

6EA B G_techno_Lambermont - Pastor_2710

À QUOI JE RESSEMBLE ? – LES TYPES MORPHOLOGIQUES

Nous ne sommes pas toutes égales devant un miroir.
Mais il y a des critères qui déterminent le type morphologique d'une femme.
Afin de déterminer à quel type vous appartenez, je vous propose de le découvrir.



Suivez bien les consignes ci – dessous.
Afin de pouvoir répondre aux questions et déterminer votre type morphologique, rendez – vous **UNIQUEMENT** sur le site :

<https://www.eyeslipsface.fr/calculer-morphologie-en-ligne/>

1. Réalisez une page de garde « habituelle » (voir consignes Confinement 4) SAUF que l'illustration représentera **VOTRE** type morphologique.
Pour cela, avant de la réaliser, vous devrez avoir déterminé votre type morphologique grâce à l'outil mis en ligne :
 - Sélectionnez sur le site Internet de référence, le dessin représentant votre type morphologique, en faire un « copier – coller » pour l'insérer sur votre page de garde.
 - Insérez une photo de vous (sur pieds) sur la page de garde à côté de l'image Internet (en maillot serait un plus 😊 mais n'est pas obligatoire)
2. Recopiez le texte à trous ci – dessous et complétez les mots manquants **en couleur** que vous trouverez sur le site de référence.
3. Prenez vos mensurations sans tricher 😊 comme indiqué et notez – les sur votre feuille à l'endroit prévu à cet effet.
4. Le site vous renvoie vers votre type morphologique.
5. Pour terminer, en fonction de votre résultat, répondez en recopiant depuis le site les **grandes** caractéristiques demandées à l'image de l'exemple ci – après.

Exemple :

- ✓ Mon type morphologique : **A**
- ✓ Citez une personnalité ayant le même type morphologique que vous.
Jennifer Lopez
- ✓ Quels sont les atouts à mettre en valeur ?
Le haut de votre corps étant assez fin, vous pouvez vous vanter d'avoir un port de tête très élégant. De plus, la taille marquée est un atout non – négligeable qui vous permettra de mettre en avant vos formes très « girly ».
- ✓ Quelles zones sont à corriger ?
La largeur des hanches est l'élément principal à corriger.
- ✓ Vêtements à privilégier.
Pas de panique concernant les petits défauts ! Il existe de nombreuses possibilités pour les dissimuler et pour mettre en avant vos atouts
- ✓ Vêtements à éviter
 - **Évitez les hauts trop moulants ou qui s'arrêtent au niveau de hanche.**
 - **Évitez les gros motifs sur le bas du haut ou les rayures horizontales.**
 - **Proscrire les pantalons à pince ou à poches latérales ainsi que les jupes à volants.**
 - **Évitez les robes à basques ainsi que les robes trop moulantes ou trop larges.**
 - **Évitez les grosses pièces trop larges et trop informes.**

S'habiller, chez les derniers créateurs à la mode, c'est très bien.

C'est une qui peut être et on ne s'en privera pas.

Mais s'habiller selon votre, c'est aussi très

Il en existe autant que de femmes et d'hommes, mais on distingue tout de même

..... : en, en, en, en et en

❖ La morphologie qu'est – ce que c'est ?

Si l'on décortique le mot, on comprend mieux : en grec veut dire la, *logos* le discours, l'étude.

En biologie, la morphologie est l'étude de la de l'être vivant et de sa

On se sert de cette discipline notamment dans le milieu de la mode.

Un rappel toutefois : la morphologie concerne votre, la façon dont votre corps est "bâti", cela n'inclut vos kilos en trop ou un petit ventre replet après l'hiver.

Il ne s'agit pas de constater si vous avez pris du poids, mais bien de
.....

Entamer un régime ou se focaliser sur son poids n'a pas d'influence quant à la morphologie car on ne peut pas changer sa silhouette globale en grossissant ou maigrissant.

Si on a des épaules très ou un lui aussi très
....., on ne pourra jamais intervenir là-dessus.

On ne sera jamais très fine comme on l'aimerait peut-être ou un peu plus pulpeuse.

❖ L'importance de connaître sa morphologie pour s'habiller

Porter des vêtements en avec votre morphologie permet de
..... et de ne pas faire d'erreur de style.

Vos formes, votre corps, est ainsi magnifié par de simples associations de
et d'..... qui vous correspondent et ne mettent l'accent sur une partie de votre corps moins "généreuse" ou autre.

Si vous avez des ou des très larges, cela ira avec types de et pas avec d'autres.

Il faut donc **étudier comment est** **votre corps**, pour savoir ce qui lui ira le mieux. Soyez attentives.

❖ Comment connaître et calculer sa morphologie ?

C'est une étape souvent négligée alors qu'elle est très simple.

**Pour connaître son type de morphologie, il faut commencer par bien se
dans un et quelles de
notre corps ont quelle**

Hanches, épaules, taille, poitrine : quelles parties sont plus, plus
....., plus ?

Vos hanches et vos épaules sont-elles ?

Qu'en est – il de votre et de la de votre poitrine ?

Restez avec vous – même.

Cela vous fera le plus grand bien, déjà, et cela rendra votre meilleure.

Même si vous **pas** votre image, ce moment doit généralement se faire en sous-vêtements pour pouvoir mieux jauger votre corps.

Attention, **n'est pas synonyme de** : avoir un mini-bourrelet sur le ventre ne signifie pas que vous êtes une goinfre ou que vous devez tout de suite faire un régime.

Et un peu de ventre ne change pas votre morphologie, donc ne vous concentrez pas là – dessus.
 Si on n'a pas d'être en sous-vêtement devant sa , on peut rester avec des habits ou très près du corps, pour avoir une impression qui colle le plus possible à la réalité.
 Pour **et** **sa** , on peut aussi s'intéresser à la forme des vêtements que l'on porte et à nos tailles.
 Car certaines morphologies ne sont pas
 Si vous faites du 40, est-ce cette taille que vous mettez pour vos et pour vos ? Si vous rentrez dans un en 38, vos épaules passent-elles aussi dans un de même taille.
 Notez ce que vous avez pu observer, cela vous aidera pour la suite du
de votre morphologie.

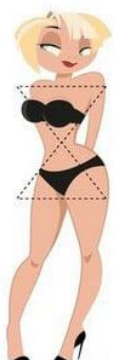
❖ Les différentes morphologies chez les femmes
 Ça va sans dire mais ça va mieux en le disant : **nous sommes toutes très**
 Il en va de même pour nos corps.
 Nous ne sommes pas toutes fondues dans le même
 Parmi toutes celles qui peuvent exister, les et les de la mode distinguent plusieurs types de basés sur des ou des
 Ces silhouettes ont d'ailleurs été par une célèbre animatrice dans une émission depuis quelques années.
 On en compte le plus souvent

Morphologie en H



Vos et vos sont au avec une taille ou marquée ?
 Vous avez toutes les chances d'avoir une **morphologie en**
 Dans cette silhouette assez , on retrouve des plutôt
 Aussi appelée morphologie en rectangle, cette silhouette est assez
 Ces morphologies auront du mal à perdre de la taille.
Le H est une , **aux formes un peu "....."**.
 Pour mettre en vos formes, il ne faut marquer la et choisir de mettre en valeur partie du corps (haut, poitrine ou hanches par exemple).
 Vous pouvez les coupes comme les droits ou les coupes
 On peut aussi miser sur des , des hauts longs, voire des , qui vont vos et mettre en avant cette partie plus que les autres.

Morphologie en 8



La **morphologie en 8** est l'une des silhouettes , avec celle en

La **taille est** **marquée** et le plus souvent (ce n'est pas l'une de seules silhouettes à l'être mais c'est très caractéristique du 8). Les épaules arrondies sont bien alignées avec les hanches, **les formes sont**

et

C'est un corps qui possède de , très Femmes en 8, sachez que si vous prenez du poids, ce sera généralement dans les cuisses et les hanches.

Comment la mettre en valeur ?

Il faut opter pour des qui la taille.

Et essayer d'..... au mieux les et les , sans que cela fasse

Morphologie en A



Aussi appelée la silhouette en

Le haut du corps est plutôt : de poitrine, la assez , les épaules pas très

En bas, c'est un peu le contraire : les et les sont plus , voire

Votre silhouette a une forme de

Vos bas ont souvent ou tailles de plus que vos hauts.

Comment mettre en valeur une **morphologie en A** ?

On mise sur le , avec des et des par exemple ou des qui attirent l'œil, tout en restant dans des coupes et en bas.

Pas de ni de

Les sont très

Ainsi, l'..... est détournée sur le

Morphologie en V ou



La **morphologie en**, aussi appelée la **silhouette en** , est à l'..... du A.
C'est-à-dire que les, le sont plus, avec peu de forme au niveau des fesses et que le **du corps est beaucoup plus**
Les sont ou seulement larges, avec de poitrine.
Cela donne la forme d'un V.
Comment la mettre en valeur ?
En faisant l'..... du A : on détourne l'attention du haut pour se sur le, en lui donnant du
Donc on choisit des vestes ou des en haut, de bustier ou de haut à et à
En bas, on met des qui montrent les jolies jambes ou des pantalons de (slim, boyfriend, coupe droite...).
On peut les choisir très, pour attirer l'attention.

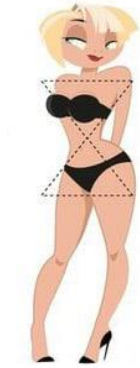
Morphologie en O



D'aucuns diront que c'est une des morphologies les appréciées... et c'est
Il n'y a rien de mal dans les
On peut d'ailleurs les mettre en valeur
Car **la silhouette en** **est souvent** : la taille n'est marquée, les et les sont assez et, bonne poitrine.
Il y a souvent un rebondi.
En général, il y a des sur tout le, réparties
Quand on a une **morphologie en O**, on a souvent tendance à porter des vêtements pour nos formes, dont on n'est en général pas très

..... ce corps avec des coupes, des
..... et des pantalons, des vestes cintrées, peut
aider à se sentir mieux et à être mise en valeur.
..... de mélanger trop de couleurs, surtout les couleurs

Morphologie en X ou sablier



Quelles caractéristiques ?

Les femmes avec une **morphologie en** ont la taille marquée.
C'est-à-dire la taille, avec les et les plus
.....

La des épaules et des hanches sont à peu près
(même si ce n'est pas une science exacte).

La silhouette en **r est très**

..... la silhouette en, c'est l'une des plus
.....

Question de chance : **à peu près tous les vêtements**
....., à quelques
.....

Le petit plus, c'est de choisir de vraiment sa,
pour mettre tout le du corps bien en

On peut porter des vêtements cintrés ou ajustés, ou par
exemple des et des caracos.

❖ **Mon type morphologique**

Alors ... après avoir analysé les différents types morphologiques, avez – vous une idée de celui qui est le vôtre ?

NON ?

Eh bien, il est temps de prendre vos mensurations et de les indiquer ci – dessous aux endroits prévus.

- Votre tour d'épaule en cm :
- Votre tour de taille en cm :
- Votre tour de hanche en cm :
- Votre taille :
- Votre poids :

Maintenant il est temps de vous rendre sur le site afin de faire le test en ligne qui vous permettra facilement de connaître votre morphologie.

Comment faire ?

- Reportez vos mensurations dans l'outil.
- Appuyez sur le bouton : « **Calculez ma morphologie** »
- BONUS ! Vous serez automatiquement envoyé sur la page de conseils pour votre morphologie.
- À vous de jouer...

- ✓ Mon type morphologique :
- ✓ Citez une personnalité ayant le même type morphologique que vous.

- ✓ Quels sont les atouts à mettre en valeur ?

- ✓ Quelles zones sont à corriger ?

- ✓ Vêtements à privilégier.

- ✓ Vêtements à éviter