

С. ИСЛОМОВ, К. ОБИДОВА,
М. РЎЗИЕВА

ТЕХНОЛОГИЯ

(ТАЪЛИМИ МЕҲНАТ БАРОИ ДУХТАРОН)



7

Асбобҳо барои корҳои дарздӯзӣ



Интерйери хонаи хоб ва ошхона



Ороиши мизи хӯрок



**С. ИСЛОМОВ, К. ОБИДОВА,
М. РҶЗИЕВА**

ТЕХНОЛОГИЯ

(Таълими меҳнат барои духтарон)

Китоби дарсӣ барои синфи 7

НАШРИ ДУЮМ

**Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон
ба чоп тавсия кардааст**

**ДУШАНБЕ
«МАОРИФ»
2015**

ББК-74. 269

И-16

И-16. Исмоилова С., Обидов К., Рӯзисва М. Технология (Таълими меҳнат барои духтарон), китоби дарсӣ барои синфи 7. Нашри 2. Душанбе, «Маориф», 2015, 152 саҳифа.

Ҷадвали истифодаи китоб

№	Ному насаб	Синф	Соли таҳсил	Ҳолати китоб (баҳои китобдор)	
				Аввали соли таҳсил	Охири соли таҳсил
1					
2					
3					
4					
5					

ISBN 978-99947-1-257-1

© «Маориф», 2015

МАШҒУЛИЯТИ МУҚАДДИМАВӢ

Манзили мо, беҳдонги хонадорӣ

Тозагӣ ва тартиботи хона чузъи асосии гигиена мебошад. Мебелҳоро дар хона ба қадри даркорӣ гузоштан лозим аст, зеро зиёдати онҳо рӯбучинро мушкил ва фазои хонаро торик мекунад, инчунин боиси чамъ шудани чанг мегардад.

Барои тоза нигоҳ доштани хона ҳар рӯз чанги онро тоза карда, фарши онро бо шёткаи намнок рӯфтани ва шишаи тирезаҳоро зуд-зуд шустан лозим аст. Мебелҳои мулоим ва қолинҳоро бо чангкашак тоза кардан беҳтар аст. Барои он ки ҳавои хона доим тоза бошад, хонаро ҳар рӯз ду маротиба: пагоҳӣ – ҳангоми хонагундорӣ ва шабона – 30 дақиқа шамол додан лозим аст. Дар тобистон бештар вақт тирезаро кушода мемонанд. Агар дар хона шахсони бемор бошанд, хонаро боэҳтиёт шамол медиҳанд.

Дар як хонавода ҳар ҳучра якчанд вазифаро иҷро мекунад. Вале дар ҳама ҷо бояд қоидаҳои санитарӣ-гигиенӣ, талаботи техникаи беҳатарӣ риоя карда шавад. Ҳучраи ошхона, зарфҳои хӯрокпазӣ, ашёи ошхона (дастархон, сачокҳо, сарпӯши дег, зарфҳои чойнӯшӣ, дастпӯшак барои корҳои ошхона, пешдоман, сарбандак ва ғайра) бояд доим поку тоза бошанд. Хонаи зист, махсусан ошхона бояд аз пайдоиши ҳашарот чун нонхӯрак, магас, мӯрча эмин нигоҳ дошта шавад. Агар ин ҳашарот пайдо шаванд, онҳоро сари вақт бо ҳок ё маҳлули махсус нест кардан лозим аст.

Интерйери хонаи хоб. Шакл, оройиш ва тартиби хонаҳои хоб аз ҷумлаи масъалаҳои муҳими зебӣ ва таровати хона аст. Дар хонаи хоб чизу чораи изофӣ нагузоред, болину бистарро ҳамарӯза батартиб дароварда дар ҷойи ҳудаш бигузоред. Ҳар рӯз ҳавои хонаро тоза ва фаршу мебелҳояшро аз гарду ҳок пок кунед. Аз рӯйи имкон дар гулдонҳо гузоштани гул ва оройишҳои дигарро фаромӯш накунад. Хонаи хоби духтарон ба ороишоти махсус ва тартибу низоми хоса ниёз дорад. Асбобу анҷоми оройиш, воситаҳои дилхушӣ, сурату портретҳо



Расми 1: (а – маҷмӯи мебелҳои барои наврасон; б – интериери оишона)

бояд бо завқи баланд дар ҷойи муносиб чида шаванд. Рӯпӯшу ҷойпӯши бистари хоб ҳар ҳафта иваз карда шаванд.

Ҳучраи бачагон. Ҳучраи бачагон бояд ҷудогона, равшан ва агар аз тарафи офтобрӯя бошад, беҳтар аст. Зеро бачаҳо дар ин хона хоб мераванд, дарс таър меkunанд, расм мекашанд, машқу бозӣ меkunанд. Ғайр аз ин бачаҳо мувофиқи синну сол ва шавқу рағбаташон ба гӯш кардани мусикӣ, корҳои суратгирӣ ва сохтани радио ё моделҳои гуногун машғул мешаванд. Бинобар ин, ҳавои хонаи онҳоро ҳамеша тоза карда, тартибу низом ва покиву тозагии онро ҳамеша назорат кардан лозим аст. Дар вақти муайян дару тиреза ва фарши онро бо маҳлулҳои махсус шуста ва латтаи тар пок кардан лозим аст. Калонсолон бояд ҳамеша ба тартиб даровардани асбобу анҷом ва ашёи хониш, инчунин риояи тозагӣ аз тарафи худи бачагонро зери назорат бигиранд.

Нигоҳубини либос

Маданияти либоспӯшӣ маҳорати нигоҳубини либосро низ дар бар мегирад. Ҳар ки либоси нағз пӯшидан мехоҳад, бояд хушсалиқа ва озода бошад. Либоси дарзмол нашудаю доғдор ё гиребонаш чиркину фарсударо пӯшидан мумкин нест. Ҳамеша тугмаҳои либосҳоятнро аз назар гузаронда, ҷойҳои даридаи онҳоро сари вақт дӯхтан лозим аст. Дар заҳурат ҷойҳои тугмаро бо порчаҳои саҳт мустаҳкам карда,



Расми 2. Интерйери хонаи хоб

ба зери бағал ва оринчи либоси харрӯзаи трикотаҷӣ чарм дӯхтан лозим аст.

Барои он ки шим ё доман (юбка) гичим нашавад, онро сари вақт дарзмол карда ва пас аз 2-3 рӯзи пӯшидан «дам додан» лозим аст. Ин хусусан ба либоси навъи матоъҳои пашмӣ ва нахҳои химиявӣ дахл дорад, зеро онҳо бӯй (масалан, дуди тамоку)-ро ба худ мекашанд. Барои доман ва шим либосовезакҳои махсус заруранд. Аз болои пӯшоки гиребонаш мӯйина ё палтои мӯйина либоси дигар овехтан мумкин нест. Ва агар тар шаванд, онҳоро дар назди оташ ё дар болои кубурҳои оби гарм хушк кардан мумкин нест, чунки мӯйи онҳо мепечад. Либосҳои аз матоъҳои пашмӣ дӯхташударо низ пас аз шустан дар назди оташ ва дар болои кубурҳои оби гарм хушк накунед, зеро рангашон ба ҳамдигар мегузарад. Ҳангоми фаро расидани фасли гармо либосҳои гарм, яъне палто, каллапӯш, чемпер ва монанди инҳоро ба тартиб оварда (тоза кардан, шустан, дарзмол кардан), бодикқат таҳ карда, доруҳои зидди куяро дар коғаз печонида ба дарунаш гузоред ва то мавсими оянда дар ҷойи махсус бигузоред.

Ба нигоҳубини ашёи патдор (махсусан, болишту бистарҳои патдор) бештар аҳамият диҳед. Љилди ин гуна ашёро дукабата кардан лозим аст, то ки пати онҳо берун набарояд, албатта ба ғайр аз ҷилди ҳар ҳафта ивазшаванда. Ин намуди ашёро гоҳ-гоҳ офтоб дода ва аз намӣ эмин доштан лозим аст. Табиист, ки ҳар шахс вазифадор аст қоидаҳои ги-

гиснаро риоя кунад, аммо дар баробари ин шахсони масъул дар хона бояд тозагию озодагии аъзои хонавода, сару либоси онҳо, либосҳои таг, сабук, рахти хобашонро назорат кунанд. Ба кӯдакон, наврасон ва ҷавонон риоя кардани қоидаҳои гигиенаи шахсиرو омӯзондан шарт ва зарур аст.

Нигохубини мӯй

Тозагиву назофати инсон аз нигохубини мӯяш оғоз мешавад. Маълум аст, ки мӯй аз ду қисм: тана ва реша иборат буда, давраи муайяни сабзиш дорад ва пас аз ин мерезад. Мӯйи сар хеле зуд ва абрувон суст месабазанд.

Решаи торҳое, ки қобилияти сабзишро гум кардаанд, чанд муддат дар қабати пӯст меистад, вале аз таъсири механикӣ – Ҳангоми шустан, шона кардан ба осонӣ месафтад. Ба ҷойи мӯйи рехта мӯйи нав мебарояд. Дар баъзе ҳолат резиши мӯйи сар ба бемориҳои сироятӣ вобаста аст. Бинобар ин Ҳангоми бисёр рехтани мӯй ба духтур муроҷиат кардан лозим аст.

Мӯйи сарро бо оби гарм, беҳтараш бо оби равон бояд шуст; агар об дурушт бошад, аз оби борон ё оби ҷӯшида истифода кардан мувофиқи мақсад аст. Оби дуруштро бо роҳи илова кардани содаи хӯроқӣ (дар 1 л об 0,5 қошукча) нарм бояд кард. Мӯйи солимро дар 7 рӯз, мӯйи хушкро дар 7 ва 10 рӯз ва мӯйи рағаниро дар 5-7 рӯз 1 маротиба шустан лозим аст. Барои шустани мӯй истифодаи собунҳои навъи мутобик ба навъи мӯй беҳтар аст. Пас аз шустани мӯйи сар, агар ба об ҷавҳари лиму ё сирко (1 қошукча дар 1 л об) андохта, мӯйро об гардонед, он ҷилдор, нарм ва маҳин мешавад.

Барои шустани мӯй ҷургот ё зардии тухмро низ истифода бурдан мувофиқ аст. Ҷурготро ба пӯсти сар ё мӯй молида, сарро бандед ва пас аз 5-10 дақиқа бо оби гарм нағз бишӯед; ё зардии 1-2 дона тухмро бо каме об дар зарфе омехта кунед ва бо он мӯяшонро бишӯед, пас аз ин Ҳатман мӯйро обгардон кунед ва бо сачоқи нарм хушк кунед. Ба мӯйи хушк чанд соат қабл аз шустан рағани рустанӣ (рағани беданҷир ё мушхор) молидан аҳамияти калон дорад.



Расми 3. Орошии мӯй

Мӯйи кӯтохро аз решааш ва мӯйи дарозро аз нӯгаш сар карда шона бояд кард. Барои ин истифода аз чӯткаи сар беҳтар аст. Чӯтка бояд дурушт бошад, вале сихҳояш набояд ба сар бихалад. Шона ва чӯткаи бегонаро истифода бурдан дуруст нест.

Мӯйи сарро гоҳе бо мақсади гигиенӣ ва эстетикӣ (на барои беҳтар кардани сабзиш) кӯтоҳ мекунанд. Вале бояд дониш, ки тарошидан низ мӯйро аз рехтан эмин намедорад. Ҳавои муҳит ба мӯйи сар таъсир мерасонад. Аз таъсири нури офтоб, бод, оби баҳр, чангу хок ва ғайра мӯй тира, хушк, зудшикан шуда, рангаш тағйир меёбад. Хунукӣ ва

сармо низ ба мӯйи сар таъсири манфӣ мерасонад. Бинобар ин дар ҳавои сарду сармо ва ҳангоми иҷрои корҳои пурчангу хок бо рӯймолу кулоҳ пӯшондани мӯйи сар зарур аст.

Нигоҳубини кӯдаки ширхор ва аз ширхорагӣ баромада

Ба дунё омадани кӯдак барои ҳар хонадон хурсандии бузург аст ва ин боиси мустаҳкам шудани оила ва пайдории он мешавад. Аз ин рӯ, ӯ аз рӯзи нахусти ба дунё омаданааш бояд ба нигоҳубини махсус фаро гирифта шавад. Барои кӯдаки навзод аз рӯйи имкон хонаи ҷудогона ё гӯшаи алоҳида омода кардан лозим аст. Аз хона ё гӯшаи кӯдак чизҳои нолозим берун карда мешаванд. Агар барои кӯдаки навзод кати махсуси хоб; дар қисми пешаш пояи махсус ва дар болояш ҳалқа таҳия карда шавад, барои нигоҳубини ӯ хеле манфиат меорад. Зеро аз ҳалқаи болои поя тӯр гузаронида кати хобро мепӯшонед. Ин имконият медиҳад, ки кӯдак дар вақти хоб ё ҳар гуна ҳолати дар кат буданааш аз ҳучуми паша ва ҳашарот муҳофизат карда шавад. Ҳамчунин дар дохили кати хоби кӯдак болину кӯрпачаи мулоим ва кӯрпаву кампали мувофиқ гузошта мешавад. Фаромӯш накунед, ки барои парпеч кардани ӯ мизи ҷудогона ва ҷойи махсус барои нигоҳ доштани либосҳояш лозим аст. Дар ҳолати зарурӣ ҷудо кардани як қисми ҷевони хона барои либос ва лавозимоти кӯдак мушкилро ҳал мекунад.

Ба тирезаҳои хонаи кӯдак пардаи сафед бикашед, ҳар рӯз фаршу тирезаашро пок кунед. Дар шабонарӯз 3-4 маротибаба муддати 10-15 дақиқа тирезачаи хонаро боз кунед, то ҳавои тоза ворид шавад. Дар фасли баҳор дар давоми рӯз тирезачаро кушода монед. Ҳарорати хонаи кӯдак то 4-5 моҳагаш 22°C ва аз он болотар 18-19°C бошад, ба мақсад мувофиқ аст. Барои нигоҳубини кӯдак дорукутӣ ва ҷойи доругузӯрӣ таҳия кунед. Дар дохили он чумча, истакон, шонаи тоза, кайчӣ, грелкаи резинӣ гузоред.

Пӯшоки кӯдак бояд тоза, зебо ва ба синну солаш мувофиқ бошад ва кӯдакро аз гармшавии зиёд ва араққунӣ нигоҳ до-

рад. Дар рӯзҳои аввал аз фархак (латтаи нарме, ки дар миёни пойи навзод гузошта мешавад) ва аз 3-моҳагӣ боло аз памперс истифода кунед. Кӯшиш кунед, аробача (коляска)-и кӯдак баланд ва барои хобидану нишастанаш мувофиқ бошад. Зуд-зуд сару рӯ ва бадани кӯдакро аз назар гузаронед, ба ҷойҳои сурхшудаи баданаш хокаи махсус пошида, равған ё малҳамҳои кӯдакона бимолед.

Бозичаҳои кӯдак бояд ба синну солаш мувофиқ бошанд. Дар миёни онҳо набояд чизҳое бошад, ки кӯдак онҳоро фуру барад. Инчунин бозичаҳое, ки кунҷ ё нуги тез доранд, ба кӯдак надихед.

Шири модар барои кӯдак ғизои беҳтарин ва ғайрибаҳш мебошад. Дар таркиби шири модар моддаҳои шифобахш, ба миқдори муайян сафед, равған, ангиштов, гармонҳо, моддаҳои муҳофиз аз бемориҳои сироятӣ мавҷуд аст. Пас аз шашмоҳагӣ ба кӯдак кам-кам оби ҷӯшида ё ҷойи шириниаш паст ҳӯрондан мумкин аст. Инчунин дар ҳамин давра ҳӯрондани оби мевачот ва сабзавот (аз 5-10 чакра то 50-80мл), афшураи мевачот: олуболу, зардолу, анор, сабзӣ, лаблабу, себ, помидор, тамашк, қулфинай ва ғайраро шурӯъ кунед. Аз ғизоҳои дигари субук чун пюреи сабзӣ, карам, картошка, каду, ғизоҳои ширӣ, ярмагӣ низ истифода кунед. Аз 7-моҳагӣ ба ҳӯроки кӯдак гӯшти кима, гӯштов, зардии тухм, творог ва ғайра ҳамроҳ кардан мувофиқ аст. Ба қоидаҳои беҳдошт ва ҳӯрокхӯрии кӯдак таваҷҷуҳ кунед.

Дар вақти кам шудани шири модар аз духтур маслиҳат бипурсед, аз пеши худ ба ӯ шири сунӣ ва дигар ғизоҳоро нахӯронед.

Шустани кӯдак. Кӯдакро дар оби ҷӯшидаи то 35-37°C бо собунҳои кӯдакона ҳафтае як маротиба шуста, сару рӯ ва ҳамаи қисми баданашро пок кунед ва зуд либосашро бипӯшонед. Нохунҳояшро дар як ҳафта як бор бигиред, кӯшиш кунед, ки аз пӯсти панҷаҳо дуртар қайчӣ бизанед.

Шурӯъ аз 2-моҳагӣ кӯдакро ба сайругашт бароред. Дар аввал вақти камтар, охиста-оҳиста ҳавохӯриро то як-ду соат давом додан мумкин аст. Дар фасли зимистон дар ҳавои 10-

15°C то ду бор дар як рӯз 3-4 соатӣ сайругашт кунед. Масҳ ва иҷрои машқҳои гимнастикӣ барои рушди кӯдак хеле манфиат дорад. Барои масҳи кӯдак дар аввал аз духтури ин соҳа машварат бипурсед. Бо маслиҳати табиб ҳангоми иҷрои маҳс аз вазелин ё равғанҳои муфид барои пӯсти кӯдак истифода баред.

Ҳамеша қоидаҳои санитарӣ ва беҳдошти кӯдаконро риоя кунед. Ҳангоми ғизодиҳӣ, иҷрои бозиҳо сару либосашро тоза нигоҳ доред. Ба кӯдаконе, ки ба ҳӯроки сунъӣ одат кардаанд, аз шашмоҳагӣ ҳӯрокҳои гӯштию сабзавотӣ, оби мева ва сабзавот бидиҳед. Ба иловаи «Детолакт», «Малютка», «Малиш» ва монанди инҳо, инчунин афшураи омехтаи сабзавот, пюре, творог, зардии тухм, шир, чурғот, биолакт бидиҳед. Фаромӯш накунед, ки инҳо ҳӯроки доимии кӯдак шуда наметавонанд. Инчунин ҳӯрокҳои обакии сабзавотӣ, ширӣ, куфтаи маҳсулоти ғалла ё ярмагӣ ва оби мева додан лозим аст, зеро ин намуди ғизоҳо дар таркибашон витаминҳои зарурӣ доранд.

Агар воя (ратсион)-и кӯдакро дуруст интиҳоб карда бошед, ҳолати рушди кӯдак хуб шуда, ҷисман солим ба камол мерасад. Организми ин гуна ӯ ба бемориҳои чун рахит, ҳассосият ё аллергия ва норасоии витамин тобовар мешавад.



Расми 4. Навъҳои гимнастикаи кӯдакони ширмак



Расми 5. Намуни хӯрокҳои кӯдакон: хӯрокҳои ширӣ, шербат ва тортҳои мевачоту сабзавот

?

Савол ва супориш

1. Барои кӯдакон чаро хонаи алоҳида ҷудо мекунанд?
2. Барои он ки кӯдак солим калон шавад, модар бояд ба нигоҳубини он диққат диҳад.

БОБИ I. УСУЛҲОИ ОМОДА КАРДАНИ ХҶРОК

§ 1. Пухтупаз

Омода кардани хӯроки болаззат барои рушди организм ва ҳифзи саломатии инсон хеле муҳим аст. Хӯрок бояд мувофиқи речаи муайян, гуногун ва пайваста таҳия ва пешкаш карда шавад. Истеъмоли хӯрок мутобиқ ба ратсиони пешбинишуда ба рушди фикриву ҷисмонии одам таъсири мусбат мерасонад ва ин дар навбати худ завқ ва қобилияти фикриву кори инсонро баланд мебардорад.

Қоидаҳои маъмулии таҳия, истифодаи маҳсулот ва пухтани хӯрокро риоя кунед, ба исрофкорӣ роҳ надихед. Омода кардани хӯрок аз ду марҳала иборат аст:

1. Омода кардани маҳсулот.

2. Пухтани хӯрок.

Дар шароити имрӯз дар қори таҳия ва пухтупази хӯрок ҳам дар шароити хона ва ҳам дар муассисаҳои ғизои умумӣ истифодаи механизмҳои гуногун рӯз то рӯз бештар мешавад. Албатта барои таҳияи хӯрок пайдарҳам омода кардани маҳсулоти ғизоӣ ва пухтани онҳо муҳим аст. Дар муассисаҳои хӯроки умумӣ хеле аз қорҳои таҳияи хӯрокро ба воситаи механизмҳо иҷро мекунам. Масалан, барои омода кардани маҳсулоти гӯштӣ гӯштқимакунакҳои барқӣ, омехтагарак, котлетомодакун, мошинҳои маҳсус барои тоза ва реза кардани картошка, пиёз, мошинҳои автоматӣ ё хатҳои автоматӣ барои омода кардани ҳасиб, қазӣ, тушбера, пирожки ва ғайраҳо. Дар шароити хона ҳам аз гӯштқимакун, афшуракаш ва дигар афзори механикӣ барқӣ истифода мебаранд.

Хӯрок ҳамон вақт болаззат ва ғоидабахш мешавад, ки онро каме пештар аз ғизохӯрӣ омода карда бошанд. Дар вақти омода кардани маҳсулот, пухтани хӯрок ва санҷидани сифати он, интиҳоби ҷойи қор аҳамияти қалон дорад. Алалху-

сус, ба интиҳоби зарфҳо, дегҳо барои хӯроки махсус, зарфҳои котлетпазӣ, мантупазак, тухмпазак ва дигар афзор аҳамият додан лозим аст. Инчунин риоя кардани қоидаҳои бехатарӣ ва санитарии гигиенӣ, интиҳоби дурусти миқдори масолах, технологияи хӯрокпазӣ ва ба назар гирифтани шумораи истеъмолкунандагон шарт ва зарур аст. Шарту усулҳои омода кардани хӯрок, риоя кардани қоидаҳои хӯрокпазӣ, гигиенаи ошхона ҳам аҳамияти калон доранд.

Барои он ки қоидаҳо ва шартҳои хӯрокпазиро риоя кунед, миқдори муайяни маҳсулот, номгӯи маҳсулот ва ҳаҷми онро, ки ретсепт меғоянд, дар назар гиред. Он гоҳ хӯроки шумо болаззат шуда, бӯи ба ҳамаи хӯрок хосро мегирад.



Савол

1. Хӯрокпазӣ аз кадом марҳалаҳо иборат аст?
2. Маҳсулотро барои хӯрок чӣ тарз тайёр мекунанд?
3. Барои хӯрокпазию хӯрокхӯрӣ кадом таҷҳизот лозиманд ва дуруст интиҳоб кардани онҳо чӣ аҳамият дорад?
4. Барои хӯроки болаззат хӯрдан онро дар кадом вақт тайёр мекунанд?
5. Дар хона шумо кадом қоидаҳоро риоя мекунед?



Маслиҳати муфид

Барои фарбеҳ нашудан хӯрокҳои серғизоро бо камғизо иваз кунед. Агар шумо бе ширинӣ натавонед, ширавориҳои камғизоро интиҳоб кунед. Дар вақти китобхонӣ ба назди худ табакчаи кулчақанд ва ширинро нагузоред, чунки онро номаълум мсхӯред. Дар ин вақт лаззат намебаред, аммо фарбеҳ мешавед.

Маҳсулоти камғизо, аммо барои организм шифобахш: творог, шир, чурғот, гӯшт, моҳии камравған, бодиринг, карам, сабзӣ, помидор, хӯриш, лаблабу, каду ва ғайра мебошанд.

§ 2. Ороиши миз барои хӯроки нисфирӯзӣ

Мо дар синфи 6-ум дар бораи навъҳои ороиши дастархон барои нахорӣ, шом ва маросимҳои тантанавӣ гуфтугӯ карда, ороиши дастархонро бо қоидаҳои истифодаи асбобу анҷоми хӯрокхӯрӣ нишон дода будем. Ҳоло ороиши дастархон барои хӯроки нисфирӯзӣ ва мизи чаширо меомӯзем. Мизро бо ороиши хос ва бо таъби баланди эстетикӣ ороиш додан лозим аст. Дастархон бояд тоза, дарзмол шуда бошад. Онро гоҳе бо селюфан рӯйпӯш мекунамд. Чун анҷана дар мизи хӯроки нисфирӯзӣ низ пешакӣ дастпок, қошуку чангол, намаку қаламфур ва дигар афзори гизохӯриро биғузored.



Расми 6. Ороиши дастархон

Қоидаҳое, ки ба хӯрок лаззати махсус мебахшанд

Иҷрои қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва беҳатарии хӯр дар вақти пухтани хӯрок аҳамияти калон доранд. Ин қоидаҳоро дар синфи V-VI гуфта будем.

1. Картошка, котлет, моҳӣ, гӯшт, сабзиро ба тобаи тафсон барои чарахса накардани оби чӯш ё равгани доғ оҳиста аз як тараф андохтан лозим аст.

2. Ҳангоми реза кардани сабзавот ва мевачот корди пӯлодини зангногирро истифода баред, чунки аз расиши

сабзавот ба охан ранги онҳо хира (сиёҳтоб) ва витамини С дар онҳо вайрон мешавад. Масалан, агар себро бо корди оханӣ бибуред, муддате нагузашта сиёҳчатоб, яъне витамини нааш вайрон мешавад.

3. Ба ҳӯришҳо танҳо пеш аз ҳӯрокхӯрӣ майонез, каймоқ, равғани рустанӣ ҳамроҳ кардан лозим аст.

4. Пӯсти сабзавотро пеш аз сар кардани ҳӯрокпазӣ тоза кунед, пештар пора накумед, ки дар сабзавот витаминҳо зуд вайрон мешаванд. Пӯсти сабзавотро тунук гиред, чунки миқдори зиёди витамин ба пӯст наздик ҷойгир шудааст.

5. Сабзавотро дар об пазед ё дар равған бирён кунед, аммо нагузоред, ки зиёд бипазанд, чунки бӯй ва мазаи хоси худро гум мекунанд.

6. Сабзавотро дар зарфи сарпӯшида бипазед, бояд рӯйи онро об пурра бипӯшонад.

7. Сабзавот барои ҳӯриш (картошка, сабзӣ, лаблабуи сурх)-ро бо пӯстан бипазед, зеро витаминҳо ва моддаҳои шифобахшани пештар нигоҳ дошта мешаванд.

8. Лимӯро якчанд ҳафта нигоҳ доштан мумкин аст, ба шарте ки онро дар дохили оби тоза дар яхдон монед. Дар селофан ҳам нигоҳ доштан мумкин аст, аммо мухлати нигоҳдориаш кам мешавад.

9. Мухлати пухтан:

– карами тару тоза ва сабзӣ – 20-30 дақиқа;

– шилха ва исфанок – 10 дақиқа;

– картошка – 25-30 дақиқа;

– карам – 30-40 дақиқа.

10. Барои пухтани лаблабуи сурх вақти зиёд – 2-3,5 соат лозим аст, аммо онро зудтар ҳам пухтан мумкин аст: агар онро 1 соат ҷӯшонда, пас 10 дақиқа зери оби равони хунук гузоред, лаблабу омода мешавад.

11. Сабзавоти обпازро дер нигоҳ доштан мумкин нест, чунки онҳо бемаза ва обдор мешаванд.

12. Ба шӯрбо барги ғор (лавров), мурч ва ғайраро дар аввали ҳӯрокпазӣ наандозед, чунки таъмаш талх мешавад.

Бехтар аст онҳоро дар охири пухтан андозед. Ҳангоми ба сари миз овардани хӯрок ба дохили он сабзичот ё адвия (мурч) бипошед.

13. Агар гӯшти говро пухтани шавед:

а) онро хом ба оби чӯш андозед, дар ин вақт моддаҳои шифобахши зарурӣ нигоҳ дошта мешаванд ва он болаззат мешавад;

б) гӯшти обпазро зуд аз об нагиред, монед камтар хунук шавад;

в) гӯштро пешакӣ намак накунад, онро ҳангоми хӯрокпазӣ намак занед, чунки намак оби гӯштро зуд мебардорад ва сифату хосият ва моддаҳои шифобахши заруриро паст мекунад.

14. Барои санҷидани сифати тухм, онро ба намакоб андозед (ба 50 г намак – 0,5 л об). Агар тухм нав бошад, ба таги об мегӯтад, кухна бошад, ба рӯи об мебарояд, миснахел бошад, дар мобайни зарф меистад.

15. Гоҳе ҳангоми тоза кардани сабзавот дар пӯсти даст доғи сиёҳ боқӣ мемонад. Барои пешгирӣ аз он пешакӣ ба дастатон равған (маска ё маргарин) моled ё ангуштонатонро бо маҳлули пасти сирко ё пораи лимӯ тар кунед.

16. Агар ба шӯрбо ё хӯрокҳои обакии сабзавот ҷургот, саршир (қаймоқ) ҳамроҳ кунед, онҳо болаззаттар мешаванд.

17. Ба хӯрокҳои обақӣ сабзичот (кабудӣ)-ро реза карда андозед.

19. Сабзавоти яхкардaro ба оби гарм андозед, он болаззат мешавад ва витаминҳояшро нағз нигоҳ медорад.

Хӯроки нисфурӯзӣ, яъне пешин, бояд 35 дарсади миқдори ғизои хӯроки якрӯзарo дар бар гирад. Дар меню (таркиби хӯрок) бояд хӯришҳо, хӯроки якум, хӯроки дуюм ва ширавориҳо бошад.

Хӯришҳо қобилияти шираҷудокунии меъдарo афзуда, барои ҳазмшавии хӯрок мадад мерасонанд. Ба хӯришҳо газакҳои сабзавоти тару тоза, маҳсулоти пухта дар равғани рустанӣ ва хӯришҳои омехта дар равған дохил мешаванд.

Хӯроки якум – ҳамаи навъҳои хӯрокҳои обакӣ: шӯрбо, мастоба, угро ва ғ., ки аз нисфи порсия (меъёри микдори хӯрок) зиёдтар мебошанд (300-350г).

Хӯроки дуюм – гӯшти обҷӯш, кабоби бугӣ, гӯштбирён; Мурғ, моҳӣ, котлети гарнираш аз сабзавот, ярма ё маҳсулоти макаронӣ (масалан, хӯроки якум аз вермишел ё ярма бошад, он гоҳ гарнири хӯроки дуюмро аз сабзавот омода кардан мумкин аст ё баръакс). Ярма – куфтаи маҳсулоти ғаллагӣ: гандум, чав (крупa, перловка), марчумак (гречка) ва монанди инҳоро мегӯянд.

Шираворӣ ва мева – компот, полуда, себи дар тафдон пухта, ҳалво ва меваҷоти тару тоза.

Асбоби орошиши дастархони нисфирӯзӣ: барои хӯриш табакчаҳои махсус: барои хӯроки якум – табакчаи чуқур, нимкоса ё пиёлаи калон; барои хӯроки дуюм – табакчаи паҳн ва калон, барои ширавориҳо пиёла, истакон ва ғайра. Афзори гизохӯрӣ: панча, корд, чумча. Ин афзор дар рӯи дастархони тоза мувофиқи қоида гузошта мешаванд.



Савол ва супориш

1. Қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи беҳатариро ба хотир оред.
2. Барои чӣ қоидаҳо ва сирри хӯрокпазиро азхуд кардан лозим аст?
3. Барои чӣ сабзавотро барои хӯриш бо пӯсташ мепазанд?
4. Барои тоза ва реза кардани сабзавот кадом навъи кордро истифода мебаранд?

§ 3. Зарф ва афзори хӯрокхӯрӣ

Дар ҳар хонадон бояд зарфҳои хӯрок, зарфҳо барои чой ва қаҳва мавҷуд бошад. Аз ҳамсоя талабидани ин афзор барои ҳар як соҳибхоназан кори номақбул аст. Бинобар ин, ҳаҷм ва афзори хӯрок, чой, қаҳва бояд бо ҳам мувофиқ бо-

шанд.

Табакчаҳои чуқур ба канори миз, табакчаҳои хурд аз канори миз 1,5-2 см дарунтар, табакчаҳои хӯриш ё зарфи компот дар тарафи рост, аз канори миз дуртар гузошта мешаванд. Агар ба рӯйи миз қадаҳҳо гузошта шаванд, табакчаҳои хӯриш ё компотро ба тарафи чап, қадаҳро бо истакон дар тарафи рост мегузоранд. Агар қаҳва дода шавад, табакчаи санбӯсамониро тавре мегузоранд, ки канори он ба канори миз мувофиқ ё як ангушт дуртар аз канори миз бошад; дар тарафи рост, аз канори миз дуртар табакчаи қаҳваро мегузоранд. Қаҳвапӯшак ва чойникпӯшаку чойникмонак мувофиқи қоида бояд дар мизи иловагӣ истанд, то ин ки ба касе ҳалал нарасонанд.



Расми 7. Зарф ва васоили ғизохӯрӣ

Афзори хӯрокхӯрӣ

Кордро дар тарафи рости табакчаи хӯрокхӯрӣ мегузоранд. Дами кордро ба тарафи табакча менигаронанд. Чангол ё худ вилка дар тарафи чап рӯболо гузошта мешавад. Чанголро вақте дар тарафи дасти рост мегузоранд, ки хӯроки доданидари бе корд истеъмоли кунанд (котлет, тухмбирён ва ғ.). Қошуки хӯрокхӯриро пеш аз корд дар тарафи дасти рост мегузоранд. Чумча барои компот дар паси табакча мувозӣ ба канори миз (дастааш ба тарафи рост) гузошта мешавад. Барои хӯроки моҳӣ чангол мегузоранд.

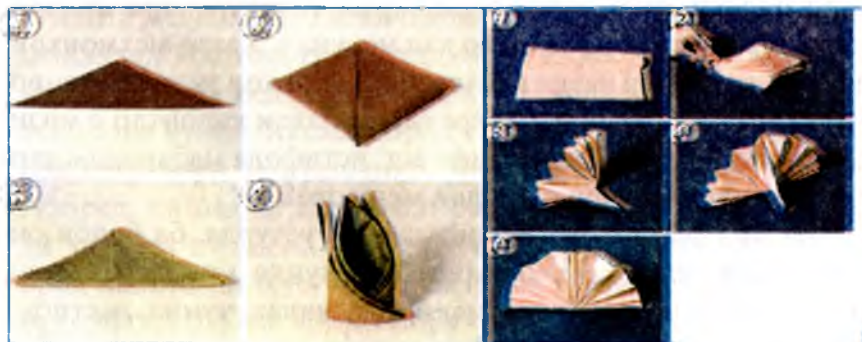
Афзори хӯрокхӯриро мувофиқи тартиби додани хӯрокҳо пайиҳам гузоред, аввал барои хӯроки якум, баъд барои хӯрокҳои минбаъда. Афзори хӯрокхӯрӣ барои хӯроки охирин аз ҳама охир гузошта мешаванд.



Расми 8. Васоили хӯрокхӯрӣ

Дастпокҳо

Пеш аз хӯрок дастпокҳоро дар шакли ракета, мавҷ, секунҷа, чоркунҷа ва ғайра таҳ карда, ба дохили табакча бигузоред. Дастпок ба шакли хос таҳ карда мувофиқи хӯрок дар болои табакчаҳои рӯйи миз гузошта мешавад. Дастпокҳоро баъд аз истеъмоли хӯрок ба тарафи ростии табакча дуқат, сеқат ё чорқат карда мегузоранд. Агар мизро барои чашн ва тӯй оро диҳанд, дастпокҳоро



Расми 9. Намунаҳои таҳкунии дастпокҳо

дар табакча аз тарафи чап мегузоранд. Гоҳе ба таги дастпок кулча ё нон гузошта мешавад, ки барои гирифтани меҳмон мувофиқ бошад.

Барои мизи қаҳвахӯрӣ ё чойнӯшӣ дастпокҳои коғазиро истифода мебаранд. Онҳоро ба таги табакчаи санбӯса ё дар истаконҳои махсус барои дастпокҳои коғазӣ мегузоранд.

Ороиши миз бо гул

Гул беҳтарин ороиши рӯйи миз мебошад. Гулҳоро дар ҷойи мувофиқ гузоштан лозим аст. Агар дар рӯйи миз аз тарафи чап афзори хӯрокхӯрӣ бошанд, дар гулдонҳои хурд чандто гули майдари гузоре. Гулдони гулдорро тавре гузоре, ки он пеши хӯрок ё одамони дар муқобил нишастаро нагирад. Гулҳоро зебо ороиш бидиҳед. Онҳо бояд то охири чашн намудашонро гум накунад. Ороиши миз бо гул ба фасли сол вобаста аст. Дар фасли зимистон, дар соли нав ба гулдони паст шохчаҳои арчари гузошта, онро бо кандҳо ё дигар бозичаҳо ороиш диҳед. Ороиш бояд бо зарфҳо, дастархон ва афзори хӯрокхӯрӣ пурра мувофиқат кунад.

§ 4. Мизи хӯроки сард

Мизи хӯроки сард якчанд бартарӣ дошта, барои меҳмонони зиёдро қабул кардан мувофиқ аст. Дар сурати хурд будани хона, ё камбуди зарфи ғизохӯрӣ оро додани мизи хӯроки сард масъаларо ҳал мекунад. Хатто меҳмонҳои дермонда ҳам дар назди миз истода, хӯрокҳои дилхоҳашонро ёфта меҳӯранд. Барои хӯроки сард мизҳои калонтар ё мизи хатнависиро, ки ба девор ҷафс аст, истифода мебаранд ё дар ҳар ҷо мизҳои начандон калон мегузоранд.

Ба миз дастархони калони сафед густурда, ба болои он гулдонҳои гулдор мегузоранд. Дар кунҷи миз ё дар мизи майдаи алоҳида табакча, пиёла, чом, кадах, чумча, дастпок, чангол гузошта мешавад. Одатан, кордро истифода намебаранд. Агар миз калонтар бошад, онро дар миёнаҷой мегузоро-

ранд, то ин ки меҳмонҳо аз ду тараф хӯроки заруриро гирифта тавонанд. Дар мизи хӯроки сард худхидматрасонӣ амал мекунад. Агар барои нишастан мебелҳо бошанд, онҳоро ба девор наздик мегузоранд, то ин ки меҳмонон бахузур нишинанд. Дар мизи хӯроки сард хӯрокҳоро бо чангол ё чумча истеъмол мекунанд. Бутерброд, гӯшти пухтаи яхнии майда резакарда, салатҳои гуногун, ширавориҳо, пирог, кулча, торт гизоҳои асосии мизи хӯроки сард мебошанд.

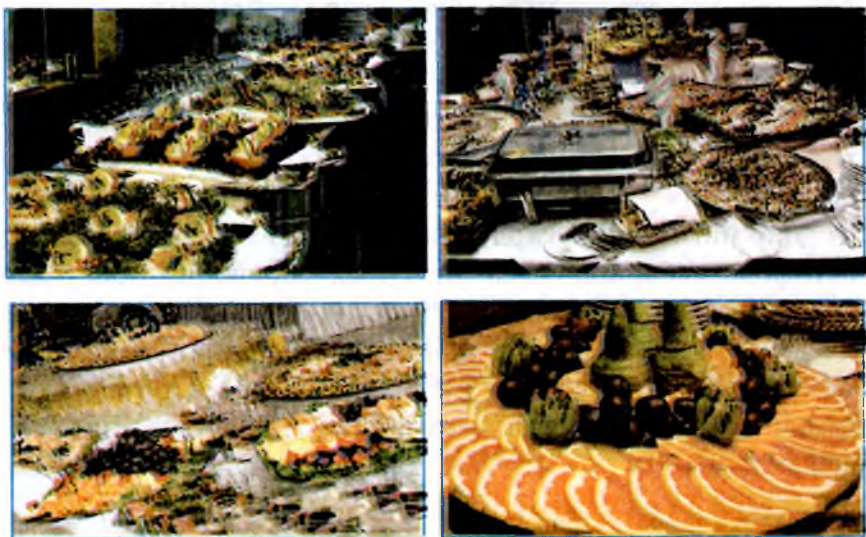
Дар миз оби мева, обҳои минералӣ гузored. Рӯи мизро бо ҳар хел хӯрок пур накунад. Агар табакҳои хӯрок ҳолӣ шаванд, мувофиқи талабот онҳоро пур карда, табакчаҳои истифодашударо зуд-зуд ғундошта истед, то ки рӯи миз зебо бошад.

Дар мизи хӯроки сард салатҳои сард ва хӯрокҳои сардро истифода мебаранд (масалан, тухми фаршкарда, намудҳои гуногуни гӯшти пухта, тухм, равған ва маҳсулоти панирӣ, мева, сабзичот (кабудӣ), кулчақанд, торт, пирог, санбӯса ва монанди инҳо). Бартарии мизи хӯроки сард дар он аст, ки ҳамаи гизоҳо то омадани меҳмон ба рӯи миз гузошта мешаванд.

Ороиши мизи хӯроки сард:

Дар миёнаи рӯи миз пирог ё торт, мева ва маҳсулоти қаннодӣ мегузоранд. Дар назди хӯрокҳо табакчаҳои салат гузошта мешаванд. Табакчаҳои гизохӯрӣ рӯи ҳам гузошта мешаванд. Чангол, корд, истаконҳо ва дастпокҳои қоғазиро дар лаълӣ гузored. Агар хона хурд бошад, аз ду мизи хурд истифода кунед. Яксаҳ барои салатҳои хунук, дигараш барои шираворӣ ва нӯшокиҳо. Дар навбати аввал бутерброд гузored, ки омода карданаҳ осон аст. Албатта, бутерброди ҳаррӯза аз идона фарқ мекунад. Дар ин намуди бутерброд панири маҳсус, гӯшт, ҳасиб ва ғайра истифода мешавад. Маҳсулот ва нонро борик буред, сабзавот, сабзичот, мевачотро алоҳида дар табакчаҳо гузored ва ба омода кардани бутерброд сар кунед. Ороиши он ба маҳсулоти хӯрокӣ

бояд мувофиқ бошад. Эҷодкорӣ ба шароити хона вобастагӣ дорад. Маҳсулоти мавриди истифода: ҳасиб, панир, моҳӣ, помидори тарутоза ва консервашуда, шалгамча, қаламфури ширин, сабзичот, салат, пиёз, ҷаффарӣ (петрушка), сафедӣ ва зардии тухми дар об пухташуда. Нони гандумӣ бояд мулоим бошад. Ба он маска, маргарин, майонез, хардал (горчитса) молида мешавад.



Расми 10. Орошҳои мизи хӯроки сард

Намудҳои бутерброд барои мизи хӯроки сард

Панирро бо шакли секунҷа бурида, ба рӯйи нони гандумӣ, ки ба он маска молида шудааст, гузошта, ба рӯйи он қаламфури ширини калон ё консервкарда монед, пиёзи сабзро майда реза карда ба рӯйаш бипошед.

Ҳасиб ё гӯшти пухтаро борик бурида, ба он майонез ва хардал (горчитса) молида, ба болои нон гузоред, баъд ба рӯйи он шохчаҳои ҷаффарино монда, зардии тухми пухтаро майда карда бипошед.



Расми 11. Хелҳои бутерброд

Бутерброди гарм

Кулчахоро дар шакли секунча, чоркунча ва росткунча бурида ё батон ва нони булкаи майдаро ду тақсим карда, аз болояш равған молед, ба болояш як пора ҳасиб ё гӯшти пухта ё ҳасиби дудпаз ва ба болои он чанд катра қайлаи помидор ва панири аз турбтарошак гузаронида (агар хоҳед сири аз турбтарошак гузаронида) гузошта, 15-20 дақиқа дар тафтидон дар оташи паст бипазед – бутерброди гарм омода мешавад.

Омода кардани салат

Салатҳо дар мизи идона ҷойи асосиро мегиранд. Сабзавот (картошка, сабзӣ, лаблабу ва тухм)-ро ба шакли чоркунча реза карда, ба он нахӯди сабз, пиёзи сабз, бодиринги шӯр, қаламфури фаршкарда, инчунин маҳсулоти аз бутерброд боқимондаро ҳамроҳ карда, ҳамаи онҳоро омехта мекунем ва ба салатдон гузошта, ба рӯяш майонез мерезем, рӯйи онро бо қаламфури сурх, себ, афлесун, ҷаъфарӣ, тухми ҳалқашакл ё ба шаклҳои гуногун буридашуда ороиш медиҳем.

Ин салат хушнамуд аст ва иштиҳоро мекушояд. Агар бутерброд зиёд бошад, аз картошка салат омода кардан лозим нест ё баръакс, агар кам бошад, аз карам, шалғамча, бодиринг, помидор ва ғайра салати сабук омода мекунанд. Салатро аз мева ҳам омода кардан мумкин аст. Дар баҳору тирамоҳ аз қулфинай, зелола (қот), нок, харбуза ва монанди ин салат ва хӯрдани омода кунед. Ретсепти омода карда-

ни салат бисёр аст. Масалан, агар дар фасли зимистон себ, афлесуно бурида ва дар оби чӯш бишӯед, ба он майонез ва каймоқ андохта, ҳамаашро омезед ва ба зарфҳо гирифта, ба рӯяш ягон хел мураббо бирезед ва кулчақанди сударо бипошед, салати сергизо ҳосил мешавад.

Омода кардани пироги одӣ

Тобаи чуқуртарро гирифта, аз дохил ба гирди девораш ва тағаш равған моled. Себро ба он майда карда андозед. Ба ҳамираш се дона тухмро ба 1 истакон шакар омехта, лат занед, баъд 1 истакон орд ҳамроҳ карда, бо нӯги корд каме содаи хӯроқӣ ва ё 1 чумча сирко андохта бо ҳам биомезед. Ин ҳамирро ба болои себ андозед. Ҳамир бояд мисли каймоқ шавад ва рӯи себро пурра пӯшонад. Онро ба тафдон гузоред. Баъди 30-40 дақиқа пирог омода мешавад.

Нӯшокиҳо. Дар банка зирки сиёҳ, кулфинай, тамашкро бо шакар омехта, ба оби чӯшидаистода андохта, нӯшокӣ омода кунед. Аз ҳамаи навъи мевачот нӯшокӣ омода кардан мумкин аст. Бо чунин ретсепт таҳия кардани коктейл, ҳатто барои пӯсти рӯй ғоидаовар аст.

Коктейли бодирингӣ: 100 г шарбати бодиринг, 100 г сабзӣ, 50 г шарбати карафс.

Коктейли помидорӣ: 150 г шарбати помидор, 50 г лимӯ, 1 қошук шарбати карафс.

Коктейли себӣ: 200 г шарбати себ, 1 дона лимӯ, 1 қошук асал.

Ин гуна коктейлҳоро барои мизи хӯроқи сард худатон метавонед омода кунед.



Савол ва супориш

1. Аҳамияти мизи хӯроқи сард дар чист?
2. Мизҳоро чӣ гуна бояд гузошт?
3. Дар болои миз маҳсулотро ба чӣ тартиб мегузоранд?
4. Коктейлҳоро шумо чӣ хел тайёр мекунед ва онро амалан иҷро кунед.



Маслиҳати муфид

1. Дар меҳмонӣ кӯшиш кунед, ки кам таом хӯред.
2. Намакро ба меъёри муайян истеъмол кунед.
3. Нон ва қандро кам хӯред – то 2 бурида.
4. Дар як рӯз на бештар аз 4 бор хӯрок хӯред.

Агар гуруснагиро ҳис кунед, он вақт байни хӯрокхӯрӣ себ, сабзӣ ё як пора қарам истеъмол кунед.

§ 5. Қоидаҳои хӯрокхӯрӣ дар сари миз

Агар миз байзашакл, гирд ё росткунча бошад, ҷойи марказиро барои меҳмонҳои фахрӣ гузоред. Агар меҳмонҳо аз чор қас зиёд бошанд, кӯшиш кунед, то ҳар меҳмон дар ҷойи худ нишинад ва бо ҳамсухбаташ бо хушҳолӣ гуфтугӯ кунад. Дар шабнишиниҳои оилавӣ ҳамеша либоси тоза пӯшида, рӯю мӯйи худро оро бидиҳед, меҳмонҳоро бо чехраи кушод пешвоз гирифта, онҳоро боадабона ва бо ишораи даст ба ҷойи муайян бинишонед. Дар маросими тантанавӣ меҳмонҳоро ҷо ба ҷо шинонидан душвор аст. Бинобар ин, барои қабули меҳмонон шахси махсусро вобаста мекунад.

Ороиши мизи хӯрок бояд мувофиқи талаботи гигиенӣ бошад. Афзори хӯрокхӯрӣ ва табакчаҳоро аз қисми поёнашон доштан лозим аст, даст бояд ба хӯрок нарасад. Чангол, корд, чумчаро аз дастаашон дошта дароз мекунад ва мегиранд. Истакон ва қадаҳро аз қисми поёнашон ба даст мегиранд. Дастпокро қат қарда, дар назди дасти чап гузоред. Дар вақти хӯрокхӯрӣ дастпоки алоҳида додан лозим аст. Дастпокҳои таҳқардари аз табакча гирифта, дуқат қарда ба болои зону мегузоранд.

Шӯрборо ба табакчаҳои чуқур ё коса, нимкоса, косаҷаҳо меандозанд ва аз тарафи рост ба меҳмонон дароз мекунад. Хӯрокҳои моҳӣ, сабзӣ, инчунин хӯришҳо, кулчақанд, пирог, ширинӣ бо табакча аз тарафи чап дода мешавад.

Тарзи истеъмоли хӯрок

Хӯрокро аз табақи умумӣ ба табақчаи худ бо чангол, чумча ва корд (ба табақчаатон нарасонда) бигиред ва баъд табақи умумиро ба чояш бигузored, то дигар меҳмонҳо ҳам аз он истифода баранд. Хӯрокро аз табақҳои умумӣ аз як тарафаш мегиранд. Чумчаро байни ангуштони калон ва ишоратӣ бигиред, дастаи он ба ангушти миёна мерасад, хангоми хӯрдан чумчаро аз хӯрок пур накунад, то ки хӯрок то ба даҳан овардан нарезад. Чангол (вилка)-ро дар дасти чап ва кордро дар дасти рост бигиред. Дастаки онҳо бояд дар кафи даст бошад. Ангушти ишоратӣ бояд ба ҷойи пайвасти тег ва дастаи корд расад, аммо аз он поён доштан мумкин нест. Чанголро тавре доред, ки тарафи барҷастааш рӯ ба боло бошад. Корд ва чанголро дар болои табақ тарзе нигоҳ бидоред, ки моил ба кунҷ бошанд. Барои буридан кордро бо чангол якҷо истифода мебаранд.



Расми 13. Тарзи истеъмоли хӯрок бо корд ва чангол.

Дамлама ва гӯшти онро бо ёрии корд ва чангол истеъмол мекунанд. Агар хӯрок фақат гӯшт бошад ё гӯшти қима (котлет, лӯлакабоб, гуляш, бефстроган ва ғайра), чанголро дар дасти рост бигиред ва истеъмол кунед. Агар гӯшт яклухт бошад, кордро дар дасти рост, чанголро дар дасти чап гирифта, онро ба қисмҳои алоҳидаи хурд-хурд бурида истеъмол кунед. Гӯштро якбора майда намеkunанд, чунки он тез хунук мешавад. Дамламаи гӯшти парандаро бо даст гирифта

тан мумкин аст, аммо қоидаи хӯрокхӯриро ба назар гирифта, корд ва чангодро истифода баред.

Барои истеъмоли моҳӣ афзори махсус – корд ва чангол лозим аст. Агар корд набошад, ду чангодро истифода мебаранд: як чангодро ба дасти рост гирифта моҳиро майда мекунанд бо чанголи дасти чап меҳӯранд.

Картошка ва сабзавотро бо корд намебуранд. Мевачотро дар мевагузорак ё табақчаи махсус бо афзори ёрирасон барои хӯрдани мева медиҳанд. Чизҳоеро, ки дастро намеолоянд (мева, пон, кулчақанд, нони хушк) бо даст мегиранд. Торт ва пирогро бурида, ба миз мегузоранд ва ҳар як пороро бо белча ё бо чанголи калон ба табақча мегузоранд.

Пирожниро бо чанголи махсус ё чумчаи чойнӯшӣ истеъмом мекунанд. Агар он саҳт бошад, бо даст меҳӯранд.

§ 6. Одобӣ нишастан дар сари мизи хӯрок

1. Ба сари миз бе даъвати мизбон нашинед.
 2. То пешниҳод накунанд, ба табақчаи худ хӯрок нагиред. Онро аз ҳама пеш хӯрда тамом накунед.
 3. Дар вақти хӯрокхӯрӣ чангол ва кордро истифода баред.
 4. Корд, чангол, чумчаро баъд аз истифода бурдан ба табақчаи худ гузоред, ҳеч гоҳ дар рӯйи дастархон нагузоред.
 5. Истифодаи сачоқчаҳоро аз хотир набароред.
 6. Дар вақти нӯшидани нӯшокиҳои гарм (чой, қаҳва ва ғайра) чумчаро аз пиёла бигиред.
 7. Шакарро бо чумча аз шакардон бигиред.
 8. Бо даҳони пур гап назанед.
 9. Хӯрокро зебо ва бо суръати муътадил бихӯред.
 10. Кӯшиш кунед, ки хӯрокро охишта ва беовоз бихӯред.
- Ба меъёри хӯрокхӯрӣ аҳамият диҳед. Агар ҳис кунед, ки фарбеҳ шуда истодаед, инро дар назар доред:
- агар қанду шоколад хӯрда бошед, як соат ба рӯбучини ҳавлӣ андармон шавед;
 - 2 чумча шакар хӯрда бошед, 1 соат либосҳоро дарзмол кунед;

– 1 канди карамел хӯрда бошед, 15 дақиқа варзиши бадан кунед;

– як пора нон хӯрда бошед, 45 дақиқа ҷомашӯйӣ кунед;

– як пора тортро бо кремаш хӯрда бошед, 1,5 соат ба рӯбучини хона машғул шавед.

Барои як кило вазиро партофтан ҳар рӯз дар тӯли моҳ 3 км пиёда ғаштан, рӯзона кам хӯрок хӯрдан лозим аст.

Рӯзи парҳез

1. Рӯзи себ. 1,5 кг себро ба панҷ ҳисса ҷудо карда, як ҳиссаашро истеъмол кунед. Ҳамин тавр, панҷ маротиба. Кори гурдаю меъда ва рӯдаҳо нағз мешавад ва 0,5-1 кг вазни изофи-ро кам мекунад.

2. Рӯзи помидор ва бодиринг. 1,5 кг помидор ё бодирингро гирифта, 5 тақсим карда, 5 ё 4 маротиба истеъмол кунед.

3. Рӯзи ҷургот. 1,5 л ҷурготро 5 тақсим карда, дар як рӯз биҳӯред.

4. Рӯзи шир. Дар ин рӯз 6 истакон шири гарм истеъмол кунед.

5. Рӯзи хӯриш. 1,2-1,5 кг мевачот ва сабзавоти тару тозаро бо рағани рустанӣ омехта, ба 4-5 ҳисса тақсим карда, 4-5 бор истеъмол кунед.

Сунориш

Барои вазни мувофиқ ва кадрो чен кардан чунин қоида мавҷуд аст:

Мисол қад 1м 30 см – вазн 30 кг,

қад 1м 50 см – вазн 50 кг.

Вазни худро баркашед, ба ҷуссаи худ доим аҳамият диҳед ва барои мувофиқ будани қадду қомат ва вазнатон ҳаракат кунед.



Фикр кунад, ичро кунад, ҷавоб диҳед

Қоидаҳои дар боло зикршударо азхуд кунад. Доир ба пешвоз гирифтани ва амалан қабул кардани меҳмон қоидаҳои иловагиро медонед ва онро чӣ тавр иҷро мекунад? Қоидаҳои бо меҳрубонӣ қабул кардани меҳмонро ба модаратон бигӯед.

§ 7. Гӯшт ва ҳӯроки гӯштор

Ба маҳсулоти гӯштӣ гӯшти гов, гӯсфанд, буз, асп, оху, паранда ва ғайра дохил мешаванд.

Гӯшт маҳсулоти серғизост ва барои организм ғоидабахш аст. Дар таркиби он 20% сафеда (пурра дар организм инсон ҳазм мешавад), раған, намакҳои гуногун, қариб 75% об, моддаи қиёмӣ (иштихоро мекушояд), витаминҳои В1, В2, В6, РР ва ғайра мавҷуданд.

Қима ё фарш кардани гӯшт дар нимаи дуҷуми асри XIX, пас аз пайдо шудани гӯштқимакунак расм шуд. Гӯштро аз гӯштқимакунак гузаронида, ба он пиёз, тухм, нони хушк ҳамроҳ карда, котлет омода мекунанд. Ҳангоми ба қисмҳо ҷудо кардани гӯшти гов, гӯсфанд, буз ва ғ. гӯшти шӯрбоиро ҷудо мекунанд. Узвҳои дохилӣ – чигар, шуш, гурда, забон, дил, мағзи сар, ширдон ва ғайраро ҳамчун деликатес (ҳӯроки хушхӯр) истифода мекунанд. Дум ва каллаю почаро низ истифода мекунанд. Аз гӯшти шӯрбой ҳӯроқҳои болазат ва ғоидаовар мекунанд, ки хосияти парҳезӣ доранд. Масалан, чигар аз сафеда, витаминҳо, ангиштор ғанӣ аст. Забон ба миқдори зиёд сафеда, раған дорад ва хеле болазат аст. Аз поча яхнии шӯрбо омода мекунанд.

Гӯшти гармро фарш накунад, сабр кунад, то хунук шавад. Агар гӯшт вайрон шуда бошад, боиси захролуд шудани меҳдаю организм мешавад. Сифати гӯштро аз бўй, ранг, намуд ва ҳолаташ муайян кардан мумкин аст. Гӯшти нав бўйи ғализ надорад, рангаш сурхчатоб мешавад, дар буриш намнок,



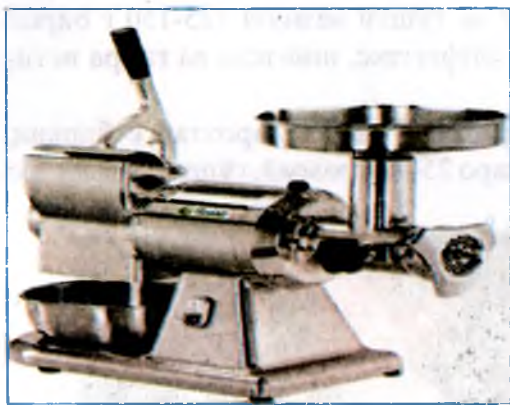
Расми 14. Каллашӯрбо

лахмиаш зич аст, агар бо ангуштон зер кунем, тез рост мешавад ва дар ҷойи зершуда доғи сурх пайдо мешавад, рӯйи гӯшт бояд ҳамвор набошад. Гӯшти сифаташ баланд бо даст задан садо мебарорад. Барои муҳлати зиёд ва босифат нигоҳ доштани хосиятҳои гӯшт онро ях мекунонанд.

Гӯштро дар яхдон якчанд рӯз нигоҳ медоранд. Барои дар ҳарорати хона як шабонарӯз нигоҳ доштан онро бо сачоқчай ба сирко ё маҳлули намакдор таркарда мепечонанд. Гӯшти кима 12 соат нигоҳ дошта мешавад, аммо дар давраҳои пеш расму хусусиятҳои махсуси гӯштнигоҳдории милли мавҷуд буд, ки ҳоло ҳам аз он истифода мебаранд. Масалан, гӯштро каме намак зада, дар равшан бирён мекарданд; онро сернамак ва нимхушк карда, дар ҳалтаҳои махсуси матой ё дар зарфҳои сирдори сарпӯшдор нигоҳ медоранд. Агар гӯшти яхкардари истифода баред, яхи онро об кунед. Яхи гӯштро ду тарз об мекунанд: тарзи сусти об кардани яхи гӯшт беҳтар аст, чунки он ҳамаи моддаҳои шифобахшро нигоҳ медорад. Дар натиҷаи тез об кардани яхи гӯшт, як қисми моддаҳои шифобахши он гум мешавад, шира ва таъмаш меравад. Бинобар ин, барои яхи гӯштро об кардан онро кушода, ба зарфи сарпӯшдор гузоред. Ҳеҷ гоҳ гӯштро дар об андохта, яхашро об накунед, чунки дар ин ҳолат қисми зиёди витаминҳо, моддаҳои зарурии ғойдабахш дар об ҳал мешаванд. Гӯштро дар оби хунук бишӯед, ба пораҳои

калон ҷудо кунед, то ин ки он моддаҳои шифобахшро гум накунад.

Ҷойи ифлоси гӯштро бо ҷўткаи махсус ё бо корд тоза кунед. Гӯштро вобаста ба хўрок пора мекунад: барои бирёнкунӣ ва сихкабоб – майда, барои дамлама – миёна. Барои шўрбо каме калонтар. Дар вақти пухтан гӯшт 40%-и вазни худро гум мекунад; 1 кг гӯшт дар вақти пухтан 400 г, дар вақти бирён кардан 35-38%-и вазнашро гум мекунад, яъне ба ҷойи 1 кг гӯшти хом 620-650 грамм гӯшти пухта боқӣ меонад. Хўрокҳои гӯштиро дар тафдон, дегҷаи сирдор, дег ва ғайраҳо мепазанд; дар деги ҷўяӣ бирён кардани гӯшт беҳтар аст. Дар вақти кор бо гӯшт, барои рўгардон кардани котлет, тез буридани сихкабоб, кабоб, зирбондан ва ғайра корд ё асбоби махсус истифода мебаранд. Агар пораи гӯшт калон бошад, барои рўгардон кардани он ҷанголи ошпазӣ лозим аст.



Расми 15. Қисмҳои гӯштқимакунак

Барои муайян кардани дараҷаи пухтани гӯшт санчишак – сихи ошпазӣ – лозим аст, онро ба гӯшт халонда муоина мекунад. Барои гӯштро кўфтан матоъ ва болғачаи ҷўбӣ лозим аст. Барои қима кардани гӯшт гӯштқимакунакро истифода кунед. Баъд аз иҷрои кор қисмҳои онро аз якдигар ҷудо карда, пайиҳам аз боқимондаи маҳсулот тоза кунед.

Ҳар як қисмро алоҳида бо оби гарми содадор бишӯед. Баъд аз шустан аз болояш оби гарм бирезед ва бигузored, то пурра хушк шавад, пас онро ҷо ба ҷо кунед.

Омода кардан ва пухтани гӯшт

1. Гӯштро нағз шуста ба сачоқча бипечонед ва обашро хушк кунед.

2. Бо корди тез безҳо ва пӯсти шилҳаи изофаро бибуред. Ҳангоми тоза кардан кордро дар дасти рост бигиред ва дами онро ба тарафи худ гардонед. Пӯсти нолозими бо дасти чап дошта бо корд бибуред.

3. Пораҳои майдаи бурида ё пораҳои калонро бо латта ва болғачаи ҷубӣ лат дода, сатҳашонро ҳамвор кунед.

4. Гӯштро барои хӯрокҳои гарнираш ҳархела (картошка, қарам, биринҷ ва ғ.) кундаланг мебуранд; вазнаш аз 60-70 то 125-150 г ва ғафсиаш 1,5-2 см. Гӯшти вазнаш 60-70 г барои қабоб, сикҳабоб, лангент ва гӯшти вазнаш 125-150 г барои дамлама, қабоби танӯрӣ, бифштекс, шнитсел ва ғайра истифода мешавад.

5. Гӯштро барои бирёнкунӣ аввал дарозтар ё барқад, баъд кундаланг (гӯшти говро 25-40-граммӣ, гӯшти гӯсфандро 20-23-граммӣ) бибуред.



Расми 16. Гирифтани пӯсти нолозими гӯшт



Расми 17. Тарзи пора кардани гӯшт

6. Гӯштро барои бефстроган ба шакли наргисӣ бурида, бо латта ва болгачаи чӯбин бикӯбед.

7. Барои таҳия кардани гӯшти қима онро 20-40-граммӣ бурида, пиёзро 4 тақсим кунед, мағзи нони каме хушкшударо дар об ё шир тар кунед. Ҳамаро аз гӯштқимакунак бигузаронед. Агар хоҳед, ки гӯшт нағз қима шавад, онро 2 бор аз гӯштқимакунак гузаронед, ба он маҳсулоти лаззатбахш ва намак андозед.

Аз гӯшти қима котлет, гӯштқима (битка), шнитсел омода мекунанд. Онро ба шакли муайян оварда, дастро ба об ё тухми латзадашуда тар карда, рӯяшро ҳамвор кунед. Баъд онҳоро дар равғани доғи тоба то сурх шудан бирён кунед. Сипас барои пурра пухтан онҳоро чаппагардон карда, дар тафдон бигузored ё дар тобаи сарпӯшида каме таф бидихед.

8. Гӯштро дар сих дар рӯи ангишти сурхшуда низ мепазанд (сихкабоб). Барои ин гӯштро 10-15-граммӣ бурида, дар зарфе намак кунед, сипас ба он пиёзи реза, сирко ё чавҳари лимӯ ҳамроҳ карда, онҳоро биомезед ва 1-3 соат дар ҷойи хунук нигоҳ доред.



Расми 18. Хӯрок аз гӯшти қима – котлет

Сихкабобро бо ду тарз мепазанд.

Тарзи якум: гӯштро аз сих гузаронида, дар байни пораҳои он равгани дунба ва каме пиёз гузошта, дар рӯи ангишти сурхшуда мепазанд. Мухлати пухтан 15-20 дақиқа аст. Онро якчанд бор рӯгардон мекунанд, то хуб бипазад.

Тарзи дуюм: гӯштро дар равгани доғи дег ё тобаи чӯянии саркушода 15-20 дақиқа мепазанд; онро ҳар замон рӯгардон мекунанд.

Аз гӯшт хӯрокҳои зиёд мепазанд, чунки дар таркиби он сафедаи зудҳазм, витаминҳо ва моддаҳои минералӣ (алалхусус, дар чигар) зиёд аст.



Расми 19. Навъҳои сихкабоб

Барои талаф наёфтани моддаҳои фоидабахши гӯшт чунин қоидаҳоро дар назар доред:

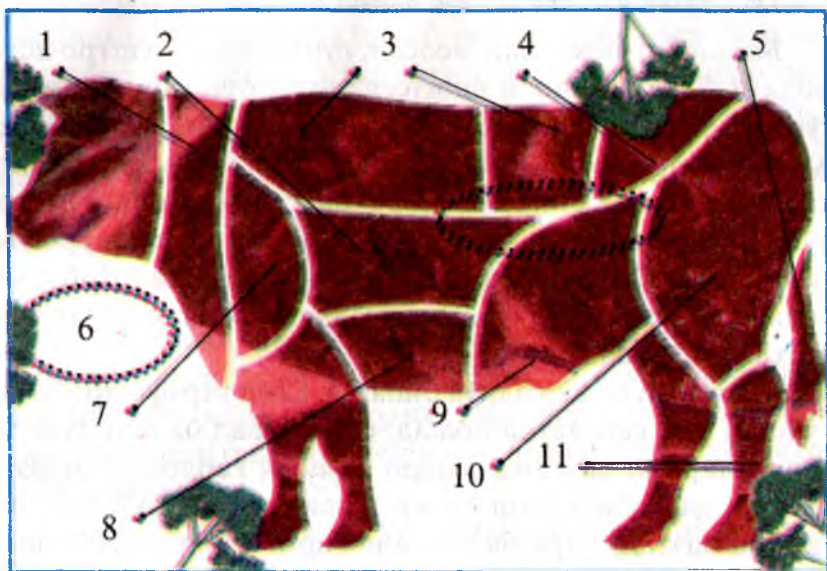
а) гӯштро дар ҳалтачаҳои коғазӣ нигоҳ надоред, онро хуб печонда, хунук кунед;

б) пеш аз истифодабарӣ гӯштро дар оби равон тоза бишӯед (аммо дар об намонед); ҷойҳои ифлоси онро аввал бо оби сиркодор ё маҳлули пасти даҳани фаранг ва ё маргансовка тар карда, баъд бо оби хунук бишӯед;

в) агар гӯшт равгани худро гум кунад, бӯи ғализ медиҳад. Онро истифода набаред: ин гӯшт кӯҳна аст.

Гӯштро барои хӯроки дуюм тарзе пухтан лозим аст, ки хусусиятҳо ва лаззаташро зиёдтар нигоҳ дорад. Агар ба гӯшт оби ҷӯш рехта, дар оташи паст бипазед, сершира ва аз моддаҳои кимиёӣ минералӣ ғанӣ мешавад. Пиёбаи он ба-

рои омода кардани хӯроки якум ва қайла истифода бурда мешавад.



Расми 20. Қисмҳои гӯшти гов

1. Гӯшти гардан – барои қима, кимакабоб, котлет, шӯрбо.

2. Гӯшти қабурға – барои қима ва навъҳои шӯрбо.

3. Гӯшти тахтапушт (канори ғафс, канорҳои борик) – барои гӯштбирён.

4. Гӯшти рони ақиб – барои гӯштбирён, қима (котлет), шӯрбо.

5. Гӯшти думи гов – барои яхний шӯрбо.

6. Чойи боқимонда низ барои гӯштбирён ва хӯрокҳои дигар.

7. Шона (лапатка) барои пухтан, чӯшонидани пораҳои хӯрди гӯшт ва қимаи он.

8. Гӯшти тӯш (тана) – барои дам карда пухтан.

9. (Пощина) барои гӯшти қимаи котлетбоб, хомшӯрбо.

10. Гӯшти пойи ақиб – қисми болоӣ ва дохилиро мум-

кин аст бирён кардан, қисми паҳлӯ ва дохилиро – танҳо чӯшонидаи ё дам карда пухтан.

11. Гӯшти пойҳо – барои яхнии каллашӯрбо.

Барои бирён кардан, асосан, гӯшти тахтапуштро истифода мебаранд. Барои шнитсел, котлет ва ғайра пораҳои гӯштро дар зарфи саркушод дар равғани доғ бипазед. Агар ҳар ду тарафи гӯштро бирён карданӣ бошад, онро дар оташи паст бипазед. Пораҳои калонро (500 г) – дар рӯи плита, дар зарфи саркушод, аз он калонтарро дар тафдон, ба рӯяш равғани зард ё равғани гурда (чарбу) молида, бипазед. Чунин равғанҳо дар ҳарорати баланд тез сиёҳ намешаванд.

Агар гӯштро дар плита бипазед, ҳама тарафашро бирён кунед. Гӯшт серравған бошад, онро аввал ба оби чӯш тар карда, тарафи равғандорашро ба поён гардонда бипазед, зеро он дар оби худаш бирён мешавад. Агар гӯштро дар тафдон пазанд, онро ба равғани гарм гузошта, аз болояш боз равғани гарм мерезанд ва баъди бугаш баромадан 40 дақиқа бирён мекунанд. Агар гӯштро дар болои панҷараи оҳанин пухтанӣ шавед, ба он равған молида, ба зарфи дар таги он гузошташуда камтар об резед, сабзавоти резакардашударо андозед. Вақти пухтан ба зарфи обдори дар таги он гузошташуда равған ё оҳар, мувофиқи табъ мурч, намак, қаламфур андозед. Агар ҳангоми бо қошук гӯштро зер кардан, он паст нашавад, маълум мешавад, ки пухтаст ва баъд аз 10 дақиқа буриданаш мумкин аст.



Маслиҳати қадбону

1. Гӯшти пухта ва хомро қутрӣ (диагонали) буред.
2. Гӯшти гови ҷавон ва пирро аз рангашон муайян мекунанд: пир бошад, – ранги гӯшт сурхи баланд, равғанаш зардҷатоб, ҷавон бошад, равғанаш сафед мешавад.
3. Гӯшти гов саҳт бошад, онро чанд соат пеш аз пухтан дар хардал (горчитса) ҷӯлонед ва пеш аз хӯрокпазӣ дар об шӯед.

4. Барои нигоҳ доштани хосияти гӯшт онро ба шир тар кунед.

5. Барои он ки гӯшт дар тафдон сахт напазад, ба он хар замон оби гарм ё гӯштоб рехтан лозим аст. Барои ширадор шудани гӯшт дар таги тафдон зарфи обдор гузоред. 6. Ба гӯшти латзада равғани рустанӣ ё хардал молида, 20-30 дақиқа ба яхдон гузоред, то мулоим шавад.

§ 8. Хӯрокҳои гӯштдор.

Омода кардани хӯрокҳои якум

Дар ошхонаи миллий шӯрбо ҷойи муайян дорад. Дар миёни хӯрокҳои якум бештар хомшӯрбо, қабурғашӯрбо, шалғамшӯрбо, қарамшӯрбо, мастоба, угро, туппа ва ғайра маъмуланд. Дар ошхонаи тоҷикӣ ду тарз пухтани хӯрокҳои обакӣ маъмул аст:

1. Каме бирён кардани гӯшти майдакарда ё таҳия кардани гӯштоб.

2. Бо сабзичот (қабудӣ), адвия (моддаҳои хушбӯӣ), пиёз, помидори тару тоза якҷо пухтани гӯшт ва ба он ҷургот ё чакка андохтан.

Қори амалӣ.

Пухтани қабурғашӯрбо

Афзор: плита, дег, қафлез, қорд, қошуқ, коса, қарсонча, тахтачаи сабзавот ва гӯштрезакунӣ, табақ.

Микдори маҳсулот: гӯшти гов ё гӯсфанд – 100 г, равғани дунба ё маргарин – 10 г, қартошка – 230 г, бехпиёз – 30 г, сабзӣ – 30 г, тоmat – 10 г ё помидор – 45 г.

Рафти қор. Гӯшт, сабзавот ва сабзичотро тоза кунед, пӯсти сабзавотро тунук бигиред, ҷунки микдори зиёди витаминҳо ба пӯст наздик ҷойгиранд. Гӯшти гӯсфандро 40-50 граммӣ (лаҳм ё бо қабурғачаҳо) пора қарда, то сурх шудани рӯйи он дар равған бирён кунед. Сипас ба дег бех-

пиёзу сабзии резакардаро биандозед. Пас аз он помидор ё тоmat ва картошкаи калонтар ҳамроҳ намуда, ҳамаи онро бирён кунед. Баъд аз он ба дег об рехта охиста бичӯшонед, 10-15 дақиқа пеш аз пухтани шӯрбо ба он адвия ва намак ҳамроҳ кунед. Қабурғашӯрборо ба косаҳо кашида, ба боло-яш сабзичот (кабудӣ) бипошед. Агар обашро ба коса ё ним-коса кашида, сабзичот пошида, ба дастархон бидиҳанд, он гоҳ ҳамаи масолеҳи боқимондаро дар табақи ҷудогона кашада, ба рӯяш сабзичот бипошед ва онро бо корд, қошук, чангол, дастпок ба рӯйи дастархон бигузored. Микдори хӯрок – 500 г.



Инро дар хотир доред:

Сабзӣ манбаи провитамини А – каротин буда, дар организми одам бо рағған омезиш ёфта, витамини А ҳосил мекунад. Сабзӣ ба сабзиши қад мадад мерасонад, бар зидди ҳар гуна бемориҳои гузаранда мубориза мебарад, ба узви босира қувват мебахшад. Оби сабзӣ ба-рои сабзиши организми кӯдакони ширмак аҳамияти калон дорад. Дар таркиби сабзӣ то 7 % ангиштоб, 1,3% сафеда, то 1,2% клечатка, 9 мг каротин (дар 100 г масолех), намакҳои минералӣ, витаминҳо ва ғайра мавҷуд аст.

Хӯрокҳои дуҷуми гӯштӣ

Ба гурӯҳи хӯрокҳои дуҷум дохил мешаванд: палав, шавла, кабоб, дамламаи гӯштӣ, сиккабоб, шӯламошак ва ғайра.

Кори амалӣ.

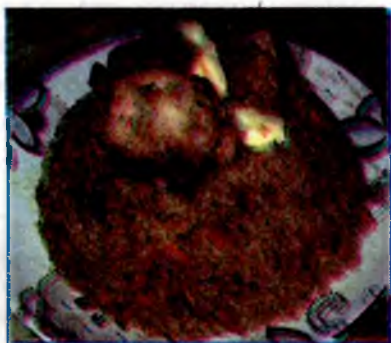
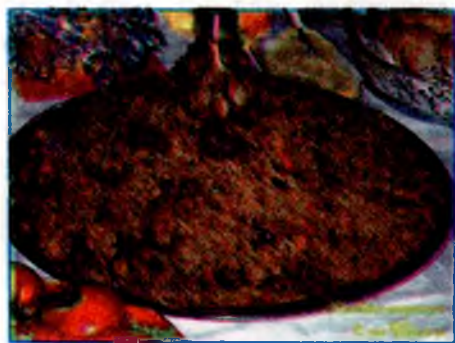
Тарзи пухтани палав

Афзор: дег, кафгир, зарф барои биринҷ, корд, тахтача барои гӯшт ва сабзавот, турбтарошак, табақи калон.

Микдори маҳсулот (бо г): биринҷ – 160, гӯшт – 165, рағғани дунба ё рустанӣ – 60, беҳпиёз – 6, сабзӣ – 16, салат (помидор, пиёз, бодиринг, турб) – 100.

Пухтани палав дар шароити хона: Биринчро тоза карда, дар оби ширгарми намакдор 30-40 дақиқа тар кунед. Равғанро нағз доғ карда, аввал пиёзи халқамонанд резакардашуда, баъд гӯштпораҳоро (ё баръакс, аввал гӯшт баъд пиёзро – ба таъби пазанда вобаста аст) биандозед ва то сурх шудан бирён кунед, сипас сабзии бориқбуридари андохта, зирбакро 15-20 дақиқа оҳиста бичӯшонед.

Баъд биринчро 3 бор шуста, ба рӯи зирбак андохта, якҷоя бичӯшонед. Миқдори об ба навъи биринч вобаста аст, ба рӯи биринч тақрибан 2-2,5 см болотар об андозед. Ҳамин ки биринч обро ҷаббид, онро 20-25 дақиқа дам партоед. Агар ба палав бихӣ, нахӯди таркарда, мавиз ва ғайра андозед, хӯрок боз ҳам хуштаъмтар мешавад.



Расми 21. Навъҳои палав



Маслиҳати қадбону

Барои дуруст муайян кардани оби рӯи биринч инро бояд донед. Оби рӯи биринч бояд аз ним бугуми ангушти ишорат зиёд набошад. Агар биринчи санчида шуда (якчанд бор палав пухта шуда) бошад, он гоҳ бо паси кафгир ба биринч занед. Агар овозаш баланд бошад, биринч барои дам партофтан мувофиқ аст. Баъд биринчро лӯнда карда, ба мобайни он кошуқ зада, бо тағорача боляшро пӯшида, 25 дақиқа дар оташи паст дам диҳед.

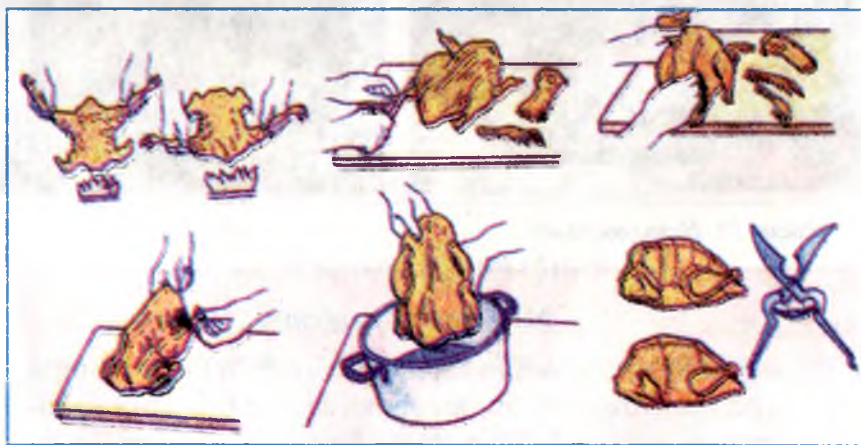


Савол ва супориш

1. Чанд навъи палави тоҷикиро медонед?
2. Барои пухтани палав кадом навъи маҳсулотро интихоб мекунед?

§ 9. Гушти паранда

Дар замони мо гӯшти паранда: мурғ, ғоз, мурғи марҷон, мурғобӣ ва ғайраро фаровон истифода мебаранд. Таркиби гӯшти паранда аз моддаҳои ғизоии барои организм ғайдабахш ғанӣ мебошад. Дар таркиби он сафеда, рағбан, витамин, намакҳои минералӣ зиёд аст. Барои паркандани паранда онро дар ҷойи хунук бигузored. Ба он оби ҷӯш бирезед. Пас онро ба оби ҷӯш гузошта, пар биканед, парҳои боқимондаро бичинед ё дар оташ бисӯзонед.



Расми 22. Тарзҳои ба пухтани омода кардани мурғ

Пеш аз пухтан пою сарашро ҷудо кунед, нӯги қанотҳояшро бибуред, узвҳои даруниашро гирифта тоза кунед, сангдонашро кушода, чаппа карда, чилди гафсашро гирифта партоед. Тӯшашро шушта, хушк ку-

нед, намак занед ва мувофиқи табъи худ (дар об, буг, тафдон) бипазед.

Барои хуб пухтани ҳама мурғ пойҳои онро ба даруни ду сӯроҳие, ки поёнтари сари сина бурида шудааст, биандозед. Сипас онро дар тафдон (дар дарунаш себ, сабзавот ҳам гузоштан мумкин) бипазед. Баъди пухтан онро бо қайчии махсус пора кунед.

Барои бирён кардани гӯшти мурғ, онро ба пораҳои хурд ҷудо карда, намак кунед ва ба деги рағғани доғ биандозед; аввал дар оташи миёна дар оби ҳудаш бирён кунед, баъди бухор шудани обаш ба он мувофиқи маҳсулотаи бо пиёла об андохта, дар оташи паст бирён кунед. Ҳамин ки камтар сурх шуд, барои пурра омода шудани тахминан 1-1,5 соат дар оташи паст бипазед; ҳангоми бирёнкунӣ дар дег бояд ба миқдори муайян об бошад, баъд пиёзу помидорро реза карда ба дег андозед; онро камтар бизирбонед, сипас дам карда, 10 дақиқа бирён кунед. Баъди омода шудани таом онро ба табакчаҳо кашед ва ба болояш сабзичот (кабудӣ) пошида, ба дастархон бигузored.



Расми 23. Мурғи коркардишуда ва намуди сикхабоб аз мурғ

Кори амалӣ.

Пухтани мурғ дар тафдон

Афзор: лағани тафдон, тахтача, корд, кафгир.

Миқдори маҳсулот: 1 дона мурғ, 60 г маргарин, 1,8 л об, 1 қошук орд, 1,5 г қаймоқ ва намак (мувофиқи табъ).

Рафти кор. Мурғи омодакардари ба лагани тафдон гузошта, намак пошед ва аз болояш маргарини гармро бирезед, дар вақти муайян ба болояш боз равгани гарм бирезед. Агар оби таги тафдон хира шавад, ба он оби чӯш бирезед. Ба обаш қаймоқ ҳамроҳ карда, ба болои мурғ намак пошед ва пухтанро давом диҳед. Агар мурғ пурра бошад, онро бо қайчии махсус ё корди тез бурида, ба табақчаҳо ё табақ кашаида, ба рӯяш сабзичот пошед ва ба дастархон бигузored.



Савол

1. Гӯшти кадом парандаҳо истеъмол карда мешавад?
2. Ҳангоми пухтани гӯшти паранда дар тафдон кадом қоидаҳоро иҷро кардан лозим аст?



Маслиҳати қадбону

Барои мурғро пар қандан ба он оби чӯш резед, параш тез ҷудо мешавад. Мурч, адвия, мевачот, сабзавотро пеш аз ба лагани тафдон мондани мурғ тайёр қардан лозим аст.

§ 10. Гӯшти моҳӣ

Гӯшти моҳӣ барои организми инсон манфиат дорад, бинобар ин, он бояд дар вояи хӯрок ҳамеша мавҷуд бошад. Моҳӣ моддаҳои зарурии ҳаётӣ: сафеда, витамини А ва Д, калсий, фосфор, лисетин, йод ва оҳан дорад; равғанаш ҳам кам аст.

Моҳиро дар қоғаз не, балки дар зарфҳои чинӣ ё шишагӣ дар ҷойи хунук нигоҳ доштан лозим аст. Барои пухтани хӯрок аз моҳӣ пулакчаҳошро тоза карда, узвҳои дарун, ғалсама ва пардаҳои сиёҳашро гирифта партоед ва онро дар оби хунук тоза бишӯед. Ба он камтар сирко ё ҷавҳари лимӯ молида, дар зарфи сарпӯшдор дар ҷойи хунук нигоҳ доред.

Дар ин ҳолат гӯшти моҳӣ саҳт ва сафед мешавад. Бӯяш нағз ва сафедияш шаҳ мешавад. Намакро пеш аз пухтан мепояшанд, то ин ки оби моҳӣ кам шавад. Агар пас аз намак кардан зиёд истад, каме хушк мешавад. Аз гӯшти моҳӣ бо роҳи дар об пухтан ва бирён кардан хӯрокҳои гуногун мепазанд. Навъи машҳури он моҳибирён аст.



Расми 24. Навъҳои моҳӣ

Кори амалӣ.

Бирён кардани моҳӣ

Афзор: тафдон ё тоба, белча, тағорача, шоҳаи моҳипазӣ.

Миқдори маҳсулот: 1 кг моҳӣ, 65 г панири тарошида, 65 г маска ё маргарин, 250 г қаймоқ, 1 қошук оҳар, ҷавҳари лимӯ ё сирко.

Рафти кор. Моҳиро тоза шуста, сирко ва намак пошида, ба он панир, нонреза ва пиёзи маҳин резакардари андохта, дар дег ё тоба дар оташи паст, бо маргарин бирён кунед. Баъди 10 дақиқа ба он қаймоқ ҳамроҳ карда пазед. Хӯроки омадаро дар табақчаҳои алоҳида ё табақи калон гузошта, ба рӯяш сабзичот (кабудӣ) пошед ва ба дастархон гузоред.



Расми 25. Тарзи тоза ва пора кардани моҳӣ



Расми 26. Хӯрок аз моҳӣ

Моҳиро ба тарзи одӣ низ бирён мекунанд. Моҳиро тоза шуста, обашро камтар равонда, пора карда, намак пошида, дар орд чӯлонда, дар дег ё тоба дар равгани рустании доғ бирён кунед. Рӯгардон кунед, то тарафи дигараш низ бипазад, пас ба он қайлаи помидор андозед.

Қайлаи помидор: Помидор ва сабзичот (кабудӣ)-ро реза карда, камтар бирён кунед, баъд каме об андохта чӯшонед. Ба он мӯрч ва қаламфурро мувофиқи таъъ андозед. Баъд моҳиро бо қайлаи помидор чӯлонед, дар табакҳо болои ҳам чинед ва ба рӯяш сабзичот пошида, дар ҳолати гармӣ ё хунукӣ ба дастархон бигузored.



Маслиҳати қадбону

Агар пас аз омода кардани хӯроки моҳӣ, кордро бо намак бишӯед, бӯяш нест мешавад.



Савол ва супориш

1. Дар Тоҷикистон кадом навъи моҳиҳо мавҷуданд?
2. Дар хонаи шумо кадом навъи моҳиҳо мавҷуданд?
3. Доир ба истеҳсоли гӯшти чорво, мурғ, моҳӣ, комбинатҳо, заводҳо ё фабрикаҳоро номбар кунед.

Оё медонед?

Аз қадимулайём барои нигоҳ доштани маҳсулоти хӯрокворӣ сардии сунъиро истифода мебарданд. Масалан, гӯштро намак зада, дар дохили барф ва дар ҷох низ нигоҳ медоштанд ва ин усулро имрӯз низ истифода мебаранд. Дар миёнаҳои асри XIV яхдон ихтироъ шуд. Дар намоишгоҳи Фаронса, соли 1887, аввалин бор яхдонҳои калон ва миёнаи ҳароратсион тағйирёбанда ба намоиш гузошта шуд. Бартарикиши дар он буд, ки маҳсулоти хӯроквориро чанд рӯз аз вайроншавӣ эмин медоштанд.

Дар Англия ба Чон Лесли барои ихтирои яхдон мукофоти махсус дода шуд. Дар асри XX чанд навъи яхдон (бо компрессорҳои газӣ, бугӣ, аммиакӣ, бугуобӣ, вакуумӣ) ихтироъ карда шуд.

§ 11. Хусусияти хӯрокҳои милли

Дар миёни мардуми мо хӯрокҳои миллии гӯштӣ бештар маъмуланд. Манту, тушбера, кабоб, палав, сиккабоб, навъҳои гуногуни санбӯса, шавла, шӯламон ва ғ. аз ҷумлаи хӯрокҳои маъмулии мо мебошанд. Ҳамчунин нонҳои миллии орошӣ, пиёздор, ҷаззадор, гӯштдор; кулчаҳои гуно-

гун, фатир, навъҳои гуногуни нони нақшин, нонҳои равшанӣ ва оби рангоранг аз ҷумлаи нонҳои ҳастанд, ки дар миёни мардумони дигар хеле кам ба назар мерасанд.

Аммо ҳӯроҳои якуму дуҷуми миллии тоҷикӣ серғизо мебошанд. Барои пухтан ва истеъмоли палав чунин маҳсулот лозим аст:

1. Барои пухтан – равшан, биринҷ, сабзӣ, беҳпиёз, гӯшти тоза ё хушккарда, нимбирён, қазӣ, қаланфури булғорӣ бо гӯшти кима, барги тоқ бо гӯшти кима, зира, зелола ё зирки сиёҳ, мавиз, наҳӯд, зардҷӯба ва ғайра.

2. Барои истеъмола – беҳпиёз, помидор, бодиринг, турб, шалғамча, донаи анор, сирко, пиёзи сабз, шибит, раёҳон, дар фасли зимистон сабзавоти шӯр ва очоронида ва ғ. Ҳамаи ин маҳсулот ҳангоми истеъмоли палав истифода мешавад.

Инчунин дар оташ, дег, танӯр, лаҳча, буг, равшан, об ва ғайра пухтани гӯшт ҳам аз хусусиятҳои ҳӯроҳои миллии мост.

Дар ошхонаи милли аз зарфҳои чинӣ, сафолӣ, ҷӯбӣ ва металлӣ, ба монанди ҷойник, пиёла, коса, нимкоса, табак, табакча, лаълӣ ва ғайра бештар, вале аз зарфҳои плаstmассӣ камтар истифода мебаранд.

Як маҳсулотро бо дигараш ҳамроҳ карда, ҳӯроҳои гуногун пухтан мумкин аст. Масалан, аз орд чунин ҳӯроҳоро пухтан мумкин аст:

1. Агар орди беҳтаро бо равшан бирён карда, об андозем ва бипазем, ордбирён ё атолаи одӣ мешавад, ки барои наҳорӣ тавсия мекунам.

2. Агар орди беҳтаро дар равшани дунба бирён карда, ба он ба ҷойи об шир ҳамроҳ кунем, атолаи шифобахш омода мешавад, ки онро барои одамони шамолхӯрда тавсия медиҳанд.

3. Агар ба оби наваҷӯшида шакар ё наботро ҳал карда, ба орди дар равшан тафдода андозем, ҳалвои тар омода мешавад. Атолаи ғафсшуда ба қаймоқ монанд мешавад. Агар обашро нисбат ба атола зиёдтар андозем, ҳалвои тар мешавад. Онро мешавад ба табак қашида, хунук кард ва бо корд бурид.

Нӯшидани. Нӯшокии дӯстдоштаи тоҷикон чой аст. Ҳамчунин компот, гулинчоб, нӯшобаҳои гуногуни аз мева ва сабзавот таҳияшударо низ чун нӯшидани фаровон истеъмол мекунанд. Аммо чой яке аз нӯшокиҳои қадимтарин ба ҳисоб меравад. Ватани чой Чин аст.

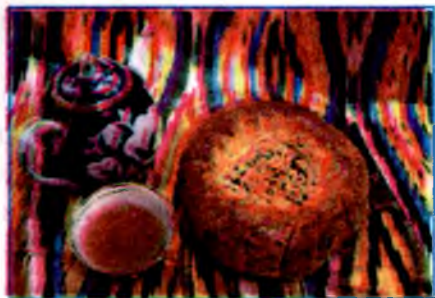
Оё медонед?

Дар ривоятҳои қадими чинӣ дар бораи пайдоиши чой чунин ҳикоя мекунанд: дар Чин амалдори донишманде бо номи Даррома зиндагӣ мекард. Боре ӯ дар хобаи Буддоро дид ва аз ин воқеа ба ҳаяҷон омада, қарор гузошт, ки шабу рӯз ибодат кунад. Боре Даррома дар хоб монда қарораширо вайрон кард. Донишманд аз хоб бо ҳаяҷон бедор шуд ва фаҳмид, ки қасами ба Буддо додаширо вайрон кардааст. Ва ӯ тилқҳои чашимонаширо бурида ба замин партофт. Дар аввали баҳор дар ҳамон ҷое, ки тилқи чашими донишманд афтода буд, як бех бутта сабз шуд, ки барги он хусусияти аҷоиб дошт – хоби касро мебаронд. Ин бутта ниҳоли чой буд.

Дар таркиби чой алкалоид (кофеин), фермент, аминокислота, пигмент, провитамины А, витаминҳои В1, В2, С, Р, К ва ғайра мавҷуданд. Чой барои инсон ғизои зарурӣ ба ҳисоб меравад ва нӯшидани он барои инсон судманд аст.

Чойро дар Гурҷистон, Озарбойҷон, Қрим, ҷануби Осиёи Миёна истеҳсол мекунанд. Қаҳва ва какао нисбат ба чой камтар истифода мебаранд.

Омода кардани чой. Чой-никро пас аз тоза шудан дар оби ҷӯш обгардон кунед, баъд чойи хушкро андохта, ба болояш оби ҷӯш бирезед. Сипас бо чойникпӯшак онро пӯшонда, ба рӯи табақча ё чойникмонак бигузored, баъд аз 5 дақиқа чой омода



Расми 25. Дастархон барои чойхӯрӣ

мешавад. Дар вақти рехтани чой ба пиёла ба чумаки чойник тӯри металлӣ мегузоранд, то ки он шамаи чойро нигоҳ дорад.

Аммо солҳои охир нӯшидани қаҳва ва какао низ дар миёни мардуми мо ривож пайдо кардааст. Фаромӯш накунед, ки барои нӯшидани чой ва қаҳваву какао зарфҳои махсус мавҷуданд ва ҳар кадоми он ба таври махсус омода ва пешкаш карда мешавад. Ватани қаҳва - Эфиопия, ватани какао Америкаи Ҷанубӣ мебошад.

§ 12. Доир ба нон

Нон ғизои асосии инсон мебошад. Нон аз ҳама қадимтарин, бузургтарин, бозътимодгарин нави хӯрок дар рӯи замин ба шумор меравад. Нон сарвати миллат мебошад. Ба нон пурра таъмин шудан ин дараҷаи некуахлоқии халқ аст. Нон маҳсули меҳнати ашхоси зиёд аст. Ҳар як донаи гандумро ба тило ташбеҳ мекунанд. Дар ҳақиқат, онро беҳуда заррин наменоманд, қимати он аз тило ҳам зиёдтар аст, чунки нон ба инсон қуввати ҳаёт мебахшад.

Ҳамаи халқу миллатҳо нисбат ба нон эҳтироми бузург доранд. Агар нисбат ба нон беэҳтиромие шавад, инро гуноҳи азим мешуморанд. Эҳтироми нон, махсусан, дар байни халқҳои Осиёи Миёна, зиёдтар аст. Аз дастархон ягон пораи нонро наменартоянд, аз замин нону нонрезаро мебардоранд, ба чойи намоён мемонанд, онро мисли гавҳараки чашм азизу муътабар медонанд.

Дар кишвари мо пухтани нон ба як намуди ҳунари хос тақдир шудааст. Дар ҳар минтақа навиҳои махсус ва гуногуни нон пухта мешавад, ки чанд намуди онро номбар кардем, вале дар амал ин намудҳо хеле зиёданд. Қувваи ғизоии нон зиёд аст. Нон ҳеҷ гоҳ ба дил намеэзанад, балки солимии моро нигоҳ медорад. Бо шунидани калимаи «нон» рӯи одам гарм ва хушнуд мешавад. Доир ба нон бузургон суханҳои зиёд гуфтаанд, ҳамчунин бисёр гуфторҳои халқӣ, зарбулмасалу мақол ва сурудҳо мавҷуданд:

Нон ҳам нону нонреза ҳам нон.

Нон гирия мекунад, вақте ки онро тапбал меҳӯрад.

Ноиро ҳӯру намакро андеша кун.

Неъматӣ олии дастархони мо
Дар тамоми қарихо нон аст, нон.
Аз барон тандурустӣ доимо
Аввалин дорую дармон аст нон.

Академик К.П.Тимирязев «як бурда нони нағз пухтаи гандумӣ аз бузургтарин бозёфти ақли инсон мебошад», - гуфтааст.

Доир ба нон дорусозӣ фаронсавӣ Перементье чунин гуфтааст: «Нон тухфаи бузургтарину олитарини табиат аст, ки онро бо дигар ҳӯрок иваз карда намешавад. Нон ченаки саломатист. Бемор ки шудем, таъми ноиро ҳис кунем, ин нишонаи сӯхат шудан аст».

Бо нон қасам меҳӯранд, зеро нон яке аз муқаддасот ба шумор меравад. «Нон дорӣ – ном дорӣ», – меғӯянд дар урфият.

Дар миёни мардуми тоҷик нисбат ба ҳурмату эҳтироми нон урфу одатҳои зиёд мавҷуд аст:

1. Ноиро дар дастархон чаппа намегузоранд, бо як даст намешикананд, балки бо ду даст мешикананд.

2. Агар фарзанд таваллуд шавад, ба тағи сари ӯ нон мегузоранд, то ин ки мисли нон азиз ва бузург шавад.

3. Агар бачаро ба ғахвора банданд, модараш ноиро мегазад, то фарзандаш мисли нон мухтарам бошад ва умри дароз бинад.

4. Дуҳтар ва писарро хонадор кунанд, аввал ноншиканон мекунанд, то ки чун нон рӯяшон гарм ва соҳибэҳтирому бузург бошанд ва дар рӯзгори обод зиндагонӣ кунанд.

5. Агар фарзанд ба сафари роҳи дур биравад, нонро ме-

газад ва хонадон то омаданааш онро нигоҳ медоранд, ки ба-рои насибааш баргашта биёяд.



Савол ва супориш

1. Аз чӣ сабаб нисбат ба нон ҳамаи халқҳо эҳтироми хос доранд?
2. Доир ба ҳурмат ва эҳтироми нон дар хонаи шумо чӣ хел қоида ҷой дорад?
3. Кадом сухани бузургонро доир ба нон медонед?



Инро дар хотир доред:

1. Аввалин офарандаи нон зан аст.
2. Ба шарафи устодони нон – ба нонвойҳо хайкал гузоштаанд. Ду ҳазор сол пеш ба нонвой Марк Эврисак, ки касби меросӣ дошту қариб ҳамаи Римро бо нон таъмин мекард, хайкали сздаҳметра гузоштаанд.

Пухтани нон

Ба маҳсулоти хамирӣ дохил мешаванд: нони обӣ, равғанӣ, ширдор, ширмол, зағора, кулча, фатирҳои гуногун, катмол, чалпак, тунукча, санбӯсаҳои танӯрин ва ё бирён (қимааш аз гӯшт, картошка, каду, алаф ва ғ.) ва ҳамаи хӯрокҳои хамирии 1-ум ва 2-юм. Нонро асосан дар танӯр, тафдон, тоба ва ғ. мепазанд. Танӯрро мувофиқи истифодабарӣ ҳар хел мешинонанд: барои санбӯса дахонаш ба боло, барои нон – уфукӣ.

Ҳангоми нонбандӣ аз рафидаву остинча истифода меkunанд. Рафидаро ин тавр месозанд: фанер ё картонро бурида, ба болояш пахта гузошта, бо матои зичбофтаи ғафс рӯкаш меkunанд ва ба ақибаш барои гузаронидани даст тасма медӯзанд. Остинчаро аз матои ғафси зичбофта, ба болои он 2 см пахта ва аз болои он матои пахтагии сиёҳтоб ё хокистарранг гузошта, ҳамчун кӯрпа аз тарафи чаппааш

медӯзанд. Ҳангоми нонро ба дегдон часпондан ба дасти рост остинча мепӯшанд. Ба болои рафида нонро чаппа гузошта, намакоби паст зада, ба танӯр мечаспонанд.

Баъд аз часпонидани нон ба он об мепошанд. Нон дар дохили танӯр аз ҳисоби буг ва нурҳои инфрасурхи оташ ва гармии девори он мепазад. Пухтани нонро аз сурх шудани рӯйи он муайян мекунанд. Нонро аз танӯр ба воситаи остинча (ба дасти рост мепӯшанд) ва афзори кафгирмонанд (дар дасти чап меистад) канда мегиранд. Нон ва санбӯсаҳое, ки дар танӯр мепазанд, бӯю таъми беназир, хосиятҳои парҳезӣ ва шифобахш доранд. Нонро дар тафдон ҳам пухта метавонед.

Барои омода кардани нон ва санбӯса чунин афзор лозиманд:

1. Карсон (тағора) барои хамиркунӣ (сирдор, сафолӣ, мисӣ).

2. Элак барои бехтани орд: элаки калон – дар 1 см^2 25 сӯрох, миёна – 100, хурд – 400 сӯрох дорад.

3. Тирак барои ба қисмҳо тақсим ва паҳн кардани хамир ва рост кардани нон. Онро аз чӯби ғафсиаш 20 мм ва қутраш 30-35 см месозанд.

4. Тахтаи чоркунча ё росткунча барои тақсим ва паҳн кардани хамири ҳама навъи маҳсулоти хамирӣ, ки барашти 25 см ва дарозиаш то 1 м буда, пояҳои кӯтоҳ дорад. Онро оштахта меноманд, дарозии тиракаш – то 1 м.

5. Чӯбак – махрутшакл буда, аз чӯб сохта мешавад, мобайнаш ғафс, аз ду тараф даста дорад.

6. Нонпар (мухпар) афзорест, ки бо он нонро пар мезананд. Он аз чӯби дарахтони мевадори махрутшакл ё нимкурашакл (бо дастакчааш) сохта мешавад. Ба таги нонпар меҳчаҳои бесарак мезананд. Дар гузашта ба ҷойи меҳча аз нӯги пари мурғ истифод мебурданд, ки ба ҳамин сабаб номаш мухпар (мурғпар) буд. Нонпарро ё мурғпарро худатон ҳам сохта метавонед. Барои ин 40-50 дона пари дарози мурғро тоза шуста, хушк кунед, баъд бо матои ғафси тасмашакл печонед, байни парҳо ҷойи холӣ монед. Барои ин

катори марказиро аз 3-4 пар бо матои чорқабата, қатори 2-юмро аз 6-8 пар бо матои тасмашакл, қатори 3-юмро аз 12-16 пар ва қаторҳои минбаъдaro ҳамин тавр бо матои тасмашакл ба тартиб бипечонед.



Расми 28. Афзор барои тайёр кардани маҳсулоти хамирӣ

Хаамири нон

Хаамирро дар ошхонаҳои милли барои нон ва маҳсулоти хаамирӣ асосан якбора мешӯранд.

Маҳсулот: орд, об, хаамирмоя, намак.

Агар хаамир ширмол бошад, маҳсулоташ: тухм, шакар, равған, шир, қаймоқ мебошад.

Хаамирро ба чор тарз мешӯранд:

1. Хаамири муқаррарӣ ё одӣ, яъне бе хаамирмоя.
2. Хаамири ширмол бе хаамирмоя.
3. Хаамири муқаррарӣ бо хаамирмоя.
4. Хаамири ширмол бо хаамирмоя.

Хаамири муқаррарии обӣ

Дар карсон (тағора) хаамирмояро бо об ҳал карда, ба миқдори зарурӣ ордро андохта бишӯред. Ба он аҳаамият

бидихед, ки орд пурра шӯрида шавад. Хаамири оmodарo лӯнда карда, рӯяшро бо сачок печонда, 30-35 дақиқа дам бидихед. Микдори маҳсулот барои хаамири муқаррарӣ: 1 кг орд, 2 истакон оби нимгарм, 1 қошукча намак.

Аз ин навъи хаамир нони пиёздор, қатмол, фатир; навъҳои гуногуни санбӯса, манту, тушбера, угро, лағмон ва ғайра пухтан мумкин аст.

Хаамири ширмоли бе хаамирмоя

Барои оmoda кардани ин хел хаамир 1 кг орд, 2 истакон шир ё қаймоқ, 1 қошук равған, 1 дона тухм ва 1 қошукча намак лозим аст. Агар хаамирро фақат бо тухм оmoda кунанд, он гоҳ 4-5 дона тухмро истифода мебаранд. Ба ин намуи хаамир равғани зард, маска, равғани дунба ё чарбу низ меандозанд. Аз ин хел хаамир нони ширмол, фатир, баъзе навъҳои санбӯса ва дигар маҳсулоти хаамирӣ оmoda меку- нанд.

Хаамири муқаррарӣ бо хаамирмоя

Дар карсон (тағора) аввал хаамирмояро хал карда, ба он намақоб ҳамроҳ кунед, баъд қисм-қисм орд ва об андох- та бишӯред. Хаамири оmodарo дар карсон монда, бо сачок рӯяшро пӯшонед, карсонро бо дастархон ё хаамирпечони махсус печонда, то расиданаш дар ҷойи гарм бигузored.

Мухлати расидани хаамир вобаста ба микдори ха- миr, хаамирмоя ва ҳарорати ҳавои хона аз 1 то 4 соат аст. Бинобар ин, онро ҳар замон назорат кардан ло- зим аст. Баъд хаамирро ба ду қисм чудо кунед. Агар он зағорамонанд шуда бошад, хаамир расидааст. Барои ин хел хаамирро оmoda кардан 1кг орд, 25-30 г хаамир- моя, 2 истакон оби ширгарм, 1 ё 2 қошукча намак ло- зим аст. Аз ин навъи хаамир нонҳои гуногун ва санбӯса мепазанд.

Хаамири ширмол бо хаамирмоя

Барои таҳия кардани ин намуди хаамир хамаи маҳсулот (орд, шир, намак, шакар, хаамирмоя ва ғ.)-ро якбора ба карсон меандозанд. Маҳсулот: 1 кг орд, 35-45 г хаамирмоя, 2 истакон шири нимгарм (1 истакон шир ё 1 истакон қаймоқ ё 1 истакон равгани доғкарда) лозим аст.

Агар хаамирро бо тухм омода кунанд, он гоҳ 5-6 дона тухм, 2 қошукча намак, 3-4 қошук шакар лозим аст. Аввал дар шир хаамирмоя ва намакро ҳал карда, баъд ба он орд, шир, қаймоқ, равған ва тухми латзадашударо қисм-қисм андохта мешӯранд. Хаамири оmodаро бо сачокча пӯшонида, бо хаамирпечонак печонда, дар ҷойи гарм мегузоранд. Дар ҳолатҳои зарурӣ ба ҷойи хаамирмоя ҷурғот ё қаймоқи турушшударо истифода мебаранд.

Фикр кунед, ҷавоб диҳед, созед

Барои сохтани остинча матоъ, пахта, сӯзан, ришта ва қайчӣ лозим аст. Фикр кунед, ки кадом шакли остинча бароятон лозим аст. Барои дӯхтани остинча аввал қолаби онро тайёр кунед, баъд қолабро ба матоъ гузошта буред, сипас пахтаро аз тарафи чаппааш гузошта роста кунед. Нӯғҳои онро матоъ гузошта гирдогирд бидӯзед. Бо модаратон маслиҳат карда, корро иҷро кунед. Ба сифати коратон модаратон баҳо диҳад.



Савол ва супориш

1. Дар бораи танӯр маълумот диҳед.
2. Барои пухтани нон кадом таҷхизотро истифода мебаранд, вазифаи онҳоро гӯед.
3. Вазифаи нонпар дар пухтани нон аз чӣ иборат аст?



Инро дар хотир доред:

Дар вақти сохтани остинча, албатта, матои зичбофти пахтагии сиёҳтоб ё хокистаррангро истифода баред, барои рӯяш ва дохилаш аз матои пахтагӣ истифода кунед.

Кори амалӣ.

Пухтани нони обӣ

Афзор: карсон (тағора), истакон ё пиёла, чумчаи хӯрокхӯрӣ, тахтача.

Миқдори маҳсулот: 1 кг орд, 2 истакон об, 1 қошукча намак, 25-40 г хамирмоя.

Рафти кор. 1. Хаамири мукаррарӣ таҳия кунед ва онро ба карсонча андохта, рӯяшро бо хамирпечонак пӯшонед ва барои расидан ба ҷойи гарм гузоред.

2. Баъд аз расидани хамир онро ба рӯйи миз ё тахтача гузошта, ба қисмҳо (250-300 г) ҷудо кунед. Ҳар як қисмро байни кафи даст гузошта, соиш дода, зуволла бисозед ва рӯяшро бо сачокча бипӯшонед.

3. Зуволаро доирашакл рост карда (ғафсии миёначояш 0,5 см, гирдаш 2 см), мобайнашро бо нонпар нақш ё мугпар бизанед. Барои он нонпар мезанем, ки маҳсулот ҳангоми пухтан зиёд варам карда, шаклашро гум накунад. Бо сачок пӯшидани маҳсулот онро аз шамол задан нигоҳ медорад. Агар рӯйи маҳсулотро напӯшем, мекафад ва хушк мешавад. Бинобар ин, нони хоми росткардаро рӯ ба поён гузошта, бо-лояшро бо дастархон ё хамирпӯшак мепӯшонанд ва баъди 15-20 дақиқа ба танӯр мечаспонанд.

4. Пеш аз пухтани нон лахчаро дар мобайни танӯр ҷамъ карда, бо хокистар (ё бо сарпӯши оҳанӣ) бипӯшонед, ба танӯр камтар об бипошед, баъд остинчаро пӯшида, ба пушти нон камтар намакоб молида, ба танӯр бичаспонед. Пас



Расми 29.
Тарзи тайёр
кардани нон

аз каме вақт лахчаҳоро кушода, барои буг ҳосил шудан ба рӯи нон об бипошед. Баъди 20-25 дақиқа нон мепазад. Онро бо белчаи элакмонанд ё остинча канда, камтар хунук кунед ва ба мизи хӯрохӯрӣ гузоред.

Эзоҳ: Агар ба хамир равған (мувофиқи таъби худ) андозед, нон равғанӣ мешавад.

Кори амалӣ.

Пухтани нони гӯшtdор

Афзор: карсонча, корд, нонпар, истакон, қошук, қошукча.

Микдори маҳсулот: 1 кг орд, 2 истакон об, 25 г хамирмоя. Барои кима: 300 г гӯшти лаҳм, 2 дона пиёз, намак, қаламфур – мувофиқи таъб.

Рафти қор. Хамирро барои нони муқаррарӣ бо равған омода мекунанд. Баъд аз расидани хамир онро дар тахтача кам-кам орд ҷамроҳ мсозанд ва ба ғафсии 1,5-2 см таҳия мекунанд. Сипас ба рӯи он гӯшти қимаро гузошта, ба шакли рулет мепечонанд. Баъди ин хамирро ба қисмҳои 150-200 граммӣ тақсим карда, зуволла мегиранд, ба шакли нон оварда (ғафсии гирдаш – 21 см, мобайнаш – 0,5 см) мугпар мезананд. Агар гӯшти равгандори гӯсфанд бошад, як маротиба, гӯшти гов бошад, ду маротиба аз гӯштқимакунак гузаронед ва ба он пиёзи маҳин резакарда, намак ва мувофиқи табъ мурч ё қаламфури тунд ҷамроҳ кунед. Ба хаамири бо даст росткарда қимаи омадаро ҷамвор гузоред. Дар ёд дошта бо-



Расми 30. Тарзи тайёр кардани кулча

шед, ки қимаро аз себ, олуча, мевачот ё сабзавот ҳам омода кардан мумкин аст (рост кардани хамир ва пухтанаиш як хел аст). Нони гӯштдорро дар танӯр ё тафдон мепазанд. Баъд онро дам дода ба рӯи миз мегузоранд. Баъзан ба ҷойи гӯшт чаззари истифода мекунанд. Агар нони гӯштдорро дар тафдон бипазед, аввал хамирро ду тақсим кунед. 1 қисми нонро боз ду тақсим карда, ду зуволача гиред ва зуволачаҳоро бо ҷӯба паҳн кунед. Метавонед шаклашро секунча, чоркунча, росткунча ва мисли нон доирашакл кунед. Зуволачаи якумро мисли зуволачаи дуюм 1 см зиёдтар паҳн кунед. Ба зуволачаи якум росткарда кимаи омодашударо гузошта, бо даст хамвор кунед ва зуволачаи дуюмро ба болои он гузошта пайваست кунед. Ба рӯи тухм молида, дар тафдон бипазед.



Савол ва супориш

1. Хаамири обӣ, равғандорро чӣ тавр тайёр мекунанд?
2. Барои пухтани фатир кадом навъи маҳсулот лозим аст?
3. Барои чӣ ба хамир хамирмоя меандозанд?

Эзоҳ:

1. Ба рӯи нон сиёҳдона ё кунҷид пошидан мумкин аст.
2. Дар рӯи нон то ба танӯр часпондан ҷурғот, баъд аз пухтан равған молида ё об пошида мешавад. Агар нонро дар тафдон пазед, ба рӯи ҷурғот ё тухм бимолед, ё ин ки баъд аз пухтан камтар об пошед ё равған бимолед.
3. Ба хаамири ширдор ба ҷойи об шир меандозанд.
4. Барои нони чаззадор, пиёздор, равғандор пухтан – шир ё об ва равған ҳамроҳ мекунанд. Қоидаҳои пухтани он ба нони гӯштдор монанд аст.
5. Хаамири фатирро низ бо шир, равған, хамирмоя (ё бе хамирмоя) омода мекунанд.

Оё шумо медонед?

Халқи тоҷик дар пухтани нонҳои гуногуни милли аз қадимулайём маҳорати калон дорад ва беш аз 800 намуди нонро мепазад. Нонҳои ҳаҷмашон аз 8-10 см (кулчаҳои 5-6 см), нонҳои то баробари ҳаҷми дастархон ва аз он калонтарро ҳам дар кишвари мо вохӯрдан мумкин аст. Масалан, дар деҳоти водии Раиш ва Зиддии ноҳияи Варзоб нонҳои танӯрие вомехӯранд, ки қутрашон 1,5 м, ғафсиашон 10 см ва вазнашон аз 12 кг зиёд аст. Дар минтақаҳои дигари тоҷикнишини Бухоро, Самарқанд, Хӯҷанд, Ҳисору Кӯлоб ва Бадахшон низ навъҳои ба худ хоси нонҳои нақшин ва маъмулии рӯзмавва мепазанд, ки хоси ҳунари мардуми тоҷик ҳастанд.

Тоҷикон бо ҳунари нонпазӣ ва хелҳои нон байни дигар халқҳо ном баровардаанд.



Инро дар хотир доред:

1. Нонро дар нонгузорак нигоҳ доред. Нон он ҷо 2 – 3 шабонарӯз мулоим меистад ва лаззати худро гум намекунад. Аз нонгузорак нонрезаҳоро чидан лозим аст. Онро ҳафтае як маротиба бо маҳлули пасти сирко ва оби тоза шуста, хушк кунед.

2. Агар нонгузорак надошта бошед, нонро дар халта-чаҳои полиетиленӣ дар зарфи сирдор нигоҳ доред, бӯй ва мазаи хоси худро муддати зиёд нигоҳ медорад. Ба таги зарф камтар ванилин гузошта, рӯяшро бо полиетилен пӯшед. Агар нон шах ё камтар мағорзада бошад, чойҳои мағорзадаро бо корди тез бурида, боқимондашро истифода баред.

3. Агар нон хушк шавад, онро напартосед, ба ғафсии 0,5 - 0,7 см бурида, ба он камтар об пошида, 3 - 4 дақиқа ба тафдон дар ҳарорати 150 - 160°С гузоред, он гоҳ нон бӯй ва лаззати намегирад.

Оё шумо медонед?

Аз нони хушк хӯрокҳои болаззат омода кардан мумкин аст:

1. Кулча аз панир (творог), барои чор нафар.

Микдори маҳсулот: нони хушкшудаи гандумӣ – 300 г, панир – 500 г, мавиз – 50 г, шир – 0,5 л, нони хушк – 40 г, шакар – 60 г, тухм – 2 дона, маска ё маргарин – 40 г.

Рафти кор. Нони бепуштакро бо ғафсии 0,5 см реза карда, панирро аз элак ё турбтарошак гузаронида, ба он як ҳисса шакар, тухм ва мавизро (тоза шуста, хушк карда) ҳамроҳ кунед, қимаи панирӣ ҳосил мешавад. Баъд боқимондаи тухм, шир ва шакарро омехта, як тарафи нонро ба он тар карда, ба тобаи равғанмолида (тарафи хушкашро рӯ ба боло) мегузорем ва ба рӯяш фарши помидор мемолем. Ба тоба пораҳои нонро ҷафс гузошта, фарши панирӣ мерезем. Сипас тарафи тари онро боло карда, то омода шудан ба тафтон мегузорем.

Онро бо чой, қаҳва ва кисел истеъмол мекунам. Бо ин роҳ кулчаро аз себ ҳам омода кардан мумкин аст.

2. Нони мавиздор, дар тафтон пухта мешавад, ки онро таббоҳони аврупоӣ «Запеканка» мегуянд.

Микдори маҳсулот барои чор нафар: нони хушкшудаи гандумӣ – 200 г, шир – 250 г, маска ё маргарин – 80 г, шакар – 60 г, тухм – 4 дона, мавиз – 120 г.

Рафти кор. Хаамири бо шир шӯридаро ба қисмҳо ҷудо карда, барои расидан чанд дақиқа бигузоред. Баъд онро ба омехтаи равған, шакар, мавиз ва тухми латзада ҷӯлонда, талқони нони хушк пошида, чор қабат (30 см) карда ба тоба гузоред, 30 дақиқа таф дода, сипас бо чой ва шир истеъмол кунед.

3. Кулчаи тафдода аз сабзӣ.

Микдори маҳсулот: нони хушкшуда – 200 г, шир – 250 г, маска ё маргарин – 80 г, шакар – 40 г, тухм – 1 дона, қаймоқ – 100 г.

Рафти кор. Ба нон ё нони хушк шири гарм андохта, онро якчанд дақиқа дам дода, аз гӯштқимакунак гузаронед ва сабзии тарошидаро бо равғани обкарда ва тухм омехта карда, сипас ба шакли кулча ё нон дароварда, дар тоба ё тафдон бипазед, ба болояш қаймоқ ё маска гузоред.

Талабот. Барои сарфакорӣ нонҳои обашон парида ё хушкро напартосед. Аз онҳо бо истифода аз маҳсулоти гуногун (масалан, сабзӣ ва лаблабуи сурх) кулча бипазед.

4. Кулчаи лаблабудор.

Рафти кор. Лаблабуи пухтаро пора карда, бо тухм ва мавиз омезед, нонпораро ба об тар карда, талқони нони хушк пошида, қабат-қабат (як қабат нон, як қабат лаблабу, як қабат тухм) ба тоба гузоред ва дар тафдон 40 дақиқа бипазед. Ба дастархон бо қаймоқ гузошта мешавад.

5. Қўймоқ барои 4 нафар.

Микдори маҳсулот: Нони қоқ – 400 г, шир – 50 г, хамирмоя – 20 г, тухм – 2 дона, равғани рустанӣ – 30 г, шакар – 60 г, қаймоқ ё мураббо – 100 г, намак – мувофиқи табъ.

Рафти кор. Пораҳои нони хушкро талқон карда, ба шири гарм биандозед, ба он хамирмоя, шакар, намак андохта ҳамаро биомезед ва барои расидан дар ҷойи гарм 2 соат нигоҳ доред. Метавонед мувофиқи табъ ба он себ ё мавиз ҳамроҳ кунед. Қўймокро дар тоба аз ду тараф то тилоранг шуданаш бирён кунед, баъд равған рехта, ба болояш шакар пошед. Ба дастархон бо қаймоқ, шири хунук ва мураббо би-гузоред.

6. Нони хушки тафдодан ширин.

Микдори маҳсулот барои 4 нафар: нони хушки гандумӣ – 200 г, тухм – 1 дона, шир – 150 г, маска ё маргарин – 40 г, шакар – 40 г.

Рафти кор. Нонро бо ғафсии 0,5 см бурида, ба омехтаи тухму шир нағз тар карда, дар маска ё маргарин бирён кунед. Аз ду тараф шакар пошед. Ба дастархон бо ҷой ё қаҳва дода мешавад.

§ 13. Маҳсулоти хаамири

Дар истехсолот аз орди гандумӣ, сулӣ, чуворимакка ва ғайра бисёр навъҳои маҳсулот омода мекунаанд. Аз орд нон, санбӯса, катмол, маҳсулоти қаннодӣ, манту, угро, туппа ва ғайра мепазанд. Дар таркиби орд бисёр моддаҳои шифобахш, монанди ангиштоб, сафеда, равған, моддаҳои минералӣ, оҳар (крахмал) ва ғ. мавҷуданд. Орд чанд навъ мешавад: аъло, якум, дуюм ва ғайра. Орди гандумии навъи якум аз витаминҳо ғани буда, моддаҳои маъданиӣ зиёд дорад. Онро барои пухтани маҳсулоти гуногун истифода мебаранд.

Пеш аз истифода бурдан сифати ордро муайян кардан лозим аст. Таъмаш ширин, бўйи намӣ нашошта ва намнокиаш муътадил бошад (барои муайян кардани намнокӣ ордро ба каф зер карда, баъд кушоед, агар ҳангоми зер кардан орд аз кафи даст резад, намиаш муътадил аст), сифаташ хуб аст.

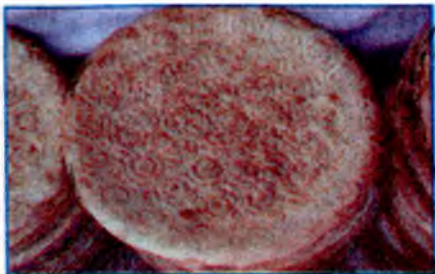
Ордро дар ҳалтаҳои матой, зарфҳои сирдор, шишагӣ дар ҷойи хушк ва хунук нигоҳ медоранд.

Хаамир ин массаи ғафси орд бо хаамирмоя аст. Тарзи омода кардани хаамир вобаста ба шароит ва шаклҳои истифода гуногун аст. Аз хаамири расидаи хаамирмоядор асосан, нон, нони булка, кулча ва ғайра мепазанд. Аз хаамири бе хаамирмоя манту, тушбера, угро ва ғ. омода мекунаанд. Хаамирҳо варақӣ, бисквитӣ, резак ва ғайра низ мешаванд. Ба таркиби хаамир моеъ (шир об, мост), шакар, тухм, равғани доғ, маиска, равғани зард, равғани рустанӣ, хаамирмоя, намак, адвӣёт, ванилин, пӯсти лимӯ, афлесун, чормағз, мавиз, мевачот ва ғайра ҳамроҳ мекунаанд.

Хаамири ширмоли хаамирмоядор

Онро барои пухтани нон, кулча, пирог, кулчаҳои ширин ва ғ. истифода мебаранд. Хаамири варақии бе хаамирмоя низ омода мекунаанд. Хаамири бисквитӣ аз омехтаи орди гандумӣ ва картошка омода карда мешавад, албатта, бо ҳамроҳ кардани тухм. Аз хаамири бисквитӣ торт, рулет, пирожни,

кулчақанд (печен) мепазанд. Барои омода кардани хаамири резак хааи махсулот (равған, шакар, тухм)-ро омехта, бо орди гандумӣ якҷоя мешӯранд.



Расми 31. Навъҳои нон

Дар шароити корхона хаамиро дар мошинҳои махсус (хаамиршӯрак) омода мекунанд. Хаамири оmodаро ба колабҳои махсус андохта, ба шакли нони булка ва ё хлеб ме-дароранд.

Хаамир барои нон ва булка

Нони булка аз махсулоти қаннодӣ ба он фарқ мекунад, ки яке ширин асту дигар не. Агар орд нисбат ба дигар махсулоти хаамир зиёд бошад, аз он нони булка мепазанд. Агар орд аз нисфи махсулоти хаамир (равған, тухм, шакар ва ғ.) кам бошад, ин хаамир барои махсулоти қаннодӣ истифода бурда мешавад.

Нон ва нони булкарӯ дар нонвойхонаҳо ва заводи нон омода мекунанд, онро нонвойҳо мепазанд. Ҳангоми пухтани онҳо ҳарорати бугшавӣ ва низоми корӣ афзори нонпазиро ба инобат мегиранд, ки ба талабот ҷавобгӯ бошад. Дар фабрикаҳои бисквитӣ ҷараёни омода кардани хаамири бисквитӣ, навъҳои аълои печен, кулчаҳои қандӣ, кремҳои ороишӣ, ба шакли муайян даровардан ва пухтани махсулот ба таври автоматӣ сурат мегирад.

Хаамири одӣ

Барои омода кардани хаамири одӣ (бе хаамирмоя) ба зарф об ё шири ҳарораташ 30-35° C рехта, дар он шакар ва намакро ҳал кунед, тухм ва орди бехтаро андозед (як миқдори ордро барои рост кардани хаамир монед). Пеш аз омода кардани хаамир ба он равғани чорво ё равғани рустанӣ, ё қаймоқ андохта, то ғафс шуданаш нағз мушт кунед, то ин ки якхела шавад ва ба девори карсон (тағора) начаспад.

Барои дур кардани гази карбонати хаамир онро якчанд маротиба мушт кунед. Дар вақти мушткунии хаамир аз оксиген ғаний шуда, дамиданаш зиёд мешавад. Дафъаи якум хаамирро баъди 1-1,5 соат ва дафъаи дуюм баъди 2-2,5 соат мушт кунед. Хаамири оmodаро бо латтаи тоза пӯшед ва барои расидан 3-4 соат дар ҷойи гарм (25-35° C) гузоред.

Хаамири хаамирмоядор

Ба шир ё оби ҳарораташ 30-35° C хаамирмояро гузошта, тахминан нисфи орди бехтаро андохта, то пурра омехта шудан бишӯред. Ба он боз камтар об пошида, ба рӯяш латтаи тозаро гузошта, то расиданаш ба ҷойи гарм гузоред. Дар вақти расидан ҳаҷми хаамир 2-3 маротиба зиёд мешавад. Муҳлати расиши он вобаста ба ҳарорат ва сифати хаамирмояву орд 3-4 соат аст. Баъди пурра расидан ба он шакар, тухм, намак ва орди боқимондаро андохта, то ба даст начаспидан ва аз девори зарф кӯчидан мушт кунед. Пас ба он равған андохта, то пурра ба хаамир омехта шудани равған бишӯред ва 1-2 соат барои расидан монед.



Ибро дар хотир доред:

Хаамир ва хаамирмояро дар вақти муайян гузоштан лозим аст, чунки агар хаамирмоя зиёдтар истад, сифати хаамирро паст мекунад. Агар хаамир шӯр бошад, тез намерасад ва агар онро пазед, рӯйи нон сафедча мемонад.

Барои бартараф намудани шӯрии хамир ба он хамири бе-намак ҳамроҳ кунед. Агар хамир камнамак бошад, рӯйи нон мекафад ва он бемаза мешавад. Барои инро ислоҳ кардан ба нон камтар намакоб андохта, орд пошида, хуб мушт кунед. Барои он ки маҳсулот реза шавад, ба хамир зардии тухм андозед. Хамир пеш аз пухтан бояд нағз дам гирад. Хамири росткардaro дар ҷойи шамолрав нагузoред, ки рӯяш хушк мешавад. Ба хамири ширини хамир-моядор барои хушбӯй шуданаш 2-3 г ванилин ё пӯсти 1 дона лимӯ ё афлесун, чормағзи майдакарда ё 3-5 дона ме-варо тарошида ҳамроҳ кунед. Аз 3 истакон орд 600-700 г хамир ҳосил мешавад.

Савол ва супориш



1. Хамир чанд хел мешавад?
2. Ба хамир кадом навъи маҳсулотро андохтан мум-кин аст?
3. Дар маҳали шумо хамирро барои нон чӣ тарз тайёр мекунанд, нақл кунед.
4. Дар заводи нонпазӣ кадом касбҳо мавҷуданд? Бо коргарони онҳо вохӯриҳо гузаронед.

Кори амалӣ.

Пухтани қатмол

Афзор: карсонча, тахтаи ош, тирак, ҷӯба, тахтача, корд, қошукча.

Микдори маҳсулот: 1 кг орд, 2 истакон об, 2 қошукча на-мак, 1,5 истакон қаймоқ ё ки 200 г равған барои соидан, 0,5 истакон равған барои бирён кардан, 2 қошук шакар барои ба рӯйи қатмол пошидан. Қатмолро ба ду тарз мепазанд.

Тарзи якум. Хамири муқаррариро зуволa гирифтa, рӯяшро бо сачокча пӯшонда 10-15 дақиқа дам бидихед. Баъд онро бо тирак бо ғафсии 1-2 мм тунук карда, ба рӯяш қаймоқ (ё равғани зард ё маска ё дунбаи обкарда) молида, ба тирак бипечонед ва бар қади тирак бо корд тасмашакл (бари тасмаҳо 4-5 см) бибуред. Якчанд тасмаро рӯйи ҳам гу-

зошта, доирашакл бипечонед, баъд онро ба рӯи тахтача гузошта, ба шакли нони ғафсиаш 1 см як хел тунук кунед ва 2-3 чояшро бо чангак сӯрох карда, камтар дам бидихед. Сипас онро дар деги тагаш паҳн ё тобаи калон (ба деги гарм равған молида) аввал як тараф, баъд тарафи дигарашро то сурх шудан бипазед ва дар гармиаш ба рӯи он шакар пошида, ба дастархон бигузored. Онро бо шир, чой, қаҳва, компот ва ғайра истеъмол мекунанд.

Тарзи дуюм. Агар хоҳед, ки қатмолро ғафстар пазед, онро пеш аз дам додан 4 таксим, агар калон бошад, 6 таксим кунед ва ба ҳамон тарзе ки дар боло зикр шуд, бипазед. Қатмолро муғпар зада ё ба рӯи он пиёзи резакарда ва гӯшти кима гузошта, дар танӯр ё тафдон ҳам пухтан мумкин аст.

Пухтани қўймок

Микдори маҳсулот барои хамир: 500 г орд, 2 истакон шир, 25 г хамирмоя, 0,5 қошуқча намак, 1,5 қошуқ шакар, 2 дона тухм, 3 қошуқ равғани зард ва барои бирён кардан – 100 г равған.

Хамирмояро дар шири гарм об карда, орд бирезед ва омехта кунед, рӯяшро пӯшида дар ҷойи гарм бигузored. Вақте ки хамир расид, ба он тухми латзадашуда, равған, намак ва шакар ҳамроҳ карда, бо қошуки чӯбӣ омехта кунед ва аз нав бирасонед. Сипас ба тоба равған молида, дар оташ таф бидихед. Аз атолан омодашуда якқошуқӣ ба он андохта, аз ду тараф кам-кам сурх кунед. Қўймокро бо чурғот, шакар, мураббо ва ғайра истеъмол мекунанд.

Кори амалӣ.

Пухтани чалпак

Афзор: карсонча, чӯба, тахтача, қошуқ, истакон.

Микдори маҳсулот: 500 г орд, 25 г хамирмоя, 0,5 қошуқча намак, 100 г равған (барои бирён кардан), 100 г маска ё қаймоқ.

Ба шир хамирмоя, қаймоқ ё намак, шакар ҳамроҳ карда 1 соат дар ҷойи гарм нигоҳ бидоред. Баъди расидани хамир аз он зуволачаҳо (50 г) гирифта, хунук кунед ва дар равғани доғ аз ҳар ду тараф таф бидихед. Баъд ба рӯи чалпак шакар пошида, 4 ё 6 донагӣ ба табакча гузошта, бо маска ё қаймоқ ба дастархон бигузored.



Расми 32. Қатмол, қўймоқ ва чалпак

Хамир барои хӯрокҳои якум

Афзор: карсонча, тахтача (барои ҷудо кардани хамир), тирак, ғалтак (чӯба), элак.

Пеш аз хамир кардан, албатта, ордро бибезед. Баъд дар карсонча намакро дар оби ширгарм ҳал карда, як қисм орд андохта бишӯред. Агар хамир бо тухм бошад, тухмро аввал лат зада, баъд ба хамир андозед ва нағз мушт карда, бо сачоқ пӯшида, 10-15 дақиқа дам бидихед. Сипас онро ба тирак печонда, кам-кам орд пошида, то ғафсии тақрибан 1 см тунук кунед. Ин амалро то 1 мм тунук шудани хамир давом бидихед.

Барои оши борик (угро) ба хамир боз каме орд пошида, ба тирак бипечонед ва болои ҳам таҳ карда ба дарозии муайян бибуред. Угрои омодашударо фавран ё хушк карда, дар вақти дилхоҳ мепазанд.

§ 14. Таҳия ва пухтани оши борик

Афзор: дег, тахтаи ошбурӣ, тирак, корд, карсонча (тагорача), клёнка ё тахта (барои паҳн кардани угро), кафгир, кафлез.

Микдори маҳсулот бо грамм: гӯшт – 108, картошка – 100, бехпиёз – 42, сабзӣ – 25, орд – 30, тухм – ним дона, тоmat – 15, равғани зард ё маргарин – 12, чурғот – 40, лӯбиё – 25 ё мувофиқи табъ.

Рафти кор. Дар вақти пухтани хӯрок аввал қоидаҳои бехатарии техникӣ ва санитарияи гигиениро риоя кунед. Оши буридаи борик (угро)-ро алоҳида омода меkunанд. Барои ин ба орди гандумии бехтагӣ намакоб ва тухм андохта, хамирро сахт шӯрида, баъдан онро тунук карда, бо кади 1-1,5 мм бибуред.

Ба дег равған андохта битафсонед, сипас гӯшти майда резакардаро каме таф дода, сипас сабзӣ, пиёз ва помидор андохта бирён кунед, баъдан об андохта бичӯшонед. Вақте ки сабзӣ пухт, картошкаву оши борикро андохта, 10-15 дақиқа бипазонед (картошкарро ба андозаи нахӯд реза кунед) ва адвиеъту намак андозед. Баъди пухтан угро ро каме хунук карда, чурғот андохта ба косаҳо бикашед ва ба болояш сабзичоти резакарда бипошед.

Пухтани оши тупша

Афзор: дег, кафгир, кафлез, тахтаи ошбурӣ, тирак, корд, карсонча.



Расми 33. Оши борик

Микдори маҳсулот бо грамм: гӯшти гӯсфанд ё гов – 100, орди гандумӣ – 150, бехпиёз – 25, сабзӣ – 35, тоmat – 10, картошка – 50, чурғот ё қаймоқ – 20, равғани рустанӣ – 30, нахӯд – 30 ё мувофиқи табъ.

Рафти кор. Ҳангоми пухтани оши туппа қоидаҳои бе-хатарии техникӣ ва санитариро гигиениро риоя кунед. Оши буридаи туппа ду тарзи омода кардан дорад:

Тарзи якум. Орди гандумиро аз элак гузаронда, бо тухм, об ва намак хамир мекунад. Баъд онро дар рӯйи тахтаи ошбурӣ то 1,5-2 мм тунук карда, тасма-тасма (ба-раш 3-5 см ва дарозиш 10-15 см) мебуранд. Сипас онро дар шӯрбои пешакӣ омодакарда мепазанд ва ба косаҳо каши-да, ба рӯяш сабзичоти резакардари пошида ба мизочон пешкаш мекунад.

Тарзи дуюм. Туппаи намаш паридаро ба оби чӯшони камнамак андохта, то омода шуданиш мепазанд. Пас онро бо кафлез аз дег гирифта, ба болояш аввал об, баъд рағғани гарми рустанӣ мерезанд.

Барои омода кардани шӯрбо гӯшти гӯсфанд ё гӯшти гови резакардари бо бехпиёзу сабзӣ ва пюреи помидор бирён мекунад. Сипас ба дег гӯштоб ё об мерезанд. Баъ-ди чӯшидан нахӯди таркардари андохта, боз 40-50 дақиқа меҷӯшонанд (нахӯдро мувофиқи табъ меандозанд). Си-пас картошкаи нахӯд кардари андохта, то омода шуда-наш мепазанд. 7-10 дақиқа пеш аз пухтан адвӣёт (маводи хушбӯй) ва намак меандозанд.

Туппаро дар коса ё табақча кашида, аз болояш шӯрбо мерезанд ва сабзичоти резакардари мепошанд. Дар зарфи алоҳида қаймоқ ё чурғот бимонед.



Расми 34. Нивъҳои хӯроки туппа ва лагмон



Маслиҳати қадбону

Барои пухтани оши туппа, борик (угро), тушбера чунин қонидаро риоя кунед:

Баъди ба дег андохтани маҳсулоти номбурда онро то ба рӯйи об баромадан гоҳ-гоҳ кофта истед. Агар ҳамааш ба рӯйи об барояд, маҳсулот ба пухтан сар мекунад.

БОБИ II. ЗАХИРАИ ОЗУҚАВОРӢ

§ 15. Консервони мева ва сабзавот

Хӯрокворӣ дар натиҷаи фаъолияти микроорганизмҳои гуногун – занбурӯғ (мағор), бактерияҳо ва гайра, ки дар табиат хеле бисёранд, вайрон мешавад. Барои муддати дароз нигоҳ доштани маҳсулоти хӯрокворӣ усулҳои гуногуни консервониرو истифода мебаранд. Тамиз ё пастеризатсия кардан (то ҳарорати муайян гарм кардан), ях кунонидан, хушконида, ба намак хобонидан ва ғ. усулҳои консервонӣ мебошанд. Бо роҳи консервонӣ фаъолияти бисёр бактерияҳои барои организми инсон зараровар нест карда мешаванд.

Барои консервонӣ сабзавоту меваи тару тоза ва беаҳмиро истифода мебаранд. Сабзавоту меvaro аввал ба навҳо ҷудо карда, дар оби равони хунок хуб мешӯянд.

Дар шароити хона усули одӣ ва боэътимоди консервхобонӣ (тамиз) мавҷуд аст. Барои консервхобонӣ маҳсулоти хӯрокиро хом ё пухта ба банкаҳо меандозанд, сарпӯшашро ибритӣ маҳкам карда, то ҳарорати 100-120° С гарм мекунанд. Дар шароити хона ҳамаи намуди меваю ғучуммева ва сабзавотро консервонидан мумкин аст. Консервхоро одатан дар банкаҳои шишагии гунҷоишашон 0,2; 0,35; 0,5 ва 1 л омода мекунанд. Даҳони банкаҳо бо афзори махсус ва сарпӯши аз тунука ё алюминий сохташуда, ки халқаи резинӣ дорад, маҳкам карда мешавад.

Барои консервонидан 2 зарфи сирдори 3-5-литра (барои оби ҷӯш рехтан ва пухтан), 1-2 зарфи баланд (барои 5-10 л) барои тамиз кардан, корд, чангол, қошук, кафлез, турбтарошак, афшурагирак, донагирак, соат, ҳароратсанҷ, тағмонаки банка, банкагирак (барои гирифтани банка аз зарфи обдор) лозим аст.

Банкаҳои шишагиро шуста, бо оби ҷӯш обгардон ва хунок мекунанд. Мева, ғучуммева ё сабзавоти барои консерв омода кардари ба банкаҳо (то 1-2 см пасттар аз лаби банка) мечинанд ва аз болаяш намакоб ё шарбат мерезанд. Сарпӯши

банкаҳоро гузошта (бо афзор сахт маҳкам накарда), ба зарфи обаш гарм (50-60° С) мемонанд; сатҳи оби зарф бояд ба сатҳи мева ё саб-завоти банка баробар бошад. Барои он ки банка нақафад, ба таги зарф тағмонак, латта ё фанер ме-гузоранд. Оби зарфи банкадорро то чӯш омаданааш гарм мекунанд. Аз лаҳзаи чӯшидани об вақти кон-сервхобониро ҳисоб мекунанд.



Расми 35. Намунаҳои маҳсулоти консерв

Ҳангоми тамиз об набояд сахт чӯшад, зеро ба банка афтодани катраҳои оби чӯшида мумкин аст. Баъди анҷоми вақти тамиз даҳони банкаҳоро маҳкам мекунанд. Банкаи сарпӯшдорро то хунук шуданааш сарнишеб мегузоранд.

Кӣ, дар кучо, кай?

Консервонии маҳсулоти хӯрокворӣ дар асри XVII ба вуҷуд омадааст. Консервониро аввалин бор ошпази фаронсавӣ Франсуа Анпера ихтироъ кард ва барои ин каифиёташ ба ӯ мукофоти пулӣ, медали тило ва унвони «Инсони соҳибхӯшро» доди шуд.

Консерви бодиринг. Бодиринги миёнаҳаҷмро барои ба-ромадани ҳавои дохилаш 6-8 соат дар оби хунук тар кунед. Баъд ба банка 30-35 г адвӣёт (барг ва решаи қаҳзақ, барги олуҷа, шибит, карафс, барги ғор, сир, қаланфур, чанд дона мурчи донатор ва бодиринг)-ро гузошта ба болояш намак ва 1 қошук сирко (ба 1 л об) андозед. Баъд банкаро бо оби чӯшида пур карда, ба даруни зарфи об андозед ва тамиз ку-нед (барои банкаи 0,5-литра – 5-6 дақ., 1-литра – 10 дақ., 3-ли-тра – 15 дақ.). Баъд банкаро аз тамиз гирифта, сарпӯшашро маҳкам кунед ва чаппа карда гузоред.



Маслиҳати қадбону

Агар ба болои бодиринг пеш аз намак пошидан об резед, шӯрӣ ва ранги сабзашро хуб нигоҳ медорад.

Консерви омехта. Ин навъи консервро ҳам бо усули дар боло зикршуда омода мекунанд. Ба банка якҷоя бо бодиринг карам, помидор, сабзӣ ва ғайра меандозанд. Консерваи ҳархеларо аз мевачоти гуногун низ омода мекунанд.

Консервҳои компот аз мewa ва ғучуммева. Компот аз мewa ва ғучуммева омода карда мешавад. Банкаҳоро тамиз ва пастеризатсия мекунанд, ба мевачот шарбат ва шакар мерезанд (барои компоти турш ба 2л об – 400-500г шакар, барои компоти туршиаш кам ба 1л об – 300-400г шакар). Шахсонии гирифтори бемории қанд компотро дар об омода карда метавонанд.

Компоти олуча ва гелос. Мевачотро тоза шуста, ба банка меандозанд. Қиёми гармро рехта, тамиз мекунанд (банкаи 0,5литра – 15-20 дақиқа, 1-литра – 20-30 дақиқа, 3-литра – 35-40 дақиқа).

Аз олуча ва гелос бе тамиз кардан ҳам компот омода мекунанд. Ба банка мewaи тозаи шустаро гузошта, 2 бор оби ҷӯш рехта иваз кунед (бори 1-ум – 10 дақиқа ва бори дуюм – 0,5 дақиқа), баъд аз болояш шарбати гарм рехта маҳкам кунед, ба компоти гелос чавҳари лимӯ андозед.

Компоти зардолу ва олу. Зардолу ва олуро шуста, дукафон мекунанд ва донaaшро гирифта мепартоянд. Дар зарфи сирдор шакар ва 2 истакон оби гарм рехта, зардолу ва олуро меандозанд ва мечӯшонанд. Банкаи 0,5литраро – 10-12 дақиқа, 1-литраро – 15-18 дақиқа, 3литраро – 30 дақиқа тамиз мекунанд.



Расми 36. Компот аз мewa



Расми 37. Намунаи консервҳо



Савол ва супориш

1. Консервонӣ бо чанд роҳ иҷро карда мешавад?
2. Тамиз чӣ гуна гузаронида мешавад?



Маслиҳати қадбону

1. Банкоро барои консервонӣ дар шароити хона нағз аз назар гузаронед. Агар кафида ё даҳанаши шикаста ё ягон нуқсон дошта бошад, истифода набаред.

2. Дар вақти истифодабарии ҷавҳари сирко, ки туршиаш 80% аст, онро дар оби ҷӯшидаи хунук ҳал кунед (3 қошуқи таомхӯрӣ ба 1 л об).



Инро дар хотир доред:

Ҳеҷ гоҳ ҷавҳари сиркоро ба сиркои ангурӣ омехта накунад.

Дар вақти консервкунӣ ба қоидаҳои беҳатарӣ ва санитарияи гигиенӣ риоя кунед, ба тозагии зарфҳо ва маҳсулот аҳамият диҳед.

БОБИ III. КОР БО МАТОЪ

§ 16. Матоъҳо аз нахҳои химиявӣ

Барои истеҳсоли матоъ дар замони ҳозира нахҳои кимиёвиро васеъ истифода мебаранд. Нахҳои кимиёвӣ ба ду гурӯҳ ҷудо мешаванд: сунъӣ ва синтезӣ. Ашёи хом барои ҳосил кардани нахҳои сунъӣ селлюлоза аст, ки онро аз дарахти арча (ел) мегиранд. Партовҳои пахта, шиша, абрешимро низ истифода мебаранд. Наҳи синтезиро аз коркарди маҳсулоти ангиштсанг ва нафт ҳосил мекунанд.

Нахҳо ба ду гурӯҳ ҷудо мешаванд: табиӣ ва кимиёвӣ.

Нахҳои табиӣ аз табиат гирифта мешаванд. Онҳо барои истифода омодаанд. Нахҳои кимиёвӣ дар истеҳсолот дар заводҳо бо ёрии равандҳои махсуси кимиёвӣ ҳосил карда мешаванд. Ашёи хомро барои истеҳсоли наҳи кимиёвӣ об мекунанд, ки маҳлули часпак ҳосил мешавад. Ин маҳлулро аз сӯрохии филйер гузаронида (он борик мешавад), дар таштҳо дар маҳлули махсуси химиявӣ мегузоранд, ки дар он ҷо хунук (шах) мешавад. Барои он ки дар рафти кор филйер вайрон нашавад, маҳлулро аз сӯрохии он бо фишори баланд мегузаронанд ва ришта мегиранд. Мувофиқи сӯрохии филйер гафсии нахҳо ҳар ҳел мешавад. Маҳсулотро дар маҳлули махсус гузошта хушк мекунанд. Инро ҳосилкунии ришта бо усули таркунӣ меноманд.

Агар риштаҳо бо ёрии ҳавои гарм хушк кунонда, бо усули таркунӣ сафед ва ранг карда шаванд, инро усули хушккунӣ мегӯянд.

Чунон ки зикр шуд, нахҳои кимиёвӣ ба ду гурӯҳ ҷудо мешаванд: сунъӣ ва синтезӣ.

I. Барои ҳосил кардани наҳи сунъӣ аз партови (пастмонда) пахта, филиз ва шишамайда истифода мебаранд.

1. Наҳи вискозӣ аз пастмондаи ҷӯби дарахт бо усули таркунӣ дар маҳлули ишқор ҳосил карда мешавад.

2. Наҳи атсетатиро аз партови пахта бо сиркои кислота омехта ҳосил мекунанд.

3. Нахҳои шишагӣ аз шишамайда дар печҳои барқӣ тавлид мешаванд.

4. Риштаҳои филизиро аз партови алюминий ва мис ҳосил меkunанд.

II. Нахҳои синтезӣ аз маҳсулоти ангиштсанг, нафт ва газ тавассути реаксияи кимиёвӣ ҳосил карда мешаванд.

Ҷадвали нахҳои кимиёвӣ



Ҳангоми ҳосил кардани нахҳои штапелӣ, вискозӣ, ки он ҳам ба гурӯҳи нахи сунъӣ дохил мешавад, аз филиери то 40 ҳазор сӯроҳдор истифода мебаранд. Аз ҳар сӯроҳӣ нахҳои дарози борик ҳосил мешавад, ки онҳоро ба дарозии 150 мм бурида, дар фабрикаҳои ресандагӣ ресмон мебароранд. Навъҳои аз ҷама паҳншудаи нахи сунъӣ – нахҳои вискозӣ ва атсетатӣ аст. Матоҳои аз нахҳои синтезӣ ҳосилшуда капрон, лавсан, нитрон ва ғайраҳо мебошанд. Нахҳои сунъӣ ва синтезӣ нисбат ба нахҳои табиӣ арзонанд. Масалан, барои ҳосил кардани як миқдор нахи пахта ва зағир нисбат ба ҳосил кардани нахи вискозию штапелӣ 10 маротиба вақт бештар сарф мешавад, барои ҳосил кардани нахи пашмӣ бошад, 12-15 маротиба зиёдтар.

Нахи сунъиро дар охири асри XIX истеҳсол кардаанд. Аввалин бор олими франсавӣ Шоранде соли 1884 бо роҳи ба целлюлоза пайваست кардани моддаҳои химиявӣ нахи абрешимӣ ҳосил намуд.

Нахи вискозиро дар намуди алоҳидаи дароз, аммо нахи штапелиро бо пораҳои кӯтоҳи маҳин истеҳсол мекунад. Барои мустаҳкам шудан ба онҳо нахҳои табиӣ (пахта, пашм, катон) ҳамроҳ мекунад. Матоҳои аз нахҳои кимиёвӣ бофташуда дар вақти сӯзондан об шуда, бӯйи резини сӯхта паҳн мекунад. Фарқи намуди зоҳирии калобаи вискозӣ аз штапелӣ дар он аст, ки калобаи штапелӣ патдор мешавад, аммо калобаи вискозӣ ба абрешими табиӣ монанд аст. Матои вискозӣ нисбат ба штапелӣ ҷилдортар аст. Нораҳои матои вискозӣ дар он аст, ки ҳангоми 50% тар шудан мустаҳкамии худро гум мекунад ва бурма мешавад. Инро дар вақти шустан ба назар гирифтани лозим аст.

Нахи атсетатӣ дар асоси пайвасти кимиёвӣ аз коркарди пахта бо сиркои ангидрид ҳосил карда мешавад. Он зоҳиран ба зеб, сабук ва мулоим буда, бурма намешавад ва тез хушк мешавад, вале ба таъсири соиш ва равшанӣ тобовар нест. Дар ҳолати намӣ як қисми мустаҳкамии ашро гум мекунад ва дарзмол карданиаш душвор аст. Нахҳои атсетатиро бо асeton тоза кардан мумкин нест, чунки рангашон меравад.



Савол

1. Кадом навъи нахҳо ба гурӯҳи нахҳои кимиёвӣ дохил мешаванд?
2. Барои истеҳсоли нахи сунӣ ва синтезӣ кадом навъи ашёи хомро истифода мебаранд?

§ 17 Хосияти нахҳои синтезӣ

Бисёр матоҳои аз нахҳои синтезӣ бофташуда бо намуди зоҳирӣ ва хосияташон ба нахҳои табиӣ наздиканд. Матоҳои аз абрешими сунӣ (вискозӣ) бофташуда вазнин, дурушт, мустаҳкам ва ба соиш тобоваранд. Бинобар ин онҳоро бисёр вақт ба сифати матоҳои астарӣ истифода мебаранд. Аз онҳо либосҳои занона медӯзанд.

Матӯҳои вискозӣ обро нағз мегузаронанд. Бинобар ин, аз онҳо куртаи тағ медӯзанд, вале онҳо ба тарӣ тобовар нестанд. Бинобар ин, чунин либосҳоро дар ҳолати тарӣ намечафанд. Ҳангоми буридани либос ва ё буриши қисмҳо хато содир шуданиш мумкин аст. Дар вақти дӯхтани онҳо дарзи мустаҳкам нею дарзи роға ҳосил мешавад. Аз ҳамин сабаб аз онҳо либосҳои ба тан часпида медӯзанд.

Капрон аз ҳама нахи мустаҳкам буда, ба соиш тобовар аст. Нахи капронро барои истехсоли матӯ, чӯроб, калоба, ки аз он маҳсулоти зиёде омода меkunанд, истифода мебаранд. Он бисёр зебо, аммо дағал аст. Либосҳои аз он дӯхтануда қат ва бурма намешаванд. Онҳоро баъд аз шустан дарзмол кардан шарт нест.

Ҷадвали № 1

Нишонаҳои муайян кардани хосияти матӯҳо

Нишона	Абрешими табиӣ	Абрешими сунӣ (вискоза)	Абрешими синтезӣ (капрон)
Ҷило	ҷилодор	ҷилодор	серҷило
Мулоимӣ	мулоим	миёна	дурушт
Кашишхӯрӣ	камтар	бисёр	намехӯрад
Тағйирёбии мустаҳкамӣ дар ҳолати тарӣ	тағйир меёбад	тағйир меёбад	тағйир намёбад
Намуди кандашавии риштаҳо	бадтар шудани массаи нахчаҳо	нӯги ришта тит ва нахчаҳо канда мешаванд	нӯги ришта тит ва нахчаҳои рост канда мешаванд
Сӯзиши риштаҳо	сӯсӯзад, рангаш сиёх мешавад, бӯйи паписӯхта медиҳад.	месӯзад (бо ранги зарди баланд), хокистараш бӯр аст. Бӯйи ба коғазин сӯхта медиҳад.	ҳангоми сӯхтан лӯнда ва саҳт мешаванд. Бӯйи сургуч медиҳад.

Лавсан нахи бисёр мустаҳкам ва чарс (зудшикан) аст. Онро барои мустаҳкам шудан бо дигар нахҳо омехта меку-
нанд.

Калимаҳои нав: нахҳои кимиёвӣ, матоъҳо аз нахҳои сунӣ ва синтезӣ.



Маслиҳати муфид

Барои муайян кардани фарқи абрешими табиӣ аз абрешими сунӣ аз онҳо яктоӣ ришта гирифта мекананд. Риштае, ки нӯгаш баъд аз кандан тит мешавад, абрешими сунӣ мебошад.

Нахҳои синтезиро дар комбинатҳои кимиёвӣ аз маҳсулоти нафт ё газ ҳосил мекунанд. Масалан, маҳсулоти синтезиро то мулоим шуданаш гарм карда, аз сӯрохи майда мегузаронанд ва ресмони капронӣ ҳосил мекунанд. Ин хел ресмон аз тори тор-
танак якчанд маротиба борик аст. Аз шиша ҳам бо роҳи гудозиш ресмон ҳосил мекунанд. Аз он бо роҳи дар маҳлули маҳсули синтетикӣ хушк кунондан *шишапластик* ҳосил карда мешавад, ки он масолеҳи аз ҳама мустаҳкам аст.



Дар дунё бисёр матоъҳо ҳастанд, ки яке аз дигаре ҳайратангезтаранд. Масалан, матои «сангин» аз нахи сангин, матои асбестӣ аз нахи асбест, ки дар оташ намесӯзад, сохта мешаванд. Матое низ ҳаст, ки он бо ҷараёни барқ гарм карда мешавад. Аз он барои қутбгардҳо либос медӯзанд.



Савол ва супориш

1. Барои чӣ матоъҳои аз нахҳои кимиёвӣ ҳосилшуда хангоми буридани маснуот мушкилӣ ба вуҷуд меоранд?
2. Кадом матоъро хангоми шустан тоб додан мумкин нест?
3. Кадом ашёи хомро барои ҳосил кардани нахҳои кимиёвӣ истифода мебаранд?
4. Матои абрешими сунъиро аввалин бор кадом олим ихтироъ кард?



Ииро дар хотир доред:

1. Барои кутбгардҳо либосро аз матои бо ҷараёни барқ гармшаванда медӯзанд.
2. Хайма аз матои синтезӣ дӯхта мешавад.
3. Либоси сӯхторнишонҳо аз матои асбестӣ таҳия мешавад.
4. Асоси заврақхоро аз шишапласт месозанд.
5. Бодбонро аз матоъҳои синтезӣ месозанд.

§ 18. Нигоҳубини либос аз матоъҳои сунъӣ ва синтезӣ

Фарсудаҳои матоъ ба таъсири механикӣ (хӯрдашавӣ, васеъшавӣ, тобхӯрӣ ва ғайраҳо) ва ҳосиятҳои физикию кимиёвӣ (таъсири рӯшноӣ, намӣ, ҳарорат ва воситаҳои шустушӯӣ) вобаста аст. Бадошти либос ба ҳосияти матоъ, тарзи дӯхт, сифати он ва тарзи либоспӯшӣ вобаста аст. Доштҳои либосро бо роҳи ба он часпондану дӯхтани қисмҳои ороишӣ (дар нӯги почҳои шим дӯхтани тасмаи махсус, астаргузорӣ, нигоҳубини дуруст ва ғайра) зиёд кардан мумкин аст. Либосҳои аз абрешими сунъӣ дӯхташударо дар ҳарорати 150°C дарзмол мекунад; онҳоро ба ҳокаи муътадили либосшӯӣ дар ҳарорати аз 40°C зиёд намешӯянд,

зеро тоб намеоранд. Матоъҳои синтезӣ-капрониرو сахт фишурдан мумкин нест. Онхоро дар собунобаи ҳарораташ то 50°C мешӯянд ва ба дарзмол кардан эҳтиёҷ надоранд. Дар вақти нигоҳубини либоси нишондоди дар либоси омода мавҷудбударо ба назар гирифтани лозим аст.

Ҷадвали № 2

Нишондод ва нигоҳубини маҳсулоти бофандагӣ аз нахҳои кимиёвӣ

Навъи кор	Нишондод	Аҳамияти он
Шустан		Шарти шустан Дар мошини чомашӯй дар ҳарорати аз 40°C зиёд шустан мумкин нест; Шустани маснуотро дар ҳарорати то 40°C дар муддати кӯтоҳ бо даст иҷро кунед, саҳт фишор надихед; Маснуотро шустан мумкин нест.
Дарзмолкунӣ		Шарти дарзмолкунӣ Ҳарорати дарзмол аз 200°C зиёд набошад; Ҳарорат аз $130-150^{\circ}\text{C}$ зиёд нашавад; Ҳарорат аз 110°C зиёд нашавад; Маснуотро дарзмол кардан мумкин нест.
Тозакунӣ кимиёвӣ		Шарти тозакунии кимиёвӣ Масолеҳи химиявиро барои тоза кардан истифода баред; Маҳсулотро бе истифода аз маҳлулҳои химиявӣ тоза кунед.



Савол ва супориш

1. Кадом хосиятҳоро хосиятҳои механикии матои синтезӣ меноманд?
2. Хосиятҳои физикию кимиёвии матоъҳои сунъиро бо таҷриба муайян кунед.



Ибро дар хотир доред:

Рафти ҳосил кардани нахҳои кимиёвӣ:

1. Ҳосил кардани махлул
2. Ҳосил кардани ришта (ресмон)
3. Ороиши риштаҳо

§19. Аппликатсия

Аппликатсия аз калимаи латинии «applicatio» гирифта шуда, маънояш ба матоъ дӯхтан ё часпондани нақши аз матоъ буридашуда мебошад. Аппликатсия яке аз усулҳои қадимтарини ороиши либос, пойафзор, ҷиҳози рӯзгор буда, имрӯз ҳам маъмул аст.

Пайдоиши аппликатсия ба давраҳои қадим тааллуқ дорад. Таҳаввулоти он аз тасвирҳои ёдгориҳои санъати тамаддуни қадими Осиё, Аврупо ва Амрико маълум аст. Аз тасвирҳои суробӣ дида мешавад, ки дар онҳо тасвирҳои одам, паранда, ҳайвонот бо маҳорати баланд нишон дода шудааст. Дар замонҳои қадим ҳайвонотро бо меҳру муҳаббати зиёд тасвир мекарданд.

Ҳар як масолеҳ хусусияти худро дорад, ки он ба усули иҷрои аппликатсия таъсири муайян мерасонад. Масалан, коғаз, коҳ ва пояи хушидаи рустаниҳоро ба матоъ мечаспонанд; матои пӯсти мӯйинадорро ба матои асосӣ медӯзанд.

Аппликатсия аз навҳои зерин иборат аст:

а) ашӣ – аз тасвирҳои алоҳидаи ашӣ, яъне барг, шохчаи дарахт, гул, паранда, ҳайвонот, мошин, одам иборат аст.

б) сюжетдор – амалиёти муштарак ва воқеаҳо (аз қабилҳои нишону парчами давлат, одам, ҳайвонот, симоҳои аслий ва афсонавӣ) ҳаёлиро таҷассум мекунад.

в) ороишӣ – ҳама гуна нақшу нигорро дар бар мегирад.

Аппликатсияро инчунин барои зеботар шудани маснуоти ороишӣ ва либос истифода мебаранд. Аппликатсияро аз матои якранг, рангаи бофт ва коркардаш гуногун сохтан

мумкин аст. Барои аппликатсия пораи матоъро охар дода (беҳтараш бо желатин) дарзмол мекунад. Ба матоъ ва когаз тасвиrho кашада, сипас тасвири когазро қисм-қисм бурида, мувофики онҳо аз матоъпораҳо ҷузьиёти тасвиrho омода мекунад. Мувофики тасвир ба матоъ кӯк зада, гирдогирдашро бо дарзи гулдӯзӣ ё ҳалқай меdӯзанд. Баъзан барои барҷастатар шудани тасвир зери матоъ пахта мегузоранд. Барои аппликатсия нақшу нигори миллӣ, тасвири персонажу қаҳрамонони афсонавиrho истифода бурда, гилемчаҳо, парда, либос ва ғайраро оро додан мумкин аст. Аппликатсияро дар мошини дарздӯзӣ бо ҳамон пайдарпайие, ки дар гулдӯзии дастӣ мавҷуд аст, иҷро мекунад.

Барои dӯхтани аппликатсия ба матоъпораи ранга тасвиrho гузаронида, ба маснуот ҷунон кӯк мезананд, ки нахҳои барқади ҳар ду матоъ мувофиқат кунанд.

Тарҳи тасвиrho бо мошини дарздӯзӣ аввал бо дарзи одӣ ё кашададӯзии навардии фосиланок, баъд бо дарзи кашададӯзии навардии зич меdӯзанд. Баъди ин аз тарафи чаппаи маснуот дарзмол карда, матои аз тарҳи нақш зиёдатиrho мебуранд. Ҷузьиёти аппликатсияро бо дарзи «мустаҳкам» низ ҷаспондан мумкин аст. Дар ин маврид нақшҳои аппликатсияро бо мошин 1-2 маротиба dӯхта, канорҳои онҳоро бо дарзҳои гуногуни мустаҳкамкунӣ оро медиҳанд.

Омода кардани аппликатсия аз матоъ малакаю маҳорати муайяни буридани матоъ ва dӯхтани гирди онро талаб мекунад. Пеш аз сар кардани кор тарҳи тасвиrho кашадан, андозаи аппликатсия ва дар кучо ҷой гирифтани онро муайянкардан лозим аст. Бисёр вақт намунаҳо барои аппликатсия аз саҳифаҳои маҷаллаҳо, марқаҳои почта, ашёи ороишӣ ва санъати тасвирий гирифта мешаванд. Аксари dӯзандагон шакли ашёи аппликатсияро хурд ё калон мекунад.

Ангораҳои аппликатсияро ду нусха омода мекунад. Як нусхаи онро бурида ҳамчун қолаб истифода мебаранд ва нусхаи дигарро нигоҳ медоранд. Барои азназаргузаронии

ҷойгиршавии ҷузъиёт аппликатиҳои аз қоғаз омодашударо ба матоъ гузошта мебуранд.

Аппликатиҳо ба матои асосӣ бо ду роҳ мечаспонанд:

1. Бо роҳи дӯхтан.
2. Бо роҳи ширеш кардан.

Роҳи дӯхтан бо тарзҳои гуногун иҷро карда мешавад. Бо ин роҳ ҷиҳози хона: дастархон, сачоқчаҳо, гилемчаҳо, дегпӯшак, дастпӯшак, ҷойникмонак, ҷойникпӯшак, пешгирак, болиштчаҳо-ва ғайраро ороиш медиҳанд.

Кори амалӣ:

Сохтани аппликатиҳои аз матоъ

Афзор: қайҷии калон, қайҷии хурди нӯғаш рост, қатшуда, сӯзанҳои гуногун, сӯзанак, ангуштпона, матоъҳои асос, матоъпораҳо, ширеш, риштаҳо.

Супориш

1. Расми умумии аппликатишавандаро бо диққат аз назар гузаронед.

2. Ба хотир оред, ки кадом навъи ашёи дар аппликати буда ба ин таркиб монанд аст.

3. Андоза ва шакли онро муайян кунед.

4. Пеш аз иҷрои кор ангораи пурраи маснуотро тайёр, андоза ва дар кучо ҷиҳел ҷойгиршавии аппликатиҳо муайян кардан лозим аст.

5. Ангораҳоро дутоӣ тайёр кунед. Яктоашро барои истифодаи қолаб буред, дуомашро барои дӯхтан нигоҳ доред.

6. Қолабҳои аз қоғаз тайёршударо ба рӯи матоъ гузошта, бо сӯзанак маҳкам кунед ва гирди ҷузъиёти аппликатиҳо бо дарзи канорӣ дӯзед.



Расми 38. Аппликатсия аз сабзавот ва мева бо роҳи ширеш



Фикр кунад, ҷавоб диҳед, иҷро кунад

1. Кадом навъи таҷхизотро интихоб мекунад?
2. Барои аппликатсия кадом навъи тасвиrho интихоб мекунад?
3. Барои чӣ тасвири ҷузъиёти аппликатсияро аввал дар коғаз кашида, баъд дар матоъ мебуред?

Агар ҷузъиёти аппликатсияшаванда мураккаб бошанд, онҳоро қисм-қисм пайваст карда, бо дарзҳои дасти занҷир-чашакл, обӣ, ҳамвор ё бо мошини дарздӯзӣ медӯзанд.

Аппликатсия аз матоъро бо роҳи 2-юм – ширеш кардан ҳам иҷро кардан мумкин аст. Ин роҳ нисбат ба роҳи 1-ум, яъне дӯхтан, зудтар иҷро мешавад. Ҷузъиёти аппликатсияи аз матоъ буридаро бо ширеш ба матои асосӣ мечаспонанд. Барои ширеш кардани аппликатсия чунин ширешҳоро истифода мебаранд: маҳлул бо орди картошка, ширеши синтетикии Б-2, ПВА. Ширешҳои резиниро истифода намебаранд, барои он ки ҳамаи шаклҳо баъд аз муҳлати кӯтоҳ пайиҳам мекуҷанд.



Расми 39. Аппликатсия аз қаҳрамонҳои афсонавӣ бо роҳи ширеш



Расми 40. Аппликатсия аз қаҳрамонҳои афсонавӣ бо роҳи дӯхтан



Савол

1. Аппликатсия аз кадом калима гирифта шудааст?
2. Барои аппликатсия кадом масоҳро истифода мебаранд?



Ибро дар хотир доред:

Бо матоъпораҳои ҳархела, коғаз, чарм, пӯсти мӯйинадор ва ғайра ҷойҳои даридаи либосҳоро бо роҳи аппликатсия медӯзанд, ки он ба либос ҳусни нав медиҳад ва нуксони дарбехшударо номаълум мекунад.

§ 20. Дарз ва кӯкҳои дастӣ

Дарзу кӯкҳои дастиро асосан дар гулдӯзӣ, кашидадӯзӣ истифода мебаранд. Навъҳои асосии дарзу кӯкҳои дастӣ инҳоянд: дарзи печон, кӯки калон, кӯки нусхагирӣ, дарзи сӯзан пеш аз ресмон, кӯки босма, кӯки занҷира, дарзи ҳалқа (юрма), дарзи гирех ва ғайра. Дар баъзе навъҳои гулдӯзӣ якчанд ҳелҳои дарзу кӯкҳои дастиро истифода мебаранд. Ҳамаи дарзу кӯкҳои гулдӯзиро кашидадӯзӣ ё гулдӯзии ороишӣ меноманд.

Дарзу кӯкҳои дастиро барои ороиши либосҳои замонавӣ, раҳти хоб, ҷиҳози хона ва дигар васоити зиндагӣ ва-

сеъ истифода мебаранд. Сифати дарздӯзӣ ба таркиб ва хосиятҳои физикию механикии матоъ вобаста аст. Дар вақти интиҳоби матоъ ба назар гирифтани лозим аст, ки он ба зебӣ ва сифати дӯхт мадад расонад.

Пеш аз огози гулдӯзии дастӣ қоидаҳои техникаи бехатарӣ, санитарии гигиениро ба хотир овардан лозим аст. Тартибу низомии чойи кор, афзор хеле муҳим аст. Афзор ва воситаҳои ёрирасон бояд дар қуттӣ ва халтаҳои махсус (ресмон дар ресмонқуттӣ, сӯзанчаҳо дар болиштчаҳо, дукорд (қайчӣ), андозатасма, ангуштпона, қалами «М» ва «МТ», қоғазҳои нусахбардорӣ ва ғайра дар халтаҳои махсус) чойгир карда шаванд. Равшанӣ ба сатҳи миз бояд аз тарафи чап бошад. Тани дӯзанда бояд рост, сараш на он қадар паст бошад. Ҳангоми кор тани дӯзанда бояд камтар ба пеш майл кунад, масофаи байни чашм ва кор бояд 25-30 см бошад. Ҳангоми кор дастҳо бояд дуруст гузошта шаванд.

Дар вақти дарздӯзӣ андозаи сӯзанро вобаста ба зичии матоъ дуруст интиҳоб кардан лозим аст. Барои гулдӯзӣ ресмонҳои пахтагӣ, абрешимӣ, пашмӣ, зарҳалию нукрай, инчунин мӯлина, ресмонҳои вискозӣ ва омехтаи сунъиро истифода мебаранд. Ғафсии ресмонҳо вобаста ба навъи матоъ ва дарздӯзӣ ҳар хел мешавад.

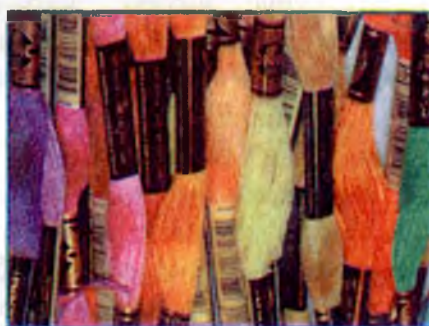
Дар матоъҳои тунук (нафис) бо ресмонҳои рақами 60-80 гулдӯзӣ мекунанд, тасвири наботот, гулҳо, парандаҳо ва ғайраро дар матоъҳои ғафс бо ресмонҳои пашмӣ, «гарус» (калобаи пашмӣ), «ирис» ва тофта медӯзанд. Ранги ресмонҳо низ гуногун аст.

Дар гулдӯзии дастӣ, инчунин марҷони сангҳои киматбаҳо, пулакчаҳои рахшон, марворид, тугмаҳои ҳолдор ва ғайраро васеъ истифода мебаранд, ки онҳо ба гулдӯзӣ сифати нав зам мекунанд.

Дар матоъҳои абрешимӣ бо ресмонҳои абрешимӣ, марҷон, ресмонҳои зарҳалию нукрай гулдӯзӣ мекунанд.

Интихоби сӯзан барои дарздӯзии дастӣ вобаста ба навъи матоъ

Навъи матоъ	Рақами ресмонҳои пахтагӣ	Рақами сӯзан
Матоъҳои тунук (батист, шифон, крепдешин ва ғайраҳо)	100 – 80	1
Матоъҳо барои ҷиҳози бистар ва матоъҳои барои куртаи сабук (катон, хомсуф, матоъҳои нахҳои химиявӣ ва ғайра)	80 – 60	2,3
Матоъҳои сабуки пашмӣ, матоъҳои вазнини нахҳои химиявӣ ва ғайра	60 – 40	4,5,6,7
Матоъҳои вазнини пашмӣ	40 – 30	8,9,10
Моҳути дурушт, маҳин ва ғайра	30 – 10	11,12



Расми 41. Навъҳои ресмон



Инро дар хотир доред:

Сӯзани кашидадӯзӣ аз № 1 то № 12 мешавад. Рақами сӯзан ҳар қадар калон бошад, ҳамон қадар ғафс аст.

Рақами ресмон аз 10 то 120 мешавад. Рақами ресмон ҳар қадар хурд бошад, ҳамон қадар ғафс аст.

Матоъҳои патдор ва пилтабахмалро барои гулдӯзӣ истифода набурдан беҳтар аст. Дар вақти гулдӯзӣ навъи ресмонро вобаста ба матоъ интихоб мекунанд. Ҳангоми гулдӯзӣ ҳар хел андозаи нақшҳоро истифода мебаранд. Агар андозаи нақш ба ҳаҷми кашида мувофиқат накунад, нақшро қалону хурд кардан мумкин аст. Усулҳои гуногуни ба рӯи матоъ гузаронидани нақш мавҷуданд:

1) нақши дар рӯи қоғаз кашидашудаи гулро бо сӯзан якмаром сӯрох мекунанд. Баъд андозаро ба рӯи матоъ гузошта, вобаста ба ранги матоъ гарди хок, ангишт, хишт ё бур мепошанд;

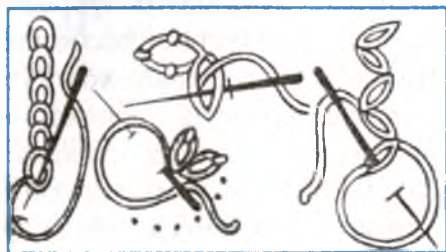
2) аз қоғази шаффофи нусхабардор истифода мебаранд;

3) андозаро ба рӯи мохут, баҳмал ва шохии чилодор монда, аз болои нақш кӯк мекунанд, баъд қоғазро боэҳтиёт даронда мегиранд, ки дар ин ҳолат нақши гул боқӣ мемонад;

4) барои ба матоъҳои гуногуни сафед гузаронидани нақш андозаро ба рӯи шиша мемонанд, аз болояш матоъро мепӯшонанд, аз тағи шиша ҷароғ медоранд ва аз рӯи нақши равшаншуда қалами сиёҳ (ТМ) медавонанд.

Кӯки занҷира

Кӯки занҷира яке аз навъҳои кӯки дастӣ мебошад. Он аз як қатор ҳалқа, ки пайиҳам мебароянд, ҳосил мешавад. Барои ин сӯзанро аз нуқтаи ибтидоӣ аз тарафи чаппаи матоъ ба тарафи роста мебароранд. Ресмон бояд пурра бароварда нашавад ва дар тарафи чаппаи матоъ аз ресмон ҳалқа монад. Барои кӯки оянда сӯзанро аз паҳлуи ҷойи сӯзанзада ба тарафи чаппа мегузаронанд ва аз байни ҳалқаи ҳосилшуда кашида мебароранд (расми 42), дар тарафи чаппаи матоъ он ҳам чун кӯки одӣ на-



Расми 42. Шаклҳои кӯки занҷира

моён мешавад. Равиши кӯкро тағйир додан мумкин аст. Бо ин навъи кӯк нақшҳои рустани ё қачу қилебро ҳосил кардан мумкин аст. Бо ин усул хошияи кашидаҳои калон, шохчаи гулу баргҳо ва ҳамин қабил нақшҳоро кашида медӯзанд.

Дарзи халқа (юрма)

Дарзи халқа ё юрма бо ёрии дарафши чангақдор ё сӯзан дӯхта мешавад, ки дар тарафи рости матоъ занҷири халқаҳо ва дар тарафи чаппаи он хатҳои рост ҳосил мешавад. Чихақ, хошияи чизҳои ороишӣ, баъзе қисмҳои кашадаи калон ҳалқадӯзӣ қарда мешаванд. Барои ҳалқадӯзӣ ресмонро дуқабата, чорқабата ва ғайра мегиранд. Кашададӯз юрмаро ба воситаи дарафши чангақдор аз поён ба боло медӯзад. Даставвал дарафшро ҳалонда ба тарафи чаппаи матоъ мегузаронад ва ресмони тарафи чаппаро бо дасти чап ба дарафш андармон намуда, ба тарафи рост кашада мебарорад ва дарафшро аз сари нав ба матоъ меҳалад, бо ҳамин роҳ занҷири халқаҳо ба вучуд меояд. Дар мавриди ба ҷойи дарафш истифода бурдани сӯзан нақш аз боло ба поён дӯхта мешавад.

Ресмони аз сӯзан гузаронидашударо бо дасти чап дошта, баробари хастану баровардани сӯзан халқа ҳосил мешавад. Дарзи халқа ба кӯки занҷира монанд аст.

Дарзи босма

Дарзи босмаро аз болои ресмони рост кашада ё хобида медӯзанд, рӯи матоъ пурра пӯшида мешавад: аз рост ба чап ва боз аз чап ба рост ресмон партофта, аз болояш медӯзанд. Наҳ хоҳ рост бошад, хоҳ кӯндаланг, дарзҳои аз болои он аз ҳамдигар дуртар якпахлу меҳобанд. Дарозии дарзҳои рӯ набояд аз 3 мм зиёд бошад. Дӯхти босма якчанд хел мешавад, ки онҳо ба намуди зоҳирии худ фарқ мекунанд. Наҳ бо дарзи дароз (3 мм) ва лӯнда дӯхта мешавад. Наҳро бо дарзи кӯша низ дӯхтан мумкин аст. Фосилаи байни дарзҳои кӯша метавонад наздик ва дур бошад. Наҳро бо шакли зич низ

медӯзанд. Бо ин усул дастархон, сачок, пешгирак ва ғайраро ороиш медиҳанд.

Дарзи сӯзан ба пеш

Ин дарз аз рост ба чап, ё ин ки аз боло ба поён дӯхта мешавад. Андоза ва фосилаи байни кадамҳои дарз бояд як хел бошад. Сӯзани бо ресмон гузаронидашударо бо дасти рост, ресмонро бо ангушти калони дасти чап дошта, сӯзанро аз боло ба поён рост мегузаронанд. Дар аснои баровардани сӯзан ресмонро аз ангушти чап раҳо мекунанд, он гоҳ ресмон тағи сӯзан мекӯнад ва ҳалқа ҳосил мешавад.

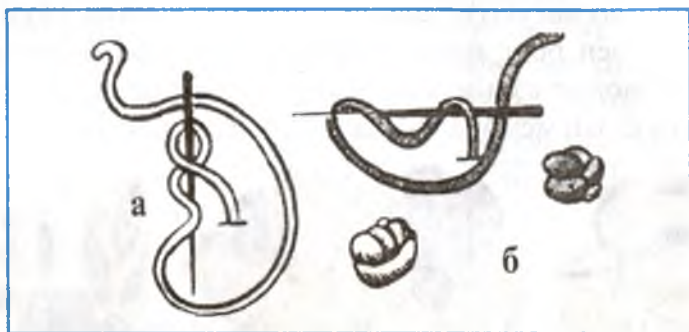


Расми 43. Дарзи сӯзан ба пеш

Дарзи гирех

Нишонаҳои ин кашидадӯзӣ андозаҳои на чандон калон доранд ва ин гулдӯзӣ бе доира (ё ҳалқа) иҷро карда мешавад. Баъзан дар тағи он болиштчаҳои пур аз маҳинрег (қум) мегузоранд. Ресмони кориро маҳкам карда, матоъро ба болиштча саҳт мегузоранд. Бо дасти чап ресмонро ба тарафи худ таранг кашида, ба самти ақрабаки соат якҷанд маротиба онро гирди сӯзан мепечонанд. Шумораи печҳои ресмон ба ғафсии ресмон вобаста буда, метавонад аз 3 то 6-то печ шавад. Баъд сӯзанро чаппа карда, дар назди чоки аввала ба матоъ мехалонанд, лекин ресмонро бо дасти чап нигоҳ дошта меистанд. Сӯзан бояд ба матоъ амудӣ истад. Ба дасти чап печҳо ва сӯзанро ба тарафи чаппаи матоъ мегузаронанд. Барои иҷрои кӯки навбатӣ сӯзанро аз тарафи чап-

паи матоъ ба тарафи рости он мегузаронанд ва ин амал аз нав иҷро карда мешавад. Печҳои ресмонро тарафӣ кашидан мумкин нест, чунки дар ин ҳолат сӯзан аз тарафи печҳои ресмон намегузарад. Гиреҳҳо дар матоъ бояд ба ҳамдигар наздик ҷойгир шаванд. Бо тарзи гиреҳ бештар мобайни нақши гулҳо (бобуна, гули раъно, гули доводӣ, гули қошғарӣ) пур карда мешавад.



Расми 44. Дарзи гиреҳ: а – одӣ; б – мураккаб



Савол

1. Чанд навъи дарзҳои дастиро медонед?
2. Зебоии дӯхт ба чӣ вобаста аст?
3. Чанд роҳи ба матоъ гузаронидани нақширо медонед?



Иҷро дар хотир доред:

Барои гулдӯзӣ матоъҳои абрешимӣ, пашмӣ, пахтагӣ ва зағирии якрангро истифода мебаранд. Барои онҳо ресмонҳоро дуруст интихоб кардан лозим аст.

Дарзи гиреҳи мураккаб

Шаклҳои дарзи гиреҳи мураккаб аз якҷанд печҳои ресмон иборат аст. Тарзи иҷрои он ба тарзи иҷрои дарзи гиреҳ

монанд аст, лекин шумораи печҳои ресмон дар рӯи матоъ ба тарзи уфукӣ ҷойгир мешаванд. Нақшунигор дар рӯи матоъ бо қалам ба хатҳои на он қадар калон ё бо роҳи нухагирӣ гузаронида мешавад. Ин навъи дарз бо роҳи аз боло ба матоъ ҳалондану баровардани сӯзани риштадор иҷро карда мешавад. Фосилаи байни кӯкҳо ба дарозии онҳо баробар аст.

Охири сӯзанро дар назди кӯки аввала то охир набароварда, бо ангушти калони дасти чап аз поён медоранд ва бо дасти рост ресмонро ба сӯзан мепечонанд. Бо ангушти калони дасти чап кӯки печондашударо дошта, сӯзанро бо ресмон аз дохили печҳои ресмон ба матоъ мегузаронанд.

Ҷойгиршавии шумораи ресмонҳо дар матоъ ба нақш вобаста аст. Бо «кӯки илма», ки як навъи дарзи гирех мебошад, курта, кофта, куртаи нимтанаи занона ва дигар либосҳои трикотажиро оро медиҳанд.

БОБИ IV. МОШИНҲОИ ДЌЗАНДАГЌ

§ 21. Мошинҳои дўзандагии барқӣ

Дарзи мошинӣ нисбат ба дарзи дастӣ мустаҳкам, зебо ва ҳамвор буда, дар муддати кўтоҳ иҷро мешавад. Мошинҳои дарздўзии барқӣ ҳамакора (универсалӣ) мебошанд, ки ба воситаи онҳо амалиёти гуногунро иҷро кардан мумкин аст. Онҳо медўзанд, пайваст мекунанд, ангула (сўроҳии тугма) месозанд, гулдўзӣ мекунанд ва ғайра.

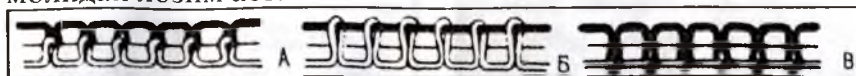
Ин мошинҳоро дар рўзгори хонаводаҳо ва дар фабрикаҳои дўзандагӣ, коргоҳҳои хайёти (ателйехо) васеъ истифода мебаранд. Мошинҳои дўзандагӣ бо муҳаррики дастӣ, пойӣ ва барқӣ сохта мешаванд, ки қисмҳои онҳо ба ҳам монанданд. Матоъ ҳар қадар тунук бошад, ҳамон қадар сўзан ва ресмони борик лозим аст. Дарзи мошинӣ аз ду ресмон ҳосил мешавад. Ресмони болоӣ аз ғалтаки болои мошин ва ресмони поёнӣ аз моку меояд. Дар вақти кор ба он диққат додан лозим аст, ки кашиши ҳарду ресмон як хел бошад, то дарзи байни матоъҳо рост ва мустаҳкам шавад.

Агар ресмони поён халта шавад, дарз безеб ва суст мебарояд, вале агар ресмони боло кашиш биёбад, дарз қанда мешавад.

Масофаи байни ду захми сўзанро «қадами дарз» меноманд. Нуқсони дар ресмони поёнӣ пайдошударо бо роҳи тоб додани винти танзимкунандаи пружинаи сараки найча ислоҳ кардан мумкин аст. Агар ресмони боло халта зада бошад, он гоҳ ғайкаи ресмонтарангкунандаро метобанд.

Қадами байни дарзро дуруст муайян кардан лозим аст. Матои борикро ба дарзи хурд ва матои ғафсро ба дарзи калон медўзанд. Қадамҳои дарзҳои гуногунро истифода бурда, чин ҳосил мекунанд. Дарозии қадамҳои дарзҳоро 3-4 мм ва тарангии ресмони болоро кам мекунанд, баъд аз дўхтани дарз ресмони поёнро таранг карда, чин ҳосил мекунанд.

Баъд аз тамои кардани кор мошинро тоза, чангаширо пок карда, дар зарфи 40-50 соати кор ба қисмҳои он раванг



Расми 45. Дурусти дарз: а – дарзи дуруст; б – дарзи нуқсдор (ресмони поён ҳалта); в – дарзи нуқсдор (ресмони болоҳалта)

Конструкторон мошини нимаавтоматии навро ихтироъ карданд, ки амалиёти муайяноро бе иштироки одам иҷро мекунад. Ғайр аз ин, барои дӯхтани чангак (крючок), ҳосил кардани ҳалқа, пайвастанӣ ду тарафи нӯгостини куртаи мардона ва буриши кеса мошинҳои дарздӯзии нимаавтоматӣ ихтироъ шудааст.

Ҳаракатдиҳандаи мошинҳо аз муҳаррики барқӣ, педал ва сими вилкадор иборат аст. Муҳаррики барқӣ ба танаи мошин бо винт маҳкам карда мешавад. Чархи муҳаррик ба чархи гардона тавассути тасма пайваست мешавад, танзимаро тавассути муҳаррики барқӣ бо ёрии педал ба кор медароранд ва аз кор боз медоранд. Дар вақти кор бо мошини дарздӯзии барқӣ бозҳаҷмат кор кардан ва ҳамаи қоидаву талаботи бехатариро риоя кардан лозим аст. Пеш аз кор бенуқсон будани сими барқро аз назар гузаронед. Ҳангоми ба манбаи барқ пайвастан ва аз он ҷудо кардани мошин аз танаи вилкаи штенселӣ доштан лозим аст. Барои ба кор даровардан, тез кардани суръат ва аз кор боздоштани мошин чунин машқро иҷро кунед:

1. Мошиноро ба равиши худ гузоред.
2. Мошиноро тавассути бо пойи рост паҳш кардани педал ё тугмаи ҳаракат оҳиста ба кор дароред.
3. Суръати мошин дар натиҷаи бисёртар паҳш кардани педал тез мешавад.
4. Барои суғат кардани суръати мошин фишорро ба педал камтар кунед.
5. Барои аз кор боздоштани мошин педалро оҳиста раҳо кунед. Ин машқро се-чор маротиба иҷро кунед.



Расми 46. Навъи мошинҳои дарздӯзи барқӣ

§ 22. Дарздӯзи бо мошин

1. Матоъро пешакӣ омода кунед.
2. Матоъро дуқат карда, бо кӯки дастӣ пайваست намоед ва ҷойи қатшударо ҳамвор кунед.
3. Мошинро ба ҳолати корӣ дароварда, ресмонро гузаронед. Матоъро мувозӣ ба хати кӯки дастӣ бидӯзед, баъд онро биканед.
4. Ҷойи кӯкро дарзмол кунед.

Ночӯрӣ дар кори мошини дарздӯзӣ

Ҳангоми кор бо мошини дарздӯзӣ ночӯриҳо, аз қабилӣ шикастани сӯзан, зуд-зуд қанда шудани ресмон, дар дарз нодуруст ҳаракат кардани матоъ ва ғ. рух медиҳанд. Бинобар ин, аввал сабаби ин ночӯриҳоро ёфта, онро бартараф кардан лозим аст. Роҳҳои бартараф кардани онҳо чунин аст:

Дар оғози кор ба дурустии гузаронидани ресмони болою поён, гузоштани сӯзан дар вақти дӯхтани дарзи санчишӣ ва сифати дӯхт таваҷҷуҳ кунед. Ҷузъҳои буридашудаи матоъ бо дарзи канорӣ дӯхта мешаванд. Ин дарзҳо барои парешон нашудани ҷойҳои буриш хизмат меку-
нанд.

Сабабҳои почӯрӣ

1. Қат шудани сӯзан ё кунд шудани он
2. Нодуруст гузоштани сӯзан
3. Сӯзанро пурра нагузоштан
4. Мувофиқ набудани рақамҳои сӯзан бо ресмон
5. Ресмони бисёр тобдода

Баргарафкунӣ

- Иваз кардани сӯзан
- Дуруст гузоштани сӯзан
- Сӯзанро пурра дохил кардан
- Мувофиқи рақами ресмон ва ғафсии матоъ интиҳоб кардани сӯзан
- Ресмонро иваз кардан

Шикастани сӯзан

- | | |
|--|-------------------------------|
| 1. Сӯзани катшуда ё интиҳоби нодуруст | Иваз намудани сӯзан |
| 2. Сӯзанро то охир пурра нагузоштан | Пурра гузоштани сӯзан |
| 3. Сӯзан нодуруст маҳкам шудааст | Сӯзанро дуруст маҳкам кардан |
| 4. Сараки найча нодуруст гузошта шудааст | Дуруст гузоштани сараки найча |
| 5. Кашишхӯрии зиёди ресмони боло | Халта кардани ресмони боло |



Савол

1. Кашиши ресмони болоро бо ёрии кадом танзима тағйир медиҳанд?
2. Кашиши ресмони поёнро чӣ тарз дуруст мекунанд?
3. Кадом норасоӣҳо дар мошини дарздӯзӣ дучор мешаванд ва сабаби ин чист?

Бехатарӣ ҳангоми кор бо мошини барқӣ

1. Дар вақти гузоштани сӯзан, сараки найча ва ресмони боло мошинро аз манбаи барқ ҷудо кунед ё баръакс, агар ҷудо накунед, пойро аз педал бигиред.
2. **Ин корхоро кардан мумкин нест:**
 - а) ресмонро бо дандон накунед, ки сири дандонро меравонад ва лабро мебурад;
 - б) бо алмоси ришгирӣ дарзхоро кандан ва ҷойи тугмагузори ро буридан мумкин нест, чунки даст ё ангуштонро мебурад;

в) дарзмолро бе така нагузored, чунки мумкин аст он ба рӯйи поятон биафтад;

г) дар вақти кор бо мурваттоб онро ба ҷӯяки винт амудӣ гузored, вагарна гечид, дастатонро мебурад;

г) ҳангоми иҷрои корҳои имтиҳонӣ, санҷиш, сӯхтани матоъ ё ришта ва дар атсетон ҳал кардани онҳо ба беҳатарӣ диққати ҷиддӣ додан лозим аст.

Қондаҳои беҳатарӣ барои хонандагон

1. Дар хона фақат бо иҷозати калонсолон мошини барқиро истифода баред.

2. Барои пешгирӣ аз сӯхтор мошинро баъди ба манбаи барқ пайваст кардан, беназорат нагузored.

3. Дар вақти пайдо шудани бўйи резини сӯхта ё дуд ба калонсолон хабар дода, дарҳол мошинро аз манбаи барқ ҷудо кунед.

Ин қондаҳоро қатъиян риоя кунед:

1. Ҳангоми ба манбаи барқ пайвастан ва аз он ҷудо кардани мошини барқӣ бо як даст дар як вақт дасти дигаратонро ба батареяҳои оби гарм, кубурҳои (трубаҳои) обу газ расондан мумкин нест.

2. Дар хотир доред, ки сими барқи мошин метавонад дар вақти кор тоб хӯрда канда шавад ё расиши кӯтоҳи барқро ба амал биёрад.

3. Сӯзанро аз сими рӯйкашдор дошта мондан мумкин нест.

4. Дар вақти пайдо шудани ночӯрӣ дар васлак (розетка), вилкаи барқӣ, сим ва расиши чараён ба тана (асос)-и мошин корро бас карда, мошинро аз чараёни барқ ҷудо кунед ва ба омӯзгор (дар хона ба волидайнӣ худ) хабар бидиҳед.

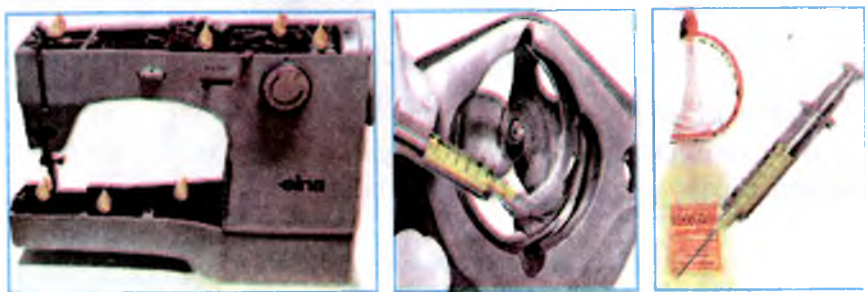
5. Пеш аз мошинро тоза кардан ва равған молидан, онро аз манбаи барқ ҷудо кунед.

6. Пас аз тамом кардани кор мошинро аз манбаи барқ ҷудо кунед.

§ 23. Нигоҳубини мошини дарздӯзӣ

Мошини дарздӯзӣ низ монанди дигар намуди техника ба нигоҳубин ниёз дорад. Дар мухлати пешбинишуда қисмҳояшро равшан бимолед, корро беовозу сабук иҷро мекунад. Аз тарафи дигар, тоза нигоҳ доштан ва равшан молидан қисмҳои мошини дарздӯзиро аз хӯрдашавӣ ва вайроншавӣ эмин нигоҳ медорад.

Баъд аз тоза кардан ба ҳамаи қисмҳои мошин равшан молида, бо равшанчакон ба сӯрохиҳо ё ҷойи пайвасти қисмҳо як-ду чакра равшан чаконед. Дар вақти равшанкунӣ кӯшиш кунед, ки равшан ба тасмаи ҳаракат нарасад.



Расми 47. Тарзи равшан молидани мошини дарздӯзӣ.

Кори амалӣ.

Тоза ва равшан молидани мошини дарздӯзӣ

Афзор: мошини дарздӯзӣ, мурваттоб, равшанчакон бо равшан, матоъ барои пок кардан.

Рафти иҷрои кор:

1. Мошифро аз манбаи барқ ҷудо кунед.
2. Барои тоза кардан ва ба равшанмоӣ омода кардани мошин (мошини барқӣ, пойӣ ва дастӣ) сӯзанро бардошта, бо ҳаракати озод ғалтак ва сараки найчаро берун кунед.
3. Ҳама ҷойи мошифро бо латта пок кунед.

Қисми берунии мошин, сӯрохиҳои равшанчаконӣ, тахтаи асос ва қисмҳои дар таги он бударо тоза кардан лозим аст.

Барои ин лавҳаи сӯзанро кушода гирифта, дандонҳои матоъгузарон ва мокуро бо чӯтка тоза карда, лавҳаи сӯзанро ба ҷояш гузоред. Баъд асоси мошинро оҳиста ба боло бардошта якпахлу гузоред ва ҳамаи қисмҳои дар таги он ҷойгирифта ва сӯроҳҳои равшанҷакониро тоза кунед.

4. Асоси мошинро бардошта, ҳамаи қисмҳои таги тахтаи асос ва қисмҳои мутахҳаррики мошинро равшан кунед. Сипас қисмҳои даста, танзими қадами дарз, риштапечон, сӯзангузаронак, найчаи тазйикдихандаро равшан кунед, ба сӯроҳии лавҳаи сӯзан равшан ҷаконед.

5. Мошинро ба кор омода кунед.

Дарзҳои мошинӣ

Дарзҳои мошинӣ якчанд хел мешаванд. Онҳоро аз ҷоки дастӣ каме поёнтар ё болотар медӯзанд, то ки хангоми кӯкро кандан дарзи мошинӣ вайрон нашавад.

Кори амалӣ.

Намунаи дарзҳои мошинӣ

Афзор: куттии қорӣ, матоъ барои дарзҳои намунавӣ, қайчӣ, мошини дарздӯзӣ.

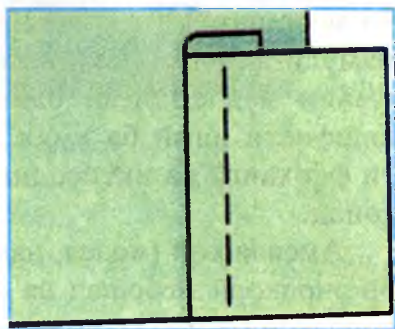
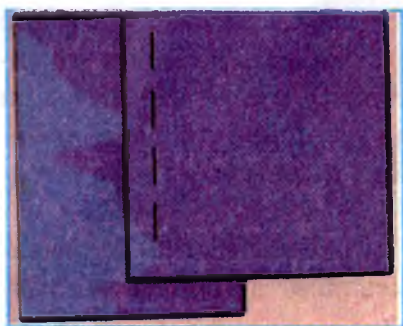
Дарзи намунавии болоиҳам

Рафти қор. Ин дарзро барои пайваст кардани фаровез, гиребон, либоси сабук ва ғайра истифода мебаранд. Як қанори матои буридашударо қат накарда ба болои дигараш, ки он ҳам қат нашудааст, мегузоранд ва бо мошин медӯзанд. Масофаи дарз дар вақти дӯхтан ва қанори бурида 0,5 см мешавад.

Дарзи намунавии бахиядӯзӣ

Рафти қор. Қанори пораи болоиро ба тарафи муқобил қат карда медӯзанд ва дарзмол мекунанд. Баъд пораи бо-

лоиро ба болои пораи поёни гузошта, кӯк карда, бо мошин медӯзанд. Васеъгии дарзро аз ҷойи кат то дарзи мошини во-
баста ба зичии матоъ ва фасон интихоб мекунанд. Дарзҳои
бахиядӯзиро барои оро додани китфҳо ва оринҷ, пайвасти
кардани камзулча ба маснуот (блузка, куртаи мардона, кур-
таи занона, доман, шим ва ғайраҳо), инчунин бахиядӯзии
чинҳои курта ва доман истифода мебаранд.



Расми 48. Дарзи намунавӣ: а) болоҳам; б) бахиядӯзӣ

?

Савол ва супориш

1. Барои чӣ мошини дарздӯзиро ҳар сари чанд вақт тоза ва равшан кардан лозим аст?
2. Танзимгари дарзро чӣ тарз равшан мекунанд?
3. Дар вақти дӯхтани дарз бо мошини дарздӯзии барқӣ кадом қоидаҳо ва талаботро риоя кардан лозим аст?
4. Дарзҳои намунавӣ дӯхтаро ба албоми корӣ гузоред.

БОБИ V. СОХТ ВА АМСИЛАСОЗИИ ЛИБОС

§ 24. Сохтани амсила

Дар ҳар давраи пешрафти ҷамъият як навъи услуб ва дигаргунӣ дар либос ба вучуд меояд, ки онро мӯд меноманд.

Мӯд ин ҳукмронии муваққатӣ дар ҷамъиятҳои муайян мебошад, ки таъби ҳархела дорад ва таъсири он дар намуди либосҳо зоҳир мешавад. Пешрафт ва дигаргуншавии мӯд ҳодисаи байналмилалӣ буда, дар натиҷаи кашфиёти илмӣ ба амал меояд ва пайваста ба равобии фарҳангӣ ва иқтисодии байни давлатҳо таъсир мерасонад.

Амсиласозӣ (модел, намуна)-и либос раванди мураккаби эҷодкорӣ мебошад ва аз амсиласоз донишмандони қонуношиносони хосро тақозо менамояд.

Пеш аз ҳама, либос бояд ба таъиноти худ ҷавобгӯ бошад. Масалан, либоси варзишӣ бояд сабук, мустаҳкам, шинам ва зебо бошад. Либоси махсус ба хусусият ва талаботи кор ҷавоб дода тавонад. Шакли либос аз рӯи васеъии хатҳос, ки онро ташкил додаанд, муайян карда мешавад.

Дар вақти дӯхтани куртаи бегиребон якчанд навъи расми куртаро, ки дар плакатҳо кашида ва дар тахтаи синф оварда шудааст (онро аз маҷаллаҳои мӯд гирифтаанд), аз назар гузаронед ва бо навъҳои куртаҳо шинос шавед.

Куртаи занона:

1. Истифодабарӣ – шинам, муҳлати истифодааш давомнок бошад.

2. Гигиенӣ – озод барои нафаскашӣ, ҳаракат ва гардиши хун мувофиқ бошад.

3. Эстетикӣ – шинам, ба ороиши он аҳамият диҳед, ки ба сохти интиҳобшуда ва талабот мувофиқ аст ё не.



Расми 49. Навъҳои буриши камзулчаи куртаҳо

Тарҳи либос ҳархела мешавад:

1. Ба ҷисм часпида.
2. Ба ҷисм начаспида.
3. Тарҳи рост.
4. Тарҳи озод ё трапетсияшакл.

Маснуоти куртаи милли ба тарҳи озоди рост дохил мешавад. Ҳоло мо бо намуди сохти куртаи бегиребон шинос мешавем ва аз рӯи он нақша кашида, колаб сохта, матоъро бурида медӯзем. Ба сохт ва ороиши он аҳамият дода, интихоби матоъ ва вазифаи либос (куртаи варзишӣ, хонагӣ, меҳмонӣ) ва ғайраро ба назар мегиранд. Яъне намуди бадии либос ба дуруст андоза гирифтани ва таносуби қисмҳои алоҳидаи он вобаста аст.

Таносуби либос ба тақсимшавии он ба хати китф, сандуқи сина, миён, рон, хати миёнаҷойи рон, хати зону, хати тағи пой вобаста мебошад, ки он тақсимшавии бадани одамро муайян мекунад.

Дар вақти дӯхтани либос чунин хунаремандон заруранд: расом, амсиласоз, таррох, буранда, дӯзанда ва ғ.

Тарроҳ – шахсест, ки аз ҷуссаи одам андоза гирифта, аз рӯи он нақшаи либосро мекашад.

Рассом-амсиласоз – шахсест, ки давоми коркарди тарҳи либосро дар матоъ иҷро мекунад.

Буранда – шахсест, ки аз рӯи нақша қолаб месозад ва онро ба матоъ гузошта мебурад.

Дӯзанда – шахсест, ки пораҳои буридашударо ба ҳам пайваست карда медӯзад.



Савол ва супориш

1. Вазифаи либос аз чӣ иборат аст?
2. Барои дӯхтани либос кадом касбҳо лозиманд?
3. Дар маҳали шумо фабрикаи дӯзандагӣ мавҷуд аст ё не? Дар бораи кор ва маснуоти истеҳсолкардаи он маълумот диҳед.



Инро дар хотир доред:

1. Касби буранда ва дӯзанда дар асрҳои IV-VII ба вуҷуд омад ва то асри XII тараққӣ кард.
2. Соли 1993 дар Москва хонаи мӯд кушода шуд.
3. Якумин маҷаллаи мӯд аз тарафи дӯзанда-амсиласоз Надежда Ламанова тартиб дода шуд; ин шахс дар Фаронса аввалин мукофоти Гран-прии ин соҳаро гирифт.

Афзор ва воситаҳои ёрирасон барои дӯхтани либос

Ба афзорҳо ва воситаҳои ёрирасон дохил мешаванд: қайчӣ, ангуштпона, сӯзанакҳо, ченактасма, чадвали ӯдӣ ва масштабдор, гунё, қалам, бўри дӯзандагӣ ва ғайра.

1. *Қайчӣ* – барои буридани матоъ қайчии мукаррарӣ, аммо барои корҳои ороишӣ қайчии нӯгтезро истифода мебаранд.

2. *Ангуштпона* бояд ба андозаи ангушти даст мувофиқ бошад.

3. *Сӯзан* бояд ба ғафсии ришта ва матоъ мувофиқ ояд.

4. *Андозатасмаи матоӣ* барои гирифтани ченак аз ҷуссаи одам истифода мешавад.

5. *Ҷадвал ва гунё* барои сохтани нақшаи либос заруранд.

6. *Сӯзанақҳоро* барои маҳкам доштани қати матоъ ба кор мебаранд.

Барои дӯхтани либос лозиманд:

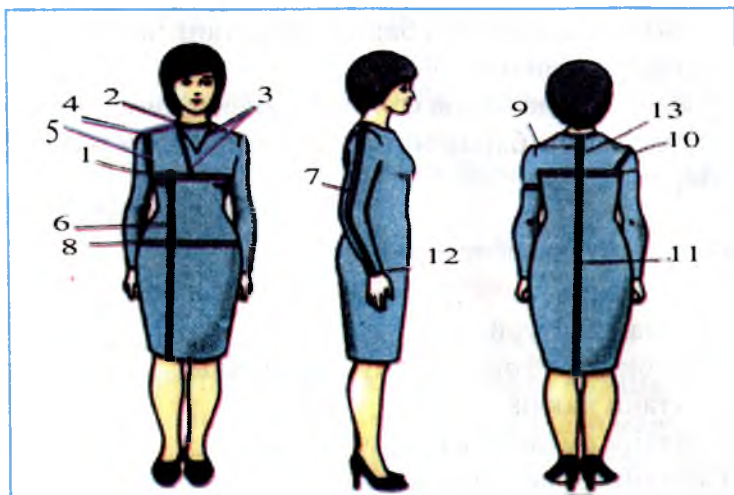
1. Андозагирӣ
2. Нақшаи дастурӣ
3. Ҳисобкунии формулаи куртаи милли
4. Сохтани нақша
5. Сохтани амсилаи камзӯлчаи пеш
6. Сохтани қолаб ба андозаи худ
7. Гузоштани андоза ба матоъ
8. Буридани матоъ
9. Пайиҳам дӯхтани курта
10. Пурра дӯхтани курта
11. Ороиши матоъ
12. Дарзмол кардани либос

§ 25. Андозагирӣ

Андозаро бо андозатасма аз ҷусса бо либоси сабук мегиранд. Андоза бе гузориши ҳаққи дарз гирифта мешавад. Дар андозагирӣ баландии қад, васеъӣ ва гирди ҷуссаро мегиранд. Андозагириро аз тарафи рости ҷусса сар мекунанд. Дар вақти андозагирӣ қоматро рост нигоҳ доштан (дастҳоро ба поён фаровардан) лозим аст, то андоза дуруст гирифта шавад.

Номгӯии пурраи ченакҳо

1. Гирди сандуқи сина (ГСС). Андозатасмаро аз ҷойи баланди тахтапӯшт бо гирди сина то ҷойи баландии сандуқи сина пурра чен мекунанд ва нисфашро менависанд. НЧСС (нимченаки сандуқи сина). Ченаки гирди сандуқи сина андозаи либосро муайян мекунад.



Расми 50. Ченакҳои андозагирӣ: 1) НЧСС – нимченаки сандуқи сина; 2) НЧГ – нимченаки гардан; 3) Дкам.П – дарозии камзӯлчаи пеш; 4) ДК – дарозии китфи пеш; 5) Бкам.П – баландии камзӯлчаи пеш; 6) ДТ – дарозии тана; 7) ДО – дарозии остин; 8) НЧН – нимченаки нишемангоҳ; 9) ДКА – дарозии китфи ақиб; 10) БКА – баландии камзӯлчаи ақиб; 11) ДЛ – дарозии либос; 12) ВО – висеъии остин; 13) Дкам.А. – дарозии камзӯлчаи ақиб.

2. Гирди гардан (Гг). Бо андозатасма гирдогирди гарданро то нуқтаи гардан чен мекунамд. Андозаро пурра гирифта, нисфашро менависанд – НЧГ (нимченаки гардан).

3. Дарозии камзӯлчаи пеш (Дкам.П). Бо ченактасма аз хамиши гардан – саршавии китф то маркази сандуқи сина чен мекунамд.

4. Дарозии камзӯлчаи ақиб (Дкам А). Бо андозатасма аз сутунмухураи хафтам то миёнаҷои баландии 2 то тахтапушт чен мекунамд.

5. Дарозии китф (ДК). Бо андозатасма аз хамиши гардан то дарозии баландии қуллаи китф чен мекунамд.

6. Баландии камзӯлчаи пеш (БКП). Бо андозатасма аз қуллаи баланди китф то хамиши пеши даст чен мекунамд.

7. Баландии камзӯлчаи ақиб (БКА). Бо андозатасма аз қуллаи баландии китф то хамиши ақиб даст чен мекунамд.

8. Дарозии тана (ДТ). Бо андозатасма аз саршавии хамиши даст то дарозии дилхоҳ чен мекунанд.

9. Васеъии тана (ВТ). Барои васеъии танаро муайян кардан гирди нишемангохро чен мекунанд. Аз чойи баландии нишемангоҳ то чойи баланди шикам пурра чен карда, нисфи онро навишта, нимченаки нишемангохро муайян мекунем (НЧН). Барои андозаи васеъии танаро ҳосил кардан ба НЧН ададҳои аз 6 ё 8 то 24 (адади дилхоҳ)-ро ҳамроҳ мекунем.

10. Дарозии либос (ДЛ). Андозаро бо ченактасма аз сугунмуҳраи ҳафтум то дарозии дилхоҳ чен мекунем.

11. Дарозии остин (ДО). Андозаро бо ченактасма аз куллаи китф бо ақибӣ даст аз оринчи калон то оринчи хурд чен мекунем.

12. Васеъии нӯги остин (ВНО). Андоза бо ченактасма аз чойи ғафси банди даст озод чен карда мешавад. Васеъии остинро мувофиқи табъ муайян мекунанд. Онро аз формулаи нақшаи остин ёфтаи мумкин аст.

Ченак ба андозаи 48

1. Нимченаки сандуқи сина – 48 см
2. Нимченаки гардан – 18 см
3. Дарозии камзулчаи пеш – 29 см
4. Дарозии камзулчаи ақиб – 22 см
5. Дарозии китфи пеш ва ақиб баробар – 14 см
6. Баландии камзулчаи пеш – 15 см
7. Баландии камзулчаи ақиб 14 см
8. Дарозии тана – 95 см
9. Дарозии либос (курта) – 117 см
10. Дарозии остин – 25 см
11. Нимченаки нишемангоҳ – 52 см

(Ин навъи андозаро омӯзгор дар тани хонанда ё аз манекени мактабӣ нишон медиҳад).



Савол ва сунориш

1. Барои сохтани нақшаи маснуоти дӯзандагӣ кадом ченакҳои асосӣ лозиманд? Ҷавоб: дарозӣ ва васеъӣ.

2. Дарозии маснуот ба кадом ченакҳо вобаста аст? Ҷавоб: ба ченаки дарозии камзӯлчаи ақиб ва дарозии тана.

3. Васеъии маснуот ба кадом ченак вобаста аст? Ҷавоб: ба нимченаки нишемангоҳ.

Машқи андозагирӣ

Хонандагон андозаро аз манекени мактабӣ ё аз якдигар гирифта, дар қисми андозагирӣ нақшаи дастурӣ менависанд. Ҳангоми андозагирӣ як хонанда чен мекунад ва хонандаи дигар натиҷаи онро дар қоғаз менависад.

Барои дуруст муайян кардани андоза ба саволҳои зерин ҷавоб диҳед:

1. Куртаи милли ба кадом навъи ашё дохил мешавад?

2. Барои сохтани куртаи милли кадом хели ченакҳо лозиманд?

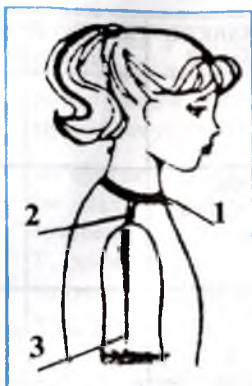
3. Ҳолати ҷойгиршавии ченактасмаро ҳангоми андозагирии нимченаки нишемангоҳ нишон диҳед.



Фикр кунед, ҷавоб диҳед, иҷро кунед

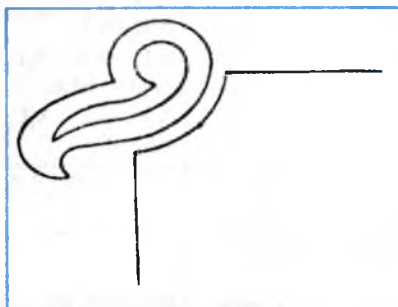
Қолабмистари ҷуссаи духтарчаро гиред. Онро ба албому корӣ гузошта, гирдашро бо қалами одии сиёҳ хат кашед. Баъд бо қалам ё ручка андозаи нимченаки гардан ва дарозии китфро навишта, ҷойгиршавии ин ченакро дар ҷуссаи ин духтарча бо ин шакл нишон диҳед.

Дурустӣ ва сифати ҷойгиршавии ченактасмаро дар ченаки додашуда аз омӯзгорон пурсед.



Расми 51. Ченаки гардан ва китф:
1 – хати гардан;
2 – хати китф;
3 – муайян кардани дарозӣ ва васеии
остини кӯтоҳ

Расми 52. Тарзи кор
ба қолабмистар



НАҚШАИ ДАСТУРӢ

Куртаи миллии загона

№	Аломати ченакҳо	Номи ченакҳо	Ченкуни ба андозаи 48	Андозагири аз худ
1.	НЧСС	Нимченаки сандуки сина	48	
2.	НЧГ	Нимченаки гардан	18	
3.	Дкам.П	Дарозии камзӯлчаи пеш	29	
4.	Дкам.А	Дарозии камзӯлчаи ақиб	22	
5.	ДКП	Дарозии китфи пеш	14	
6.	ДКА	Дарозии китфи ақиб	14	
7.	БКП	Баландии камзӯлчаи пеш	15	
8.	БКА	Баландии камзӯлчаи ақиб	14	
9.	ДТ	Дарозии тана	95	
10.	ДЛ	Дарозии либос	117	
11.	ДО	Дарозии остин	25	
12.	НЧН	Нимченаки нишестангоҳ	52	

Ҳисоби формулаи куртаи миёни

№	Буришҳо ва нуктаҳо дар пақша	Формулаи ҳисобкунӣ	Ҳисобкунӣ ба андозаи 48	Ҳисобкунӣ дар ҷисми ҳул
1	Аз нуктаи А ва A_1 амудӣ ченакҳо мегузorem	аз нуктаи А $AG; AB$	29;11	
2	Камзӯлчаи пеш. Аз нуктаи А ва A_1 ченакхоро мегузorem	аз нуктаи A_1 $A_1K; KG; A_1\Gamma_1$ $A_1\Gamma_1 = A_1K + KG_1$	3 ё 4 (адади доимӣ) $A_1K=4$, $KG_1=15$ $19=4+15$	
3	Ченаки уфуқӣ. Камзулчаи пеш	$AA_1 = B_1 + B_1A_1$	$AB_1=18:3+0,5=7$ $B_1A_1=14$ $AA_1=7+14=21$	
4	Камзӯлчаи ақиб. Ченакхоро амудӣ аз A_2 мегузorem	аз A_2, A_2B_2 ; $A_2B_2+B_2\Gamma_2$; $A_2\Gamma_2=A_2B_2+B_2\Gamma_2$; аз нуктаи A_3 $A_3K_1; K_1\Gamma_4; A_3\Gamma_4$ $=A_3+K_3+K_1\Gamma_4$	$A_2\Gamma_2=2+22=24$ 4 ё 5 – адади доимӣ 14; $A_3\Gamma_4=4+14=18$	
5	Ченаки уфуқӣ. Камзӯлчаи ақиб	$A_2A_3=A_2B_1+B_1A_3$	$A_2B_1=7; B_1A_3=14$; $A_2A_3=7+14=21$	
6	Пайвасткунӣ бо хати моил 1. Камзӯлчаи пешро аввал бо хати рост, баъд бо хати моил мекашем. 2. Камзӯлчаи ақибро аввал бо хати рост кашида, баъд бо даст моил мекашем.	$BB_1; B_1K; KG_2; \Gamma\Gamma_2$ $B_2B_3; B_3K_1; K_1\Gamma_3$; $\Gamma_3\Gamma_5$		
7	Аз нуктаи Г уфуқӣ хатҳои рост мегузaronem. Васеъии танаро аз формула меёбем, аз сабаби он ки тана 4 қат аст, ба 4 тақсим мекунем, яъне гирди нишешмангохро ба 2 тақсим мекунем ва баъд ҳосилашро ба 2 тақсим карда, Γ_1 ҳосил мекунем	$\Gamma\Gamma_1=2\Gamma/2+24=104$ $/2+24=52+24=76$; $76/2=38$	$38=\Gamma\Gamma_1$	

8	Аз нуқтаи Г амудӣ ба дарозии тана баробар хатҳои рости мувозӣ мегузаронем. Аз нуқтаи Г амудӣ 2 см адади доимӣ мегузаронем ва нуқтаи Г₂ ҳосил карда, бо нуқтаи Г₃ пайваست мекунем.	ГП мувозӣ ба Г₁П₁ формулаи $H \cdot K / 4 : 2 = 48 / 4 = 12 : 2 = 6$ ҳосил шуд, яъне тана аз нуқтаи Г₁ уфуқӣ аз 6-1 = 5; амудӣ 6+1=7	95, ГГ₁=2 адади доимӣ	
---	---	---	---	--

Дар истеҳсолоти дӯзандагӣ дар вақти сохтани конструксияи либос дар асоси ҷуссаи миёна дурустии андозаи қад ва ҷуссаро ба назар мегиранд.

Ҳоло дар истеҳсолоти дӯзандагӣ системаи нави андозагирии либос мавҷуд аст.

1. Барои ҷуссаи занона:

1. Қад
2. Гирди сандуқи сина
3. Гирди нишешмангоҳ

Дар тамғакоғази либос чунин рақамҳо навишта шудаанд: 160 – 100 – 108. Ин нишон медиҳад, ки андозаи қади либоси занонаи мавриди назар 160 см, гирди сандуқи сина – 100 см, гирди нишешмангоҳ – 108 см аст. Дар вақти андозагирии фардӣ нисбат ба умумӣ фарқи ± 5 , ± 3 , ± 2 шуданаш мумкин аст.

II. Ҳар як мард бояд андозаи худро донад. Агар дар тамғакоғази либос рақамҳои 178 – 96 – 82 – 39 навишта шуда бошад, он гоҳ дарозии қад – 178 см, гирди гардан – 39 аст. Дар ин рақамҳо муайян карда шудааст, ки дарозии қад – 178 (± 3), андозаи сандуқи сина 96 (± 2), гирди миён 82 (± 2) буда, аммо андозаи гирди гардан бетағйир 39 (дар ҳар андоза ченак) мемонад.

Дӯхтани пайҳами куртаи миллии занона

I Сохтани қолаб

II Навиштаҷоти намуди берунӣ.

Тарҳи қолаб: рост, куртаи камзӯлчалдор, бегиребон,

остинкӯтоҳ, танааш камтар чиндор.

III. Хосияти матоъҳо: пахтагӣ, абрешимӣ (асосан атлас), химиявӣ. Матоъ барои тавқи пахтагӣ, ресмонҳои № 50-60, сӯзани № 90.

IV. Шумораи қолаб ва чузъҳо.

Ҷадвали 4

№	Номгӯии чузъҳо	Қолаб	Шумораи чузъҳо
1.	Камзӯлчаи пеш	1	2
2.	Камзӯлчаи ақиб	1	2
3	Тана	1	1 (4 қабат)
4.	Остин	1	2

§ 26. Сохтани нақшаи куртан занонаи милли

Барои сохтани нақша аз ченакҳои нақшаи дастурӣ истифода мебарем.

Омода кардани нақшаи либосро маъмулан аз ақби он сар мекунамд, аммо барои нақшаро бо роҳи осон сохтан ва мувофиқ гузоштан мо андозагириро аз камзӯлчаи пеш сар мекунем.

Нақшаи тақсимои бадан мураккаб нест. Онро аз рӯи нақшаи тақсимои Канон, ки дар он андозагирӣ чусса нишон дода шудааст, иҷро мекунамд. Онро модули меноманд, ки аз баландии сар то манах мувофиқ буда, ба $1/8$ ҳиссаи ҳамаи чусса баробар аст, яъне ҳамаи тақсимои чусса ба 8 модули баробар аст. Тақсимои чусса вобаста ба синну соли одам тағйир меёбад. Нақша дар расми 53 ба чуссаи одами 15-сола мувофиқ аст.

Барои сохтани нақша бузургии модулиро муайян кардан лозим аст. Бузургӣ ҳар қадар калон бошад, ҳаҷми нақша ҳамон қадар калон мешавад. Аз ҳама мувофиқ он аст, ки модули ба 3 см баробар бошад.

Нақшаи андозаи баданро дар коғази ғафстар сохтан беҳтар аст.

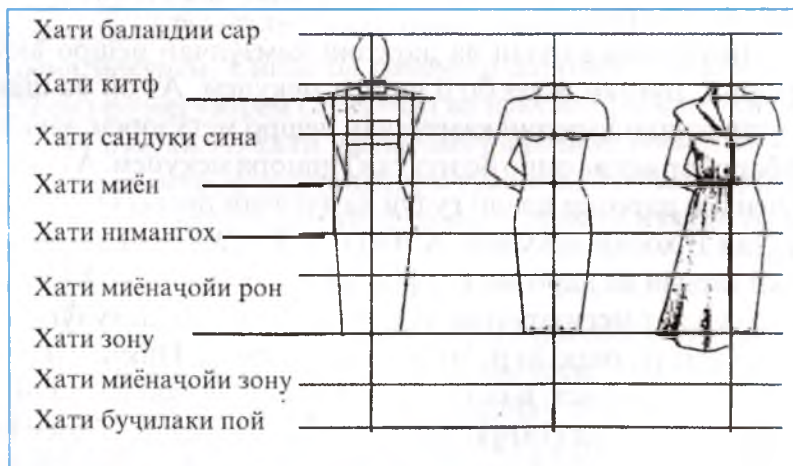
1. Барои сохтани нақша хати рости амудӣ кашида, онро

ба 8 қисми баробар тақсим мекунем (яъне ба 8 модул).

Аз ҳар нуқтаи тақсимот хати уфуқӣ мегузаронем, ки он хатҳои тақсимои баданро нишон медиҳанд:

1. Хати баландии сар – аз саршавии сар то манах
2. Аз манах то сандуқи сина
3. Аз сандуқи сина то миён
4. Аз миён то баландии гирди нишемангоҳ (дунба)
5. Аз нишемангоҳ то миёнҷойи рон
6. Аз хати миёни нишемангоҳ рон то зону
7. Аз миёнҷойи зону то то бучулаки пой
8. Аз зону то бучулак ва то кафи пой.

9. Муайян кардани хати китф. Он аз манах поён буда, ба $1/3$ модул баробар аст. Васеии ҳар як китф аз як модул иборат мебошад. Бинобар ин, ба ҳар ду тарафи тир, ки дар оянда барои сохтани нақшаи мутаносибӣ истифода мешавад гузошта мешавад. Ҳар як васеии китфро ба 4 хиссаи баробар тақсим мекунам.



Расми 53. Нақшаи тақсими ҷисми бадан

Машқ.

Омодагӣ барои кашидани нақшаи либос

Хонандагон машқро аз рӯйи нақшае, ки дар тахтаи синф оварда шудааст (бо М1:1) ё нақшаи дастурии омода иҷро ме-

кунанд. Онҳо ба саволҳои зайл ҷавоб медиҳанд:

1. Ченакро аз кадом нукта мегузаронанд?
2. Хати аз ин ё он нукта кашида кадом навъи ченак аст?
3. Ин порча ба чӣ баробар аст?

Ҳар як ченакро машқ карда, баъд ба сохтани нақша сар кунед. Аз рӯи нақша аз чанд қисм иборат будани моли дӯхтаистодаро дониста, пайиҳам ҳамаи ҷузъҳоро дар албом бо $M1:4$ бикашед. Қолабро бо $M1:1$ бибуред. Ҳар як хонанда бояд қолаби ҷузъҳои либосро аз рӯи нақша сохта, номи ҷузъҳоро, масалан, камзӯлчаи пеш, камзӯлчаи ақиб, хати миён, хати китф ва ғайра навишта тавонад.

Нақшаи камзӯлчаи пеш

Дар вақти сохтани нақшаи либос ҳамаи қоидаҳои нақшаи ҳамон молро риоя кунед. Барои кашидани нақшаи камзӯлчаи пеш аввал нуқтаро интиҳоб намуда, дар он нишона бигузоред.

Нимченаки гардан ва дарозии камзӯлчаи пешро амудӣ гузошта, нуқтаи А-ро бо 0 ишора мекунем. Аз он ба шакли амудӣ ченаки дарозии камзӯлчаи пешро мегузорем, ки он ба 29 баробар аст ва онро бо нуқтаи Г ишора мекунем. Аз нуқтаи А ченаки дарозии назди гулӯи камзӯлчаи пеш (11)-ро сохта, нуқтаи В ҳосил мекунем: $A:B=11$; $A:Г=29$ мешавад. Нимченаки гардан ва дарозии китфро уфуқӣ мегузорем. Аз нуқтаи А уфуқӣ хат мегузаронем ва аввал ченаки наздигулӯии китфро гузошта, онро аз рӯи формула меёбем. Нимченаки гардан $18:3+0,5=7$ аст. Баъд нуқтаи B_1 ро ҳосил карда, ба он дарозии китфи пеш (14)-ро ҷамъ мекунем. Нуқтаи 21 ҳосил мешавад, ки онро бо A_1 ишора карда, нуқтаи AA_1 -ро ҳосил мекунем: $AB=7$; $BA_1=14$; $AA_1=AB_1+B_1A_1=7+14=21$; $AA_1=21$;

Аз нуқтаи A_1 бо хати амудии мувозӣ ба хати АГ баробар хат мегузаронем ва аз нуқтаи A_1 (моилии китф) барои камзӯлчаи пеш се ё чор адади доимиро мегузорем ва нуқтаи К-ро ҳосил мекунем, ки он баландии камзӯлчаи пеш буда, ба дарозии китф (+1) баробар аст: $14+1=15$. Ин ченаки ба-

ландии камзӯлчаи пеш аст. Онро аз нуктаи К ба поён мегузaronем ва нуктаи Γ_1 ҳосил мекунем. Аз нуктаи Γ_1 1 ё 2 см адади доимӣ (ба дохили хат гузошта), нуктаи Γ_2 ҳосил мекунем: $A_1K=4$; $K\Gamma_1=15$; яъне $A_1\Gamma_1=4+15=19$. Ҳамаи нуктаҳоро бо хати рост ва ҷойҳои заруриро бо хати моил мепайвандем: монанди нуктаҳои 7 бо 11, 29 бо 19, 7 бо 4-ро бо хати рост пайваст карда, баъд миёнҷояшро ёфта, аз 7 то 11, аз 4 то Γ_2 ченаки 1 ё 2 см мегузaronем ва дар дохили хат ба хати рах-рах пайваст карда, аз рӯйи хати моил мегузaronем: аз нуктаи 29 то нуктаи Γ_2 чен карда, миёнҷойи хатро ёфта, аз он дар беруни хат ченаки 2, 3 ё 4 гузошта, аз рӯйи он аввал хати рах-рах, баъд моил мекашем.

Нақшаи камзӯлчаи ақиб

Барои сохтани нақшаи камзӯлчаи ақиб нуктаи A_2 -ро гирифта, аз он хати амудӣ мегузaronем. Баъд барои ченаки гардани камзӯлчаи ақиб 2 см адади доимӣ мегузaronем, ё ки аз формулаи $AB:3=7:3=2,4$ тахминан 2-ро гирифта, нуктаи B_1 -ро ҳосил мекунем. Сипас ба давомаш дарозии камзӯлчаи ақиб (22 см)-ро мегузaronем ($2+22=24$) ва нуктаи Γ_3 ҳосил мекунем.

Аз нуктаи A_2 хати уфуқӣ мегузaronем. Аввал нимченаки гардан (мувофиқи қоида)-ро гузошта, нуктаи B_3 -ро ҳосил мекунем, баъд дарозии китфро мегузaronем ва нуктаи A_3 ҳосил мешавад:

$$A_2B_3=7; B_2A_3=14; A_2\Gamma_3=24$$

Аз нуктаи A_3 хати иловагии амудӣ мегузaronем ва ба он моилии 4 гузошта, нуктаи K_1 -ро ҳосил мекунем, баъд аз нуктаи K_1 ченаки баландии камзӯлчаи ақиб, ки он ба дарозии китф-14 баробар аст, ченаки 14 гузошта, Γ_4 -ро ҳосил мекунем. Аз нуктаи Γ_4 1 ё 2 см ададӣ (дар дохили хат) гузошта, нуктаи Γ_5 ҳосил мекунем: $A_3K_1=4$; $K_1\Gamma_4=14$ ва $A_3\Gamma_2=18$. Ҳамаи нуктаҳои ҳосилшударо бо хати рост ва ҷойҳои заруриро бо хати моил пайваст мекунем.

Нуктаҳои 7 ва 2, 7 ва 4, 4 ва 14, 24 ва Γ_5 -ро бо хати рост мепайвандем, нуктаи 2 ва 7-ро бо хати рост пайваст карда,

баъд аз рӯйи он хати моил мегузаронем.

Нуктаҳои 4 ва 14-ро чен карда, миёнҷояшро ёфта, 1 ё 2 см ба дохили хат ченак гузошта, аввал хати рах-рах, баъд хати моил мекашем. Аз нуктаи Γ_4 ва Γ_5 миёнҷойи хатро гирифта, аз он 2, 3 ё 4 адади ихтиёрӣ (мувофиқи табъ) берун аз хат ченак мегузорем ва онро бо хати рах-рах, баъд бо хати моил мепайвандем.

Нақшаи танаи либос

Барои сохтани нақшаи тана аз нуктаи Γ ченаки дарозии танаро дар хати амудӣ мегузорем ва нуктаи $\Gamma Д$ -ро ҳосил мекунем. Аз нуктаи Γ уфуқӣ ченаки васеъии танаро мегузорем (аз рӯйи формула): $НЧК+2+10,12,14... 24$. Яъне васеъии тана мувофиқи табъ аз рӯйи формула $\Gamma\Gamma_1=52+24=104/2+24=52+24=76$; $76/2=38$; $\Gamma\Gamma_1=38$.

Нуктаи Γ_1 -ро ҳосил мекунем. Аз нуктаи Γ_1 амудӣ ба хати $\Gamma Д$ баробар хати иловагӣ кашида, нуктаҳои $\Gamma_1 Д_1$ ҳосил мешавад ва ба он нуктаҳои $Д_1$ ва $Д$ -ро пайваस्त мекунем.

Барои танаро ба камзӯлча моил пайваст кардан нуктаи Γ -ро мегирем (аз он чорқабатаи қисми тана сар мешавад) ва 2 см монда, дар поёни хат ченак мегузорем ва нуктаи Γ_2 -ро ҳосил мекунем, баъд онро бо нуктаи Γ_1 мепайвандем. Барои моилии ҷойи пайвасти остин ва танаро ёфтан $НЧСС$ (ним-ченаки сандуки сина)-ро аввал ба 4, баъд ба 2 тақсим мекунем. $НЧСС:4:2=48:4:2=12:2=6$ ҳосил мешавад.

Онро аз нуктаи Γ_1 уфуқӣ 6 см гузошта, нуктаи Γ_3 -ро ҳосил мекунем ва нуктаи амудӣ (Γ_1)-ро якто зиёд карда, $6+1=7$ -ро мегузорем ва нуктаи Γ_4 -ро ҳосил мекунем, баъд нуктаи Γ_3 ва Γ_4 -ро ба хати рост мепайвандем ва бо даст моил мекашем.

Нақшаи остини куртаи занона

Барои сохтани нақшаи остин аз рӯйи ченаки гирифташуда дарозии остинро (25) аз нуктаи O амудӣ мегузорем: $ОД$ ҳосил мешавад. Аз рӯйи формулаи мазкур васеъии остинро меёбем. $НЧСС:3 \times 2+10=48:3 \times 2+10=42$. Ченаки аз 42 то O -ро

ба чор хисса таксим мекунем: $42:4=10,5$.

Аз нуктаи О ва Д уфуқӣ адади 42 мегузorem ва нуктаи O_1 ва D_1 ҳосил мекунем ва онро ба чор хисса таксим мекунем. Барои тарафи пеш аз ақиби остинро ёфтан бо формула ҳисоб мекунем, баландии қуллаи остин $БКО=НЧСС:4+3=48:4+3=15$ ҳосил мешавад.

Аз нуктаи О адади 15-ро мегузorem ва нуктаи Г-ро ҳосил мекунем ва аз нуктаи Г мувозӣ карда, ба хати O, O_1, O_2, O_3, O_4 уфуқӣ хат гузаронида, нуктаи $\Gamma_1, \Gamma_2, \Gamma_3, \Gamma_4$ ҳосил мекунем. Васеъии остинро ба 4 таксим мекунем: $ВО=42:4=10,5$.

Аз нуктаи О адади 10,5-ро гузошта, нуктаҳои O_1, O_2, O_3, O_4 -ро ҳосил мекунем. Аз нуктаҳои O_1, O_2, O_3, O_4 ба поён хати ростии амудӣ гузаронида, онро аз баландии қуллаи остин (15) мегузaronем ва нуктаҳои $\Gamma_1, \Gamma_2, \Gamma_3, \Gamma_4$ -ро ҳосил мекунем. Аз баландии қуллаи остин (O_2) бо хати рост нуктаҳои O_2 ва Г пайваст карда, аз пеши остин ба тарафи рост то нуктаи буриши ду хатро гирифта, бо ҳарф ишора мекунем ва миёнаҷойи хатро ёфта, 1 см ба боло мегузorem. Баъд аз хати буриши миёнаҷой то нуктаи Г миёнаҷойи хатро ёфта, 2 см ба поён мегузorem ва аз қуллаи O_2 давродаври ченаки 2 ва 1 хати рах-рах ва баъд аз рӯйи он хати моил мекашем.

Аз нуктаи O_3 аз тарафи ақиби остин то нуктаи буриши ду хатро (O_2 ва Γ_4) гирифта, миёнаҷойи хатро меёбем ва бо M_1 ишора мекунем; аз O_2 M_1 -ро чен карда, миёнаҷояшро меёбем, баъд аз хати буриши миёнаҷойи M_1 Γ_4 -ро мегирем ва миёнаҷойи хатро гирифта, 1 см ба поён мегузorem, аз O_2 давродаври ченакҳои 1 ва 2 хати рах-рах ва баъд хати моил мекашем.

Васеъии нӯги остинро мувофиқи табъ муайян кунед.

Эзоҳ:

1. Китфҳо се хел мешаванд ва ба онҳо мошҳои ададҳои доимӣ чунин аст:

1. Китфи баланд – 3 см
2. Китфи миёна – 3-4 см

3. Китфи моил – 3-5 см

II. 1. Баландии камзӯлчаи пеш аз дарозии китф, ки онро аз ҷусса чен мекунем, ҳамеша як адад зиёд аст, яъне $14+1=15$; $БКП=15$.

2. Баландии камзӯлчаи ақиб ба дарозии китф баробар аст: $БКА=14$.

Ҷадвали 5

№	Қисми нақша	Ченакҳо
1.	Андозаи пазди гиребон	НЧГ (нимченаки гардан)
2.	Дарозии камзӯлчаи пеш	ДКП (дарозии камзӯлчаи пеш)
3.	Васеъии тана	НЧН (нимченаки нишмангоҳ)
4.		



Савол ва сунориш

1. Барои сохтани нақшаи куртаи миллий кадом қоидахоро ба назар гирифтани лозим аст?
2. Ченакҳоро аз сари хат бо кадом адад мегузорем?
3. Пайдарҳамии гузориши ченакҳоро дар нақша ба эътибор гиред.

§ 27. Сохтани қолаби либос

Барои сохтани қолаби қисмҳои куртаи миллии занона коғазро мегирием ва ба рӯйи он нақшаро бо $M1:1$ мекашем: муаллима ба андозаи 48 ва ҳар як хонанда ба андозаи худ нақшаро бо хати борик мекашанд. Барои сохтани қолаби қисмҳо нақшаи маснуотро бо қалами ранга ё фламастер ё ручка бо хати ғафси асосӣ рӯдавон мекунем. Қолабро аз рӯйи хати ғафси асосӣ мебузем. Қолаби қисмҳои алоҳидаи либосро омода мекунем:

1. Камзӯлчаи пеш
2. Камзӯлчаи ақиб
3. Остин

4. Барои тана қолаб намесозем, чунки дарозӣ ва бари онро ба матоъ якбора мегузорем ва коидаи нақшакаширо ба назар гирифта мебарем.

Барои машқ кардани гузоштани қолаб ба матоъ ин корхоро амалан иҷро мекунем.

Кори амалӣ.

Санҷиш

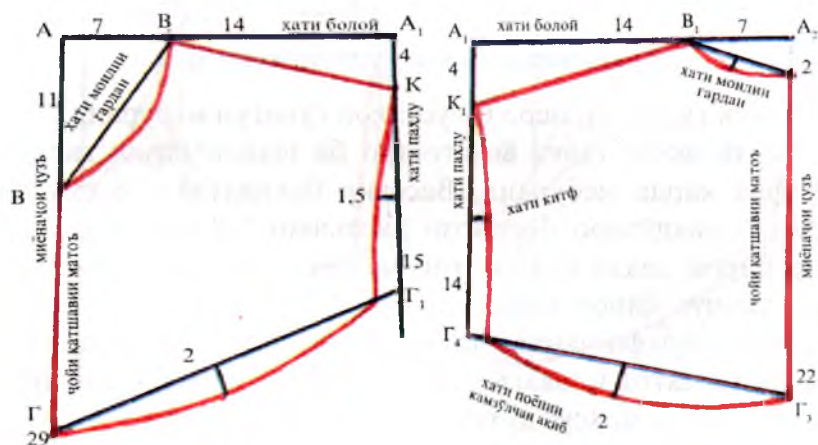
Афзор: албом, қолаб, қисмҳои маснуот, қалами одӣ ва қаламҳои ранга.

Рафти кор:

1. Қолаби куртaro ба албом гузошта, бо $M_1:4$ гирди онро ҳат кашед.

2. Номи ҳар як қисмро азхуд кунед.

3. Вазифаи қисмҳои либосро муайян кунед ва номи қисмҳоро дар қолаб нависед.



Расми 54.



Савол ва супориш

1. Қисми пеш ё ақби куртaro аз рӯйи кадом хусусиятҳояш фарқ мекунанд?

2. Хати пахлу ё поёнро дар ангора (эскиз) нишон диҳед.
3. Васеъии либосро бо кадом ченак муайян мекуанд?
4. Аз рӯи кадом қойдаҳо қолабро ба матоъ мегузоранд? -

Сохтани амсилаи камзӯлчаи пеш

Барои сохтани амсилаи камзӯлчаи пеш ба мо чунин ченакҳо лозиманд: нимченаки гардан, дарозии китф, дарозии камзӯлчаи пеш, баландии камзӯлчаи пеш. Дарозии назди гулӯро бо ду роҳ ёфтан мумкин аст.

Роҳи якум. Барои ин дарозии камзӯлчаи пешро, ки 29 аст, ба 2 тақсим карда, баъд ба адади доимии аз 3 то 5 ҳамроҳ мекунем. Мисол: $29/2=14,5+3=17,5$, ё ин ки $29/2=14,5+5=19,5$.

Роҳи дувум. Дарозии назди гулӯ аз бадан (аз чуқурчаи гулӯ то дарозии дилхоҳ) чен карда мешавад.

Буриши назди гулӯи куртаи бегиребон

Назди гулӯи либосро бо усулҳои гуногун мебуранд.

Усули якум: тавқи маснуотро ба шакли назди гардан мувофиқ карда мебуранд. Васеъии бахиядӯзӣ – 6 см. Як қисми бахиядӯзиро бо дарзи васеъияш 5-7 мм медӯзанд. Агар барои назди гулӯ матои махсусро истифода баранд, онро ҳамчун барои бахиядӯзӣ мебуранд. Баъд матои иловагиро аз тарафи чапнаи тавқ бахиядӯзӣ карда, назди гулӯ ҳамроҳ то матоъ иловагӣ мегузоранд. Буришҳои бахиядӯзӣ дар мошинҳои махсус дӯхта мешавад.

1. Барои камзӯлчаи буриши назди гулӯяш моил нуктаи 11 ё 16 ва B_1 -ро бо хати рост пайваست карда, аз рӯи хат миёнаҳояшро ёфта, 2 см гузошта хати моил мекашанд ва камзӯлчаи буриши назди гулӯяш моил ҳосил мешавад.

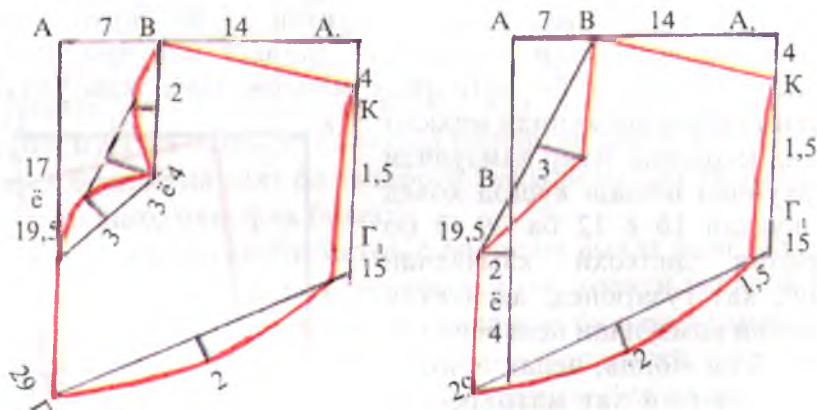
2. Камзӯлчаи назди гулӯяш дилшакл бо ду роҳ бурида мешавад:

Роҳи якум: аз нуктаи 7 то 19 хати рост кашида, миёнҷойи хатро ёфта, 3 см гузошта, нуктаи 7-ро бо 3 ва 3-ро бо 19 ав-

вал бо хати рост мепайвандем ё ин ки ҳар як ченакашро ба 2 тақсим карда, 2 ё 3 см ба дохили хат гузошта, бо хати моил пайваст мекунем; нуқтаи 7-ро бо 3 ва 3-ро бо 19 бо хати рах-рах ва баъд бо хати моил мепайвандем. Дар натиҷа камзӯлчаи назди гулӯяш дилшакл ҳосил мешавад, ки онро яклухт ё пешаш кушод мебуранд.

Агар аз хати дарозии камзӯлчаи пеш 4-3 см пеш хат гузаронида, нуқтаҳои 7, 3, 19, 29-ро бо хати рост 4 ё 3 см кашида пайваст кунед, камзӯлчаи дилшакли пешаш кушод ҳосил мешавад.

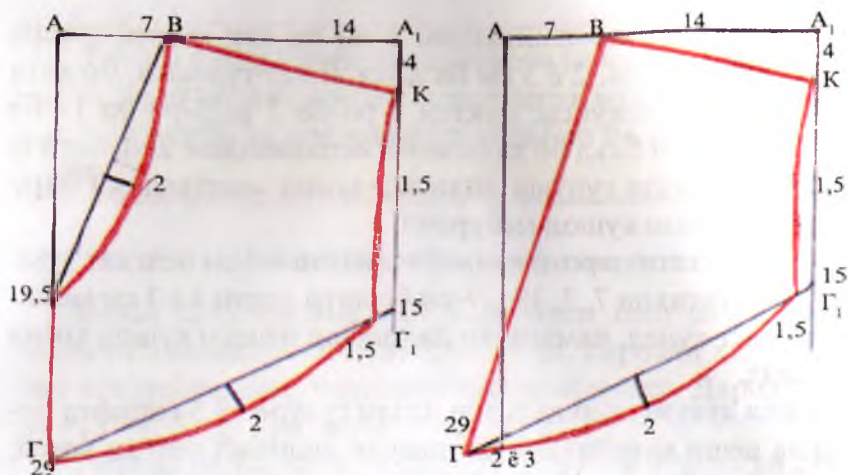
Роҳи дувум. агар дарозии назди гулӯро 19,5 гирифта бошед ва пеши камзӯлчаро ба намуди дилшакл сохтан хоҳед, нуқтаи 7-ро бо нуқтаи 19,5 бепайвандед ва онро ба 2 тақсим карда, аз миёнчояш хати амудии 3 ё 4 см гузаронед, баъд нуқтаи 3-ро ба 7 ва 19,5 пайваст кунед.



Расми 55. Камзӯлчаи бурҷи назди гулӯяш дилшакл (а) ва кушода (б)

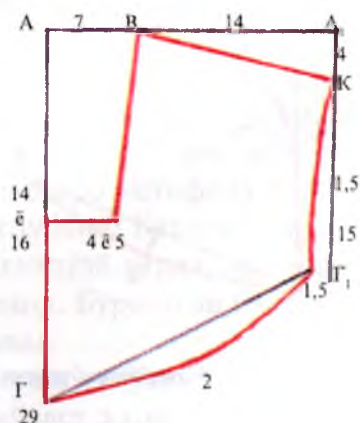
Мувофиқи табъ дарозии камзӯлчаро 3 ё 5 см зиёд кунед. Агар хоҳед, ки пешаш кушод бошад, он гоҳ барои ҷойи қатшавии матоъ 2 ё 3 см масофа гузоред.

Барои чоркунҷа шуданаш аз нуқтаи 19,5 ба дарун 3 ё 4 см ченак гузошта, онро бо 19,5 пайваст мекунанд ва аз нуқтаи 3 ё 4 то нуқтаи 7 хати рост мекашанд.



Расми 56. Камзӯлчаи буриши назди гулӯяш моил (а) ва қушода (б)

3. Камзӯлчаи чоркунча. Аз нуктаи 14 ба дарун 4 см мегузorem ва нуктаи 14-ро ба 4 пайваст мекунем, баъд нуктаи 4-ро ба 7 бо хати рост мепайвандем, камзӯлчаи пеши гулӯяш чоркунчаи маҳкам ҳосил мешавад. Агар камзӯлчаи чоркунчаи пешаш кушод хоҳед аз нуктаи 16 ё 12 ба 29 (ё бо дарозии дилхоҳи камзӯлчаи пеш), хат гузаронед, аз нуктаи дарозии камзӯлчаи пеш берун аз хат 2-3 см монда, ченак гузоред ва аз рӯйи ин хат матоъро кат кунед. Агар камзӯлчаи пешаш кушод ҳосил кардани бошед, як тарафро ба болои тарафи дуюм гузошта пайваст кунед, то нуктаи болои ҳам гузоштан 3 ё 5 см шавад.



Расми 57. Камзӯлчаи буриши назди гулӯяш чоркунчаи маҳкам.

§ 28. Интихоби матоъ

Барои дӯхтани либос на фақат хатҳое, ки аз онҳо ченак мегиранд, инчунин, интихоби рангҳо аҳаммияти калон дорад. Рангҳо хусусияти гуногун доранд. Баъзеи онҳо либосро васеъ ва одамро фарбеҳ, дигараш либосро танг ва одамро лоғар нишон медиҳанд. Бинобар ин, дар вақти интихоби матоъ ба ранги онҳо аҳаммият додан зарур аст.

Духтарони фарбеҳ бояд матои гулаш калонро интихоб накунад, ё аз матои рахҳояш уфуқӣ барои худ либос надӯзанд, чунки ин навъи матоъҳо онҳоро боз ҳам фарбеҳтар нишон медиҳанд.

Духтарони лоғар бояд аз матоъҳои гулашон майда ва рахҳояшон амудӣ барои худ либос интихоб накунад. Дар ин гуна либос онҳо лоғартар менамоянд. Духтарони лоғар аз матоъҳои гулашон калон ва рахҳояшон уфуқӣ барои худ либос дӯзанд беҳтар аст. Духтарони гардандароз бояд куртаҳои гиребондор ё назди гулӯяш маҳкам пӯшанд. Барои духтарони гарданкӯтоҳ куртаҳои гиребонашон кушод мувофиқ аст. Ҳангоми интихоби матоъ ё либос, албатта, ранги пӯст ва чашмро ба назар гирифтани зарур аст. Ранги либос бояд ҳама вақт ба талаботи умумии муд ва ҳислатҳои фардии шахс мувофиқ бошад.

Ҳангоми интихоби матоъ ё либос на фақат ранг, балки навъи матоъ ва муҳлати истифодаи он, ҳолати гигиени ва намуди эстетикӣ матоъ ва либосро низ ба назар гирифтани лозим аст. Дӯхтани либос ба таби зебопарастӣ, эҷодкорӣ аз ҷониби соҳиби либос интихоб шудани матоъ ва навъи матоъ вобаста аст.

Ҷузоштани қолаби ба матоъ

1. Интихоби матоъ
2. Аввал танаро чен карда бурида, баъд қолабҳоро ба матоъ меғузоранд.
3. Қолаби камзӯлчаи пеш
4. Қолаби камзӯлчаи ақиб
5. Ҷузоштани қолаби остин

Коркарди матоъ

I. Коркарди камзӯлчаи пеш:

1. Дӯхтани буриши китфҳо, пайвастанӣ буриши китфи камзӯлчаи пеш ва ақиб
2. Дӯхтани тавқи камзӯлчаи пеш ва ақиб
3. Коркарди назди гулӯи камзӯлчаи пеш, ақиб ва тавқи он
4. Дарзмол кардани дарзи камзӯлчаи пеш ва ақиб ва тавқи он

II. Дарз ва коркарди остин:

1. Дӯхтани дарзи паҳлуи остини дасти рост ва чап
2. Коркарди дарзи паҳлу
3. Қат кардани нӯги остин
4. Чин-чин кардани қисми болои остин (баландии қуллаи остин), тарафи пеш ва ақибӣ остин

III. Коркарди тана:

1. Кӯк кардан ва дӯхтани дарзи паҳлуи тана
2. Коркарди дарзи паҳлуи тана
3. Чин-чин кардани қисми болои буриши тана
4. Қат кардани бари домани курта

IV. Ҷо ба ҷо кардани қисмҳои курта:

1. Камзӯлчаҳоро ба тана пайваст карда дӯхтан
2. Коркарди буришҳои ҷойи пайвасти камзӯлча ба тана
3. Остинро ба камзӯлча ва тана пайваст карда дӯхтан
4. Коркарди дарзи ҷойи пайвасти остин ба камзӯлча ва тана
5. Дарзмол кардани куртаи омода.

Эзоҳ:

1. Барои қат кардани бари доман 5 см гузошта мешавад.
2. Барои дигар қисматҳои ӯ дарзи буришҳо 1 см гузошта мешавад.
3. Барои қат кардани нӯги остин 3 см гузошта мешавад.

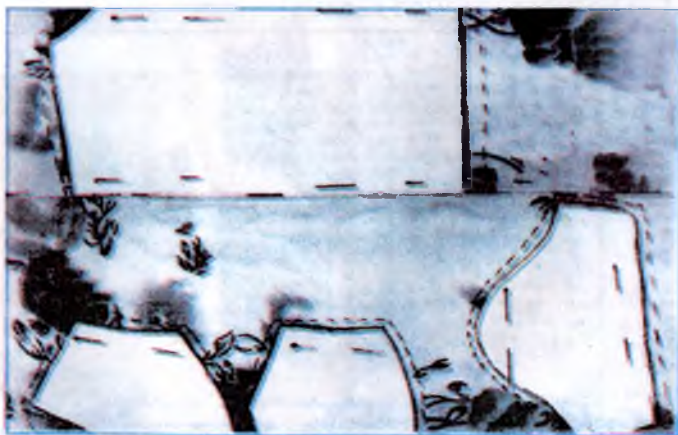


Фикр кунед, ҷавоб диҳед, нҷро кунед

Матоъ ва фасони дилхоҳатонро интихоб кунед. Зебо ва ба танатон шинам будани либосро аз муаллиматон пурсед. Ба интихоби шумо чӣ хел баҳо доданд?

Нақшаи технологӣ № 1. Гузоштани қолаб ба матоъ

№	Пайдархамии кор
1	Пеш аз буридани матоъ онро месанҷем. Матоъ бенуқсон ва ҳаҷмаш ба дӯзанда мувофиқ ояд.
2	Тарафи рости матоъро ба дарун дуқат карда, аз тарафи чап-пааш қолабро мегузорем. Барои гузоштани қолаби тана матоъро чорқат карда, бо сӯзанак маҳкам мекунем.
3	Қолабҳоро паси ҳам ба матоъ мегузорем: аввал тана, баъд камзӯлчаҳои пеш ва ақиб, сипас остин. Қолабҳоро ба матоъ бо сӯзанак маҳкам мекунем.
4	Ба гирди қолабҳо бо бӯри дӯзандагӣ хати борики асосӣ меканем, баъд аз он 1,5 см ҷойи дарз гузошта, бо хати рах-рах хати дарзро мегузаронем ва бо қайчӣ мебузем.
5	Санҷиш: а) ба матоъ дуруст гузоштани қолабҳо; б) санҷидани хатҳои ёрирасон ва рах-рах.



Расми 58. Гузоштани қолаб ба матоъ

Накшан технологияи № 2.

Тайёр кардани қисмҳои буридашудан камзӯлчаи пеш ва ақибии қуртаи занонаи миқлӣ

№	Пайдарҳамии кор
1.	Кӯк кардан, дӯхтан ва коркарди тавқ ва асос (пайвастанӣ фаровезча бо тавқ, агар тавқ бо фаровезча бошад).
2.	Камзӯлчаи пешро роста карда, гирди буришхоро барои ҳамвор истоданаш бо даст медӯзем.
3.	Дӯхтан, буриши китфи чор қисми асос ва тавқи камзӯлчаҳо: а) тарафи ростаи камзӯлчаи ақибро ба тарафи ростаи камзӯлчаи пеш мегузorem ва аз буриши китф – аз рӯйи хати дарзи дастӣ кӯк мекунем, баъд дар мошини дарздӯзӣ медӯзем; б) дарзмол кардани дарзи ҳар ду китф аз тарафи чаппа.
4.	Муайян кардани миёнаҷойи камзӯлчаҳои пеш ва ақиб: танаи курта бо қайчӣ нишона карда (ба шакли секунҷа) каме бурида мешавад.
5.	Санҷиш: а) дуруст гузаронидани хатҳои санҷишӣ; б) дуруст дӯхтани чоки китф, баъд аз дӯхтан мувофиқ кардани дарзҳои китф; в) босифат дарзмол кардан.



Расми 59. Қисмҳои буридашудан камзӯлчаи пеш ва ақибии қуртаи миқлӣ ва коркарди он

Нақшаи технологи № 3

Дӯхтани танаи куртаи занонаи миллӣ

№	Пайдархамин кор
1.	Дастӣ кӯк кардани паҳлуи тана, масофаи байни кӯк то буриш – 1-1,5 см
2.	Бо мошин дӯхтани буриши паҳлуи тана, масофаи кӯк то буриш – 1-1,5 см
3.	Буриши дарзи паҳлуро бо кӯки дастии канорӣ ё бо дарзи мошинӣ бахиядӯзӣ кардан
4.	Дарзмол кардани дарзи паҳлу аз ҳар ду тараф
5.	Қисми болоии танаро чоркат карда, аз миёнаҷояш ба шакли сеқунҷа мебурем
6.	Дар қисми болоии тана 1 см ҷойи дарзро гузошта, мошин мезанем, аз он поён 0,5 см гузошта, барои чин-чин кардан медӯзем, баъд ҳар ду нӯги ресмонро як карда, кашида, чин-чин ҳосил мекунем ва чинхоро баробар тақсим мекунем
7.	Санҷиш: а) дуруст кӯк кардан ва дӯхтани дарзи паҳлу; б) дуруст бахиядӯзӣ кардани буриши паҳлуи тана; в) аҳамият додан ба сифати дарзмол; г) дуруст тақсим кардани чинҳо; ғ) дарзи чинҳо бояд яклухт ва рост бошад, он гоҳ чинҳои зебо ҳосил мешаванд.



Расми 60. Коркарди танаи куртаи миллӣ

Нақшаи технологӣ № 4
Кори санҷиши № 1. Пайвасти кардани камзӯлча ба тана

№	Пайдарҳамии кор
1.	Тарафи рости камзӯлчаи ақибро ба болои тарафи рости танаи курта гузошта, чинҳоро дуруст карда, кӯк мезанем. Аломати секунчаро ба назар гирифта, чинҳоро баробар тақсим мекунем ва ба дарзи васеъиаш 1,5 см аз тарафи тана сар карда медӯзем.
2.	Тарафи ростии камзӯлчаи пешро рӯ ба рӯ карда, чинҳоро баробар тақсим карда, аломати секунчаро ба назар гирифта, бо дарзи васеъиаш 1 см пайвасти мекунем.
3.	Чоки пайвасти камзӯлчаҳо бо танаро бо мошини дарздӯзии махсус медӯзанд. Буриши дарзро дастӣ ё бо мошин бахиядӯзӣ мекунанд.
4.	Санҷиш: а) дурусти кӯк кардани буриши камзӯлчаҳо; б) дурусти будани дарзи пайвасти камзӯлчаҳо; в) як хел тақсими кардани чинҳо; г) нишонҳои рӯ ба рӯ бошанд.



Расми 61. Пайвасти кардани камзӯлча ба тана

Нақшаи технологи № 5
Пайвасти кардани остин ба тана

№	Пайдархамии кор
1.	Остинро ду қати баробар карда, ба қуллааш аломати секунча мегузорем.
2.	Аз буриши қуллаи остин 1 см гузошта, барои чин-чин кардан бо дарзи калони мошинӣ медӯзем.
3.	Чоки паҳлуи остинро аввал дастӣ 1 см гузошта кӯк мекунем, баъд бо мошин медӯзем. Нӯги буриши ин дарзро бахиядӯзӣ мекунем.
4.	Нӯги остинро аввал 1 см, баъд 2 см қат карда, бо дарзи но-намоён медӯзем.
5.	Маркази китф ё қуллаи баландии остинро, ки нишона до-рад, якҷоя ва чинхоро баробар тақсим карда, ҷойи буриши дарзхоро болои ҳам гузошта кӯк мекунем.



Расми 62. Амали омодагии куртаи милли

Нақшаи технологии № 6
Кори санҷиши № 2. Пайваст кардани остин
бо мошини дарздӯзӣ

№	Пайдарҳамни кор
1.	Пӯшида лидани курта.
2.	Ҷойи пайвасти остини дастӣ кӯккардaro бо мошини дарздӯзӣ медӯзем, кӯки дастиро канда, бахиядӯзӣ мекунем.
3.	а) бартараф кардани нуқсонҳои остин б) бари домани куртарo рост кардан
4.	Бари домани куртарo аввал 1 см, баъд 3 см қат карда, кӯк мекунем.
5.	Куртаи тайсрo дарзмол карда, кӯкхоро меканем.
6.	Шакли таҳ кардани курта.
7.	Санҷиш: а) пурра санҷидани курта; б) аз назар гузаронидани дарзи мошинӣ; в) қоидаи техникаи бехатариро риоя намуда, пурра дарзмол кардани курта.



Расми 63. Пурра дӯхтани маснуот



Савол

1. Барои дӯхтани курта бо кадом касбҳо шинос шудаед?
2. Кадом навъи қолабро барои худ интиҳоб кардед?
3. Барои сохтани нақша, қолаб ва дӯхтани маснуот шумо чиро интиҳоб кардед?
4. Коркарди камзӯлчаи пеш ва акибро чӣ хел анҷом додед?



Ибро дар хотир доред:

Доништани қоидаҳои қолабсозӣ, буридану дӯхтан, ороиш додани либос ва ғайра дар зиндагӣ ба шумо мадад мерасонад.

§ 29. Дарзмол кардани матоъ ва либос

Пас аз кор дарзмолро ба рӯи тағмонак гузоред, баъд аз манбаи барқ чудо кунед.

Барои дарзмол кардани маснуоти омода ҷойи махсус чудо кардан лозим аст. Дар он ҷо бояд дарзмол ва тахтаи дарзмолкунӣ мавҷуд бошад. Барои тах карда мондани маснуоти дарзмолкарда ҷойи махсус лозим аст.



Ибро дар хотир доред:

Дарзмоли ба манбаи барқ пайвастшударо бе назорат нагузоред, ки боиси сӯхтор мешавад.

Навбатдор ё худатон ҳангоми аз кор рафтан аз назар гузаронед, ки дарзмол аз манбаи барқ чудо карда шудааст ё не.

Дарзмолкунии нимхушкӣ либос

Дарзмолкунӣ барои тахту ҳамвор кардани матоъ, дарзҳои либоси омода ва ғайра истифода бурда мешавад. Сифати дарзмолкунии нимхушк ба намуди берунии либос ва матои мавриди истифода вобаста аст.

Қоидаҳои дарзмолкунӣ

1. Ҳарорати дарзмолро тавассути танзими ҳарорат вобаста ба матои мавриди истифода пасту баланд кардан лозим аст.
2. Дар вақти ба дарзмолкунӣ сар кардан санҷидан лозим аст, ки сатҳи дарзмол тоза ва насӯхта бошад. Агар сатҳи

дарзмол шахшӯл шавад, онро бо пахтаи дар спирти навшодир ё намақоб таркарда тоза кунед ва ё ягон матои тарро дарзмол кунед.

3. Либосро аз чап ба рост, ба самти равиши барқад (аз қисмҳои майда сар карда) дарзмол мекунад. Қисмҳои қалони либос аз самти васеӣ ба тангӣ дарзмол карда мешаванд.

4. Либоси дарзмолшударо ба либосовезак ҳамвор биовезед.

Омода кардани ҷойи кор

Тахтаи дарзмолкунӣ воситаи асосии ёрирасони дарзмолкунӣ мебошад. Онро аз ҷӯби дарахти тӯс, олаш ва ғайра месозанд. Ба рӯяш масолеҳи мулоими махсус гузошта, аз рӯяш матои пахтагӣ мекашанд.

Аввал сими дарзмолро аз назар гузаронед. Дар вақти дарзмол кардани либос ҳарорати дарзмолро тавассути танзимаи ҳарорат пасту баланд кунед. Дарзмол ба ҷараёни барқ бо ёрии сими вилкадор пайваست карда мешавад.

Барои дарзмол кардан дарзмоли барқии дорои танзими ҳарорат ва бӯғдиханда мувофиқ аст. Азбаски матоҳои гуногун (пахтагӣ, пашмӣ, абрешими табиӣ ва нахашон кимиёвӣ) ба гармӣ тобовар нестанд, дарзмолро ба дараҷаҳои гуногун тафсонидан лозим аст: барои матоҳои нахашон кимиёвӣ – ҳарорати паст (1), барои матоҳои абрешими табиӣ ва пашмӣ – ҳарорати муътадил (2), барои матоҳои пахтагӣ – ҳарорати баланд (3).

Ҳангоми дарзмол кардан матоъ ва либос бояд намнок бошанд, зеро матоҳои намнок хубтар тахту ҳамвор мешавад. Масалан, матоҳои пахтагиро бе гузоштани матои иловагӣ дарзмол мекунад. Матоҳои пашмиро аз болояшон суф ё докаи тар гузошта, бо дарзмоли гармиаш муқаррарӣ дарзмол мекунад.

Матои тар дар гармиаш мулоим мешавад, онро кашида ба шакли андозаи пешинааш овардан осон аст. Матоҳои

гулашон барчастаро хушк дарзмол мекунанд. Матоҳои трикотажӣ ва шохиро дарзмол накардан беҳтар аст. Онҳоро дар рӯи миз паҳн карда, мекушконанд. Агар дарзмол кардан лозим шавад, он гоҳ аз тарафи чаппа ё аз болои матои катонӣ бо дарзмоли нимтафсон дарзмол мекунанд.



Расми 64. Навъҳои дарзмоли барқӣ ва тахтаи дарзмолкунӣ

Ҷадвали № 6

Навъи кор	Аломат	Вазифаи аломатҳо
Дарзмолкунии маснуот		Барои матоҳои пахтагӣ ҳарорат аз 160°C – 200°C зиёд нашавад.
		Барои матоҳои пашмӣ ва абрешимӣ ҳарорат аз 150°C – 160°C зиёд нашавад.
		Барои нахҳои химиявӣ ҳарорат аз 110°C – 120°C зиёд нашавад.
		Маснуотро дарзмол кардан мумкин нест.



Савол ва сунориш

1. Барои дарзмолкунӣ кадом қоидаҳоро ба назар мегиранд?
2. Қоидаҳои дарзмол кардани маснуотро гӯед.

БОБИ VI. КАСБУ ҲУНАРИ МИЛЛӢ

§30. Сохтани бозичаҳои мулоим

Қолаби бозичаҳоро аз сим месозанд, симҳоро бо ҳам тофта, ҳалқа мекунанд. Қисмҳои бозича бо дарзҳои дохилӣ ё берунӣ дӯхта мешаванд. Қисмҳои асосии бозичаҳоро аз чарм, фетра, намади тунуки нафис, моҳути ғафс бо дарзи гирех (ҳалқа) аз берун медӯзанд.

Қисмҳои асосӣ аз мӯйина, матон тунуки трикотаҷӣ бо дарзи даруни сӯзан ба пеш ва дарзи одӣ дӯхта мешавад. Баъди пайваст кардани қисмҳои бозича ба дохили он пахта, поролон ё тарошамайд пур мекунанд.



Исро дар хотир доред:

1. Баъди пайваст кардани қисмҳои бозича ороишро аз манаҳ, чашм, даҳон, бинӣ сар кунед. Барои ин тугмаҳо, аппликатсия ва кашидадӯзиро истифода баред. Чашмҳоро ба тарзи доира, нимдоира, қирашакл, рост медӯзанд.

2. Дар вақти пур кардани бозича бо масолехи дар боло зикршуда як қисми дарзро 3,5 гузошта дӯзед.



Расми 65. Бозичаҳои мулоим

Эзоҳ:

Агар қисмҳои бозича бо дарзи дохилӣ дӯхта шуда бошанд, он гоҳ сӯрохи мондари бо дарзи капорӣ бидӯзед.

Ин қоидаҳоро истифода бурда якчанд навъи бозичаҳоро сохтан мумкин аст.

Мисол: **Гурбача.** Барои сохтани бозичаи гурбача ба мо як пора матои мӯйинаи холдори андозааш 70x70, ё ин ки духоб ё сачоқи патдор, камтар матои пуштӣ ва сурх лозим аст. Барои дохили бозичаро пур кардан аз латапораҳои матоъ ё селюфанӣ майда буридануда истифода баред.

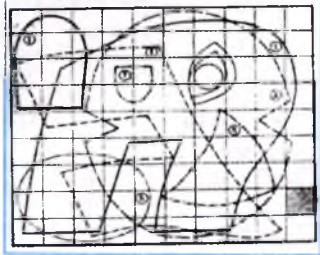
Қолабҳо:

1. Тана – 2 нусха
2. Шикам – 2 нусха
3. Дум – 2 нусха
4. Сар – 2 нусха
5. Тана – 4 нусха (2 мӯйина, 2 матоъ)
6. Барои тағи биниаш – 1 нусха
7. Манаҳ – 2 нусха (1 мӯйина, 1 матоъ)

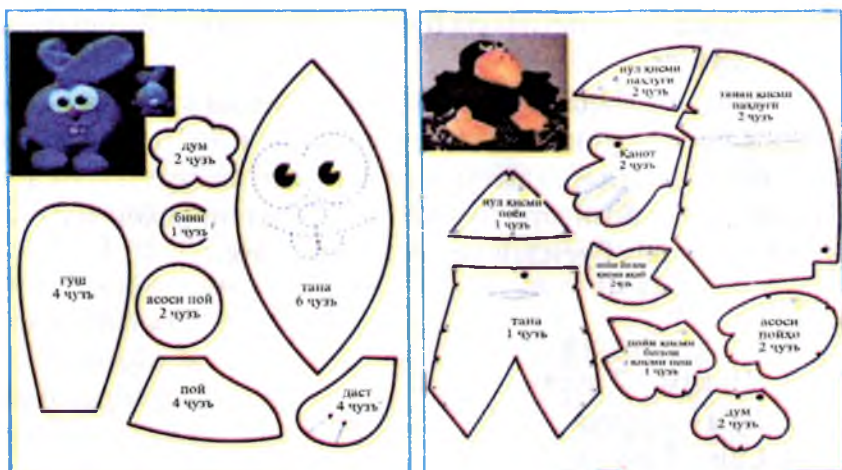
Баъд ба гурбача аз зеҳи моҳигирӣ мӯйлаб бисозед, шикамашро бо дарзи канорӣ дӯхта ба танааш гузошта, бидӯзед ва онро роста карда, ба дохилаш пахта, латапора ё тароша пур кунед.

Сарашро бо дарзи печон ва пешониашро аз дохил дӯхта рост кунед. Гӯшҳояшро аз тарафи чапаш аз дохил бидӯзед. Баъд онро роста карда, ба ҷойи сар нишона гузошта мечаспонед ва сарашро бо танаш бо дарзи пасиканории моил пайваст кунед.

Қисми ба зери бинӣ мегузоштаро ба ҷойи нишона бидӯзед. Забончаро омода карда, бо манаҳаш дӯхта, онро роста карда, тағмони забону манахро бо як кӯк ба сар пайваст кунед.



Расми 66. Нақшаи сохтани бозичаи мулоҷи гурбача



Расми 67. Намунаҳои сохтани бозича аз рӯйи қолаб



Савол

1. Бозичаҳои мулоимро чӣ хел месозанд?
2. Дар вақти дӯхтани бозичаҳои мулоим кадом масо-
леҳро интиҳоб мекунед?
3. Асоси қисмҳои бозичаро аз мӯйина сохтан беҳтар
аст ё аз дигар матоъ?
4. Барои чашм, бинӣ ва мӯйлаби бозичаҳои мулоим
кадом навъи маҳсулотро интиҳоб мекунед?



Супориш

1. Аз рӯйи қолабҳои дар расми 68 додашуда бозичаҳои
мулоим бисозед.
2. Қолабро ба матоъ гузошта, қисми бозичаро буред.
3. Дар вақти буридани қисмҳо ҷойи дарзро ба назар
гиред

Шаклҳои пайвасти матоънорҳо

Қуруқдӯзӣ яке аз ҳунарони дӯстдоштаи миллии тоҷикон
мебошад. Ҳунари қуруқдӯзӣ дар Тоҷикистон аз асри XVII

огоз шуда, дар нимаи асри XIX рушд кардааст. Аз ҷихати илмӣ дӯхтани қуроқро техникаи коркарди матоъпораҳо меноманд.

Хонаҳои тоҷикон ҳама вақт бо маснуоти қуроқӣ, ки аз матоъпораҳо омода карда мешавад, оро дода мешуд. Қуроқро аз матоъпораҳои хурд, ки шакли секунҷа, чоркунҷа, росткунҷа, ромб, панҷкунҷа, доира ва дигар шаклҳои ҳандасавӣ доранд, месозанд.

Аз қадим қисмҳои либоси дарида ва фарсударо бо истифода аз матои дигар бо шаклҳои гуногуни ҳандасавӣ (геометрӣ) дарбеҳ мекарданд. Барои дарбеҳи либос матои бо ранги либос мувофиқ ё монандро интихоб кардан беҳтар аст.

Аз матоъпораҳои боқимондаи дӯзандагӣ маҳсулоти барои хона, рӯзгор зарурро ба мисли чилди болишт, рӯйкаши бистар, дастархон, ҷойникпӯшак, ҷойникмонак, дегпӯшак, гилемчаҳое, ки ба остонаи даромади дар мегузоранд, медӯзанд. Техникаи иҷрои нақшунигор аз ҷо ба ҷо гузоштани шаклҳои ҳандасавӣ ва интиҳоби ранги матоъ барои дӯхтану интиҳоби нақш иборат аст. Интиҳоби нақш ва маҳсулоти дӯхташаванда аз қолабҳо ва шаклҳои ҳандасавӣ омода карда мешаванд, ки ба нақшу ниғори гиреҳӣ тааллуқ дорад. Ҳамаи ин номгӯи қолабҳо бо худ дар алоҳидагӣ ном ва маънои махсусро доранд.

Барои технологияи коркарди қуроқ қолабҳои махсуси гуногун истифода бурда мешаванд. Дар



Расми 68. Намунаҳои маснуоти қуроқӣ



Расми 69. Намунаи ҷойнамози қуроқдӯзӣ

аксарияти қолабҳо барои коркард дар мошини дарздӯзӣ вақти буридан бо ғафсии 0,3-0,5 см дарзмоя мегузоранд. Қолабро аз матои саҳт, картон, пластмас ё филиз омода мекунанд. Аксарият қолабҳои картониро истифода мебаранд. Барои дӯхтани қуроқ аз матоъҳои саҳт, мустаҳкам, шахшӯл ва оҳарӣ истифода мебаранд.

Пеш аз буридани матоъ аз рӯйи қолаб бояд нақшои интиҳоб намуда, шумораи шаклҳо (фигураҳо)-ро муайян кунед.



- секунча – тӯморча (аз чашми бад нигоҳ медоранд).



- чоркунча – оинача (монанди оина ба дил нуру равшанӣ мебахшад).



- ромб – шакли занро нишон медиҳад.



- росткунча – қуттича (захираи ризқ дар рӯзгорро мефаҳмонад).



- доира – маҳтобча (зиндагӣ монанди моҳ ҳамеша рахшону пурнур мешавад).

Пайдарпай дӯхтани маснуот

1. Матоъро гирифта ба тарафи чаппааш – тарафи ростиаш ширешдори матои флизелинро гузошта дарзмол кунед.

2. Қолабҳоро ба рӯйи матоъ гузошта, бо қалам хат кашада, шумораи зарурии ҷузъҳоро бо назардошти нақш ба равиши барқади матоъ бибуред.

3. Шакли секунчаҳоро гирифта, рӯ ба рӯ, ба тарафи ростиаш матоъҳо ба роста, бо назардошти тарафи қисми диагональ буридашударо бо сарсӯзан маҳкам намуда, онро бо дарзи мошинӣ бо 0,5 см бидӯсед.

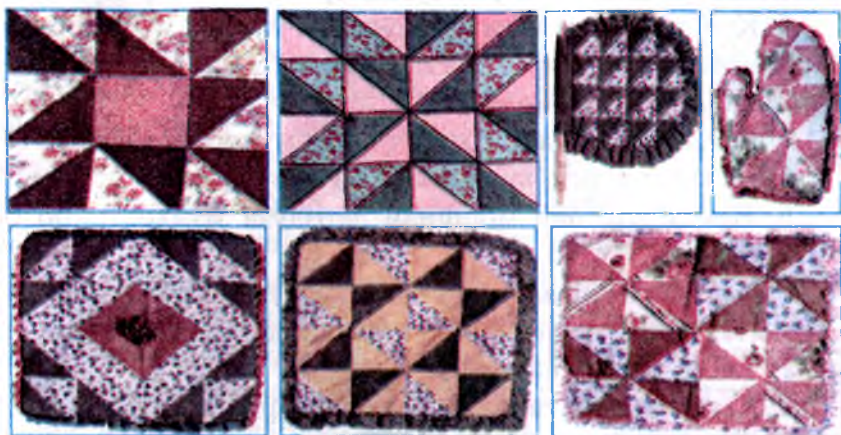
4. Шаклҳои дигарро ҳам мутобиқ бидӯсед ва тарафҳои онҳоро ба назар бигиред.

5. Баъди дӯхтани маснуот дар мошинаи дарздӯзӣ сарсӯзанҳоро гирифта, дарзҳоро ба ду тараф кушода, аз тарафи чаппаи он дарзмол кунед.

6. Ҳамин тариқ дигар ҷузъҳоро пайихам бипайвандед.

7. Хар як қатори маснуотро дар алохидагӣ омода наму-
да, баъд онҳоро якҷоя бипайвандед.

8. Ба тарафи чапи маснуоти омода аз матои пахтагӣ абра
бидӯзед.



Расми 70. Нақш ва навъҳои маснуоти аз матоъпораҳо дӯхтанида



Фикр кунед, ҷавоб диҳед, бисозед

Оё аз латапораҳои дар хонаатон буда чойникпӯшак, чой-
никмонак, ё бозичаҳои мулоим дӯхта метавонед? Қоидаҳои
дӯзандагиро риоя карда, маснуоти дилхоҳатонро бидӯзед
ва онро ба модаратон ё омузгоратон нишон бидиҳед.
Шумо аз баҳои додаи онҳо қаноатмандед ё не?



Супориш

1. Барои аз латапораҳо дӯхтани маснуот кадом
қоидахоро риоя мекунед?
2. Аз латапораҳои матоъҳои гуногун маснуоти
дилхоҳатонро дӯхта метавонед ё не?

Техникаи бехатарӣ

1. Барои эмин доштани ангуштон аз захми сӯзан ангушт-понаро истифода баред.

2. Дар вақти дӯхтан бо сӯзанҳои нӯгшикаста ва зангзада кор накунед ва шумораи сӯзанҳоро пеш аз кор шумуред.

3. Қайчиро дар вақти кор пӯшида, муқобили дӯзанда ва дар тарафи рост гузоред. Назорат кунед, ки қайчӣ дар вақти кор зери матоъҳо намонад.

4. Бо дарзмоли барқӣ эҳтиёт шуда муносибат кунед.

5. Назорат кунед, ки дарзмол ба сим нарасида истад.

6. Вақти кор дар мошинаи дарздӯзӣ мӯйҳоятнро бо рӯмол бандед.

7. Дар вақти кор дар мошинаи дарздӯзӣ сарро ба қисмҳои ҳаракаткунанда, навардҳои чархзананда, сӯзан, найчапур-кунак бисёр наздик набаред.

8. Ҳангоми ҳаракати мошин тоза кардани он манъ аст.

9. Баъд аз равған молидани мошин онро дарҳол кор на-фармосед.

Дар мобайни абра ва астари сачоқча, дастархон, дегпӯш, чилди болишт ҳеҷ гуна масолах намегузоранд. Қисмҳои аз тарафи ростаашон бо кӯки канорӣ дӯхтан мумкин аст. Дӯхтани ҷойи пайвастро аз дохил бо дарзи канории мошинӣ бидӯзед, бехтар аст. Агар дарз аз берун бошад, аввал 0,5 ё 1 см гузошта бо дарзи оддӣ, баъд бо дарзи канорӣ ё зарбшакл медӯзанд. Ҳар як қисми онро бо гулдӯзӣ ё аппликатсия ё бо чарм, матоъҳои зардори синтезӣ ба шакли секунча, чоркунча ё тасвири намуди мевачоту қисмҳои рустанӣ бо мошин медӯзанд. Онро бо тугмаҳо, муҳраю марҷон ва дигар шаклҳои ороишӣ ё тӯр, матоъҳои ороишӣ, тасма ва ғайра ороиш медиҳанд.

§ 31. Дӯхтани рӯймол

Рӯймол яке аз қадимтарин нави либос мебошад. Рӯймол ба ду гурӯҳ ҷудо мешавад:

1. Рӯймоли занона.
2. Рӯймоли мардона.

Истифодаи рӯймол ё камарбанд дар миёни мардуми мо таърихи қадима дорад. Ҳанӯз дар замонҳои дерин аз рӯйи ойини Зартуштӣ ба миёни ҷавононе, ки ба синни балоғат мерасиданд, камарбанд, ё ба таъбири имрӯзӣ рӯмол мебастанд. Он замон инро «куштӣ» ном мебуданд, ки номи нави варзиши гуштӣ аз ин ҷо баромадааст. Маросими “рӯймолбандон” ҳам ба ҳамин ойн иртибот дорад. Дар он даврон, ҳамин ки писарбача 14-сола мешуд, дар маросими махсус бо иштироки падару модар, аҳли деҳ ва бузургони қабила зиёфат барпо мекарданд. Баъд ӯ аз болои оташ мебарид. Агар парида тавонад, ба балоғатрасида ҳисоб меёфт ва яке аз мӯйсафедон ба миёни ӯ камарбанд – «куштӣ» мебастанд. Аз ҳамин рӯз вай ҳуқуқ пайдо мекард, ки мустақилона кор кунад ё барои ҷустуҷӯи кор ба ягон ҷойи дигар равад.

Рӯймоли мардонро ҳам дар камар ва ҳам гирди сар мебанданд. Дар шароити имрӯз тарзи истифодаи рӯймоли мардона тағйир ёфтааст. Ҳоло барои домод аз матоҳои абрешимӣ ва қиматбаҳо бо ороиши махсус рӯмол медӯзанд. Бештар рӯймолро дар вақти тӯй ва маросими дафн мебанданд. Ранги рӯймоли тӯёна одатан сурх ё зард буда, аз матои атлас ва шохӣ дӯхта мешавад. Рӯймоли мотам ранги сабз ё кабуд дорад. Ин одат имрӯз ҳам дар байни мардум зинда аст. Рӯймолҳои мардона андозаашон аз 90x90 см то 110x110 см мешавад. Рӯймолҳои маъмулӣ аз матои зичбофтаи пахта ё абрешим дӯхта мешавад.

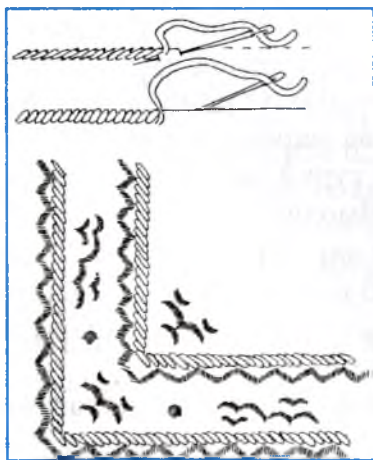
Мардҳо дар баъзе ҳолатҳо рӯймолро ҳамчун дастархон ва баъзан гирди сар ва тоқӣ ҳамчун салла истифода мебаранд. Рӯймолро ба миён тарзе мебанданд, ки дар қисми пушти ҷома шакли секунчаро мегирад ва асосан кунчи рӯймол менамояд, аз ин лиҳоз нақшу нигори рӯймолро дар кунчи

маснуот кашидадӯзӣ мекунанд. Дар кунҷҳои рӯймол асосан, нақшу нигори ғазалӣ ё ки ба алифбои форсӣ монандро истифода мебаранд, ки ба бовари мардум, соҳибашро аз офатҳо нигоҳ медорад. Ҳамчунин дар тасвирҳои он нақши гул ва шохӣ дарахтро ҷой медиҳанд.

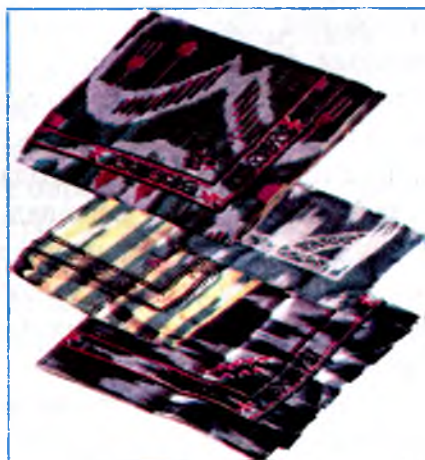
Рӯймолҳо ба чунин навъи кашидадӯзӣ дӯхта мешаванд:

Поягӣ ё обӣ. Ин номро барои он гирифтааст, ки дар нақши рустанӣ (поя ва барг) дӯхта мешавад. Ин нақшро дар хошия якҷоя ба шаклҳои гуногуни геометрӣ кашидадӯзӣ мекунанд. Ин кашидадӯзӣ нақши қачмоқ ва хелҳои гуногуни кашидадӯзиро ба вуҷуд меорад, ки байни худ зич дӯхта мешаванд.

Рафти қор. Дар матоъ як дарзро иҷро карда, сӯзанро бо ресмони қорӣ ба матоъ аз миёнаҷойи дарзи яқум ё аввала ба тарафи чаппа дохил мекунанд. Дар вақти иҷрои дарзи дуҷум сӯзанро бо ресмони қорӣ ба миёнаҷойи дарзи дуҷум дохил карда, ба тарафи чаппаи матоъ мебароранд. Ҳамин тавр, дарзҳои минбаъда аз миёнаҷойи дарзи аввала мебароянд ва монанди ресмони тофта мешаванд ва дарзи обӣ ё поягӣ ба вуҷуд меояд.



Расми 71. Нақши рӯймол



Расми 70. Навъи рӯймолҳо

Кашидадӯзии ҳамворро дар рӯймол васеъ истифода мекунанд. Масофаи чойгиршавии дарзҳо дар тарафи роста ва чаппаи рӯймол як хел аст. Ин кӯкҳо ба тарзи мувозӣ ва гайримувозӣ чойгир мешаванд.

Ин навъ кашидадӯзӣ ҳамвори дутарафа ном дорад. Ба ин навъи кашидадӯзӣ чунин хелҳои маснуотро медӯзанд: дастархон, рӯйчо, чойнамоз, рӯймолҳои мардона, рӯймолҳои занона ва ғайра.



Супориш

1. Барои дӯхтани рӯймол чӣ хел матоъро интихоб кардан беҳтар аст?
3. Зебо дӯхтан ба чӣ вобаста аст?
4. Барои дарздӯзӣ кадом риштаҳоро интихоб меkunанд?

САВОЛҲОИ ТЕСТӢ

1. Ҳар рӯз чанд маротиба ҳавои хонаро тоза мекунанд?
А) 1 бор; В) 2 бор; С) 3 бор; Д) 4 бор.
2. Ҳавои хонаро шабона чанд дақиқа шамол медиҳанд?
А) 15 дақиқа; В) 20 дақиқа; С) 30 дақиқа; Д) 45 дақиқа.
3. Барои набаромадани пати болништ чилди онро чанд қабат медӯзанд?
А) 8; В) 5; С) 3; Д) 2.
4. Мӯй аз чанд қисм иборат аст?
А) 5; В) 3; С) 2; Д) 1.
5. Бисёр рехтани мӯй ба чӣ вобаста аст?
А) бемориҳои сироятӣ; В) кам шустани;
С) бо маҳлули равғанӣ шустани; Д) бо чурғот шустани.
6. Мӯйи солимиро дар чанд рӯз як маротиба шустани лозим аст?
А) 5 рӯз; В) 7 рӯз; С) 10 рӯз; Д) 12 рӯз.
7. Мӯйро бо кадом навъи собун набояд шуст?
А) собуни бачагона; В) собуни косметикӣ;
С) собуни чомашӯйӣ; Д) собуни зиддимикробӣ.
8. Ҳангоми кори ҷангу гӯбор нисбати сар ҷӣ кор кардан лозим?
А) рӯймолча бастан; В) равған молидан;
С) оро додан; Д) ғино кардан.
9. Ҳарорати хонаи кӯдаки навзод бояд чанд дараҷа бошад?
А) 15° С; В) 22° С; С) 28° С; Д) 32° С.
10. Ба кӯдаки 3-моҳа кадом афшураро додан мумкин нест?
А) анор; В) олуболу; С) ангур; Д) себ.
11. Сайруғант дар ҳавои тоза аз ҷандмоҳагии кӯдак мумкин аст?
А) 8-моҳагӣ; В) 6-моҳагӣ; С) 4-моҳагӣ; Д) 2-моҳагӣ.
12. Кӯдакро бо кадом ҳарорати об оббозӣ медоронанд?
А) 35-37° С; В) 40-42° С; С) 45-48° С; Д) 50-52° С.
13. Омода кардани ҳӯрок аз чанд марҳала иборат аст?
А) 6 марҳала; В) 4 марҳала; С) 2 марҳала; Д) 1 марҳала.
14. Барои тоза нигоҳ доштани дастархон ҷиро истифода мебаранд?
А) бо рӯзнома мепӯшанд; В) бо селюфан мепӯшанд;
С) бо матои тӯрмонанд мепӯшанд; Д) бо хомсуф мепӯшанд.
15. Дар вақти реза кардани сабзавот ва мевачот кадом памуди

кордро истифода бурдан бехтар аст?

А) корди дастааш чӯбин; В) корди дастааш пластмасй; С) корди дастааш резинй; Д) корди пӯлодии зиддизанг.

16. Мухлати пухтани сабзй то чанд дақиқа аст?

А) 5-0 дақиқа; В) 20-30 дақиқа; С) 40-50 дақиқа; Д) 50-60 дақиқа.

17. Мухлати пухтани картошка чанд дақиқа аст?

А) 5-10 дақиқа; В) 15-20 дақиқа; С) 25-30 дақиқа; Д) 35-40 дақиқа.

18. Тухми нав дар намакоби бапка дар кадом ҳолат меистад?

А) ба таги об меғутад; В) ба рӯйи об мебарояд;
С) дар мобайни об меистад; Д) дар об давр мезанад.

19. Ба навъи хӯрокҳои якум чӣ дохил мешавад?

А) картошкабирён; В) гӯштбирён; С) карамдӯлма; Д) шӯрбо.

20. Кордро дар кадом тарафи табақчаи хӯрокхӯрӣ мегузоранд?

А) тарафи рост; В) тарафи чап; С) рӯ ба рӯ; Д) дар болои табақ.

21. Инсон дар ҳаёти худ чанд кило гӯшт истеъмол мекунад?

А) 500 кг; В) 1000 кг; С) 1500 кг; Д) 2000 кг.

22. Гӯштқимакунакро аз кадом аср истифода мебаранд?

А) XVI; В) XVII; С) XIX; Д) XX.

23. Гӯшти қимаро чанд соат нигоҳ медоранд?

А) 10 соат; В) 12 соат; С) 15 соат; Д) 18 соат.

24. Яхи гӯштиро бо чанд тарз об мекунад?

А) 1 тарз; В) 2 тарз; С) 3 тарз; Д) 4 тарз.

25. Гӯшт дар вақти пухтан чанд фоиз вазни худро гум мекунад?

А) 40%; В) 60%; С) 80%; Д) 100%.

26. Ватани палав кучост?

А) Тоҷикистон; В) Ҳиндустон; С) Гурҷистон; Д) Мовароуннаҳр.

27. Чанд навъи оши палав мавҷуд аст?

А) 30; В) 60; С) 90; Д) 120.

28. Кадоме аз инҳо гӯшти паранда аст?

А) гӯшти аси; В) гӯшти буз; С) гӯшти мурғобӣ Д) гӯшти моҳӣ.

29. Барои мурғро пар қандан чӣ қор қардан лозим?

А) ба он оби ҷӯш рехтан; В) ба он оби хунук рехтан;
С) парашро қандан; Д) ба таги оби равон гузоштан.

30. Якумин яхдон қай ихтироъ шуд?

А) охири асри X; В) миёнаи асри XIV; С) аввали асри XIX;

Д) миёнаи асри XX.

31. Ба яхдонс, ки Чоп Лесли ихтироъ кард, чӣ хел мукофот дола шуд?

А) мукофоти махсус; В) мукофот аз тилло;

С) мукофоти пулӣ; Д) мукофоти маводи киноварзӣ.

32. Ватани чой кучост?

А) Ҳиндустон; В) Хитой; С) Туркия; Д) Чопон.

33. Чойро аз чӣ омода мекунанд?

А) сиёҳгиёҳ; В) шохи буттаи чой; С) алаф; Д) барги буттаи чой.

34. Ватани қаҳва кучост?

А) Куба; В) Эфиопия; С) Амрико; Д) Австралия.

35. Ба шарофати кӣ дар Рим хайкали 13 метра гузонгтаанд?

А) нонвой Марк Эврисак; В) ошпаз Бетугели;

С) қаннод Диана; Д) ошпаз Франсуа Анпера.

36. Халқи тоҷик чанд навъи нон меназад?

А) 300 навъ; В) 500 навъ; С) 700 навъ; Д) 800 навъ.

37. Дар Рашт ва Зиддӣ нони таҷӯрии вазнаш чандкилоӣ вомехӯрад?

А) 10 кг; В) 12 кг; С) 14 кг; Д) 16 кг.

38. Асоси хаамири нони ширмол чист?

А) об; В) асал; С) шир; Д) қаҳва.

39. Консервонии махсулоти хӯрокворӣ дар асри чанд пайдо шуд?

А) XVII; В) XVIII; С) XIX; Д) XX.

40. Аввалин консервониро кӣ ихтироъ кард?

А) Нютон; В) Франсуа Анпера; С) Чоп Лесли; Д) Эйнштейн.

41. Наххон кимиёвӣ ба чанд гурӯҳ чудо мешавад?

А) 8; В) 6; С) 4; Д) 2.

42. Аз намонданӣ чӯби дарахтон бо усули таркунӣ дар маҳлули ишқор кадом нахро ҳосил мекунанд?

А) нахи вискозӣ; В) нахи пахта; С) нахи атсетатӣ; Д) зағирӣ.

43. Нахи сунъиро дар кадом аср истеҳсол кардаанд?

А) асри XVII; В) асри XVIII; С) асри XIX; Д) асри XX.

44. Олими фаронсаӣ Шоранде соли чанд абрешими сунъиро ихтироъ кард?

А) соли 1750; В) соли 1784; С) соли 1884; Д) соли 1950.

45. Либоси сӯхторнишонҳо аз кадом навъи матоъ таҳия мешавад?

А) матои асбестӣ; В) матои шиапластикӣ;

С) матои вискозӣ; D) матои пахтагӣ.

46. Либосҳои аз абрешими сунӣ дӯхташударо дар кадом ҳарорат дарзмол мекунанд?

A) 100° C; B) 150° C; C) 200° C; D) 220° C.

47. Ангори апликасияро чанд ӯсула омода мекунанд?

A) 2 ӯсула; B) 4 ӯсула; C) 6 ӯсула; D) 8 ӯсула.

48. Апликасияро бо матои асос бо чанд роҳ мечаспонанд?

A) 8 роҳ; B) 6 роҳ; C) 4 роҳ; D) 2 роҳ.

49. Сӯзиши кашидӯзӣ аз чанд то чанд рақам мешавад?

A) №1 то 6; B) №1 то 8; C) №1 то 12; D) №1 то 14.

50. Рақами ресмон аз чанд то чанд мешавад?

A) аз 10 то 120; B) аз 10 то 150; C) аз 50 то 200; D) аз 60 то 220.

51. Дарзи мошини аз чанд ресмон ҳосил мешавад?

A) 1; B) 2; C) 4; D) 6.

52. Пас аз чанд соат кор фармудани мошини дарздӯзӣ опро равшан мекунанд?

A) 20-30 соат; B) 30-40 соат; C) 40-50 соат; D) 60-80 соат.

53. Кадом соли дар Маскав хонаи мӯд қулода шуд?

A) соли 1933; B) соли 1945; C) соли 1962; D) соли 1980.

54. Китфҳо чанд ҳал мешавад?

A) 2; B) 3; C) 4; D) 5.

55. Барои қат кардани бари донаи чанд сантиметр гузошта мешавад?

A) 5 см; B) 7 см; C) 10 см; D) 12 см.

56. Барои қат кардани нӯги остини чанд сантиметр гузошта мешавад?

A) 1 см; B) 3 см; C) 5 см; D) 7 см.

57. Андозани ҷуссаи одамо бо чӣ муайян мекунанд?

A) бо ҷенактасмаи матоӣ; B) рулеткаи оҳанӣ; C) ҷадвали ҷӯбӣ; D) штангенсеркул.

58. Андозаро аз кадом тарафи ҷусса мегиранд?

A) аз рӯ ба рӯ; B) аз тарафи рост; C) аз тарафи чап; D) аз тарафи ақиб.

59. Дар вақти буридани матоӣ кадом афзорро истифода мебаранд?

A) корд; B) сӯзан; C) арра; D) қайчӣ.

60. Дар вақти кашидани нақша дар альбом кадом ҷадвали масшаб-бино истифода мебаранд?

A) M1:1; B) M1:4; C) M1:6; D) M1:8.

61. Қолабро бо кадом масштаб истифода мебаранд?

A) M1:1; B) M1:4; C) M1:6; D) M1:8.

62. Қолабро аз рӯи кадом хат мебуранд?

A) хати моил; B) хати ғафси асосӣ; C) пунктирӣ;

D) хати ростии борик.

63. Барон кадом қисми қуртаи миллии тоҷикӣ қолаб намесозанд?

A) остин; B) гиребон; C) тана; D) камзӯлчаи пеш.

64. Ҳарорати дарзмолро бо чӣ пасту баланд мекунад?

A) танзими ҳарорат; B) рубилник (пахшкунанда);

C) разетка; D) дастаи дарзмол.

65. Рӯймол ба чанд гурӯҳ ҷудо мешавад?

A) 8; B) 6; C) 4; D) 2.

66. Дар маросими рӯймолбандӣ ба писарбачаи чапдсола рӯймол мебастанд?

A) 12 сола; B) 14 сола; C) 16 сола; D) 18 сола.

67. Рӯймоли мардонро бо кадом навъи дарзҳо кашидадӯзӣ мекунаанд?

A) обӣ ва кашидадӯзии ҳамвор; B) тугунча; C) зарбӣ; D) ҳалқай.

68. Қолаби асосии бозичаро аз чӣ месозанд?

A) ҷӯб; B) сим; C) шиша; D) матоъ.

1-B	2-C	3-D	4-C	5-A	6-B	7-C	8-A
9-B	10-C	11-D	12-A	13-C	14-B	15-D	16-B
17-C	18-A	19-D	20-A	21-D	22-C	23-B	24-B
25-A	26-D	27-B	28-C	29-A	30-B	31-A	32-B
33-D	34-B	35-A	36-D	37-B	38-C	39-A	40-B
41-D	42-A	43-C	44-C	45-A	46-B	47-A	48-D
49-C	50-A	51-B	52-C	53-A	54-B	55-A	56-B
57-A	58-B	59-D	60-B	61-A	62-B	63-C	64-A
65-D	66-B	67-A	68-B				

САРЧАШМАҲОИ ИСТИФОДАШУДА

1. Аминов С., Таджикские национальные блюда. Душанбе, 1988.
2. Бордовская М., Шейте дома. Москва, 1965.
3. Белинская И.А. Декоративные искусства горного Таджикистана. Душанбе, 1965.
4. Дороти вуд Шитьё (большая иллюстрированная энциклопедия). Москва, “Энсмо” 2006.
5. Жук С. М. Энциклопедия рукоделий. Москва, 2012.
6. Книга о вкусной и здоровой пище. Москва, 1979.
7. Картушина Г. Б., Мозговая Т. Т., Швейное дело. Москва, 1982.
8. Краузе А., Секреты шитья. Ташкент, 1989.
9. Общественное питание. Москва, 1982.
10. Орлова А., Азбука моды. Москва, 1989.
11. Рӯзиева М.Д., Тоҳирова М. Технологии омода кардани маснуот бо тарзи ороиши курукдӯзии милли дар раванди дарс. Хучанд, 2013.
12. Ханкишев С. Базар, казан и дастархан. Москва, 2013.
13. Ханкишев С. Казан, мангал и другие мучные удовольствия. АСТ – CORPUS. Москва, 2013.
14. Швейное производство. Москва, 1983.
15. Школа и производство, т. 2. Москва, 1972.
16. Школа и производство, т. 4. Москва, 1985.
17. Энциклопедияи мухтасари рӯзгордорӣ. Душанбе, 1988.

МУНДАРИЧА

Машғулиятҳои муқаддимаӣ	3
-------------------------------	---

БОБИ I. УСУЛҲОИ ОМОДА КАРДАНИ ХҶРОК

1. Пухтупаз	12
2. Ороиши миз барои хҶроки нисфирӯзӣ	14
3. Зарф ва афзори хҶроқхҶрӣ	17
4. Мизи хҶроки сард	20
5. Қоидаҳои хҶроқхҶрӣ дар сари миз	25
6. Одоби нишастан дар сари мизи хҶроқ	27
7. Гӯшт ва хҶроки гӯштдор	29
8. ХҶроқҳои гӯштдор	37
9. Гӯшти паранда	40
10. Гӯшти моҳӣ	42
11. Хусусияти хҶроқҳои миллӣ	45
12. Доир ба нон	48
13. Маҳсулоти хаамирӣ	62
14. Таҳия ва пухтани оши бориқ	68

БОБИ II. ЗАХИРАИ ОЗУҚАВОРИ

15. Консервонии мева ва сабзавот	71
--	----

БОБИ III. ҚОР БО МАТОЪ

16. Матоъҳо аз наҳҳои химиявӣ	75
17. Хосияти наҳҳои синтезӣ	77
18. Нигоҳубини либос аз матоъҳои сунӣ ва синтезӣ	80
19. Аппликасия	82
20. Дарз ва қӯқҳои дастӣ	86

БОБИ IV. ҚОШИНҲОИ ДҶЗАНДАГӢ

21. Қошинҳои дҶзандагии барқӣ	94
22. Дарздӯзӣ бо қошин	96
23. Нигоҳубини қошини дарздӯзӣ	99

БОБИ V. СОХТ ВА АМСИЛАСОЗИИ ЛИБОС

24. Сохтани амсила	102
25. Андозагирӣ	105
26. Сохтани нақшаи куртаи занонаи миллӣ	112
27. Сохтани қолаби либос	118
28. Интихоби матоъ	123
29. Дарзмол кардани матоъ ва либос	131

БОББИ VI. КАСБУ ҲУНАРИ МИЛЛӢ

30. Сохтани бозичаҳои мулоим	134
31. Дӯхтани рӯймол	141

Саволҳои тестӣ	144
----------------------	-----

Сарчашмаҳои истифодашуда	149
--------------------------------	-----