

## *Методика Галины Коломейко*



Коломейко Г.Л.

# ШЬЕМ ПРОСТО И СО ВКУСОМ



Издательство АСТ  
Москва

УДК 646.21  
ББК 37.248  
К61

*Художник Евгения Черникова  
Чертежи Анна Путенис*

**Коломейко, Галина Леонидовна**

**К61 Шьем просто и со вкусом / Галина Коломейко. — Москва: АСТ, 2018. — 240 с.; илл.**

ISBN 978-5-17-099264-5

Носить вещи, сшитые на заказ и безупречно сидящие на фигуре, во всём цивилизованном мире является роскошью. Но мои читатели могут это сделать своими руками. Книга написана для начинающих. Все этапы расписаны очень подробно и проиллюстрированы схемами и рисунками. Но она будет интересна и профессионалам — закройщикам и портным, проработавшим в этой профессии немало лет. В ней ломаются стереотипы. Многое кажется удивительным, но при этом понятным и поэтому радостным. Я раскрываю большие и маленькие секреты хорошего кроя и шитья — все то, чему научила меня жизнь. Вот уже более 50 лет я занимаюсь этим увлекательным, полезным и любимым делом.

**УДК 646.21  
ББК 37.248**

ISBN 978-5-17-099264-5

© Коломейко Г.Л.  
© Черникова Е.В., иллюстрации  
© ООО «Издательство АСТ»

# ПРЕДИСЛОВИЕ

## Мои радости

Работая последние годы в Москве и занимаясь только обучением, чего только я не услышала от своих учеников! Например, работая над этой книгой, в течение двух дней я выслушала следующее.

Суббота утро. Звонок. В трубку слышу: «Галина Леонидовна, я больше не могу терпеть, я должна вам сказать, что я вас люблю, потому что у меня никогда не было такого красивого платья, как то, что вы мне придумали. Я его дошила! Я в нем такая красивая! Я обязательно выйду замуж!». И так повторялось раза три. Как я была счастлива вместе с моей ученицей!

В этот же день. Другая девочка: «Представляете, как я стала носить наши вещи, у меня так всё переменялось! В метро стали уступать место. Пошла на свидание, по дороге со

*Любите наше  
дело, как  
люблю его!  
И это обяза-  
тельно при-  
несёт свои  
плоды! Меняя  
свою одежду,  
мы меняемся  
сами, и меняет-  
ся отношение  
к нам. Главное  
знать, что ты  
хочешь.*



*Если есть потребность творить, создавать что-то своими руками, придумывать своей головой, то вы не зря открыли эту книгу. Она для вас!*

*Сегодня на рынке широко представлены различные способы конструирования одежды. Я предлагаю вам свой, запатентованный способ. На мой взгляд, он прост и доступен потому, что я практик.*

мною познакомились ещё двое. Зуб вылечили бесплатно, а вопросы стали решаться легко и в мою пользу! Я просто никогда не чувствовала себя такой счастливой!».

Накануне в пятницу вечером. Молодая женщина, воспитывает сына подростка. Рассказывает: «Представляете, возвращаюсь домой с работы. Вижу машину. Водитель смотрит в мою сторону. Я скользнула взглядом и спокойно пошла дальше. Он обогнал меня, проехал до перекрёстка, развернулся, подъехал ко мне и сказал — разрешите мне хотя бы поговорить с вами? Так началось наше знакомство». Она была в нашем костюме, который состоял из жакета и юбки и был выдержан в деловом стиле. Ничего необыкновенного в нём не было. Он просто очень хорошо сидел на фигуре.

И таких признаний я могу сделать очень много.

Почему мне хочется этим поделиться с вами?

Дело не в том, что мы придумываем и шьём какую-то необыкновенную одежду. Наверное, на подиуме она не произведёт особого эффекта на публику. Но безусловным её



качеством является безупречная посадка на фигуре. Она не выглядит великоватой, как с чужого плеча. Не обтягивает вызывающе бёдра, талию и грудь. Она просто сшита так как надо. И этим хороша. А правильно подобранные аксессуары дополняют и завершают образ. Если подходить к этому с головой, тогда и происходит маленькое чудо! Все истины просты и банальны. Читайте хорошие книги. Смотрите умные фильмы. Путешествуйте, наблюдайте, думайте. И поменьше глянцевого журналов, — кроме комплекса неполноценности и разочарования они ничего в вашу жизнь не принесут.

Как мне хочется, мой любимый читатель, чтобы и вы испытали то чувство восторга и радости, которое мы периодически переживаем с моими ученицами. Несмотря на их возраст и всё остальное.

Любите наше дело, как люблю его я! И это обязательно принесёт свои плоды! Меняя свою одежду, мы меняемся сами, и меняется отношение к нам. Главное знать, что ты хочешь.

А если есть потребность творить, создавать что-то своими руками, придумывать своей головой, то вы не зря



*У меня и у лучших моих учениц на снятие мерок и раскрой уходят минуты. Мерки 5–10 минут и раскрой 10–20 минут, если сразу на ткани.*

*Мода очень переменчива, но правила моделирования вечны.*

открыли эту книгу. Она для вас! Она поможет вам реализовать свои желания. Воплотить в жизнь свои мечты.

Если у вас не совсем стандартная фигура, она поможет вам сделать выкройку платья, блузы или брюк, так чтобы они безупречно сидели на фигуре, скрывали недостатки и подчёркивали достоинства.

Сегодня на рынке широко представлены различные способы конструирования одежды. Я предлагаю вам свой, запатентованный способ. На мой взгляд, он прост и доступен потому, что я практик.

Всю жизнь, сколько себя помню, я шила и кроила сама. Сначала на кукол, потом на себя и подруг. Лет с 20 на заказ. Никогда не считала, что обладаю какими-то уникальными знаниями. Всё получалось само собой. Просто я очень любила это дело и много шила. В профессию пришла в 30 лет. Поменяла работу успешного программиста на работу скромного закройщика в ателье. И ни минуты об этом не пожалела! Нет большей радости для меня, чем видеть счастливые глаза тогда моих преобразившихся клиентов, а теперь многочисленных учениц. Всегда выступала в роли не





просто портного, но в первую очередь стилиста. Все, что кроила и шила, придумывала сама. Отсюда и успех.

Возвращаясь к альтернативным способам кроя, я всегда говорю так. Если разные авторы долго идут к одной цели, они к ней приходят, но разными путями. У кого-то он долгий и трудный, а у кого-то он простой и короткий. У меня и у лучших моих учениц на снятие мерок и раскрой уходят минуты. Мерки 5–10 минут и раскрой 10–20 минут, если сразу на ткани. Я не снимаю мерки по 6 часов, помещая человека в станок из обручей. Я не использую тангенсы и котангенсы. У меня нет сложных расчётов, формул, различных коэффициентов и многочисленных таблиц. Мой принцип кроя основывается на том, **что измерил, то и отложил**. Поэтому, освоив его, вы легко можете перейти к раскрою сразу на ткани, не выполняя выкройки на бумаге.

*Каждое изделие проходит определённые этапы. Неважно, что вы шьёте, платье или брюки или пальто. Это система. Если вы её примете, то примерка будет одна, максимум две. Скорость и качество повысятся, а время многократно уменьшится.*

## Советы стилиста

Итак, милые девушки, у вас появилось желание!



*Если вы видите, что плечи шире бёдер, то у вас верхний тип фигуры. Если бёдра шире, то нижний.*

*При выборе формы платья никогда не спорим с контурами фигуры.*

Хочу сшить платье! С чего начать? С изучения своей фигуры.

Встаньте перед зеркалом в облегающей одежде. Вы должны видеть себя в полный рост. Довольно редко мы остаёмся довольны тем, что видим. Чаще мы склонны преуменьшать свои достоинства и увеличивать недостатки. Правда, иногда бывает и наоборот, что тоже не очень хорошо. Конечно, трудно в отношении собственного тела оставаться беспристрастной. Но тем не менее, если вы встали на путь создания одежды своими руками, это нужно сделать.

Посмотрите на себя спереди. Сравните ширину плеч и бёдер. Они примерно одинаковы? Хорошо.

Если вы видите, что плечи шире бёдер, то у вас верхний тип фигуры. Если бёдра шире, то нижний. Уточнить это можно при снятии мерок. Подробно мы поговорим об этом в соответствующей главе, а пока главный вывод, который надо сделать для себя: **при выборе формы платья никогда не спорим с контурами фигуры.**

Также относительно ширины бёдер надо оценить талию. Если она уже, я вас поздравляю, вы видите в зер-



кало хорошую правильную фигуру. В литературе её называют песочные часы. Это всегда привлекательно. Это ваш плюс. Такой фигуре идёт всё. И проблем с выбором одежды в магазине не бывает. В платье талию надо подчеркнуть. Скрывать её под широкими балахонами в угоду моде кощунственно. Гордитесь ею, не прячьте её, носите пояса, ремни и шейте платье с маленькой прибавкой на свободу прилегания по талии.

Если же, глядя в зеркало, вы обнаружили, что разницы между шириной талии и бёдер особенно не заметно, то не стоит огорчаться! У вас наверняка есть другие достоинства. Просто надо их увидеть. И при разработке фасона платья или модели тонко их подчеркнуть. А вот от талии надо внимание отвлечь. Нельзя делать никаких горизонтальных швов, драпировок, складок, карманов в этом месте. Любая деталь привлечёт внимание к тому участку тела, где она расположена. Отсюда ещё один закон: **акценты ставляем там, где у нас всё хорошо.**

Например, у вас красивые шея, плечи, грудь. Сделайте вырез. Шею не прячьте в водолазки. В области груди располагайте любые мелкие

*Ели фигура верхнего типа — украшаем низ платья. Если нижнего — верх. Но общий силуэт при этом сохраняем.*

*В платье талию надо подчеркнуть. Скрывать её под широкими балахонами в угоду моде кощунственно. Гордитесь ею, не прячьте её, носите пояса, ремни и шейте платье с маленькой прибавкой на свободу прилегания по талии.*



*Создание гардероба — это целая наука.*

*Какая бы фигура у вас ни была, если в одежде удаётся создать вытянутый прямоугольник по цвету, то вы победили!*

детали. Красивые фасонные вытачки, драпировки, вышивки, аппликации, канты. Да мало ли что может прийти вам в голову, когда фантазия разыграется! И это будет здорово! Можно ничего не делать, но добавить потом украшение, кокетливый шёлковый платочек, который подчеркнёт цвет ваших глаз. И вы моментально преобразитесь. Никто не будет обращать внимания, какая у вас талия. Так стоит ли об этом переживать?

**Ели фигура верхнего типа — украшаем низ платья. Если нижнего — верх. Но общий силуэт при этом сохраняем.**

Очень часто мне доводилось слышать: «Ой, мне так понравилась ткань на блузочку! Я её купила». Этого делать категорически нельзя! При подобных словах я неизменно спрашивала: «А с чем вы будете её носить?». Этот вопрос ставил в тупик моих клиентов.

Покупая в магазине ткань на блузку, подумайте, есть ли в вашем гардеробе юбка или брюки подходящего цвета. Если нет, а блузку хочется, сразу подбирайте к ней ткань на юбку. Иначе блузка провисит у вас в шкафу и вряд ли дождёт своей пары. Это жизнь. Всем нам хоро-



шо известна простая истина: вещей много, а носить нечего.

Создание гардероба — это целая наука. Но она не так сложна, как может показаться на первый взгляд. Нужно иметь базовые вещи и к ним уже подбирать остальные. Так, чтобы по цвету они подходили друг другу, а не спорили. Разговор о цвете не входит в рамки этой книги. Учитесь, смотрите, читайте. Ходите на выставки хороших художников. Наблюдайте за красками в природе. Одно утреннее небо, раскрашенное лучами восходящего солнца, чего стоит! Конечно, хороший вкус — часто качество врождённое. Но никто не отменял возможность его развития. Развивайтесь. Путешествуйте. Насматривайте глазами истинные ценности. А пока придерживайтесь ещё одного правила: при создании образа старайтесь выдержать общую вертикальную линию.

Это совет профессионального стилиста Кендол Фарр из книги «Ваш стилист» (АСТ, 2004). А я называю это вытянутым прямоугольником. Какая бы фигура у вас ни была, если в одежде удаётся создать вытянутый прямоугольник по цвету, то вы победили! Что это такое?

*Посмотрите, как чаще всего мы одеваемся. Утром натянули брюки, схватили из шкафа очередной трикотажный джемпер (вчерашний не свеж) или топ, как теперь говорят, и побежали на работу. Чёрный низ, белый верх! Это вам ничего не напоминает? О каком вытянутом прямоугольнике может идти речь?*



*О силуэте.  
Более выгодно  
выглядеть он  
будет, когда  
низ сделаете  
тёмным, а верх,  
соответствен-  
но, светлым.  
Но переход  
должен быть не  
резкий, а плав-  
ный.*

*Не делите ноги  
на части.*

Посмотрите, как чаще всего мы одеваемся. Утром натянули брюки, схватили из шкафа очередной трикотажный джемпер (вчерашний не свеж) или топ, как теперь говорят, и побежали на работу. Чёрный низ, белый верх! Это вам ничего не напоминает? Я, конечно, утрирую, но ведь правда то, что одеждой мы всегда делим себя пополам. О каком вытянутом прямоугольнике может идти речь? Стоит только изменить этой вредной привычке, и мы сразу преобразимся. Станем на два размера меньше. На несколько сантиметров выше. Выдерживайте один цвет. Или хотя бы одну тональность. Только высокие и стройные девушки могут позволить себе обратное, а чтобы не было скучно и грустно, разбавляйте образ яркими аксессуарами.

И ещё. Пропорции. Нижняя часть платья должна быть длиннее, чем верхняя. Тогда ноги кажутся длиннее, а силуэт устойчивее. О силуэте. Более выгодно выглядеть он будет, когда низ сделаете тёмным, а верх, соответственно, светлым. Но переход должен быть не резкий, а плавный.

Ноги как бы поддерживают платье. Они должны быть его продолжением. Это хорошо всегда. Но если они —



предмет вашей гордости, то не стесняйтесь и покажите их. Я не призываю носить очень короткие юбки. Они выглядят вульгарно. Но и скрывать такую красоту под брюками уж точно не стоит! Не делите ноги на части. Идеально, когда цвет обуви и колготок совпадают. Весьма креативно, если они при этом не телесного и не чёрного цвета. Вы готовы к тому, что взгляды окружающих всегда будут падать вниз? Тогда вперёд. Это ваш выбор. Но каким бы он ни был, он прежде всего должен быть осознанным.

Итак, мы стоим перед зеркалом в полный рост. Изучаем себя дальше. Поворачиваемся боком. Обращаем внимание на две, мысленно проведённые, вертикальные линии грудь — живот спереди и лопатки — выступ ягодиц сзади. В идеале это две параллельные прямые, перпендикулярные полу. Если нет, то фигура не стандартная и более подробно мы будем говорить об этом позже. У нас могут выступать отдельные части тела. Грудь, живот, лопатки или ягодицы. Всё это нужно будет учитывать при построении выкройки.

Если подвести итог, то можно отметить следующее. Фигуры могут быть

*У нас могут выступать отдельные части тела. Грудь, живот, лопатки или ягодицы. Всё это нужно будет учитывать при построении выкройки.*

*Фигуры могут быть нормальные, верхнего типа или нижнего. Это вид спереди. Вид сбоку помогает нам увидеть осанку. Она может быть нормальной, сутулой или перегибистой.*

