

УДК 687.016:687.14

## ФОРМУВАННЯ ВИМОГ ДО ОДЯГУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ЙОГОЮ

Студ. Ю. М. Різик, гр. МГШ-17  
Науковий керівник доц. О. І. Водзінська  
Київський національний університет технологій та дизайну

**Мета і завдання.** Метою дослідження є формування вимог до одягу для практикування йоги. Основними завданнями дослідження є:

- аналіз особливостей йога-культури;
- характеристика асортименту одягу для занять йогою;
- встановлення вимог до матеріалів та одягу для йоги;
- оцінка ролі кольору в йога-культурі та його відображення в одязі для занять йогою;
- розробка дизайн-проекту одягу для практикування йоги.

**Об'єкт та предмет дослідження.** Об'єктом дослідження є процес проектування та виготовлення одягу для занять йогою. Предмет дослідження – костюм для практикування йоги.

**Методи та засоби дослідження.** Методологічною основою роботи є принцип системності. Поставлені завдання обумовили використання комплексного підходу із застосуванням методу системного аналізу. Для врахування думки споживачів при проектуванні одягу для занять йогою використано метод експертного опитування.

**Наукова новизна та практичне значення отриманих результатів.** Наукова новизна дослідження полягає у застосуванні палітри основних кольорів спектру у дизайні костюму для занять йогою з метою полегшення візуалізації кольору по чакрах для йогів-початківців. Практичне значення результатів роботи – розробка дизайн-проекту моделі одягу для занять йогою.

**Результати дослідження.** Йога є складним і комплексним мистецтвом, яке включає в себе як фізичні вправи, так і тісно з ними переплетені духовні практики. Зараз йога є найпоширенішою духовною практикою на планеті. Заняття йогою по відвідуваності вже давно утримують міцне лідерство в послугах різних спортивних і оздоровчих центрів [1]. Тому проектування та виготовлення одягу для занять йогою є актуальним.

Аналіз асортименту швейних виробів для занять йогою, представленого на сучасному ринку товарів легкої промисловості, дозволив визначити, що одяг для йоги складаються з цілісного костюму (майки або кофти, яка переходить у легінси), костюма, що складається з кількох виробів, штанів-«афганів», бриджив, майки або топу, фуфайки або кофти. Встановлено, що більшість видів одягу – це спортивний чи домашній одяг, який не враховує особливості йога-культури. Аналіз рухів людини під час практикування асан йоги дозволив визначити, що оптимальний фасон одягу для йоги – це виріб з мінімальною кількістю деталей, відсутністю «висячих» та декоративних елементів. Крій такого одягу максимально спрощений та передбачає плавні лінії. Шви переважно плоскі або застосовують безшовне плетіння трикотажного полотна, кількість їх мінімальна. Для такого одягу найкраще підходять трикотажні еластичні змішано-бавовняні полотна та можна запропонувати трикотажне синтетичне полотно Cool-max (ПЕ – 100 %).

Йога – це особливий, барвистий мікрокосм кольорів, кожен з яких має своє важливе значення. Сім кольорів спектру відносяться до семи чакр – центрів енергії, які розміщені вздовж хребта та відповідають за роботу певних частин тіла та органів

**Сучасні матеріали і технології виробництва виробів  
широкого вжитку та спеціального призначення**  
*Технологія та конструювання швейних виробів*

людини. Кольори – це вібрації. Одягаючи виріб, ми купаємося у хвилях енергії кольорів, які обрали. При виконанні асан йоги застосовують прийоми візуалізації певного кольору в просторі навколо себе для кращого занурення у процес практики, а також для підсилення позитивної дії асан на організм людини [1]. В зв'язку з цим запропоновано застосування спектру кольорів при розробці дизайну одягу для йоги.

З метою врахування думки споживачів при формуванні вимог до одягу складено анкету та проведено анкетне опитування двадцяти фахівців з йоги, а саме, жінок у віці від 26 до 35 років (тренерів з йоги та людей, що практикують йогу). За результатами анкети встановлено, що фахівці надають перевагу костюму, який складається з фуфайки та штанів «афгані». Популярними є також легінси. Серед матеріалів обирають трикотажне полотно змішано-бавовняне (рис. 1).



Рисунок 1 – Розподіл асортиментів виробів та видів матеріалів одягу для занять йогою за результатами анкетного опитування споживачів

Визначено, що більшість опитаних купують одяг для занять йогою у спортивних магазинах та на ринку та звертають увагу на якість виготовлення продукції, одиниці – виготовляють самостійно. Переважна більшість практикуючих мають по два комплекти одягу для занять. Перевагу надають одягу напівприлеглого силуету (60 %) та кольоровій гамі переважно двох кольорів (світлого та темного відтінків). У рейтинзі споживчих вимог до одягу для йоги найбільш вагомими, за результатами опитування, є

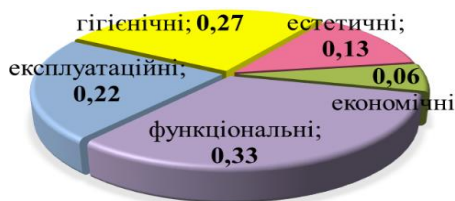


Рисунок 2 – Коефіцієнти значущості споживчих вимог до одягу для занять йогою

функціональні (відповідність виробу основному функціональному призначенню, відповідність силуету, покрою, матеріалу основній цільовій функції) та гігієнічні вимоги (комфортність, гігієнічна відповідність та повітропроникність) (рис. 2) [2]. Недоліками існуючих видів одягу опитувані назвали застосування синтетичних матеріалів у одязі та надто понижений середній шов штанів, що перешкоджає свободі рухів. Для вдосконалення одягу для йоги фахівці рекомендують покращити естетичний вигляд виробів, підвищити практичність одягу.

**Висновки.** Подальша робота передбачає розробку дизайн-проекту костюму для йоги, його конструкції і технології та виготовлення виробу у промислових умовах.

**Ключові слова.** Йога-культура, одяг для йоги, споживчі вимоги до одягу.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Все о йоге [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.oum.ru/yoga>
2. Система показателей качества продукции. Изделия швейные бытового назначения. Номенклатура показателей: ГОСТ 4.45-86. – [Введ. 1988-01-01]. – М.: ИПК Издательство стандартов, 2001. – 5 с. – (Міждержавний стандарт).