Лекция 3. Размеры и форма тела человека

План:

3.1. Анализ размеров и формы тела человека.

3.2. Определение тактики корректировки формы тела формой одежды.

3.3. Выбор композиционных и конструктивных решений одежды в зависимости от размеров и формы тела.

3.4. Анализ размеров и формы тела человека

При проектировании индивидуального стиля в одежде размеры и формы тела человека служат исходными данными, определяющими выбор размеров, форм, внутренних и внешних линий одежды. Внешние формы тела человека крайне разнообразны и определяются прежде всего анатомическим строением тела. Кроме того, они зависят от характера питания, образа жизни, возраста, профессии.

Известны многочисленные исследования, посвященные разработке методик обмера фигур, изучению изменчивости и частоты встречаемости размерных признаков и т.п. [13,16]. Представляют интерес разработки Л.П.Шершневой, фирмы “Beauty for all seasons” отдельных авторов[18,26], в которых проведена систематизация существующих знаний о форме тела и частей тела с точки зрения выбора соответствующих конструктивнокомпозиционных решений одежды. Принято внешние формы тела человека характеризовать в целом по геометрическому виду и по отдельным частям признаками, наиболее важными для их распознавания.

Форма туловища

Изучение формы тела начинают с измерения габаритных (тотальных) размеров фигуры (рост, обхват груди). Рост человека измеряют по вертикали от верхушечной точки головы до пола. Он обнаруживает большую индивидуальную изменчивость и колеблется у женщин, по разным данным, от 125-134 до 182-200 см. Размер тела определяется измерением обхвата груди третьего (Ог3). Измерение тела производят по белью, сантиметровая лента проходит горизонтально вокруг туловища через наиболее выступающие точки грудных желез. Индивидуальный размах изменчивости этого размерного признака колеблется от 72 до 132 см. Затем оцениваются пропорции фигуры. Пропорции тела устанавливаются по коэффициенту пропорций тотальных размерных признаков К1 и коэффициенту пропорций частей тела К 2: К 1 = Ог 3 / Р, (1) где Ог 3 – обхват груди третий; Р – рост. По этому признаку Н.Б. Морозовой выделено пять типов женских фигур: узкосложенный К 1 < 0,56, базовая фигура 164-88 -96; среднесложенный К 1 = 0,6 + 0,33, базовая фигура 158-96-104; широкосложенный К 1= 0,66 + 0.02, базовая фигура 164-108-116; громоздкий К 1 = 0,74 + 0,05, базовая фигура 158-116-124; богатырь К 1 > 0,79, базовая фигура 164-132-140. Показатель, определяющий тип пропорций частей тела, характеризуется отношением: К2 = Д т / Р, (2) где Д т – длина туловища. По этому признаку различают три типа пропорций: долихоморфный – К 2 < 0,312; мезоморфный – К 2 = 0,312; брахиморфный – К 2 > 0,312. Для брахиморфного типа характерно широкое длинное туловище и короткие конечности. Мезоморфный тип считается нормально сложенным. У долихоморфного типа наблюдается узкое короткое туловище и длинные конечности. По данным Л.П.Шершневой и Н.Б.Морозовой, среди узкосложенных женщин доминируют фигуры с долихоморфным типом пропорций частей тела, а среди громоздких и богатырей – с брахиморфным типом пропорций. На втором этапе проводится оценка формы тела в фас. Важнейшей характеристикой фигуры при рассмотрении ее в фас определяется соотношение ширины плеч и бедер. По соотношению поперечных диаметров плеч и бедер возможны три типа фигур: • · верхний с преобладающей шириной плеч; • · равновесный (средний); • · нижний с преобладанием ширины бедер.

Для верхнего типа характерно преобладание размеров верхней части тела над размерами тазобедренного пояса. Увеличение размеров или полноты у женщин этого типа пропорций в фас приводит к увеличению размеров живота, но не ширины бедер. У равновесного (среднего) типа с увеличением размеров и полноты происходит равномерное увеличение всех частей тела. Нижний тип характеризуется большими размерами тазобедренного пояса, который увеличивается в ширину еще больше при увеличении размеров и полноты. У женщин нижнего типа встречается два варианта типов телосложения в зависимости от характера концентрации жировых отложений и мышц: с высоко и низко расположенной округлостью бедер. Дополняют характеристику формы тела в фас наклон плеч Вп. (табл.1) и величина прогиба бокового контура тела на линии талии.

Таблица 1

Значения наклона плеч

Тип фигуры

Величина наклона плеч, см Женщины Мужчины Низкоплечие 7,4+0,75 7,9+0,75 Нормальные 5,9 +0,75 6,4+0,75 Высокоплеч

ие

4,4+0,75 4,9+0,75

Величина прогиба по линии талии во фронтальной проекции определяется визуально или инструментально. Она характеризуется соотношением поперечного диаметра талии и поперечного диаметра груди на уровне обхвата груди третьего коэффициентом: К г.ф.т. = d п.т. / dп.г.3, (3) где dп.т. – поперечный диаметр талии, d п.г.3 – поперечный диаметр груди. По этому признаку различают фигуры: • · с четким прогибом – К г.ф.т. < 0,8, • · со средним прогибом – Кг.ф.т. = 0,85 + 0,05, • · с нечетким прогибом – К г.ф.т. > 0,9. Фигуры с четким прогибом чаще встречаются среди женщин нижнего типа, а нечеткого – среди женщин верхнего типа пропорций в фас. По величине прогиба тела на линии талии различают фигуры с четким прогибом, со средним прогибом, с нечетким прогибом. Фигуры с четким прогибом чаще встречаются среди женщин нижнего типа, с нечетким – среди женщин верхнего типа пропорций в фас. По общему геометрическому восприятию все многообразие типов женской фигуры при рассмотрении в фас условно можно свести к нескольким основным силуэтам: трапециевидный (остроугольный) с основанием вверху (верхний тип с прямыми плечами, нечетко выраженной талией); прямоугольный (равновесная угловатая фигура с прямыми плечами, нечетким прогибом по линии талии); Х- образный (равновесный или нижний тип с четким прогибом по линии талии); овальный (полная фигура с покатыми плечами и расплывшейся талией). Такая визуальная оценка фигуры позволяет подбирать силуэт одежды, соответствующий силуэту фигуры. На третьем этапе проводится анализ формы тела в профиль со стороны переда. Форму тела в профиль со стороны переда определяет соотношение величины выступания грудных желез и живота. По этому признаку выделено три типа фигур:

• · грудной тип, к нему относятся фигуры, у которых выступание грудной железы больше выступания живота, • · равновесный, • · брюшной тип, у которого преобладает выступание живота. Равновесные фигуры могут иметь большую грудь и выступающий живот или быть уплощенными. Степень развития грудных желез (у женщин) и выступа живота можно оценить дополнительно. Величина грудной железы Вг.ж. определяется как разность между величинами измерений обхватов груди третьего Ог.3 и четвертого Ог.4 По данным антропологов различают четыре размера Вг.ж.: 0,1, 2 и 3, соответственно имеющие следующие величины признака: 12, 14, 16 и 18 см. Часто увеличение размера грудной железы связано с увеличением размера тела, однако встречаются типы фигур малых размеров, у которых размеры грудной железы достаточно велики. По уровню расположения грудные железы бывают высоко, нормально и низко расположенными. Вторым дополнительным признаком формы тела в фас со стороны переда являются величина и форма живота. По форме различают живот плоский, у которого выступание относительно линии талии Вж.< 1 см, средний с Вж.= 2...5 см. и выпуклый с Вж. > 5 см. Выступающий живот, в свою очередь, может иметь высоко или низко расположенную округлость. При общем ожирении живот сильно выступает вперед, становится более округлым, иногда отвисает в виде жировых складок. На четвертом этапе рассматривается форма тела в профиль со стороны спины. Форму тела в профиль со стороны спины, то есть характер ее продольной кривизны, определяет соотношение величин выступания лопаток и ягодиц. Форма тела в профиль со стороны спины в основном зависит от характера изгибов позвоночника и степени развития ягодичных мышц и жироотложений. Выделено три типа фигур по форме спины: кифотический, равновесный, лордотический. К кифотическому типу относятся фигуры, у которых величина выступания лопаток больше величины выступания ягодиц не менее чем на 2 см. У лордотического типа ягодицы выступают над лопатками не менее чем на 3см. Равновесный тип характеризуется более или менее одинаковой величиной выступания лопаток и ягодиц. Однако в этой группе встречаются фыгуры, имеющие различную продольную кривизну спины. Выраженность изгибов спины может быть: • · слабой (выпрямленный тип), • · средней (нормальный тип), • · сильной (изогнутый тип). О величине изгибов спины судят по абсолютным значениям измерений глубины талии первой Гт.1 и глубины талии второй Гт.2. По данным Л.П.Шершневой (для женщин), выпрямленный тип фигур имеет: Гт.1 < 3см., Гт.2 <3,5 см. У фигур нормального типа: Гт.1 = 4,5+1,5см., Гт.2 =5 + 1,5 см. Фигуры с сильным изгибом позвоночника имеют Гт.1>6 см. и Гт.2 > 6,5 см.

В зависимости от уровня расположения наиболее выступающих точек грудного кифоза различают фигуры с высоким, нормальным и низким уровнем положения кривизны. Непостоянным является и уровень расположения наиболее выступающих точек ягодиц. Бывают фигуры с высоким и низким расположением округлости ягодиц. Первое встречается у женских фигур верхнего типа, второе – у фигур нижнего типа.

Равновесный тип характеризуется более или менее одинаковой величиной выступания лопаток и ягодиц. Однако в этой группе встречаются фигуры, имеющие различную продольную кривизну спины. Выраженность изгибов спины может быть: слабой (выпрямленный тип), средней (нормальный тип), сильной (изогнутый тип). Дополнительно форму спины (изгиб верхней части) характеризует размерный признак – “положение корпуса” (Пк.). “Положение корпуса” – проекционный размерный признак – измеряют по горизонтали от седьмого шейного позвонка до вертикальной плоскости, касательной к лопаткам. В соответствии со стандартом установлены следующие виды осанки в зависимости от значения Пк: Пк. < 5 см. – перегибистая осанка фигуры; Пк. = 6,15 +0,15 см – нормальная осанка; Пк. > 7,2 см.- сутулая осанка. Наличие жировых отложений в области седьмого шейного позвонка у полных женщин приводит к искажению значений показателя осанки.

Форма головы

К основным размерным характеристикам головы, учитываемым при проектировании одежды, относятся измерения: обхват головы горизонтальный Огол., высота головы Вгол. и ширина (диаметр поперечный) головы dг.п. Наиболее важное значение эти измерения приобретают при их сопоставлении друг с другом, с шириной плеч и ростом. Художники считают пропорции головы красивыми, если отношение высоты головы к ее ширине находится в пределах 1,25 + 0,05. Если эта величина больше, голова считается удлиненной, если меньше – голова приобретает округлую форму. Вторым важным признаком пропорций тела является соотношение ширины плеч и головы. Одна и та же ширина плеч воспринимается узкой при широкой голове и широкой при узкой голове. Этот факт необходимо учитывать при проектировании одежды. Добиться желаемого эффекта можно изменяя прическу. Наиболее значимой в решении задач гармонизации одежды с обликом человека является лицевая часть головы. Для ее характеристики в работах Т.П. Тихоновой использовано два признака: пропорции лица и форма его контура. Пропорции лица устанавливаются как отношение физиологической высоты лица Вл. к его ширине Шл., то есть Кпр.л. = В л. / Ш л. (3) По этому признаку выделено три типа пропорций лица: 1) широколицые: Кпр.л =1,16 + 0,15, 2) среднепропорциональные: К пр.л. =1,37 + 0,05, 3) узколицые: К пр.л. = 1,54 + 0,1. Наиболее часто широколицые женщины встречаются в средней и старшей возрастных группах, узколицые – среди молодежи. Форму контура лица характеризуют, сравнивая с геометрическими фигурами: овалом, треугольником, пятиугольником, кругом, прямоугольником, ромбом и др. При этом оценивают характер линий (округлые или четко очерченные) и соотношение основных измерений: ширины лица Шл., ширины лба Шлб., ширины челюстной части лица Шл.ч. и высоты лица Вл. В зависимости от величины соотношений признаков Л.П.Шершневой установлено шесть типов контура (овала) лица: 1) эллипсовидный – форма лица близка к правильному овалу;

2) овидный – форма лица напоминает форму яйца; 3) триангулярный – общие очертания лица приближаются к треугольнику; 4) пентагональный – общие очертания лица приближаются к пятиугольнику, обращенному вершиной вниз; 5) тетрагональный – форма лица близка к прямоугольнику; 6) орбикулярный – форма лица приближается к кругу. Фирма “Beauty for all seasons” разработала более подробную классификацию контуров лица (рис. 5). В нее вошли пять четко и пять мягко очерченных контуров. Для многих женщин средней и старшей возрастных групп характерно наличие локализованных жироотложений в области подбородка. У тучных женщин эта величина превышает 32 мм.

Форма шеи

Основными признаками, определяющими форму и размеры шеи, являются ее длина, обхват, форма боковой поверхности. Длина шеи Дш. определяется проекционным измерением – высотой участка от челюстного угла нижней челюсти до точки основания шеи. В работе Т.П. Тихоновой установлено три варианта шеи по длине: короткая с Дш. = 13....32 мм; нормальная с Д ш. = 33...55 мм; длинная с Дш. = 56... 90 мм. О ширине шеи судят по величине отношения ширины шеи к ширине челюстной части лица Шл.ч. Эта величина названа коэффициентом пропорциональности ширины шеи: Кз = Ш ш./ Шл.ч. По этому признаку установлено три варианта шеи по ширине: широкая с К пр.ш. = 1 +0,05 (1.32), нормальная с К пр.ш. = 0,9+ 0,05 (1.33), тонкая с К пр.ш. = 0,8 + 0,05(1.34). Шея одной и той же ширины воспринимается узкой при широком лице и широкой при узком лице. С увеличением ширины шеи зрительно уменьшается ее длина.

Форма нижних конечностей

Форма нижних конечностей в зависимости от взаимного положения осей бедра и голени, положения головки бедренной кости в тазобедренном суставе может быть: нормальной – оси бедра и голени расположены примерно на одной оси; Х-образной – оси бедра и голени образуют тупые, открытые наружу углы; Л-образной (циркуль) – оси бедра и голени образуют прямые линии, но не параллельные, а расходящиеся книзу; О-образной – оси бедра и голени образуют тупые, но открытые внутрь углы (варусная форма); П-образной. Носки ног могут излишне расходиться или повернуты внутрь. По степени развития мышц и подкожно-жирового слоя ноги могут быть худыми, нормальными, полными. На форму ног влияет место локализации подкожно-жирового слоя. Возможно равномерное и неравномерное развитие мышечных тканей и жировых отложений. В последнем случае наиболее характерным местом локализации подкожно-жирового слоя является область бедра, такой вариант встречается в основном у женщин нижнего типа пропорций в фас.

3.2. Определение тактики корректировки формы тела формой одежды

Тактика корректировки формы тела формой одежды формулируется по результатам анализа индивидуальных особенностей фигуры. Этапы определения тактики корректировки соответствуют этапам анализа фигуры. На первом этапе оцениваются горизонтальные и вертикальные размеры тела и общие пропорциональные отношения фигуры. Для фигур высокого роста тактика корректировки формулируется как сокращение вертикальных (продольных) размеров тела; для невысоких необходимо увеличение продольных размеров тела. Для фигур узкосложенных целесообразно увеличение поперечных размеров тела, а для широкосложенных – их сокращение. Тактика корректировки долихоморфных фигур – понижение уровня талии в одежде относительно естественного; брахиморфных – повышение уровня талии в одежде относительно естественного. При рассмотрении фигуры в фас и в профиль оценивается соотношение размеров верхних и нижних частей тела, степень выступания отдельных участков и прогибы на уровне талии. Тактика корректировки фигуры на этом этапе зависит от результатов анализа общих пропорций фигуры. У женщин узко- и среднесложенных размеры той из сопоставляемых частей тела, которая имеет максимальное значение, воспринимаются как нормальные. Корректируются (в сторону увеличения) части тела, имеющие минимальные значения. Например, фигуры верхнего типа в этой группе воспринимаются как фигуры с недостаточной шириной бедер.

У женщин громоздких и богатырей восприятие формы тела противоположно предыдущему. Размеры той из сопоставляемых частей тела, которая имеет минимальное значение, воспринимаются как нормальные. В корректировке в сторону уменьшения нуждаются участки, имеющие максимальные значения. Фигуры верхнего типа воспринимаются как фигуры, имеющие излишнюю ширину плеч. В зависимости от габаритов фигуры в фас и в профиль, от характера жироотложений очертания фигуры могут быть угловатыми или округлыми, что определяет пластические свойства выбираемых форм одежды. Далее оцениваются особенности размеров и формы головы, лица, шеи, верхних и нижних конечностей. Здесь чаще всего целесообразна тактика отвлечения внимания от проблемных зон, особенно не прикрытых одеждой (кисти рук, ступни, голова), сокращения или увеличения размеров отдельных участков. Характер линий овала лица и черт лица влияет на выбор внутренних линий в ансамбле одежды и аксессуаров. В заключение рассматривается пластика поверхности тела и отмечаются места локализации жировых отложений. В соответствии с установленной тактикой корректировки осуществляется выбор пропорциональных соотношений элементов костюма в целом, оптимальных силуэтных и других решений одежды.

3.3. Выбор композиционных и конструктивных решений одежды в зависимости от размеров и формы тела

При проектировании одежды на фигуры с различными особенностями телосложения применяется принцип подравнивания конкретной фигуры под фигуру желаемых форм и пропорций с помощью одежды и аксессуаров [4,15,31,34]. Эталоном для подравнивания индивидуальных фигур является фигура, модная на конкретный период времени. Фигуры малого объема требуется с помощью одежды сделать зрительно полнее и значительнее, фигуры среднего объема оставить по объему без изменения, а фигурам больших объемов – придать стройность. Нужного эффекта в зрительном восприятии человека в одежде, которое может не совпадать с результатами обмера и взвешивания фигуры, можно добиться с помощью формы одежды, характера членения ее на части, рисунка, фактуры и цвета материала. Важным средством корректировки являются формоустойчивые каркасные элементы (плечевые накладки и т.п.) и корсетные изделия. Первым этапом формирования гардероба должен быть правильный выбор корсетных изделий и белья. Первостепенное значение это имеет для фигур с излишними или недостающими объемами. Корсетные изделия придадут подтянутый вид фигурам с большой грудью, выступающим животом и развитыми ягодицами (надпись на упаковке “lift up”); лишат ощущения расслабленности и расплывчатости полную фигуру; добавят недостающие объемы фигурам с небольшой грудью и плоскими ягодицами (эффект “push up”). Затем продумываются объем и форма одежды, общее композиционное решение. Форма одежды является наиболее активным средством, позволяющим изменить конфигурацию отдельных частей тела и фигуры в целом. Формой можно увеличить или уменьшить продольные и поперечные размеры тела, смягчить рельеф поверхности фигуры или сделать его более четким. Разработка эскиза модели на конкретную фигуру начинается с упорядочения элементов формы, создания системы горизонтальных и

вертикальных членений, обусловленных определенными математическими связями: отношениями и геометрическими пропорциями. В простых отношениях взаимосвязь частей и целого выражена повторением единого заданного размера, являющегося модулем. Такие отношения выражаются дробным числом: в числителе – количество взятых частей, в знаменателе – число, на которое делят целое. За целое принимают длину фигуры человека (рост), длину одежды (пальто, костюма, платья), частей одежды (лиф, рукав). Например, рукав 3/4 означает, что укороченный рукав составляет 3/4 длины обычного – до запястья. Длина костюма 7/8 значит, что видимая часть юбки равна 1/8 длины всего костюма. В моделировании одежды наиболее гармоничными отношениями являются такие, при которых ясно видна соразмерность. Отношения больше восьми применяются редко: они трудно воспринимаются зрением. Частным случаем геометрической пропорции является золотое сечение, получаемое путем деления отрезка на неравные части таким образом, что его меньшая часть относится к большей так же, как большая – к общей длине отрезка. Целое можно поделить на бесконечное множество неравных частей, но только одно из таких сечений отвечает золотой пропорции. Этот закон обнаруживается в пропорциях человеческого тела и животных, в закономерностях развития многих организмов и явлений, в музыке, архитектуре и выражается формулой: (Ö5+1)/2 = 1,6180339... У взрослого человека, сложенного пропорционально, уровень талии делит тело по золотому сечению, это является основанием для выбора таких же пропорциональных отношений в костюме по высоте. Соотношения частей одежды по ширине строятся по эмоционально ощутимым признакам (мерности, весомости, массе), поэтому применение геометрических пропорций по ширине ограничено. Посредством организации пропорциональных отношений между частями формы, между формой в целом и ее деталями возникает соподчиненность целого и фрагментов. Пропорции в этом смысле являются главным, определяющим все остальное, средством композиции при проектировании костюма. Разные размерные соотношения по длине и ширине приводят к различному выражению формы, к разному ее эстетическому восприятию. Изменения в моде всегда несут новые пропорциональные отношения длин, горизонтальных членений, положений карманов, застежек. Для фигур, имеющих отклонения от типовых, пропорции одежды следует выбирать индивидуально с учетом роста и особенностей телосложения. Эстетически целесообразные варианты пропорциональных отношений одежды по высоте разработаны Т.А.Кравцовой в имидж-центре ВГУЭиС. Схема определения пропорциональных отношений представлена на рис.6, а их численное значение – в таблице 2. Исходным параметром для расчета является проекционное расстояние между точкой основания шеи и уровнем высоты талии. В соответствии со стандартом на типовые фигуры выделено пять значений этого признака, так как он имеет только межростовую изменчивость (1,2 см), а по размерам и полнотам остается постоянным. Рис.6

В таблице указаны пропорции для типовой равновесной фигуры. Для фигур неравновесного типа, высоких и низких, различных полнот расчет осуществляется таким же образом, так как проекционное измерение длины торса для фигур невысокого роста и долихоморфных варьирует от 36 см до 38 см, для пропорционально сложенных и брахиморфных – от 38 см до 42 см. Точное соблюдение целочисленных отношений и геометрических пропорций работает на зрительное выравнивание фигуры, корректирует природную непропорциональность тела. Для фигур невысокого роста, для полных фигур пропорции выбираются таким образом, чтобы центр тяжести силуэта визуально казался выше (рис. 7). Так, для стройной

фигуры маленького роста рекомендуется короткий костюм в пропорции 1/1. Особенно эффектен этот костюм, если жакет и юбка одного цвета. На узко сложенных женщинах короткие жакеты-спенсеры контрастируют с нижней частью тела и создают иллюзию длинных ног. Соотношение 3/5 и 1/1, когда юбка достигает середины колена, является удачным вариантом для широкосложенных фигур невысокого роста.

Длинные жакеты в костюмах с отношением 7/8 и 3/1 рекомендуются высоким фигурам, узко- и широкосложенным. При этом широкосложенные фигуры выглядят

стройнее в жакетах с центральной (однобортной) застежкой, узкосложенным фигурам рекомендуется выбирать смещенную (двубортную) застежку (рис. 8). Фигуры с выраженным прогибом по линии талии требуют акцента на талии в одежде из пластичных, драпирующихся материалов. Высоким стройным фигурам подходит силуэт-Х в пропорциях 1/1, 1/2, 1/3, 1/4 (рис. 9). Они могут подчеркнуть изящные пропорции горизонтальными линиями пелерины, кокетки, объемного воротника. Угловатым стройным фигурам с нечетко выделенной талией и плоскими ягодицами рекомендуются простые и лаконичные прямые или слегка сужающиеся книзу силуэты. Такие женщины выглядят интереснее в одежде из плотных материалов, с жесткими складками (рис. 10).

Выбор силуэта в одежде для полных тоже определяется особенностями фигуры. Полная фигура может быть: пропорциональной с равномерным развитием жироотложений; верхнего типа - с концентрацией жироотложений в верхней части тела; нижнего типа - с концентрацией жироотложений в нижней части тела. Разница в зрительном восприятии этих фигур требует различного подхода к выбору композиционных решений в одежде и дополнений. Одежда для фигур равновесных должна отличаться общей уравновешенностью

пропорций, равномерным силуэтом, не отрезная по талии, вертикальные линии (рис.11,12). Для полных женщин с пропорциональной фигурой, особенно высокиз, выбор одежды гораздо шире, они могут смелее использовать предложения молы, соблюдая чувство меры. Высокие женщины могут носить платья отрезные по талии, можно, если они модно, носить и пояса. Если пояса присутствуют в гардеробе, то предпочтительно, в тон платья, узкие, тонкие, носят их свободно, опустив чуть ниже талии. В жилете спинку и бока можно присобрать кулиской. Не противопоказаны брюки с удлиненными куртками, жакетами, блузами навыпуск. Не рекомендуются слишком узкие брюки, плотно облегающие тело. Мягкость и женственность всего облика подчеркивается хорошо подобранной отделкой: изящными воротниками, шарфами-галстуками, шейными косынками.

Полным невысоким женщинам рекомендуется избегать крупных деталей и горизонтальных членений в одежде, тканей с крупным рисунком, рукавов объемной формы. Не следует подчеркивать талию. Необходимо отказаться от использования отрезной линии талии и поясов; не заправлять блузки, джемперы в юбку или брюки. Жакет, жилет желательно не застегивать, когда это позволяет ситуация. Блуза навыпуск под жакетом создает ощущение достаточно стройной талии. Основной способ зрительно скрыть полноту – в композиционном решении костюма использовать вертикальные линии. Полную руку зрительно сужают группы строчек, защипов на рукаве.

Среди полных женщин верхнего типа можно выделить две группы фигур в зависимости от их зрительного восприятия. Фигуры женщин первой группы воспринимаются как фигуры с недостаточной шириной бедер, которые необходимо расширить одеждой. Это, в основном, женщины высокие или среднего роста, средних и больших размеров. Для фигур этого типа наиболее уместны формы с гладким лифом и слегка расширенной по линии бедер юбкой. Хороши юбки "годе". Возможны слегка зауженные книзу юбки и платья, лучше в качестве внутреннего слоя комплекта прямого силуэта. Основные акценты располагаются на уровне бедер, чтобы уравновесить тяжелый верх: горизонтальные подрезы; складки, низко застроченные или выходящие из подреза; мягкие воланы; прорезные карманы, расположенные горизонтально или под углом; наклоненные к бедрам вытачки или вертикальные рельефы, уходящие в боковые швы; мягко завязанный на бедрах пояс блузона; отделка низа жакета. Рукава могут быть втачные, реглан и полуреглан. Фигуры женщин второй группы зрительно воспринимаются как фигуры с очень широкими плечами, ширину которых необходимо уменьшить одеждой. В эту группу входят женщины малых и средних ростов, больших и очень больших размеров. Расширение бедер здесь недопустимо, т.к.это зрительно утяжелит фигуру и придаст ей квадратную форму. Силуэты - прямой и расширенный. Рукава прямые или зауженные любой длины.

Для женщин этой группы наиболее уместны модели платьев, не отрезных по талии. Модели с вертикальными линиями: удлиненными талиевыми и длинными диагональными вытачками, центральной застежкой. прорезными карманами, косо поставленными клапанами. умеренной отделкой (строчки, защипы, канты, бейки). Очень хороши неглубокие вырезы, невысокие, плоские, удлиненные воротники. Женщинам верхнего типа необходимо категорически избегать нагромождения композиционных решений, особенно горизонтальных линий, в области груди и плечевого пояса (кокетки, подрезы, большие воротники, накладные карманы) т.к. эти элементы зрительно увеличивают и без того большой объем верхней части фигуры. Реглан-погон, рубашечный покрой рукава, драпировки, мягкие складки тоже расширяют плечевой пояс и увеличивают объем груди. Выступающий (при рассмотрении в профиль) живот,

характерный для полных фигур верхнего типа, скрадывается применением многослойных комплектов в одежде в сочетании с различными аксессуарами (драпированные платки, шали), удлиненными воротниками, создающими дополнительные вертикальные и диагональные композиционные линии (рис. 13,14).

При определении тактики корректировки у фигур нижнего типа целесообразно выделить две группы.

Для фигур второй группы уместен полуприлегающий силуэт. Юбки, слегка расклешенные книзу, или годе позволяют скрыть живот и располневшие бедра. Нижняя часть модели должна решаться просто и лаконично, с преобладанием вертикальных линий членений. Здесь уместны все элементы цветовых решений, направленные на зрительное уменьшение объемов бёдер. На лифе возможны горизонтальные или мысообразные членения по линии груди, рельефы, выходящие из проймы. Лиф небольшой, но плечевой пояс четко оформлен за счет плечевых накладок, кокеток, покроев рукава, так как у фигур этого типа чаще всего узкие, покатые плечи. Линия втачивания рукава в пройму должна быть вертикальна. Расширение плеч не должно превышать этих пределов. Рукава неширокие, втачные или комбинированного покроя.

Для фигур нижнего типа рекомендуются силуэты, в которые вписываются внешние контуры фигуры. К таким силуэтам относится полуприлегающий с небольшим расширением книзу, спокойная вытянутая трапеция с подкройными бочками, которая зрительно удлиняет фигуру. Особенно эффектно для данного типа фигур применение соответствующего цвета и рисунка ткани. Более светлый и более крупный рисунок следует располагать в верхней части костюма, а в нижней – более темные тона и менее выразительный рисунок. Для фигур нижнего типа важно отвлечь внимание от уровня бедер, то есть перенести все композиционные решения вверх, на уровень плечевого пояса (рис. 15,16) Особенно внимательно следует отнестись к оформлению низа рукава- расширенный книзу рукав, отделка отворотами, меховыми манжетами подчеркнут ширину бедер.

В первую группу входят фигуры, у которых зрительно ощущается недостаточная ширина плеч. Это высокие полные женщины. Ко второй группе относятся женщины с избыточно широкими бёдрами. Для фигур первой группы уместны модели с прямой юбкой и свободным мягким лифом. Хорошо скрадывает объем в области бедер силуэт “трапеция” с умеренным расширением книзу. Рукава мягкие, рубашечного покроя или цельнокроеные. Воротники широкие или переходящие в бант, галстук и т.п.

Наиболее активно на зрительное восприятие фигуры действуют иллюзии острого угла. Используя эти иллюзии, можно добиться значительного расширения отдельных участков фигуры, например, плеч, бёдер и других; можно зрительно увеличить или уменьшить длину тела. Так, если линии на платье, идущие от горловины, расширены кверху, а от ног расширены книзу, фигура воспринимается более высокой, а если наоборот, то фигура кажется более низкой. Аналогичным образом можно зрительно изменить длину руки. Линии рукава, расширенные книзу, увеличивают длину рук, а расширенные кверху – уменьшают ее длину. Форма выреза горловины и шейные украшения выбирают с учетом характера всей фигуры, овала лица, формы и длины шеи, формы подбородка. При выборе контура этой линии широко используют иллюзии контраста и подравнивания. Если линии воротника повторяют очертания лица, они их подчеркивают, например, узкое лицо кажется еще уже при длинном узком вырезе. Поэтому женщинам, у которых лицо имеет слишком квадратную или круглую форму, рекомендуется вырез горловины овальной или удлиненной формы. Тонкую длинную шею, удлиненное лицо зрительно укорачивают вырезы горловины, у которых ширина доминирует над глубиной, вырез по основанию шеи, цельновыкроенные воротники-стойки, высокие стояче-отложные воротники. Проблемой полных женщин является располневшая шея и развитие жироотложений в области седьмого шейного позвонка. Глубокий вырез, особенно V-образный, узкий асимметричный лацкан, длинная нитка бус удлиняют короткую шею. Вырез “под горлышко”, короткое ожерелье и высоко повязанный бант даст обратный эффект. Выбирая конфигурацию выреза, нельзя забывать, как выглядит фигура в профиль и сзади. Модели без воротников подчеркнут жироотложения в области седьмого шейного позвонка и сутулость спины. Воротники позволяют маскировать проблемы ее боковой и задней поверхности. Другим уязвимым участком крупной фигуры является пройма. Не следует носить платья без рукавов, если сверху не надет жакет. Длина рукава – не выше локтя. Это позволяет

скрыть самые неэстетичные участки располневшей руки. Рука кажется длиннее, если рукав чуть укорочен и оставляет запястье открытым. Проймы удобные, углубленные. Цвет, рисунок и фактура ткани оказывают решающее значение на стиль и силуэт. Все теплые цвета являются выступающими, активными и тяжелыми, а все холодные – отступающими, пассивными и легкими. Известно, что тона холодные, темные оптически уменьшают фигуру, а светлые и теплые – увеличивают. Черная обувь, например, скрадывает размер стопы. Многие полные женщины предпочитают одежду черных и коричневых оттенков, чтобы казаться стройнее. Но полную фигуру черный цвет слишком выделяет из пространства, подчеркивая все изъяны. Теплые цвета обладают оформляющим действием – яснее вырисовывают фигуру. Синие и голубые тона неопределенно ограничены – создают ощущение растекания. Контраст плотной большой фигуры и голубого платья на ней создает ощущение массивности. Фигура в платье с поперечными полосами кажется выше и уже, чем фигура в платье с продольными полосами, если полосы на ткани достаточно частые. Редкие продольные полосы (рельефы, подрезы) уменьшают ширину и увеличивают кажущуюся высоту. Редкие горизонтальные полосы, расположенные в различных областях, зрительно расширяют эти области. На выявление объема фигуры оказывает влияние заполненность одежды рисунком или деталями. Необходимо избегать нагромождения деталей и элементов рисунка на той части фигуры, видимые размеры которой опасно увеличивать. Если направить внимание на какой-нибудь предмет, он покажется больше, чем на самом деле. Крупным и миниатюрным женщинам противопоказаны чересчур крупные, яркие, контрастные, рельефные рисунки. Такие решения могут позволить себе только высокие худые женщины, остальным предпочтительнее мелкий, неяркий классический узор: горошек, полоска, “елочка”, мелкая клетка. Клетка может быть даже довольно крупной, но спокойной по цвету и раскроенной по косой. Расположение клетки или полоски по косой делает фигуру менее объемной Хорошо выглядят на полных платья в клетку или полоску с подрезными бочками, скроенными по косой нити. Объем фигуры зрительно зависит от толщины и фактуры материала. Толстые, пушистые, рыхлые ворсовые или типа букле ткани полнят, т.к. не отражают свет, их очертания размыты. Учитывая это, можно продумать комплект, в котором гладкие ткани расположены на участках, где нужно сократить объем, рыхлые – там, где необходимо его увеличить. Полным следует очень осторожно использовать блестящие материалы, особенно трикотаж. Активная игра света создает впечатление еще большей полноты. Тактика отвлечения внимания от проблемных зон (располневшей талии, широких бедер, некрасивых рук и др.) реализуется за счет умелого использования декоративных деталей и акцентов: лацканы, нагрудные карманы, канты, драпировка, вышивка, красиво завязанный шарф, бусы, брошь, притягивая к себе повышенное внимание, отвлекают его от корректируемых участков.

Если линии воротника повторяют очертания лица, они их подчеркивают, например, узкое лицо кажется еще уже при длинном узком вырезе. Поэтому женщинам, у которых лицо имеет слишком квадратную или круглую форму, рекомендуется вырез горловины овальной или удлиненной формы. Тонкую длинную шею, удлиненное лицо зрительно укорачивают вырезы горловины, у которых ширина доминирует над глубиной, вырез по основанию шеи, цельновыкроенные воротники-стойки, высокие стояче-отложные воротники. Проблемой полных женщин является располневшая шея и развитие жироотложений в области седьмого шейного позвонка. Глубокий вырез, особенно V-образный, узкий асимметричный лацкан, длинная нитка бус удлиняют короткую шею. Вырез “под горлышко”, короткое ожерелье и высоко повязанный бант даст обратный эффект. Выбирая конфигурацию выреза, нельзя забывать, как выглядит фигура в профиль и сзади. Модели без воротников подчеркнут жироотложения в области седьмого шейного позвонка и сутулость спины. Воротники позволяют маскировать проблемы ее боковой и задней поверхности. Другим уязвимым участком крупной фигуры является пройма. Не следует носить платья без рукавов, если сверху не надет жакет. Длина рукава – не выше локтя. Это позволяет скрыть самые неэстетичные участки располневшей руки. Рука кажется длиннее, если рукав чуть укорочен и оставляет запястье открытым. Проймы удобные, углубленные. Цвет, рисунок и фактура ткани оказывают решающее значение на стиль и силуэт. Все теплые цвета являются выступающими, активными и тяжелыми, а все холодные – отступающими, пассивными и легкими. Известно, что тона холодные, темные оптически уменьшают фигуру, а светлые и теплые – увеличивают. Черная обувь, например, скрадывает размер стопы. Многие полные женщины предпочитают одежду черных и коричневых оттенков, чтобы казаться стройнее. Но полную фигуру черный цвет слишком выделяет из пространства, подчеркивая все изъяны. Теплые цвета обладают оформляющим действием – яснее вырисовывают фигуру. Синие и голубые тона неопределенно ограничены – создают ощущение растекания. Контраст плотной большой фигуры и голубого платья на ней создает ощущение массивности. Фигура в платье с поперечными полосами кажется выше и уже, чем фигура в платье с продольными полосами, если полосы на ткани достаточно частые. Редкие продольные полосы (рельефы, подрезы) уменьшают ширину и увеличивают кажущуюся высоту. Редкие горизонтальные полосы, расположенные в различных областях, зрительно расширяют эти области. На выявление объема фигуры оказывает влияние заполненность одежды рисунком или деталями. Необходимо избегать нагромождения деталей и элементов рисунка на той части фигуры, видимые размеры которой опасно увеличивать. Если направить внимание на какой-нибудь предмет, он покажется больше, чем на самом деле. Крупным и миниатюрным женщинам противопоказаны чересчур крупные, яркие, контрастные, рельефные рисунки. Такие решения могут позволить себе только высокие худые женщины, остальным предпочтительнее мелкий, неяркий классический узор: горошек, полоска, “елочка”, мелкая клетка. Клетка может быть даже довольно крупной, но спокойной по цвету и раскроенной по косой. Расположение клетки или полоски по косой делает фигуру менее объемной Хорошо выглядят на полных платья в клетку или полоску с подрезными бочками, скроенными по косой нити. Объем фигуры зрительно зависит от толщины и фактуры материала. Толстые, пушистые, рыхлые ворсовые или типа букле ткани полнят, т.к. не отражают свет, их очертания размыты. Учитывая это, можно продумать комплект, в котором гладкие ткани расположены на участках, где нужно сократить объем, рыхлые – там, где необходимо его увеличить. Полным следует очень осторожно использовать блестящие материалы, особенно трикотаж. Активная игра света создает впечатление еще большей полноты.

Тактика отвлечения внимания от проблемных зон (располневшей талии, широких бедер, некрасивых рук и др.) реализуется за счет умелого использования декоративных деталей и акцентов: лацканы, нагрудные карманы, канты, драпировка, вышивка, красиво завязанный шарф, бусы, брошь, притягивая к себе повышенное внимание, отвлекают его от корректируемых участков.