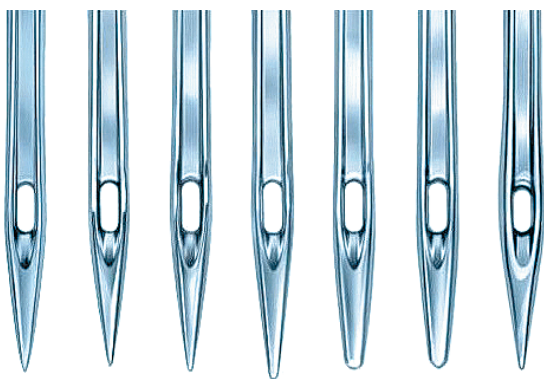


# Содержание



ОТ АВТОРА . . . . .	5
ИНСТРУМЕНТЫ И МАТЕРИАЛЫ . . . . .	7
Инструменты . . . . .	8
Трикотаж — что это такое?	
Виды трикотажного полотна . . . . .	21
Растяжимость трикотажного полотна . . . . .	32
Подготовка трикотажа перед раскроем . . . . .	33
Рекомендации по уходу за изделиями, сшитыми из хлопкового трикотажа . . . . .	34
<b>МАСТЕР-КЛАССЫ . . . . .</b>	<b>35</b>
Как правильно снять мерки. . . . .	36
Прибавки на свободное облегание. . . . .	42
Как построить выкройку-основу плечевого трикотажного изделия . . . . .	46
Как построить выкройку женской футболки . . . . .	47
Как построить выкройку детской футболки. . . . .	47
Как сшить фетболку с втачным рукавом. . . . .	49
Моделирование выкройки лонгслива . . . . .	69
Моделирование выкройки футболки с баской или платья с оборкой . . . . .	76
Моделирование выкройки платья с оборкой (2-й вариант) . . . . .	81
Моделирование выкройки облегающего женского платья-футболки. . . . .	82
Моделирование выкройки свободного женского и детского платья А-силуэта . . . . .	83

Моделирование выкройки майки . . . . .	84
Моделирование выкройки футболки со спущенным плечом . . . . .	85
Выкройка свитшота . . . . .	88
Как построить выкройку женского свитшота . . . . .	90
Как построить выкройку мужского свитшота (футболки) с втачным рукавом . . . . .	91
Как построить выкройку детского свитшота . . . . .	102
Как построить выкройку капюшона для трикотажного изделия . . . . .	103
Моделирование выкройки трикотажного пальто с капюшоном . . . . .	107
Как построить выкройку простых трикотажных брючек, легинсов . . . . .	118
Моделирование выкройки простых трикотажных брючек без бокового шва . . . . .	128
Как построить выкройку женских трикотажных брюк с боковым швом . . . . .	129
Моделирование трикотажных брючек на поясе с манжетами по низу. . . . .	132
Моделирование кармана с отрезным бочком на трикотажных брюках. . . . .	133
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ. . . . .</b>	<b>141</b>



Виды игл

посмотреть в руководстве по эксплуатации техники.

От правильного подбора игл зависит конечный результат пошива изделия. Шить одной иглой хлопок, трикотаж, джинсовую и прочие ткани нельзя.

Чем тоньше ткань, из которой вы шьете, тем меньше должен быть номер иглы.

Самые тонкие иглы — это № 65, их используют для пошива очень тонких шелковых и хлопчатобумажных тканей. Изделия из плательных и костюмных тканей шьют иглами № 90, плотные и грубые ткани, например джинсовую ткань, шьют иглами № 100–110.

При постоянной работе острие иглы испытывает очень большие нагрузки и затупляется. Поэтому если вы шьете очень много, то иглу нужно периодически менять на новую. От удара по игольной пластине носик острия загибается, что приводит к появлению пропуска стежка и обрыву нитки, на ткани могут появиться затяжки. За состоянием острия иглы нужно постоянно следить, и если игла повредилась, незамедлительно ее менять.

Иглы бывают четырех (основных) типов:

*Универсальные иглы* — для разнообразнейших материалов. Размеры (номера) от 9/65 (самые тонкие) до 18/110;

*Иглы с закругленным концом* — для трикотажа и растяжимых материалов. Размеры от 9/65 до 16/100;

*Двойные иглы* — для выполнения декоративной строчки (такая игла с лицевой стороны изделия дает две параллельные строчки, а с изнаночной образуется зигзаг);

*Иглы для пошива кожи* имеют особую форму острия в виде плоского лезвия. Их используют для пошива изделий из натуральной кожи или винила.

*Иглы с острием в виде шарика* для тканей, растягивающихся как в поперечном, так и в долевом направлении. Их строение позволяет шить изделие из толстого трикотажа и эластичных материалов типа стрейч без пропусков.

*Джинсовые иглы* имеют очень тонкое острие и предназначены для толстой хлопчатобумажной ткани, холста и других плотных тканей.

Также любой портнихе необходимы следующие швейные принадлежности:

- швейные нитки
- сантиметровая лента
- портновский мел
- линейки, портновские лекала
- швейные иглы для ручных работ
- портновские булавки
- английские булавки
- наперсток
- портновские ножницы
- канцелярские ножницы
- ножницы с зубчатыми лезвиями «зигзаг»
- кусачки швейные
- утюг, съемная подошва утюга и приспособления для утюжки
- гладильная доска

## Швейные нитки



**Швейные нити** — это важнейший инструмент, от которого зависит качество работы швейной машины, оверлока и распошивальной машины.

Как бы хорошо вы ни настроили машинки, они могут плохо делать строчки, если используются неподходящие или некачественные нити. Тонкие нитки будут обрываться, а при использовании толстой нити с тонкой иглой она будет протираться в области ушка и тоже обрываться.

Нитки, которые используют для пошива одежды, должны быть прочными. Только такие смогут выдержать износ и температуру иголки при шитье.

Маркировка ниток:

- ЛЛ — лен + лавсан
- ПЭ — 100% полиэстер
- ЛХ — лен + хлопок
- ХБ — 100% хлопок

Аббревиатуру на маркировке не всегда так просто расшифровать.

На современных нитках производители для маркировки используют цифры. Цифрами обозначают толщину нитки.

На нитках российского производства чем выше число, тем нитка толще. Самые популярные — это нитки с маркировкой 35 ЛЛ и 45 ЛЛ, они подходят для шитья на швейных машинках. Нитки с маркировкой 100 ЛЛ и 120 ЛЛ — для декоративных строчек и отстрачивания швов на джинсовых и других плотных тканях.

На нитках зарубежного производства чем больше цифра, тем тоньше нитки. Самые популярные нитки с составом 100% полиэстер с толщиной 40, 50 и 60. Такие нитки идеально подходят для шитья на оверлоке и распошивальной машине. Чем тоньше игла на машинке, тем тоньше должна быть нить.

Еще один вид ниток — это текстурированные нити. Они высокообъемные, из синтетических волокон, отличающиеся от обычных текстильных нитей повышенным удельным объемом, сильной извитостью, рыхлой структурой и в ряде случаев боль-



Швейные нитки



мой остря. Неправильно подобранными булавками можно испортить ткань, от булавок могут остаться дырочки, убрать которые уже будет невозможно.

## Английские булавки



**Английские булавки** тоже довольно часто используются портными. Они нужны для вдевания резинок в пояс, продевания шнура в кулису куртки, платья и т.п.

## Наперсток



Еще один инструмент для портного это **наперсток**. Наперсток — это колпачок, который надевается на палец с целью его защиты от укола иглой при шитье на руках и для проталкивания иглы сквозь толстый материал.

## Портновские ножницы



Не все ножницы считаются швейными ножницами и могут использоваться портными для раскроя ткани. **Портновские ножницы** — это особый вид ножниц, сделанных из специальной стали, имеющих особую форму и угол заточки лезвия.

Правильно подобранные портновские раскройные ножницы способны облегчить процесс кроя, в том числе тонких шелковых и подкладочных тканей. Очень важно, чтобы швейные ножницы аккуратно и легко резали любые ткани всем лезвием, и в том числе кончиками.

Портные используют ножницы, у которых одно кольцо ручки заметно боль-

ше другого и лезвия заточены относительно ручки под определенным, не прямым углом. Большая ручка нужна для того, чтобы можно было ее ухватить четырьмя пальцами, поскольку приходится иногда прикладывать значительное усилие. Портновские ножницы выпускаются не только для правой руки, но и для левой. Если вы левша, то поищите в продаже ножницы на левую руку.

**Канцелярскими ножницами**, с прямым углом заточки лезвий, вы не сможете сделать надсечки уголков ткани точно по намеченной линии, это еще одно существенное отличие портновских ножниц от других видов.

Ножницы для кроя сделаны из особых сталей, и поэтому они тяжелее канцелярских ножниц, их режущие лезвия длиннее, кончики острые или заостренные, не «обрезанные» под прямым углом. У самых больших портновских ножниц лезвия длиной свыше 40 см.

Для кроя различных по плотности тканей нужно использовать соответствующий размер ножниц, тогда кроить ткань будет удобно и легко.

Сейчас у меня есть пять портновских ножниц, но в основном я пользуюсь только двумя, самые большие я использую только при крое пальтовых или толстых тканей.

## Канцелярские ножницы



Также нужны обычные **канцелярские ножницы**. Например, вырезать детали выкроек. Ни в коем случае не режьте бумагу портновскими ножницами, так они очень быстро затупятся.



Портные используют также и **ножницы «зигзаг»**. Вырезанные ими детали тяжелых шерстяных или драповых тканей не требуют дальнейшей обработки края оверлоком. Такие ножницы незаменимы для

Мне спокойнее, когда трикотаж постиран, и я знаю, что в процессе носки и после первой стирки изделие не потеряет свой вид.

Весь трикотаж я стираю в стиральной машинке, на режиме «быстрой стирки», при температуре не выше 40 градусов, отжим 400 оборотов, с добавлением жидкого средства для стирки, для цветных тканей я использую средство для цветного белья. Рекомендую стирать трикотаж перед кроем на том же режиме, на котором вы планируете стирать готовые изделия.

Я неоднократно проводила замеры отрезков до и после стирки. На эту тему есть видео на моем канале в YouTube.

Исходя из своего опыта могу сказать, что трикотаж качества компакт практически не даёт усадки после стирки. Наибольшую усадку дает трикотаж качества ринг и о. е. Поэтому можно сделать вывод, что чем выше качество трикотажа, тем меньше он садится после стирки, и в принципе такой материал можно не стирать, достаточно декатировки.

После стирки все отрезки я развешиваю (хотя желательно трикотаж разложить на прямой ровной поверхности, но у меня нет возможности сушить в таком положении), и так они висят до полного высыхания. После этого я их утюжу с паром. И только тогда приступаю к раскрою.

## Рекомендации по уходу за изделиями, сшитыми из хлопкового трикотажа

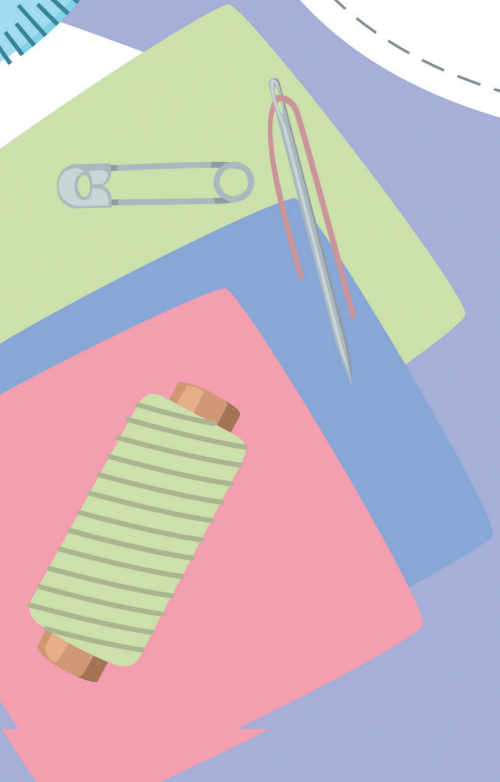
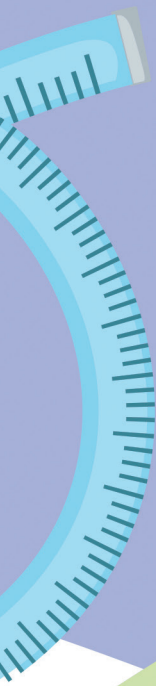
---

Сшив изделие из трикотажа, очень важно, чтобы оно оставалось красивым и не теряло внешний вид после первой же стирки. Неправильно постирав готовое изделие, на выходе мы можем получить испорченную вещь.

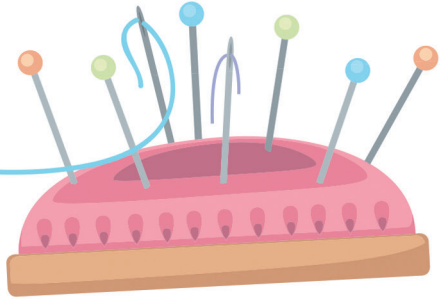
Чтобы вещи, сшитые из хлопкового трикотажа, не деформировались и сохранили красивый внешний вид, следует придерживаться следующих правил:

- стирать изделия при температуре не выше 40 градусов;
- если проводится машинная стирка, то отжим можно ставить на самые малые обороты, не выше 400 оборотов в минуту;
- использовать щадящие средства, кондиционеры, для сохранения мягкости одежды;
- утюжить изделия нужно с изнаночной стороны;
- температура утюга при утюжке не должна превышать 150 градусов.

Если вы стираете вещи из хлопкового трикотажа при температуре выше 40 градусов, то будьте готовы, что изделие сядет в длину.



МАСТЕР-КЛАССЫ





## Как правильно снять мерки

Для того, чтобы сшить любое изделие, необходима выкройка (лекало) этого изделия. Можно взять готовую выкройку из журнала или скачать в интернете. А можно построить выкройку по своим меркам. Главное — правильно снять эти мерки. При желании можно сделать это самостоятельно, но все же лучше кого-то попросить вам помочь. Снять мерки с ребенка еще сложнее, ведь детей так сложно удержать на одном месте.

Если возможности снять мерки нет, например тем, кто шьет одежду на продажу, можно ориентироваться на таблицы стандартных размеров и мерок, приведенные ниже.

*Таблица стандартных размеров и мерок для женской одежды*

Размер	Окружность груди, см	Окружность талии, см	Окружность бедер, см
<b>38</b>	76-77	59-62	85-87
<b>40</b>	78-81	63-65	88-91
<b>42</b>	82-85	66-69	92-95
<b>44</b>	86-89	70-73	96-98
<b>46</b>	90-83	74-77	99-101
<b>48</b>	94-97	78-81	102-104
<b>50</b>	98-102	82-85	105-108
<b>52</b>	103-107	86-90	109-112
<b>54</b>	108-110	91-95	113-116
<b>56</b>	112-114	96-98	117-120
<b>58</b>	116-118	99-102	121-124
<b>60</b>	120-122	103-105	125-128
<b>62</b>	123-124	106-108	129-132
<b>64</b>	125-130	109-114	133-136
<b>66</b>	131-134	115-118	137-140
<b>68</b>	135-137	119-121	141-144
<b>70</b>	138-143	122-126	145-149

## Как снять мерки



Для снятия мерок понадобится сантиметровая лента.

Снимать мерки необходимо в нижнем белье, иначе не обойтись без погрешностей. Также нужно повязать эластичную ленту (резинку) на талии и держать осанку (стоять с ровной спиной). Сантиметровую ленту прикладывать плотно к телу, не натягивая и не расслабляя.

## Основные мерки для построения выкройки трикотажных изделий для детей и взрослых:



1. Рост — мерка измеряется от макушки до ступней.
2. Окружность груди — мерку снимают по наиболее выпуклым точкам груди и лопаток. Сокращённая запись — ОГ. Полуокружность груди — ПОГ.
3. Окружность талии — мерку снимают по самой узкой линии фигуры, опоясывают ее тесьмой. Сокращённая запись — ОТ. Полуокружность талии — ПОТ.
4. Окружность бёдер — мерку снимают по самым выпуклым местам бёдер и живота. Сокращённая запись — ОБ. Полуокружность бёдер — ПОБ.
5. Длина спины до талии — мерку снимают от 7-го шейного позвонка до линии талии. Сокращённая запись — ДТС.
6. Длина переда до талии — мерку снимают от точки основания шеи через выступающую точку груди до талии. Сокращённая запись — ДТП.
7. Длина рукава — мерку снимают от плечевого сустава до основания большого пальца. Сокращённая запись — ДР.
8. Окружность шеи — мерку снимают вокруг шеи по ее основанию до середины шейной выемки. Сокращённая запись — ОШ, полуокружность шеи — ПОШ.
9. Длина брюк — мерку снимают по боку от талии до нужной длины (классическая длина брюк измеряется до пола, с учетом носки изделия с каблуком). Сокращённая запись — ДИзд.
10. Длина изделия — мерку снимают от 7-го шейного позвонка до желаемой длины. Сокращённая запись — ДИзд.
11. Окружность запястья — обхват руки на уровне запястья. Сокращённая запись — ОЗап.
12. Длина плеча — мерку снимают от основания шеи до крайней точки плеча (точки сочленения плеча с рукой). Сокращённая запись — Дпл.
13. Глубина проймы — для правильного измерения этой мерки необходимо отрезать полоску бумаги шириной 3 см и зажать ее под рукой, полоска должна находиться сзади, и далее нужно измерить глубину проймы от 7-го шейного позвонка ребенка до полоски бумаги. Сокращённая запись — Гпр.
14. Ширина проймы — это расстояние между передними и задними углами подмышечных впадин, сантиметровая лента проходит под рукой.



те сшить абсолютно разные изделия, от майки, платья до пальто.

## Как построить выкройку футболки



Футболка — это трикотажное изделие, которое относится к группе бельевого кроеного трикотажа.

Футболки обычно не имеют пуговиц, воротника и карманов, могут быть с короткими либо длинными рукавами. Этот предмет гардероба любят люди обоих полов и всех возрастов за удобство и универсальность.

Футболка — это обязательный предмет базового гардероба. Существует такое множество их разновидностей, что можно подобрать модель практически для любого повода и к одежде самого разного стиля.

## Различают футболки:



1. По виду рукава:

- втачной рукав;
- рукав реглан;
- футболка со спущенным плечом (рукав отсутствует).



Футболка с втачным рукавом



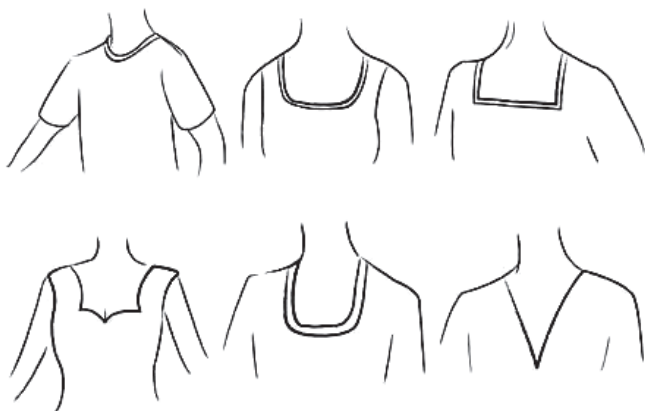
Футболка с рукавом реглан



Футболка с цельнокроеным рукавом

## 2. По вырезу:

- круглый вырез;
- V-образный вырез;
- прямоугольный вырез;
- асимметричный вырез;
- узкий вырез;
- широкий вырез.



Виды вырезов футболок

## 3. Используемому материалу.

Чаще всего это хлопок (чистый и с незначительным содержанием синтетических нитей) и полиэстер.

## 4. Фасону.

Можно выбрать классический (прямой), трапециевидный, укороченный, оверсайз, с неровным краем, с обыч-

ными и подвернутыми рукавами и другие.

## 5. Цвету.

Футболка может быть окрашена во все цвета радуги, но самыми востребованными являются однотонные модели. Причем абсолютно универсальными из них всегда были и останутся белые и черные.

Есть также такие виды футболок, которые иногда считаются отдельными видами одежды. Это рубашки поло и лонгсливы.



Футболка поло

Поло сочетает в себе крой футболки и элементы рубашки (пуговицы и воротник), поэтому некоторые дизайнеры называют их так, а другие — иначе. Сегодня это элемент и спортивной одежды, и стиля Casual.

Лонгслив — это футболка с длинными рукавами.

Прежде чем приступать к пошиву футболки, необходимо определиться, из какого трикотажа лучше ее сшить.



Лонгслив

Нужно определить эластичность полотна. В отличие от ткани трикотаж имеет отрицательные или минусовые прибавки. Это значит, что выкройка футболки может иметь габариты ширин меньше, чем обхваты тела.

Для облегających футболок подойдет кулирка с лайкрой или с содержанием эластана. Для футболок свободного кроя подойдет кулирка 100% хлопок, интерлок, а также тонкие виды футера с лайкрой.

В отличие от срезов тканей, которые осыпаются, края трикотажного полотна не осыпаются, поэтому изделия из этого материала можно шить не только на оверлоке, но и обойтись лишь швейной машинкой, на которой есть строчка «зигзаг» либо любая эластичная строчка.

Для пошива футболки можно перевести выкройку с готовой, хорошо сидящей футболки, воспользоваться готовой выкройкой из журнала или электронной, благо таких сейчас много в интернете. А можно построить ее самостоятельно по своим меркам.

Выкройка футболки проста в построении, трикотажа на футболку потребуется не более 1,5 метра (в зависимости

от размера, фасона и ширины отреза). Например, при ширине трикотажного полотна 180 см на пошив футболки 44-го размера уходит всего 55–65 см материала. Процесс пошива займет не более двух часов, а готовая футболка выйдет в разы дешевле, чем купленная в магазине. И в конечном итоге вы получите уникальное изделие, которое будет только у вас и которое сядет на вас идеально.

Выкройка футболки состоит из трех основных даталей — спинки, передней части и рукава.



Схематическое изображение выкройки футболки

## КАК ПОСТРОИТЬ ВЫКРОЙКУ ЖЕНСКОЙ ФУТБОЛКИ

Для построения футболки нам необходимо снять следующие мерки:

- окружность шеи, 1/2 окружности шеи (1/2 ОШ)
- окружность груди, 1/2 окружности груди (1/2 ОГ)
- окружность талии, 1/2 окружности талии (1/2 ОТ)
- окружность бедер, 1/2 окружности бедер (1/2 ОБ)

## КАК СШИТЬ ФУТБОЛКУ С ВТАЧНЫМ РУКАВОМ

Технология пошива как взрослой, так и детской футболки одинакова. Показать ее я хочу на примере детской футболки.

Для пошива нам понадобится отрез трикотажа и трикотажная бейка для обработки горловины.

Подойдет такой трикотаж, как кулирка 100% хлопок, кулирка с лайкрой, интерлок и тонкие виды футера. Но имейте в виду, что интерлок и футер более плотный трикотаж, и футболка из него на очень жаркое лето не подойдет.

Для обработки горловины подойдет бейка из рибаны с лайкрой или кашкорсе.

Перед пошивом отрез трикотажа нужно постирать, чтобы он дал усадку. И отутюжить отрез. Либо продекатировать.

Я взяла отрез кулирки с лайкрой.

Для обработки горловины использую бейку из кашкорсе шириной в крае 5 см.

Шить буду на оверлоке и распашивальной машине иглами для трикотажа № 75.



Следующий этап — это обработка горловины.

Сложить горловину пополам, совмещая плечевые срезы.



Измерить ширину горловины, ставя сантиметровую ленту на ребро.



У нас получается половина ширины горловины. Умножить полученную мерку на 2, и мы получим общую длину горловины.

Ширину горловины умножить на коэффициент 0,75, и мы получим длину бейки из кашкорсе. Добавить припуски на швы по 5 мм с каждой стороны. Ширина бейки 5 см в крео.



Сложить бейку пополам и стачать в кольцо по короткому срезу.



Шов заутюжить на одну сторону.



Сложить бейку пополам швом вовнутрь. Приутюжить.



Разделить бейку на 4 равные части, ставя метки.

