. Размер, на который проектируют модели одежды второй полноты это — 164—96—104.

Для производства одежды предусмотрено 137 типовых фигур, из них 30 типовых фигур приняты для производства одежды в тех районах территории СНГ, где они встречаются с необходимой частотой процентного распределения.

Стандартами предусмотрено 14 размеров по обхвату груди от 84 (42 размера) до 136 см (68 размера) и шесть ростов от роста 146 см (± 3 см) до 176 см.

Не все указанные размеры часто встречаются в магазине, тем более не стоит искать одежды с маркировкой, не указанной в таблице. В таблице представлено четыре полноты.

Определите, к какой полноте Вы относитесь. То есть вычтите из обхвата бедер (с учетом выступа живота) обхват груди и по полученной разнице судите о принадлежности Вашей фигуры к определенной полноте.

Для первой полноты разница между обхватом бедер и обхватом груди составляет 4 см, для второй — 8 см; для третьей — 12 см; для четвертой — 16 см.

При проектировании швейных изделий учитывается и возрастная категория женщин. Младшей возрастной группой является 18—29 лет, средняя возрастная группа составляет 30—44 года, старшая — старше 45 лет.

Размер корсетного изделия определяется по обхвату под грудью и номером полноты. Например, размер 68-0 обозначает: обхват под грудью равен 68 и обхват груди 80 см. Разница между обхватом груди и обхватом под грудью обозначается номером:

0 — 12 см; 1 — 14 см; 2 — 16 см; 3 — 18 см.

Знакомясь с международной маркировкой одежды, необходимо отметить, что в ряде случаев она отличается от международных стандартов. Для удобства есть принятые обозначения в буквах и номерах размеров, которые необходимо переводить в см и к принятой маркировке России. Принятая в других странах маркировка вносит определенные затруднения для выбирающих импортную одежду. Советуем, столкнувшись с такой маркировкой, тщательно расспросить продавца и померить изделие. Номер, указанный на маркировке, может не соответствовать реальным размерам изделия из-за большого количества подделок под фирмы и может быть ошибочным. Отметим лишь, что во Франции маркировка 44 соответствует 48 размеру одежды, 42 — 46 размеру, 46 — 50 размеру. По данной маркировке в 48 размере другие измерения имеют отличия от наших стандартов. Так обхвату груди 96, во Франции соответствует женская фигура с обхватом талии 75 см (у нас 74 см), с обхватом бедер 101 см (у нас 100 см).

В международной маркировке размеров приняты следующие коды:

Размеры	Код
32—36	XS
36—38	S
38—40	M
40—42	L
42—44	XL

Маркировка Европы в целом отличается от английской и американской систем. Приведем таблицу соответствия номеров одежды.

Юбки, пиджаки, верхняя одежда

Россия	42	44	46	48	50	52	54
США	8	10	12	14	16	18	20
Англия	30	32	34	36	38	40	42
Европа	36	38	40	42	44	46	48

Для сравнения приведем маркировку другого вида одежды этих же стран и региона.

Свитера, блузы

Россия	42	44	46	48	50	52	54	56
США	30	32	34	36	38	40	42	44
Англия	32	34	36	38	40	42	44	46
Европа	38	40	42	44	46	48	50	52

Комментарии в данном случае излишни, понятно, что выбирая импортную одежду приходится рассчитывать на глазомер, либо, что лучше, на примерку.

1.5. Сравнение фигуры с наиболее часто встречающимися нестандартными вариантами

Нестандартная фигура — не дефект! Познакомимся с классификацией женских нестандартных фигур, наиболее часто встречающихся в России по рисункам Красниковой-Аксеновой Л., описав их¹.

Внимательно рассмотрите рисунки и постарайтесь определить, к какому типу фигур из классификации относится Ваша.

1 тип

Нормальная, пропорциональная фигура. Талия — горизонталь.

Это тип пропорционально сложенной женщины с нормальной фигурой. У таких женщин нет обильных жировых отложений, сильно развитых мышц. Линия талии пропорционально разделяет фигуру и является горизонтальной. Нормальная осанка и небольшая, пропорциональная грудь. С такой пропорционально сложенной фигурой меньше всего проблем с одеждой.

2 тип

Фигура с жировым отложением на бедрах. Данный тип фигур характеризуется большим жировым отложением на бедрах, более покатыми, чем у предыдущего типа плечами, выраженной горизонтальной линией талии.

¹ Красникова-Аксенова Л.Я. Учиться красиво одеваться. — М.: Московский рабочий, 1992. — 127 с.

Линия талии может быть высокой (при длинном туловище), обычной и низкой (по пропорциям к туловищу). Данный тип фигур является весьма женственным и если Вы относитесь к данному типу, то Вам будет легко превратить недостатки своей фигуры в достоинства.

3 тип

Фигура с жиротложением на животе, бедрах. Данный тип фигур характеризуется обильным жиротложением в области живота, верхней части бедер. Линия талии выражена, однако живот достаточно большой. Плечи маленькие, покатые. Длинная верхняя часть ноги до колена и укороченная голень. Ярko выражены изгибы позвоночного столба, шея короткая. Из-за жиротложений на животе линия талии не горизонтальна и может быть асимметричной по уровням с правой и левой сторон.

4 тип

Мужеподобная женщина. Данный тип характеризуется отсутствием выраженной линии талии, что придает всей фигуре мужеобразный тип. Плечи у такого типа больше бедер, бедра узкие, торс немного укорочен, ноги без ярко выраженных изгибов равномерной толщины внизу и вверху.

Линия талии может быть дугообразной, негоризонтальной (приподнятой или, наоборот, опущенной спереди). Ягодицы не выступают, живот небольшой. Жиротложение умеренное. На наш взгляд, данный тип создает впечатление сильно развитой мускулатуры, но на самом деле ее может и не быть. Эта ассоциация возникает потому, что такая фигура содержит определенную мужеподобность. По бркам, на бедрах возможна некоторая асимметричность жировых отложений.

5 тип

Худая сутупая женщина. Фигура данного типа характеризуется небольшими объемами, с жиротложениями на отдельных частях туловища (на бедрах), сутулой спиной. Из-за неправильного положения позвоночного столба у таких фигур, как правило, разноуровневая, выраженная, тонкая талия, короткая голень. Плечи спрямленные, умеренной ширины.

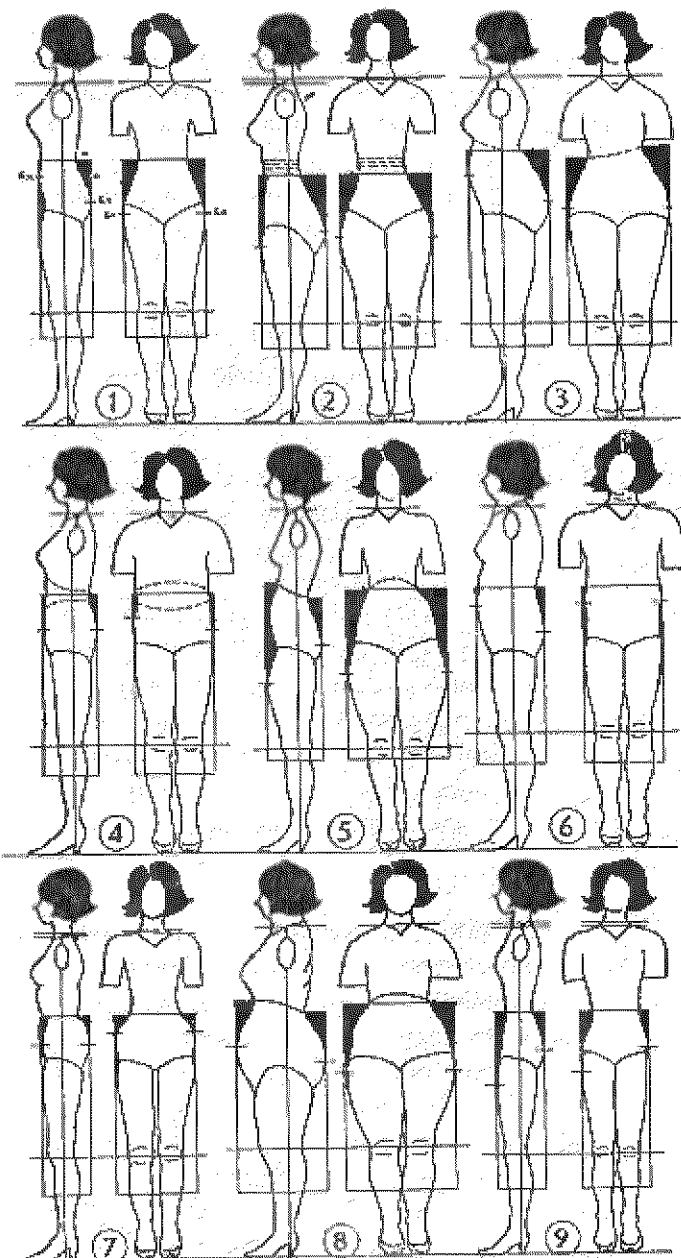


Рис. 9. Типология фигур по Л. Крашениковой-Аксеновой

6 тип

Плечистая, мужеподобная женщина. Данный тип отличается от предыдущего хорошо развитым плечевым поясом, более тонкими ногами, большими жиротложениями на талии, сглаженным позвоночником без ярко выраженных изгибов вверху и внизу. У данного типа фигур короткая, толстая шея. Уровень талии — горизонтальный.

7 тип

Фигура с крутыми бедрами. У данного типа выпрямленные, широкие плечи, тонкая, выраженная талия, узкая диафрагма, большие, округлые бедра с резким изгибом от талии к бедрам, тонкими ногами (иногда худыми, П-образными с зазором посередине).

Уровень талии горизонтальный. Позвоночный столб прямой без больших изгибов, лопатки хорошо различимы. Руки тонкие.

8 тип

Массивная женщина. Массивные женщины характеризуются большими жиротложениями на руках и ногах, округлой линией плеч, жировыми складками на спине, большими жиротложениями в области живота, ягодиц, бедер.

При относительно тонкой талии бедра смотрятся очень массивными даже при небольших обхватных размерах.

Талия у данного типа женщин из-за больших жиротложений внизу живота негоризонтальна, спереди ее уровень выше, чем сзади.

9 тип

Худая плечистая женщина. У данного типа хорошо развит плечевой пояс, отсутствуют жиротложения, узкие талия и бедра, худые ноги. Живот слегка впалый, маленькая грудь, линия талии проходит горизонтально.

Данная классификация не охватывает всего многообразия фигур, но если Вы находите в ней хотя бы элементы своей фигуры — чтение данного раздела безусловно Вам пригодится.

Данное описание хорошо тем, что перед нами — реальные, живые женские фигуры с наиболее часто встречающимся комплектом особенностей, своего рода стандартная нестандартность.

Вы могли и не найти себя в вышеприведенной типологии и быть вполне нормально сложенной. Мы привели наиболее часто встречающиеся фигуры с рядом особенностей. Нижеследующая классификация дефектов для тех, у кого есть какая-то одна особенность в фигуре, которая мягко выражаясь, не дает Вам спать и Вы готовы идти на все, чтобы избавиться от неприятных переживаний.

1.6. Отклонения фигуры от стандартной: реальные и мнимые дефекты

При наличии ряда отклонений от типового телосложения появляется зрительная диспропорциональность, несоразмерность, негармоничность Вашей фигуры, которая может вызывать устойчивый дискомфорт.

Милые дамы! Давайте проанализируем является ли это отклонение реальным, либо только кажущимся, а затем будем жить под лозунгом: «Дефекты — в эфффекты!» Мы рады Вам помочь в этом. Итак, ниже наиболее часто встречающиеся особенности фигур.

Наша классификация содержит 4 класса дефектов (рис. 10). Заметим, что одна фигура может иметь несколько отклонений. Кроме того, проявление того или иного дефекта связано с наличием жиротложений. Полнота может маскировать особенность (длинная шея) и, наоборот, усугублять его (короткая шея).

1 класс особенностей выделен исходя из соотношений продольных размеров. Это высокий, маленький рост, отклонения в пропорциях по соотношению длины туловища к ногам (длинное туловище, короткие ноги; короткое туловище), головы к туловищу (маленькая голова, большая голова), рук к туловищу и длина шеи.

2 класс особенностей выделен по соотношениям поперечных размеров. Эти особенности связаны с отклонениями в пропорциях тела. К ним относятся: большие плечи (плечи больше бедер), маленькие плечи (плечи меньше бедер) или широкие бедра.

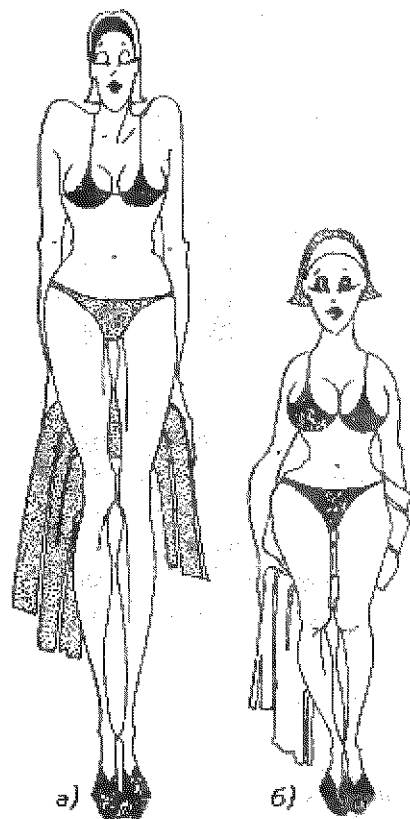


Рис. 11. Соотношение продольных размеров тела:

а) высокий рост; б) низкий рост.

Договоримся, что рост будет считаться высоким, если он приближается к 180 см. Если Вы меньшего роста, скорее это не отклонение, при условии, что Вы не очень худая.

Согласно канонизированным пропорциям фигуры голова составляет $1/7$, $1/8$ часть тела. Измерьте свои пропорции, например, по фотографии в полный рост. Возьмите высоту головы за единицу измерения (модуль). Измерьте, сколько модулей укладывается в Ваше туловище и ноги. У Вас высокий рост если высота головы составила $1/9$ от роста.

Женщины слишком высокого роста составляют относительно небольшой процент к общему числу женщин. Несмотря на то, что все манекенщицы, демонстрирующие одежду, не ниже 170 см, а порой и значительно выше, женщин такого роста от силы 13 процентов от общего количества женщин.

Понятие «высокий» всегда соотносится со средней высотой населения, а также с Вашими размерами. При одном и том же росте можно восприниматься выше, если размер одежды мал, или Вы выше среднестатистического роста населения в данной местности. Согласно данным по России, к среднему росту относится фигура с ростом 164 см (а значит фигура с параметрами 170 см считается высокой). Сейчас среди молодежи за счет акселерации, средний рост достигает 168 см, следовательно девушка ростом 170 см не считается высокой.

Маленький рост

Для России маленький рост — это рост 155 см и ниже. Для других регионов следует учитывать средний рост народонаселения (рис. 11, б).

Полная по комплекции

Полнота определяется соотношением массы тела к длине (рис. 12, а). Масса тела должна равняться длине тела минус 100. Если Ваш рост находится в пределах 8 кг к вычисленному значению — Вы не слишком полная.

Если полученное значение больше желаемого на 10—20 кг — Вы полная.

В остальных случаях мы имеем дело с комплексом полноты.

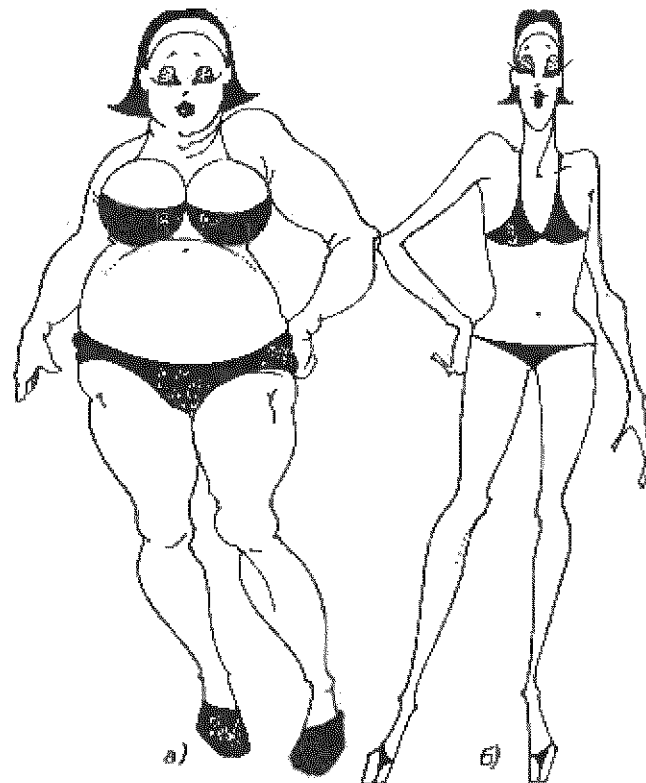


Рис. 12. Отклонение фигуры от стандартной по полноте:
а) полная; б) худая.

Худая по комплекции

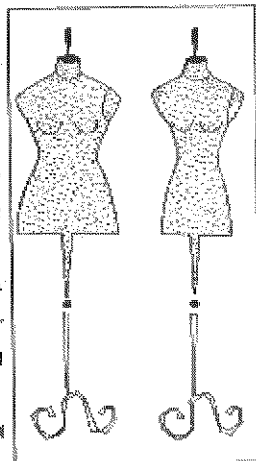
Худой женщина может смотреться при небольших обхватах груди и маленьких обхватах бедер в сочетании с ростом. Очень худыми считаются женщины первой полноты и менее (рис. 12, б).

Если при обхватах груди 84, 88 и 92 см Ваш обхват бедер равен или меньше соответственно 88, 92 и 96 см — Вы худенькая женщина.

Женщины с большими обхватами груди (96, 100, 104 см) могут также смотреться худощавыми при обхватах бедер соответственно меньше 100, 104, 108 см.

Вы совсем маленькая женщина, если Ваш обхват груди 84 см и меньше (вне зависимости от Вашего роста).

Если Вы имеете стандартное сочетание обхвата груди и обхвата бедер, то есть соответственно 88—92, 92—96, 96—100, 100—104 и Ваш рост более или равен 176 см, Вы также будете смотреться худой; для размера 42 (84 см обхват груди) женщина выглядит худой при росте, начиная с 170 см при среднем обхвате бедер. Если Ваш обхват бедер 88 см, то Вы худая и при росте 164 см.

*Большие плечи*

По размерному признаку ширины плечевого ската можно лишь относительно судить о величине плеч (рис. 13, а).

Так, для всех полнотных групп и всех размеров и ростов ширина плечевого ската колеблется от 12,5 до 14,1 см.

Следовательно, если Ваши плечи шире 14,5 см, их можно отнести к широким, хотя важно еще и зрительное соотноше-

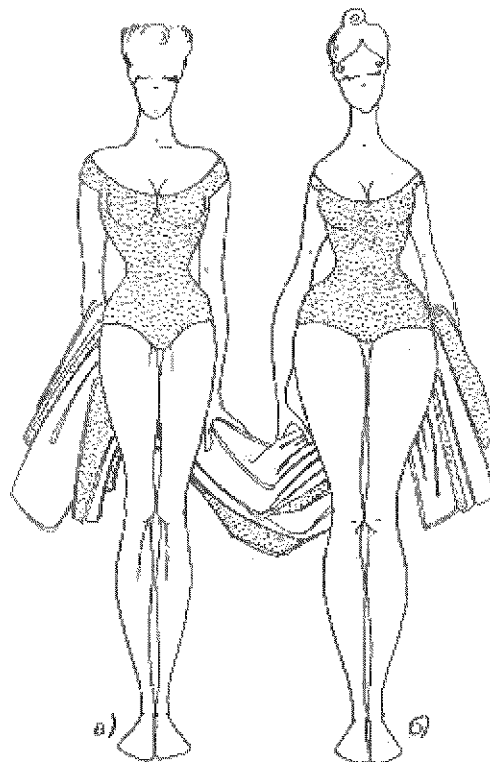
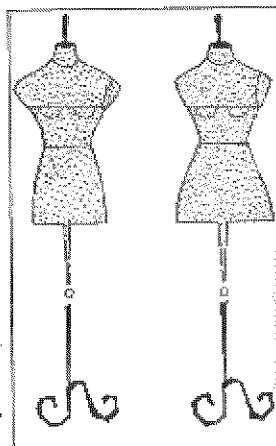


Рис. 13. Соотношение поперечных размеров тела:

- а) большие плечи, узкие бедра;
б) маленькие плечи, широкие бедра.

ние пропорций ширины плеч и бедер.

Согласно классическим представлениям о пропорциях человеческой фигуры, ширина должна составлять чуть меньше двух модулей головы. Если взять высоту головы от подбородка до затылка и отложить в обе стороны от осевой, проходящей посередине фигуры по одному модулю и чуть уменьшить полученный размер, — получается средненормальная ширина плеч. Ширину плеч можно измерить модулем по своей фотографии, тем самым легко устанавливается наличие данного отклонения фигуры.

Ширина плеч пропорционально сложенной фигуре составляет $1/4$ роста или 21,8 процента к длине тела.

Широкие бедра

Если Ваши бедра по ширине больше двух модулей головы, можно считать, что у Вас широкие бедра. Кроме того, бедра смотрятся широкими при любом обхвате, если они шире плеч (рис. 13, б).

У пропорционально сложенной фигуры ширина бедер приблизительно равна ширине плеч, или составляет 17,8 процента к длине тела.

Длинное туловище

У пропорциональной фигуры высота пупка составляет $4/6$ к высоте фигуры, длина туловища (с головой) $1/2$ от роста. Если длина туловища с головой больше $1/2$ роста, то у Вас длинное туловище (рис. 14, а).

Туловище является длинным, если расстояние от пола до точки под лобковым сочленением меньше $1/2$ высоты фигуры.

У пропорционально сложенной женщины длина туловища составляет 31,2 процента, а длина ног 53 процента к длине тела.

Короткое туловище

Коротким является туловище, если расстояние от пола до точки под лобковым сочленением больше $1/2$ высоты фигуры (рис. 14, б). Длина верхней части фигуры меньше $1/2$ роста (туловище с головой) или меньше 30 процентов к длине тела.

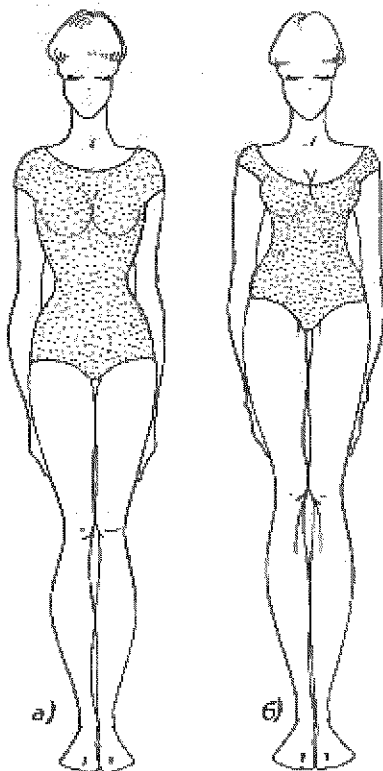
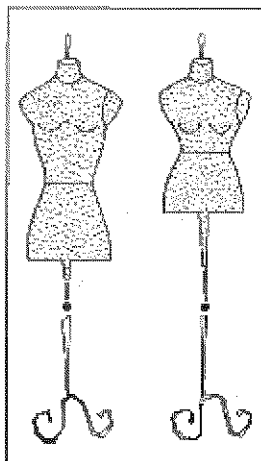


Рис. 14. Соотношение продольных размеров тела:
а) длинное туловище; б) короткое туловище.

Маленькая голова

Для размеров одежды до 52, маленькая голова составляет в обхвате 54 см и менее. Для размеров одежды, начиная с 54 и более, маленькой голова считается при обхвате 55 см и менее. Данный дефект определяется опять-таки по соотношению к остальным частям тела (рис. 15, а). Даже при обхвате головы в 56 см она может смотреться как маленькая. Маленькой также смотрится голова, если она составляет по отношению к высоте фигуры $1/9$ часть.

Большая голова

При любых размерах, начиная с 57 см в обхвате, голова может считаться большой, а для очень крупных фигур (начиная с 54 размера одежды) — с 59 см.

Если Ваша голова по пропорциям больше $1/8$ длины тела, есть основание говорить о наличии рассматриваемой особенности фигуры (рис. 15, б).

Висячая грудь

Если расстояние от подбородка до уровня груди больше модуля головы, грудь смотрится низко опущенной. У нормально сложенной фигуры высота груди составляет $1/4$ роста (от наиболее выступающей точки свода черепа до линии сосков) (рис. 16, а).

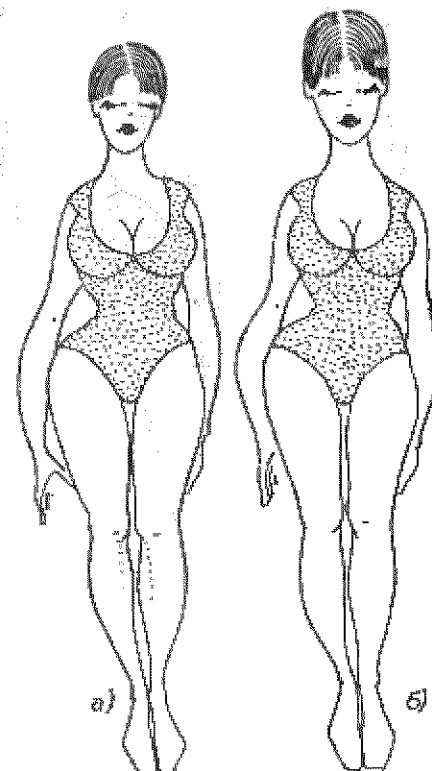


Рис. 15. Соотношение головы и тела:
а) маленькая голова; б) большая голова.

Большой живот

Данный недостаток легко определяется на глаз, в зависимости от размеров тела человека, большой живот характеризуется большим обхватом талии. Для роста 164 см, обхвата груди 96 см, обхвата бедер 112 см, большим является обхват талии 80 см. Большой живот часто встречается с большими массивными бедрами. Если Вы 46 размера — большим будет живот с обхватом талии 76 см и более, если Ваш размер 50—85 см и более, если 52—89 см и более.

Если Ваши параметры еще больше приведенных — у Вас без сомнений большой живот (рис. 16, б).

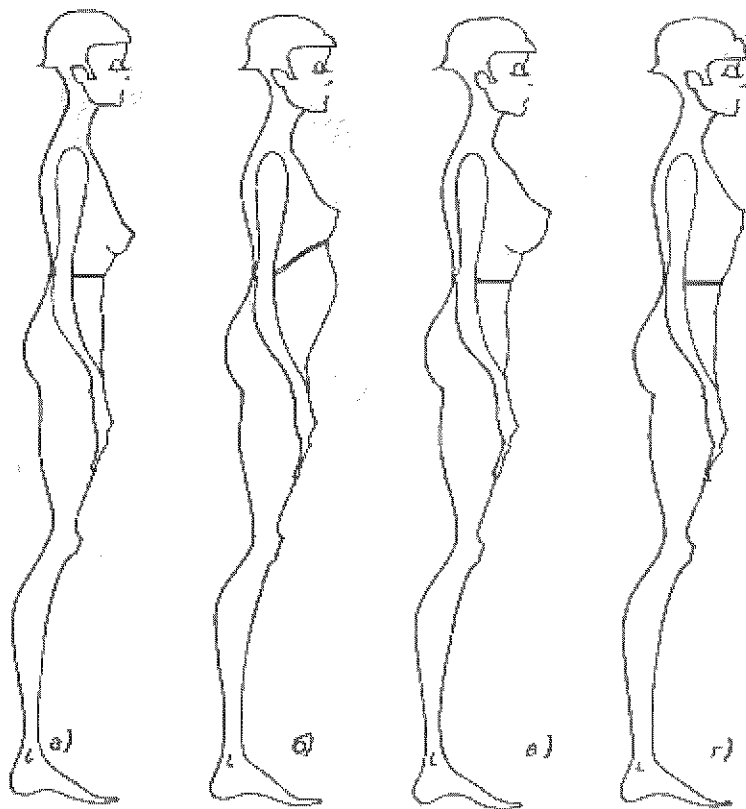


Рис. 16. Дефекты отдельных частей тела:

а) висячая грудь; б) большой живот; в) чрезмерно большая грудь; г) маленькая грудь.

Чрезмерно большая грудь

Дефект свидетельствует о наличии большого обхвата груди по размеру или пропорциям по отношению к другим частям тела. Чрезмерно большая грудь может встречаться при разных обхватах груди — 88, 92, 96 и т.д. (рис. 16, в).

Если разница между обхватом груди и под грудью больше 18 см, есть основание считать, что у Вас большая грудь.

Маленькая грудь

Если разность между обхватом груди и обхватом под грудью небольшая (до 8 см), есть основание считать Вашу грудь маленькой (рис. 16, г). Для маленькой груди характерна плоская или впалая грудная клетка с неразвитыми грудными железами (как у девочки-подростка).

Сутулая спина

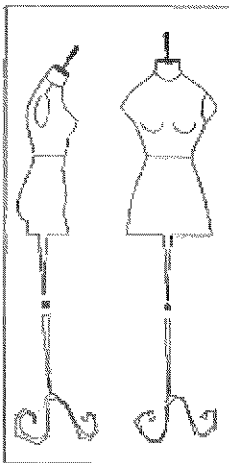
Сутупость характеризуется большим изгибом позвоночного столба в шейном отделе. Особенно заметен данный дефект при рассмотрении фигуры сбоку (рис. 17, а).

Нормальная осанка характеризуется равномерным развитием всех изгибов позвоночного столба. Если изгибы всех отделов позвоночника являются слабыми, то осанка называется выпрямленной.

Сутулая спина дает сутуловатую осанку. Сутуловатая осанка отличается резким усилением шейного изгиба при несколько наклоненной вперед шее и уменьшением поясничного лордоза («круглая спина»).

Дефект легко обнаруживается зрительно. Выделяют два типа сутупости. Первый тип характеризуется большим шейным изгибом и уменьшенным поясничным. Второй тип характеризуется большими поясничным и шейным изгибами.

Сутупость шейного отдела определяется через размерный признак «Положение корпуса». Положение корпуса измеря-



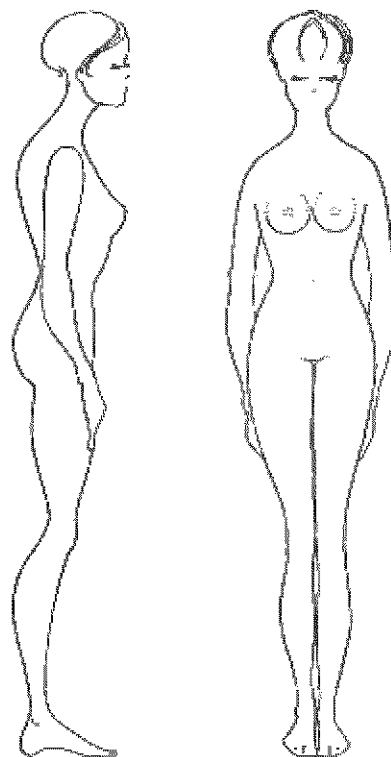


Рис. 17. Дефекты формы отдельных частей тела:
а) сутулая спина; б) покатые плечи.

дугу головы (высота головы — от верхушечной точки до подбородка). Высота головы и шеи составляет $1/6$ высоты фигуры. Ширина шеи составляет $1/4$ высоты головы, а обхват шеи равен обхвату икры.

Если у Вас голова с шеей составляют больше чем $1/6$ высоты фигуры (роста) и ширина шеи больше $1/4$ высоты головы — у Вас короткая шея.

Короткую шею можно диагностировать и чисто визуально. Короткая шея нередко встречается у фигур с приподнятой высотой плеч и сутулостью.

ют по горизонтали как расстояние от шейной точки до вертикальной плоскости. Плоскость должна касаться наиболее выступающих назад точек обеих лопаток.

Для нормальной фигуры положение корпуса (Пк) составляет $6,2 + 1,25$ см (для фигуры $158-96-104$).

Для сутуловатой Пк = $8,7 + 1,25$ см.

Покатые плечи

Покатые плечи характеризуются большим углом наклона плечевой линии по отношению к проведенной горизонтали. У фигур с нормальным наклоном плечевой линии, данный угол составляет в среднем 21 градус (рис. 17, б).

Короткая шея

В пропорционально сложенной фигуре шея составляет $1/3$ мо-

Длинная шея

Длинной считается шея, если ее общий размер с головой составляет $1/8$ и $1/9$ часть фигуры.

Длинная шея в обхвате меньше обхвата икры и ее ширина меньше $1/4$ высоты головы.

Длинная шея встречается как правило у людей осанистых с небольшой головой и удлинненными конечностями.

Дефекты формы ног

Нами выделяются следующие дефекты формы ног: слишком полные; слишком худые; Х-образные; П-образные, широко расставленные в бедрах; О-образные; кривые в верхней части; кривые в нижней части (см. рис. 18).

Дефекты диагностируются визуально.

Варианты асимметрии

Отдельная группа дефектов связана с асимметрией правой и левой частей туловища, встречающаяся у 75 процентов женщин.

Сюда относятся: плечи разной высоты; бедра разной высоты; разная грудь; несимметричное выступание лопаток (см. рис. 19).

Определить наличие дефекта данной группы у себя несложно, это можно сделать по фотографии анфас и в профиль Вашей фигуры в полный рост.

Обведите контуры своей фигуры, проложите дополнительные горизонтали по линиям плеч, груди, талии, бедер, коленей и через верхушечную точку головы и вертикали — через середину фигуры, конец бедра, конец плеча. Вы мгновенно выявите асимметрию.

Не удивляйтесь, если ранее Вы и не знали о том, что у Вас асимметрия. Не огорчайтесь, небольшая асимметрия тела есть практически у каждого человека и если она визуально не определяется — нет необходимости заниматься ее коррекцией. Избегайте лишь зрительных эффектов, которые могут ее подчеркнуть.

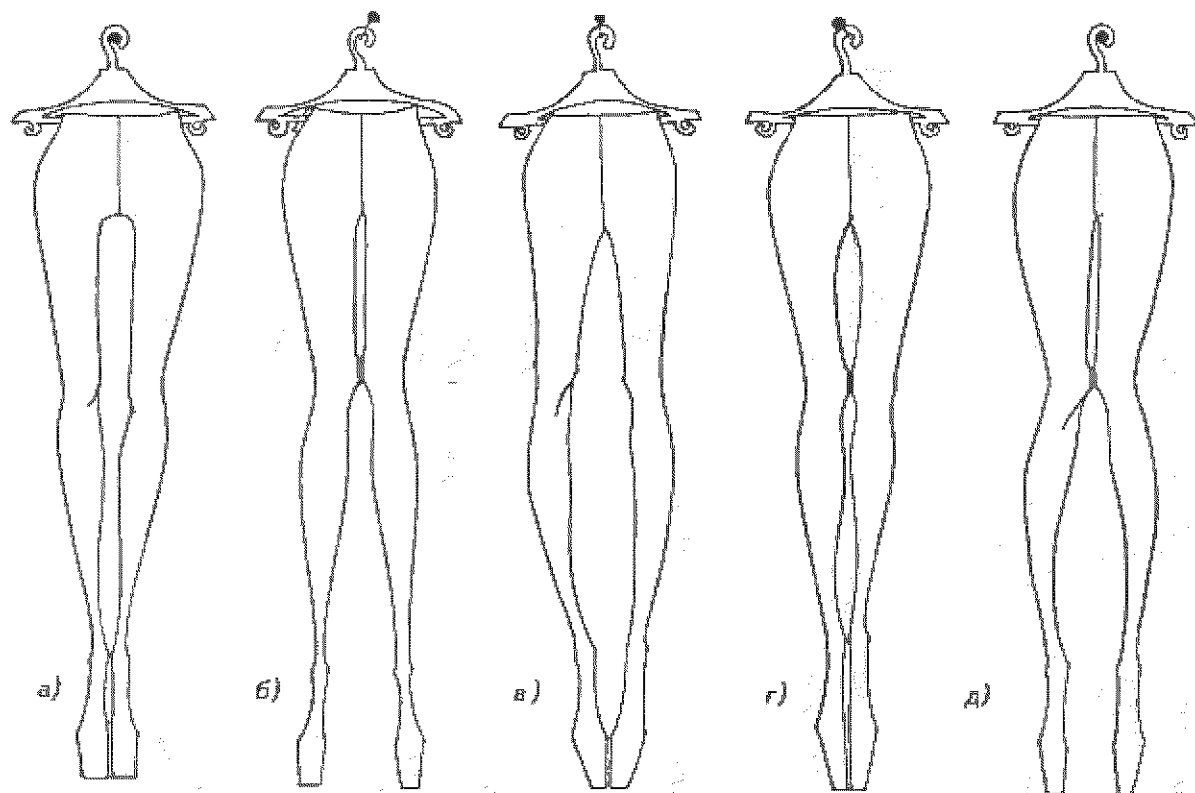


Рис. 18. Дефекты формы ног: а) П - образные; б) X - образные; в) О - образные; г) кривые вверх; д) кривые вниз.

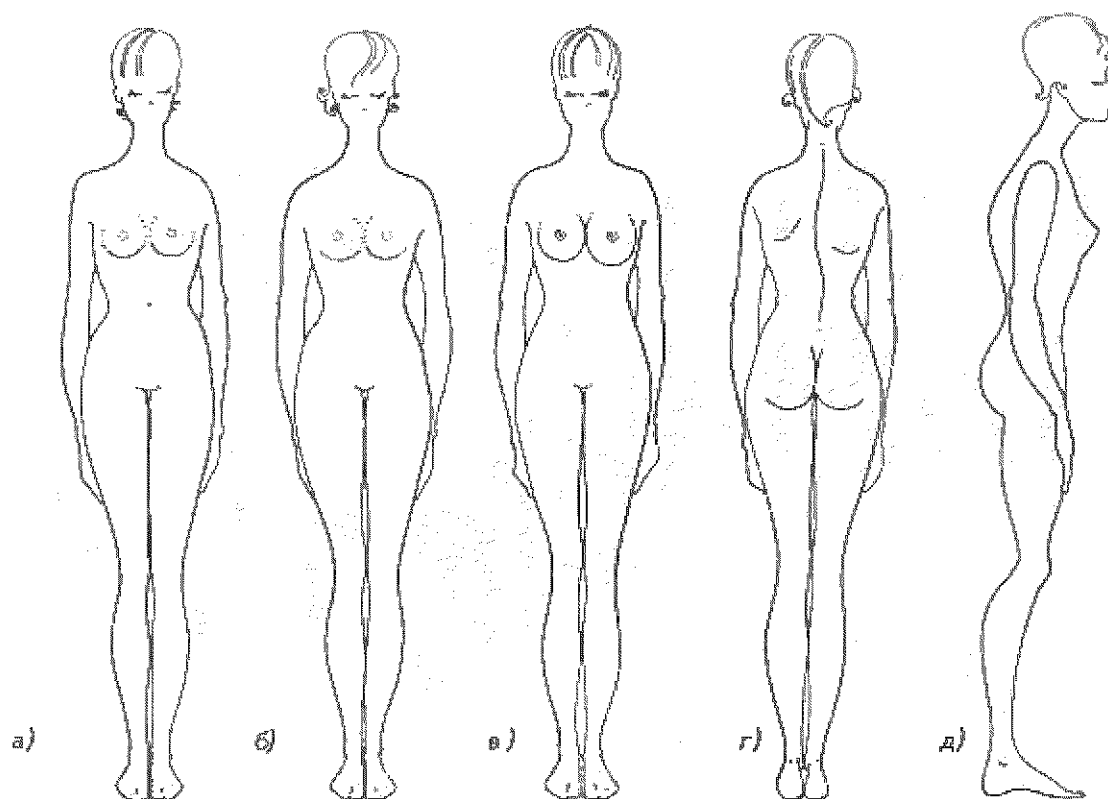


Рис. 19. Асимметрия частей фигуры: а) асимметрия плеч; б) асимметрия бедер; в) асимметрия груди; г) разные лопатки; д) искривление позвоночника.