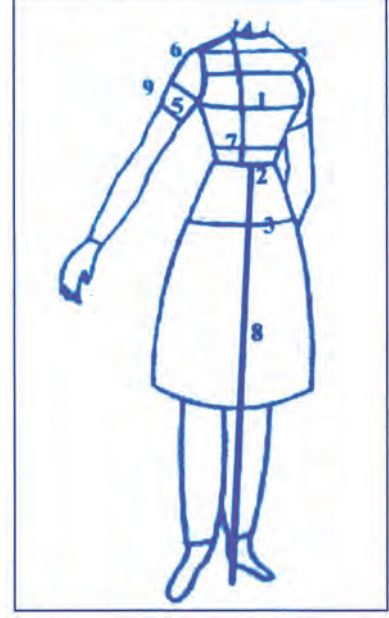


प्रात्यक्षिक क्रं. १ शरीराची मापे आणि शिवणकामातील मुलभूत संज्ञा

शरीराचे मोजमाप : जेव्हा तुम्ही एखाद्या विशिष्ट व्यक्तीचे कपडे शिवण्याच्या उद्देशाने शिलाई करता तेव्हा त्या व्यक्तीचे कपडे बरोबर येण्यासाठी त्याच्या किंवा तिच्या शरीराचे माप घेणे गरजेचे असते. या करीता तंतोतंत माप घेण्याचे कौशल्य आवश्यक आहे की जे सरावाने मिळवता येते.

आवश्यक सामग्री/साहित्य : माप पट्टी (टेप) पेन आणि पेपर जर तुम्ही तुमचे स्वतःचे माप घेत असाल तर एक पूर्ण लांबीच्या आरशा समोर उभे राहून तुमचे माप घेता येईल.

कोणत्याही कपड्याला शिवण घालण्यासाठी मुलभूत माप आवश्यक असते ते दोन ठळक भागात केल्या जाऊ शकते. आडव्या आणि उभ्या स्वरूपात.



चित्र क्र. १.१ : शरीराचे माप

आडवे माप (समांतर) :

- **गळा** – गळ्याच्या खोबणीपर्यंत मानेच्यावरील सभोवतालचे माप.
- **खांदे** – खांद्याच्या एका हाडापासून तर दुसऱ्या हाडापर्यंतचे अंतर.
- **छाती किंवा कमरेपासून वरचा भाग** – हे संपूर्ण छाती भोवतालचे पूर्ण भागाचे माप आहे. माप पट्टी सरळ पकडलेली आहे का याची खात्री करा.
- **कमर** – हे शरीराच्या निमूळत्या भागाचे माप आहे.
- **सीटघेर** – कमरेखालील माप फुगीर भागावरून टेप अशा रितीने गुंडाळून घ्यावा की तो जमिनीला समांतर असेल.
- **दंडघेर** – कोपरापासून वरचा घेर आहे हे माप कापडाच्या प्रकारावर व शिवण्यावर अवलंबून असून त्या व्यक्तीच्या इच्छेवर अवलंबून असेल की ते माप तंतोतंत ठेवायचे की सैल ठेवायचे.

- **मनगट** – हातांच्या खांद्यापासून माप घ्यायचे. जेव्हा तुम्ही पूर्ण बाह्याचे कपडे शिवता तेव्हा तुम्हाला हे माप उपयोगी ठरते.
- **मांडी** – हे मांडीच्या भोवतालचे माप आहे की जे कंबर आणि गुडघ्याच्या मधून घ्यायचे असते.
- **गुडघा** – हे गुडघ्याच्या भोवतालचे माप आहे.
- **घोटा** – घोटाचे किंवा खालच्या पाया भोवतालचे माप आहे.

उभे मोजमाप :

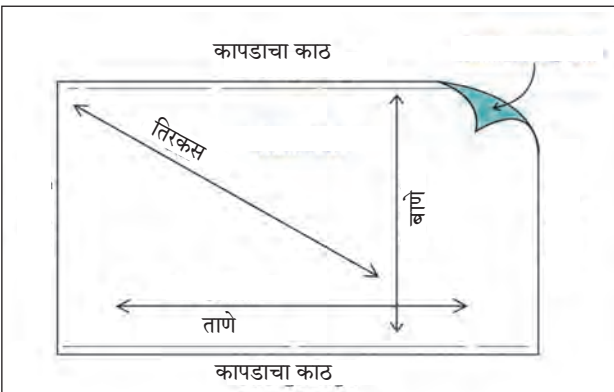
- **शरीराचा वरचा भाग** – गळा आणि खांदा मिळतो त्या बिंदूपासून सुरू करून खालपर्यंत ज्या प्रकारचे कपडे तुम्ही शिवणार आहे त्यावर अवलंबून असते. टॉप आणि ब्लाऊजेसाठी कमरेपर्यंत, शर्टसाठी सीटघेर आणि कमीजसाठी गुडघ्यापर्यंत.
- **कमर ते गुडघा** – कमरेपासून गुडघ्यापर्यंतचे माप घ्या. ते स्कर्टस्, फ्रॉक्स, गणवेशासाठी उपयुक्त असते.

- **कमर ते घोटा** – कमरे पासून घोट्यापर्यंतचे माप ते पॅन्ट, सलवार, चुडीदार, जिन्स, गाऊनस्, लांब स्कर्टस्साठी उपयोगी ठरते.
- **पायाच्या आतील भाग** – विजारीचे पाय जेथे जोडतात त्या भागापासून गुडघ्या पर्यंतचे माप पॅन्ट शिवण्यासाठी उपयोगी आहे.
- **बाही लांबी** – खाद्यांच्या हाडापासून आवश्यक तेवढ्या बाह्यांच्या लांबीचे माप.

प्रात्यक्षिक कार्य : विद्यार्थ्यांनी जोड्या बनवून एकमेकांचे माप घ्यावे आणि त्यांच्या प्रात्यक्षिक वहीमध्ये नोंदी घ्याव्या.

शिवण कामातील मुलभूत संज्ञा :

- **ताणे** – कपड्याच्या लांबीच्या दिशेत काठाला समांतर असलेल्या लांब धाग्याला उभे धागे त्यालाच ताणा म्हणतात. हे 'धागे' तुम्हाला कपड्याच्या किनारीवर दिसू शकतात. उभे धागे कपड्याच्या किनारीच्या दिशेने असतील.
- **बाणे** – जे धागे 90° च्या कोनात उभे असतात. ताण्याच्या वरून खालून जातात त्याला बाणा म्हणतात ते रुंदीच्या दिशेने असतात.
- **तिरकस (बायस)** – जेव्हा कापडाची घडी करतात किंवा 45° च्या कोनात कापतात त्याला तिरकस (Bias) म्हणतात. कापडाची तिरकस पट्टी जुळविण्यासाठी किनारीच्या रुंदीनुसार कडा जुळवाव्या लागतात.



चित्र क्र. १.२ : विणलेले वस्त्र

- **किनार/काठ (Selvedge)** – यंत्राने बनविलेल्या किनारी कापडाच्या दोन्ही टोकाच्या लांबीनुसार असतात त्याला किनार (Selvedge) म्हणतात. कापडाला दोन समांतर काठ असतात. कापडाची लांबी ठरविण्याकरीता किनारी किंवा काठ आपणास मदत करतात.
- **ड्राफ्टिंग (बेतणे)** – ही अशी प्रक्रिया आहे की कापलेले कपडे शिवण्यापूर्वी कपड्यांच्या मापानुसार कागदी नमूने तयार करावे लागतात.



चित्र क्र. १.३ : ड्राफ्टिंग (बेतणे)

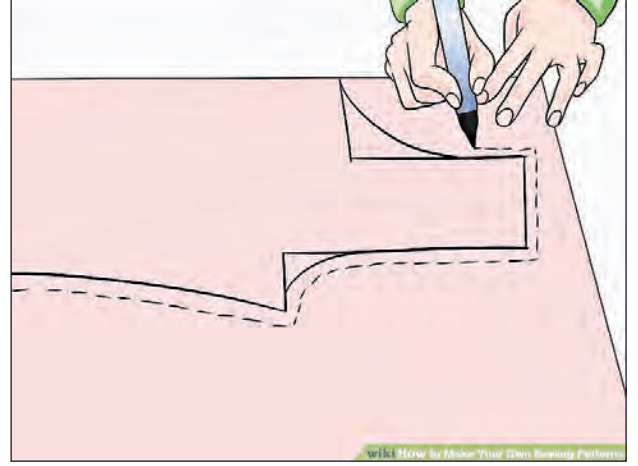
- **लेआऊट** – लेआऊट (मांडणी) म्हणजे कपड्याचे संपूर्ण कापलेले तुकडे आवश्यक त्या आकारात कापून कापड ज्याप्रकारे शिवायचे आहे त्या प्रकारे ठेवणे. लेआऊट (मांडणी) नेहमी कापडाची घडी लांबीनुसार करावी.



चित्र क्र. १.४ : लेआऊट (मांडणी)

- **कर्तन** – आराखड्यानुसार कापडावरती टेलरींग खडू किंवा पेन्सिल आखणी केली जाते. शिवणीच्या रेषेची आखणी झाल्यानंतर शिवण रेषेनुसार कापडाचे कर्तन केले जाते.

- **माया (Margin)** – जास्तीचे कापड जे आखणीच्या शेवटच्या मर्यादे पलीकडे ठेवली जाते. अतिरिक्त कापड जे असेल ते शिलाईसाठी वापरले जाते. जर ही रेषा लक्षात ठेवली नाही तर कपडे मापा पेक्षा लहान होऊ शकतात.
- **सैलपणा** – फिटिंगचे कपडे अचूक मापे घेऊन शिवले नाहीत तर ते शरीरावरती निट बसत नाहीत. आखणी करतांना जास्तीचे कापड असणे आवश्यक आहे कारण कपडे सहज काढता घालता आले पाहिजे.



चित्र क्र. १.५ : सैलपणा

मुलांसाठी शरीराच्या मापाचा तक्ता

MEASUREMENT CHART	
	name _____
	height _____
	chest _____
	waist _____
	hip _____
	outseam _____
	inseam _____
	arm length _____
	weight _____
	shoe size _____
date _____	

MEASUREMENT CHART	
	name _____
	height _____
	chest _____
	waist _____
	hip _____
	outseam _____
	inseam _____
	arm length _____
	weight _____
	shoe size _____
date _____	

