## 小个子男生穿好日系风，时尚潮流有个性，夏季清爽不油腻！

日系风格以比较冷淡的色系和宽松的版型为主，给人干净，温柔，清爽不油腻的感觉，也是很多妹子喜欢的风格，整体穿搭在夏天看起来也赏心悦目。不过宽松的日系风有时候也有些压身，小个子想要驾驭好也要学会技巧。

一、将注意力上移

身高大约在170左右的男生，日系风可能是最适合的穿搭风格了，很多日本男神本身也没有太高，但却给人像水一般清澈纯净的气质，是因为他们很好的将视线吸引到了帅气的脸庞上而忽略了身高，这也正是我们要学习的。

01.配饰吸睛法

想要在视觉上显高，并吸引注意力，最简单粗暴的方法就是利用帽子了。如图所示，身高和体型一样的情况下，明显是戴帽子的看起来更高。因为加入了配饰的助攻，轻松地就将视线转移到了头部，视觉重心一上移，自然就显高不少。

戴帽子其实在夏天还可以防晒，也是凹造型的利器，像是休闲的渔夫帽就非常符合日系的气质，不过最好色系不要太深，以白色、米色等低饱和度的色系为主，不然看起来会很热，与清爽的主题背道而驰。

02.延长颈部线条

个子不高的一个普遍的问题就是脖子不够长，有种耸肩的错觉，所以我们可以利用衣服的领型来延长颈部裸露在外的曲线。A、B、C中三条竖线的长度是一样的，但是A看起来更显长。是因为V型的线段向两端延伸，提升了视线纵向感。

所以我们可以充分利用上衣原理，尽量穿着V领的T恤来达到延长颈部线条的目的，但是也要注意V领不能太深，否则会将视觉下移，适得其反，V领保持在胸口上方即可，当然也可以利用衬衫领口形成的V型达到同样的效果。

03.叠穿增加量感

个子不高的男生大多上身都是比较瘦弱的，肩部曲线薄，而在夏天，一件宽松版型的T恤或衬衫可能难以达到增加量感的目的，所以叠穿是很好的方式，可以看到叠穿能明显的增加上身体积，还能吸引注意力。

男生们一定会问，夏天叠穿会不会很热，其实夏季衣物都很轻薄，我们可以利用无袖T+衬衫的方式来叠穿，或是在T恤外叠穿一件小马甲，达到目的的同时，也不会太热，而且叠穿也是日系风格的一大特点，一举三得哦。

二、减少下身焦点

注意力上移的步骤完成后，下半身的搭配也要配合好，总结一句话就是尽可能的减少下半身的装饰，越简单越好，身高不高的男生腿长是硬伤，就不要将任何有吸引力的装饰放在下半身了，否则第一个步骤就前功尽弃啦。

01.版型适度宽松

在以休闲为主的日系穿搭中，男生的打扮也是以合身的宽松版型为主，甚至都会特意穿大一码。而紧腿裤这个人见人恨，招黑无数的版型就无需多说了，与慵懒、休闲和清爽八竿子打不着，还会暴露腿不长的缺点。

营造宽松感是日系穿搭的精髓之一，宽松的衣物能够轻而易举地带出一股慵懒随性的感觉，简单就给人以舒适感，不过有些日系穿搭中还有喜好穿垮裤的，这一点就不太符合亚洲人的审美了，也对小个子的男生们不友好，要取其精华去其糟粕。

02.设计尽量精简

经常关注日系男生穿搭的话就会发现，他们的下身无论是裤装还是鞋袜，都是以纯色系和净版为主，可以参照“优衣库”的整体风格，几乎没有花哨复杂的设计，将简单和百搭做到了极致，带给人一种干净整洁之感。

纯色系除了经典的黑白灰，在夏天还可以尝试莫兰迪色调的蓝色、绿色、卡其色等，基础款就是最简单的，这样不会抢了上半身的戏，不过暗色条纹裤也能在清爽的同时还能拉伸线条，减弱个子矮的视觉。

03.尝试露出脚踝

身高不占优势的男孩子可以适当的露出脚踝，这样不仅显得整个人的比例更好，看起来也更加时尚街头，避免因为裤子堆叠在脚背，把重心和注意力下移，产生累赘感，让腿部更显短，还能让整体穿搭看上起更有活力。

男生们在夏天最爱穿五分短裤啦，不仅露出脚踝还露出小腿，不过短裤的裤长要注意，不要全部盖住膝盖，也不要短于膝盖以上10cm，不然就是非矮即娘，还会显得很幼稚，当然穿凉鞋或低帮鞋都是很保险的，高帮鞋就尽量避免啦。

三、协调整体风格

当我们对自身的身材进行分析，扬长避短之后，就是要统一全身的风格啦，不要忘记我们走的是清爽不油腻的日系风，起码要在风格上一眼就让人看出来，所以我们要把握住日系服装的精髓，在细节上加以协调。

01.注意材质

日系风虽然简单干净，但也不是随便一件白T恤就能穿出感觉的，日系风对衣服的材质十分讲究质感，像是太有垂感或太硬挺的面料都无法打造宽松又慵懒的风格，粗糙低劣的面料更是难形成独特的清爽感。

清爽的日系男走过来就如同邻家大哥哥一般，给人内心以温柔的感觉，他们的衣服材质大多以棉、麻为主，而棉麻非常适合夏天，另外帆布材质也是日系穿搭中常出现的，像是帆布斜挎包和帆布鞋也是日系潮男经常搭配的。

02.相近色原则

色彩的搭配在日系中相对简单，在日系色彩搭配中的一个重点就是相近色即同色的使用，利用两个比较接近的颜色相配。日系风中最擅长的是中性色和冷色调，在视觉上有一定的收缩性，所以也给人凉爽的感觉。

米色系在日系穿搭中非常常见，配合相近的灰色单品点缀，整体日系的风格能提升不少。挑衣服时要避免大红大绿等鲜艳的颜色，同时一套造型中的色系在3种以上，就会给视觉造成一种杂乱无章的感觉，因此还得遵守穿衣不超过3种色彩的原则。

## 男生复古穿搭

英伦风穿搭建议

传统英伦复古

学院风套装：选择西装、领带、马甲三件套。西装颜色如深灰色、藏青色等经典色调，款式修身，能展现出绅士的严谨与优雅。搭配白色或浅蓝色衬衫，再配上一条简约图案的领带，脚蹬一双皮鞋，适合正式或半正式场合，如参加婚礼、商务会议等。

诺福克夹克搭配：若参与户外活动，诺福克夹克是不错选择。它多口袋、有腰带、两条肩带且背后打褶，辨识度高。可以内搭衬衫，系上领带，下装配西裤和皮鞋，彰显复古与传统的融合，轻松融入城市生活。比如在周末郊外野餐或参加乡村活动时，这样的穿搭既实用又有格调。

丝绒夹克造型：都市生活中，丝绒夹克用途广泛。晚间聚会，搭配衬衫、领带和皮鞋，丝绒面料的华丽能让你在人群中熠熠生辉；日常休闲时，可搭配毛衣、牛仔裤和靴子，无论是逛街还是与朋友聚会，都能展现出独特的风格，一件即可适应多种场合。

风衣穿搭要点：经典的英式风衣多采用粗花呢材质，超宽翻领，“葫芦腰” 剪裁贴合身形。选择卡其色、深灰色等基础色风衣，内搭衬衫、毛衣或连衣裙，下身搭配西裤或半身裙，脚穿皮鞋或长靴，能凸显绅士的严谨与优雅，适合春秋季节日常出行或商务休闲场合。

新英伦复古

嬉皮士印花服饰搭配：想要展现新英伦复古的嬉皮士风格，可以选择一件印花衬衫或 T 恤。印花图案可选择具有代表性的花朵、迷幻几何图形等。搭配一条宽松的牛仔裤或工装裤，脚穿一双帆布鞋或凉鞋，再配上一顶编织草帽，就能营造出反战、追求爱与和平的嬉皮士风格，适合音乐节、艺术展览等充满文艺氛围的场合。

朋克风穿搭组合：若想穿出酷酷的朋克腔调，机车皮衣、马丁靴、紧腿裤、铆钉链条别针等元素必不可少。一件黑色机车皮衣内搭黑色 T 恤，搭配黑色紧腿裤和黑色马丁靴，再在皮衣上别上一些铆钉链条别针作为装饰，瞬间彰显出朋克风的叛逆与个性，适合参加摇滚音乐会、朋克主题派对等场合。

法式风穿搭建议

条纹单品搭配

蓝白条纹衫搭配：蓝白条是法式条纹的经典样式，具有沉稳而时髦的气质。可选择一件蓝白条纹 T 恤或衬衫，搭配白色休闲裤和蓝色帆布鞋，简约又清爽，展现出法式的轻松自然与舒适时髦，适合日常出街、海边度假等场合。

红白条纹衫穿搭：红白相间的条纹充满浪漫与活力。一件红白条纹衬衫可以搭配卡其色休闲裤，腰间系一条棕色皮带，脚穿一双白色运动鞋，整体造型既浪漫又充满青春活力，适合春日野餐、户外聚会等场合。

黑白条纹与西装搭配：黑白条纹衬衫外搭一件黑色或深蓝色西装，能营造出奇异的雅痞感。可以解开衬衫领口的几颗扣子，不系领带，搭配黑色皮鞋，适合参加时尚活动、创意工作场合等，展现出随性又不失时尚的风格。

注重细节与配饰搭配

正式场合配饰选择：在正式专业场合，如出席重要会议或参加晚宴酒会，可选择精致的袖扣和一条设计简约的领带。袖扣的材质可以是金属、水晶等，领带颜色与衬衫、西装相协调，如深色西装搭配浅色领带，能提升整体穿搭的质感与正式感。

日常配饰搭配：日常穿搭中，一条样式时髦的皮带能为整体造型加分不少。冬天可选择不同颜色、面料（如羊毛、羊绒）、尺寸和风格（如简约款、有装饰款）的围巾。例如，一身深色的穿搭可以搭配一条亮色的羊毛围巾，为整体造型增添丰富变化，适合冬季日常出行。

整体搭配要点

西装与休闲单品混搭：法国人喜欢将西装与休闲单品混搭，如一件运动上衣搭配西装裤，可选择一件白色运动 T 恤搭配黑色西装裤，脚穿一双白色运动鞋，展现出随性的时尚感；或者一件 T 恤或针织衫外搭西装外套，比如灰色针织衫外搭一件浅米色西装外套，搭配蓝色牛仔裤和棕色皮鞋，自然彰显时尚品味；大衣里叠穿牛仔外套也是常见搭配，例如一件卡其色大衣内搭一件蓝色牛仔外套，搭配黑色裤子和黑色靴子，适合春秋季节早晚温差较大时穿着。

版型与配色注意事项：法国男士偏好合身版型，尤其是西装和外套。如果肩比较窄，可选择有垫肩设计的西装来突出身型；身形较瘦的人，可选择加宽下摆的外套来强化臀围，突出身材曲线。配色方面，法国男性喜欢简单、有质感的单品，衣橱多为黑、白、灰、咖和深蓝等颜色，全身上下颜色最多不超过三种。若追求个性感，可用深色系衣服搭配鲜艳小单品，如黑色大衣搭配红色围巾，既亮眼又不浮夸。

港风穿搭建议

衬衫搭配

花衬衫穿搭：花衬衫是港风必备单品，自带痞帅感觉。选择一件色彩鲜艳、图案夸张的花衬衫，解开几颗扣子，内搭白色 T 恤，搭配一条黑色或深蓝色牛仔裤，脚穿一双黑色皮鞋或白色帆布鞋，如《逃学威龙》中的穿搭，适合休闲聚会、夜市逛街等场合，展现出休闲随性的港风魅力。

条纹和格纹衬衫叠穿：条纹或格纹衬衫可以与毛衣叠穿，只露出领口部分，避免 “程序员套装” 的呆板感，还能保暖并点亮全身。例如，一件蓝色条纹衬衫外搭一件米色毛衣，搭配一条深灰色西裤和棕色皮鞋，适合秋冬季节的日常出行或半正式场合。

纯色衬衫搭配：纯色衬衫是最简朴且百搭的单品。一件白色或浅蓝色纯色衬衫，搭配黑色西裤和黑色皮鞋，可用于正式场合；搭配蓝色牛仔裤和白色运动鞋，则适合日常休闲活动，如《启航：当风起时》中的简约穿搭风格。

其他特色单品搭配

背带裤搭配：背带裤在港风中带有英伦复古感觉，魅力十足。选择一条深蓝色或黑色背带裤，内搭白色衬衫或纯色 T 恤，搭配一双休闲皮鞋或帆布鞋，简约又有态度，适合日常出街、校园活动等场合，如《超级学校霸王》中的穿搭。

牛仔单品搭配：牛仔套装经典简约，内搭纯色单品可提升整体格调，且休闲慵懒风格不挑身材。比如一套蓝色牛仔套装内搭白色 T 恤，搭配一双白色运动鞋，展现出青春活力；也可进行叠搭，如在牛仔外套内搭一件格子衬衫，搭配黑色裤子和黑色靴子，使整体造型色彩更丰富，展现个人特色，类似《启航：当风起时》中的穿搭。

廓形西装穿搭：廓形西装肩线设计使肩膀看起来更宽，显得落拓有男人味。选择一件黑色或深灰色廓形西装，内搭白色衬衫和黑色领带，搭配黑色西裤和黑色皮鞋，适合正式商务场合或参加重要活动；日常穿着时，可解开领带，内搭彩色 T 恤，搭配牛仔裤和休闲鞋，如《超级学校霸王》《整蛊专家》中的穿搭，展现出不同风格。

皮衣搭配：皮衣是打造港风造型的利器，风格时尚个性、帅气有腔调。它可与各种衬衫、T 恤、毛衣搭配，如一件黑色皮衣内搭白色 T 恤，搭配蓝色牛仔裤和黑色皮鞋，整体既有层次感又不繁杂；或内搭黑色毛衣，如《龙神太子》中的穿搭，深沉内敛又不失品位，适合各种休闲或稍微正式的场合。

色彩搭配

经典撞色搭配：可以参考《逃学威龙》里周星驰的红、白、黑配色，如一件红白条纹 POLO 衫，配上卡其色长裤和黑色帆布鞋，色彩和谐，整体效果简约清新，适合日常休闲场合，展现出活泼的风格。

同色系或相似色系穿搭：若觉得鲜艳撞色难驾驭，可选择同色系或相似色系穿搭。如深枣红色外套搭配棕褐色西装马甲，内搭白衬衫，色系和谐统一又富有层次感，适合正式或半正式场合；深卡其色上衣搭配米白色裤子，作为秋冬搭配显得柔和温暖，适合日常出行。

美式风穿搭建议

工装风格搭配

工装夹克搭配：工装夹克是美式复古工装风的核心单品。选择一件棕色或深蓝色的工装夹克，内搭一件格子法兰绒衬衫，下装配一条深蓝色牛仔裤和一双棕色工装靴。如果天气较冷，可在工装夹克外再套一件深色马甲，增加层次感与保暖性。这种搭配适合户外活动，如徒步旅行、露营等，展现出硬朗、实用的风格，就像在《星际穿越》中体现出的感觉。

工装裤搭配：工装裤同样以其功能性和实用性成为美式复古的代表。一条多口袋的卡其色工装裤，搭配一件白色 T 恤和一件绿色工装夹克，脚穿黑色工装靴，简单又随性。可再搭配一顶棒球帽，增添休闲感，适合日常出街、户外活动等场合。

皮衣搭配

皮衣与牛仔裤搭配：一件黑色或棕色的硬挺皮衣，搭配深蓝色直筒牛仔裤和黑色马丁靴，能营造出硬汉型男的形象。可在皮衣内搭一件黑色或白色 T 恤，增加层次感。想要更加凸显硬朗，可再搭配一条黑色皮带，皮带上带有金属扣饰，如《荒野大镖客》中的穿搭，适合参加摇滚风格活动、骑行等场合。

皮衣与工装裤搭配：皮衣与工装裤搭配也是经典组合。一件棕色皮衣搭配一条卡其色工装裤，脚穿棕色工装靴，内搭一件格子衬衫。这种搭配将皮衣的硬朗与工装裤的实用相结合，展现出潇洒、落拓的美式复古风格，适合户外活动或休闲聚会等场合。

颜色选择

美式复古穿搭颜色低调沉稳不张扬，如棕色、卡其色、深蓝色、黑色等。在搭配时，可选择同色系或相近色系搭配，如深棕色皮衣搭配浅棕色工装裤，再配上一双棕色靴子，整体色调和谐统一，又能通过不同材质展现出层次感；也可选择对比色搭配，如黑色皮衣搭配卡其色工装裤，但要注意颜色比例，避免过于花哨，以展现出潇洒、随性又不失品味的风格，类似《星际穿越》中的穿搭特点。

## 男生运动风穿搭

导语

这种运动风格还有一个专属的名字：Athlesuire。即是结合了运动与休闲，混搭出一种潮酷又活力四射的潇洒劲儿！（来源：型男搭配师）

这两年频频占据时尚街头的运动鞋，首先就主打这种风 —— 老爹鞋，不过小编周围的很多直男朋友表示，对老爹鞋的画风实在接受无能。这种凹造型的设计确实不太适合日常。其实想要在平时穿出时髦的运动风，靠一些日常的单品搭配就能做到。每个男生都适合的潮流运动穿搭，一起来了解一下？

一、街头运动风

运动风其实也有细分，首先最受年轻人喜爱的便是街头运动风，它是以纽约潮牌为当仁不让的主要力量。被成为 “全球最会穿高街潮服” 的男人嘻哈歌手坎耶・维斯特便是以宽大、放松、酷为风格 DNA，黑白两色经常成为他的主要选择，把纽约街头那种自由放飞的味道被阐述得淋漓尽致。

（一）宽松卫衣 + 垮裤

“松紧搭配” 的穿搭风格最容易搭配出随性的街头运动风，时下正式换季时节，一件宽松的卫衣用来搭配运动感的条纹裤最合适不过，简单而纯粹。其次不可忽略配饰的重要性，棒球帽、运动鞋不可少，或者用一双潮流的运动潮袜或一条嘻哈项链来打破局限，这也是一种点缀的重点。

除了用配饰的点缀加分之外，换一款亮色系的单品绝对让你整个人活力起来。但在搭配上也需 get 到技巧，不然 “土” 和 “潮” 就只有一步之遥。通常一套搭配中只需有一件单件亮色单品抓人眼球即可，余下可搭配黑白色系或低纯度颜色服装作为衬托。

（二）条纹运动服

除了用配饰的点缀加分之外，换一款亮色系的单品绝对让你整个人活力起来。但在搭配上也需 get 到技巧，不然 “土” 和 “潮” 就只有一步之遥。通常一套搭配中只需有一件单件亮色单品抓人眼球即可，余下可搭配黑白色系或低纯度颜色服装作为衬托。

皮质的条纹装将街头的气息表达得尽致淋漓，这一身颜值超高的运动装让你不再停留于健身 style 的古板印象。只要换一款材质，立马也能带来不一样的惊喜。

你的运动套装怎么才能穿出与别人不一样的运动范？第一：懂得选择色系很重要！亮色的运动装更容易穿出时尚感。第二：懂得搭配很重要！如果你的全身的运动气息太重，那么挑双潮袜去搭配也可以，消弱了运动装的本分，加深了随性活力的印象。

二、休闲运动风

休闲运动风在大众的眼里想必前卫的时尚敏感度没有这么高，看遍了一贯的休闲 T 恤 + 运动裤，那么这样的休闲运动风演绎起来是没多大的可看性。渐渐的，大家便麻木了它的存在且懒得进行搭配。

（一）短 T + 长 T + 牛仔裤

换季衣橱里的短 T 不用着急拎回去，这时拿来搭配刚刚好。短 + 长的这个搭配方式在年轻潮男中屡见不鲜，但时髦度依旧不减。与休闲的牛仔裤做一个融合，别人还会小瞧你的休闲运动装吗？

（二）格纹衬衫 + T 恤 + 休闲裤

挂上 “理工男衬衫” 的格纹衬衫这两年也挤进了潮流前沿，宽松不受拘束的 oversize 款不用愁没有它的专爱粉。简单搭配白 T 干净又利落，休闲运动风最怕的就是累赘的搭配，没有自由感。

下装的搭配上，建议挑选休闲一些的版型和款式。功能性和时尚性融为一体的运动裤俨然成为格纹衬衫搭配的必要伙伴。整体不仅提升了此类运动风时髦度，轻便、实穿性成为了它的主打，这样的搭配绝对值得拥有。此外，牛仔裤作为格纹的下装搭起来更简单不费脑。

三、都市运动风

以上两种风格更适合自由职业且潮流活力的年轻人，但对于一年四季正装不离身的职场男士而言，缺乏了一种 “脱胎换骨” 的骨气，因此这一种都市运动风离不开大都会，但却少了严肃死板的商务 Look，运动风 + 雅痞的混搭是这些白领精英们的最佳选择。

（一）休闲西装 + 运动鞋

这种都市运动风是绅士男士最常穿着的，对于 “运动风” 两字的演绎关键在于换双运动鞋，基本上就是商务和休闲的混搭，休闲西服 + 球鞋很时髦。

建议在享受休闲时光就不要挑选黑色西服了，除非是那种散发着很强烈休闲感的款式，不然总给人一种随时要加班的压力感。白色就不一样，依然的清爽干净可人，轻易营造这样优雅又轻松的 Style。

喜欢运动风的你，实用的运动风穿搭感觉 get 起来！成为街头吸精潮人不是梦～

## 男生春夏穿搭

男生穿搭无需刻意追赶潮流，以纯今年春夏用基础款+剪裁+细节打造好感公式：POLO衫配锥形裤藏肚显肩，圆领T搭九分裤清爽通勤，水洗衬衫配短裤松弛有型。穿搭核心是场景适配与舒适度，顺眼比时髦更重要——从一件不费力的翻领POLO开始，穿出干净气质就是最好的生活态度。

搭配一：Polo衫+锥形裤，稳重但不老气

以纯这季的POLO特别好看，不是那种商务风死板领口，而是低调一点的翻领+不贴身的剪裁，既显肩膀，又不过度勒出肚子线条。

下身搭一条灰白系锥形裤，长度在脚踝上，干净利落，很适合春夏初穿出门。

搭配二：基础圆领T+九分牛仔裤，干净耐看

一件合身但不紧身的T恤，是男生春夏衣橱里的命根子。以纯的圆领T恤这次用的是双纱棉面料，亲肤不闷汗，图案设计也比较克制，有点设计感但不会显得学生气。

搭配经典九分直筒牛仔裤，配小白鞋就能直接出门，约人喝咖啡、走路通勤都适合。

搭配三：水洗衬衫+短裤，休闲又清爽

春夏总有一些场合需要比T恤更有造型感的单品，这时候就建议入手以纯家的水洗衬衫。落肩设计+淡蓝、浅绿色系很适合打造“人清爽、衣服也干净”的视觉印象。

搭配卡其或灰绿色短裤，既不过于学生，又比长裤多了几分松弛感。

搭配四：工装风防晒外套+功能短裤，轻户外也能时髦

如果你是户外骑行爱好者、喜欢爬山露营的城市男孩，那以纯的工装风单品绝对值得一试。防晒外套透气不闷，口袋设计实用又有型，搭配机能感短裤，能动能静。

小结

男生穿搭的核心不是“时尚”，而是“顺眼+场景适配+舒服”。以纯的春夏新品很好地做到了这一点，不管你是偏极简风、日系感还是运动街头，只要搭配对了色和版型，穿起来就不会输。