

С. Исломов, К. Обидова,
М. Рӯзиева, Р. Аҳмадҷонова

КАСБУ ҲУНАР

(Барои духтарон)

Китоби дарсӣ
барои синфи
6

*Ҳайати мушовараи Вазорати маорифи
Ҷумҳурии Тоҷикистон ба ҷоп тавсия кардааст*

PLEIADES
PUBLISHING, INC.
2004

ББК 74. 269

И - 16

**Исломов С., Обидова К., Рӯзиева М., Аҳмадҷонова Р.
Касбу ҳунар (Барои духтарон), китоби дарсӣ барои синфи 6-ум.
Душанбе. Соли 2004, 128 саҳифа.**

Ин китоб дар доираи Лоихаи таҷдиди сектори иҷтимоӣ таваассути маблағҳои қарзи Бонки Осиёи Тараққиёт ва Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон нашр шудааст.

№	Ному насаби хонанда	Синф	Соли хониш	Ҳолати китоб (баҳои китобдор)	
				Аввали сол	Охири сол

Муаллимони мӯхтарам!

Ҳоҳишмандем фикру мулоҳизаҳои худро оид ба мазмуни китоби мазкур ба нишони 734024, ш. Душанбе, кӯчаи Айнӣ 45, Пажӯҳишгоҳи улуми педагогии Тоҷикистон ирсол намоед.

ISBN 1 - 931938 - 24 - 3

© "САҲБО" 2004

© PLEIADES PUBLISHING, INC.

МАШҒУЛИЯТҲОИ МУҚАДДИМАВӢ

Хонандагони азиз, меҳнат барои инсон муқаддас мебошад. Ҳар касе, ки вазифаи худро аз хурдсолӣ бошарафона иҷро мекунад, ба ҳурмату эҳтироми халқаш сазовор мешавад.

Хонандагони синфи 6 ба воситаи ин китоб бо маҳсулоти ҳӯрокворӣ шиносшавиро давом медиҳанд ва таомҳои гуногун мепазанд.

Санъати таомпазӣ аз қадимулайём ба одамон маълум аст. Ин китоб ба шумо усули тайёр кардани таом, истифодаи оқилонаи он, қоидаҳои ороиш додани таом ва дастархонро меомӯзонад.

Шумо бо мошини дарздӯзии пойӣ, бо нахҳо ва матоъҳои абрешимӣ пашмӣ шинос мешавед ва аз онҳо буридану дӯхтани либосро меомӯzed.

Ба ғайр аз ин ба саволҳои худ, монанди:

1. Чӣ, кай, кучо?



2. Маслиҳатҳои муфиди қадбону.



3. Соҳибхоназан дар назар дошта бошад.



4. Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун ё соз.



5. Саволу супориш ва гуфторҳо.



6. Инро дар хотир доред
ҷавоби қаноатбахш меёbed.

Бо ёрии ин китоб шумоён на фақат дуруст, бо завқи баланди эстетикӣ пухтани таом, кор бо матоъ ва дӯхтанро ёд мегиред, балки масъулият ҳис мекунад. Дар худ ҳислатҳои меҳнатдӯстӣ, сариштакорӣ, сари вақт иҷро кардани корро тарбия менамояд ва коллективона кор карданро ёд мегиред.

Дар вақти кор дар синфхонаи меҳнат, албатта, ба қоидаҳои дохилии синфхона, қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ риоя кардан лозим аст.

Талабот ба қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ дар вақти тайёр кардани таомҳо:

1. Риоя кардани қоидаҳои техникаи бехатарӣ ва

санитарию гигиенӣ дар вақти пухтупаз шуморо аз фалокат ва маибшавӣ эмин медорад.

2.Пеш аз пухтупаз аввал ошхона ва сипас асбобу анчоми мавриди истифодаро тоза кардан ва дар ҷои муайян ҷо ба ҷо гузоштан лозим аст.

3.Пеш аз шурӯъ кардан ба кор аввал нохунҳоро гиред, дастҳоятонро шӯед, пешдоман ва рӯймоли сарбандиро тоза ва дарзмол кунед, баъд пешдоманро пӯшида, мӯйҳоро даста карда, рӯймолро ба сар бандед.

4.Барои он ки остини курта ҳалал нарасонад, дар вақти кор нимостини махсус пӯшед ё остинро бар занед.

5.Дар вақти истифодаи плитаи газ дучанд эҳтиёт шудан лозим аст, чунки гази баромадаи носӯхта аз як тараф ҳаворо захролуд карда, ба одам таъсири бад мерасонад, аз тарафи дигар агар аланга расад, таркиш рух медиҳад. Бинобар он ҳеҷ гоҳ ба беҳуда баромадани газ дар ошхона роҳ надихед.



*Расми 1
Таҷҳизоти ошхона*



*Расми 2
Дар вақти таомпазӣ
пешдоман ва сарбан-
дакро пӯшед*

6.Агар дар ошхона бӯи газ набошад, аввал ҳавои онро тоза кунед, бодпарворо (форточкаро) кушода, баъд ба гӯшаки газдаргиронӣ диққат диҳед. Агар он дар ҳолати газ намебаромадагӣ бошад, он гоҳ гӯгирд ё асбоби махсуси барқии газдаргирониро истифода бурда, газро даргиронед. Алангаи гази даргиронида бояд баробар ва кабудчатоб бошад.

7. Агар аланга зардчатоб ё нобаробар бошад, сӯзишгоҳро тоза кунед. Агар дуруст наштавад, устои газро даъват намоед.

8. Қои кор ва атрофи газ бояд тоза бошад. Дар вақти пухтани таом плитаи газ бояд зери назорат бошад. Пас аз ҷӯшидани таом алангаи газро паст кунед ва ба болои газ чизи зудсӯзро нагузоред.

9. Пеш аз истифода бурдани зарфҳои тағаш ноҳамвор ба болои газ тағмонаки махсус гузоред.

10. Пас аз ба охир расидани пухтупаз, пеш ва баъд аз ҳӯрдани таом даст ва асбобҳои истифодашударо тоза шӯед.



Савол

1. Аҳамияти риоя кардани қоидаҳои санитарӣ ва гигиенӣ дар чист? 2. Дуруст даргирифтани газро чӣ гуна мушоҳида мекунед? 3. Аҳамияти тоза нигоҳ доштани ошхона, пешдоман, рӯймоли сарбанд, воситаҳои ҳӯрокхӯрӣ дар чист?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Барои ороиши ҳӯришҳои хунук чакка, сирко, равғани растанӣ, ҷурғот, мурч, кабудиҳо, шибит, кашниз, райхон, пиёзи кабуд, қаламфури булғорӣ ва тунд, донаи анорро истифода мебаранд. Онҳоро шумо дар оилаатон барои ҳӯришҳои хунук чӣ гуна истифода мебаред? Сифати коратонро аз модаратон пурсед. Аз баҳои додашон шумо қаноатмандед ё не?



Маслиҳати муфид барои кадбонуҳо

Барои он ки деғҷаи сирдори нав муддати зиёд хизмат кунад, намакобро дар он ҷӯшонед (1 қошукча намак ба 1 л об).

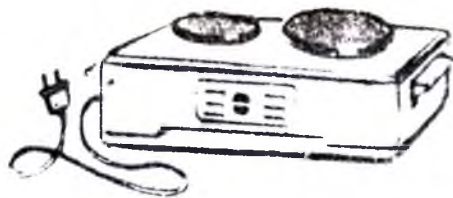
Қоидаҳои техникаи бехатарӣ дар вақти кор бо асбобҳои барқӣ

1. Кор бо асбобҳои барқӣ хавфи калон дорад, чунки он қувваи барқ мебошад. Бинобар ин аз ноқилҳо ва асбобҳои барқӣ худро эҳтиёт кунед.

2. Пеш аз он ки вилкаи плитаро ба васлак (розетка) пайваست кунед, диққат диҳед, ки ягон ҷои рӯйкаши (изоляцияи) ноқил хӯрда ва луч нашуда бошад.

Плитаро дар болои тағмонаки зидди сӯхторӣ гузоштан лозим аст, то ки дар вақти саҳт тафсидан сӯхтор ба вучуд наояд.

3. Дар вақти пайваст ва ҷудо кардани вилка бояд даст хушк бошад ва аз асоси он доштан лозим аст, то ки он ба васлак дуруст дохил шавад. Тавсия карда мешавад, ки аз плитаи спиралаш пӯшида истифода баред.



*Расми 3
Плитаи барқӣ*



*Расми 4
Аз асоси вилка доштан*

4. Барои эҳтиёт аз сӯхтор дар вақти таомпазӣ плитаро бе назорат нагузоред ва баъд аз пухтани таом вилкаро аз васлак ҷудо кунед. Сарпӯши дегча ё тобаро, ки дар он маҳсулоти моеъ ҷӯшида истодааст, аз тарафи худатон бо дастпӯшак гиред ва агар дегро аз плита гирифтани шавед, дастпӯшакро истифода баред. Агар дар тоба ё дег рағғани доғ бошад, масолеҳро аз тарафи худ оҳиста гузоред, то ки рағғани доғ чарахса накунад.



Расми 5

а, б, д – Ҳама зарфхоро, ки таоми гарм мепазед, бо дастпӯшак даст гиред.

в – Дар вақти ҷӯшонидани тухм ва дигар маҳсулот оби дег ё дегчаи сирдор бояд аз сатҳи он 10 –15 см поён бошад.

г – Сарпӯши дег ё дегчаи сирдори гармро барои насӯхтан бо дастпӯшак аз тарафи худ гирифтани лозим аст.

5.Ҳеч гоҳ зарфҳои тағашон қатшуда ё дастаашон шикастаре истифода набаред, чунки дар вақти гирифтани онҳо яклаба мешаванд ё онҳоро аз як дастак ё гӯшаашон саҳт дошта наметавонед. Он гоҳ хӯроки гарми суяк рехта, шуморо сӯзонданиш мумкин аст.

Ба масолеҳи ҷӯшидаистода қанд, маҳсулоти макаронӣ, биринҷ ва ғайраро бо эҳтиёт ва охишта андозед, ки он чарахса накунад ва даст ё рӯятонро насӯзонад.



Савол

- 1.Барои чӣ қоидаҳои техникаи беҳатариро меомӯзанд?
- 2.Аз чӣ сабаб вилкаро бо дасти хушк ба васлак (розетка) дохил кардан лозим аст?
- 3.Дар вақти кор бо зарфҳои маҳсулоти моеъдор ва гарм кадом қоидаҳои техникаи беҳатариро риоя кардан лозим аст?



Соҳибхоназан бояд инро дар назар дорад

Барои паст кардани сӯзиши ҷои сӯхтагии бадан порчаи докаро гирифта, ба маҳлули перманганати калий (маргансовка) тар карда, ба ҷои сӯхтагӣ гузоред ва аз болояш докапеч кунед.



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

1. Кадом қоидаҳоро риоя карда маҳсулотро дуруст ба тоба ё деғи рағғани доғ ё оби ҷӯшидаистода дошта меандозанд?
2. Маҳсулоти хӯроквориро номбар кунед.
3. Дар вақти таомпазӣ ин қоидаҳоро омӯzed, риоя кунед ва дар синфхонаи меҳнат ё дар хонаатон маҳсулотро ба рағғани доғ ё оби ҷӯшидаистода андозед. Дурустии коратонро дар хона аз модар, дар мактаб аз муаллим пурсед.



Саволҳо барои такрор

1. Риоя кардани қоидаҳои техникаи бехатарӣ ҳангоми истифодаи зарфҳои ҳарҳела чӣ аҳамият дорад?
2. Барои аз сӯхтор эҳтиёт шудан кадом қоидаҳоро дар назар доштан лозим аст?

БОБИ I. ТАОМҲОИ МИЛЛӢ ВА ОРОИШИ ДАСТАРҲОН

§ 1. Хусусиятҳои асосии таомҳои миллии тоҷикӣ

Санъат ва илми таббоҳии халқи тоҷик дар давоми садсолаҳо ташаккул ёфтааст. Ҳар як халқ таомҳои миллии худро дорад, ки онҳо аз таомҳои халқҳои дигар фарқ мекунанд. Хусусиятҳои таомҳои миллии тоҷикӣ дар он аст, ки маҳсулоти гӯштӣ, гӯшти моҳӣ, мурғ, чӯчаро зиёдтар ва бе маҳдудият, вале баъзе намуди ярма (марчумак, чав, чави русӣ), гӯшти мурғобӣ ва ғозро кам истифода мебаранд; аз гӯшти асп қазӣ тайёр мекунанд.

Хусусияти дигари таомҳои миллии тоҷикӣ он аст, ки дар таом мош, лӯбиё, нахӯд, ҷуворӣ, биринҷ, сабзавот (шалғам, турб, каду, лаблабуи сурх, сабзӣ)-ро зиёд истифода мебаранд; дар маҳсулоти ҳамирӣ – нон, самбӯса, қатлама, лағмон, угро, манту, чак-чак ва гайра орд бештар ба кор меравад.

Ҳангоми шиносшавӣ бо таомҳои миллии тоҷикӣ ба таомҳои миллии ўзбекҳо ҳам эътибори махсус медиҳем, чунки аксар номҳои таомҳо на фақат ба якдигар монанд ҳастанд, балки тарзи интиҳоби масолеҳ ва тариқи тайёр кардани онҳо ҳам бо ҳамдигар мувофиқ мебошанд.

Сабабҳои ба якдигар монанд будани таомҳои ин ду миллат дар он аст, ки онҳо аз давраҳои қадим дар ҳамсоягӣ умр ба сар бурдаанд.

Қайд кардан зарур аст, ки тоҷикон авлоди қадимтарини ориёӣҳо – халқи маҳаллӣ буданд, дар ҳудуди Тоҷикистони имрӯза аз замонҳои хеле қадим зиндагӣ мекарданд ва таомҳои болаззати ба худ хос доштанд.

Дар оташ, об, буғ пухтани маҳсулот аз қадимулайём маъмул буд ва ба мо ҳамчун мерос боқӣ монда, паҳн гардидааст. Агар сихкабоб дар оташ, манту дар буғ, таоми

1-ум дар об чӯшонда ва дам дода пухта шавад, маҳсулот нарму мулоим ва таом бо осонӣ ҳазм мешавад.



а



б



в

Расми 6

Таоми дар буг (а), об (б), оташ (в) пухтагӣ

Чӯшондан ва дам дода пухтани таом аҳамияти санитарӣ дорад, чунки дар ҳарорати баланд микробҳо маҳв мешаванд ва моддаҳои захронокӣ дар баъзе маҳсулот мавҷудбуда аз байн мераванд.

Дар мо тарзи дар буг пухтани манту, тушбера, дӯлма, барракабоб хеле маъмул ғаштааст. Ин тарзи пухтан талафи моддаҳои ғизоиро кам карда, шакли таомро вайрон намекунад. Намаки ба об андохташуда таомро тезтар мепазонад, чунки намак ҳарорати бугро баланд мекунад.

Баъзе таомҳоро, монанди самбӯсаҳои алафӣ, кадугӣ, гӯштӣ ва ғайраҳо, нон, танӯркабобро дар танӯри махсус мепазанд, ки таъми хос доранд.

Барои пухтани сихкабоб, кимакабоб дар кӯра ангишт рехта, оташ мегиронанд ва мепазанд.

Яке аз хусусиятҳои таомҳои тоҷикӣ дар он аст, ки масолеҳро дар вақти коркарди гармӣ дар деғҳои чӯянӣ, мантупазак, оташи кӯра ва танӯр мепазанд. Дар ин вақт таоми тайёр таъми махсуси нотақрор ва бӯи хуш пайдо мекунад. Дар вақти пухтани таом дар буг таомҳо таркиби

биологии худ – намакҳои минералӣ, витаминҳоро нигоҳ медоранд, гӯшти маҳин ҷӯшида хуштаъм мешавад. Бисёр таомҳои тоҷикиро бо пиёз мепазанд ва ба онҳо хӯришҳои махсус: кабӯдӣ, ҷургот, қаламфури сурх ва тунд, зира, зирк, бодӣён, заъфарон, кашниз, шибит, ҷаъфарӣ, пудина, райҳон, пиёзи кабӯд, шилха ва ғайраро майда карда ҳамроҳ мекунанд.

Барои бирён кардани махсулот ба ҷои қиёми помидор (томат) помидори тару тозаро истифода мебаранд. Помидорро барои ороиши таомҳои яқум ва тайёр кардани хӯришҳо низ истифода мебаранд. Ба таомҳо чакка, ҷургот, қаймоқ низ меандозанд. Хусу-



*Расми 7
Оши уғрои гелакдор*

сияти фарқкунандаи таомҳои миллии яқум он аст, ки дар онҳо гӯштро истифода мебаранд ва он таркиби ғизоии таомро беҳтар мегардонад.

Ба таомҳои дуҷум хӯришҳои аз сабзавоти тару тоза, донаи анор, ревоҷ, турб ва ғайра тайёркарда алоҳида дода мешаванд. Дар ошхонаҳои миллии хусусиятҳои махсуси додани таоми тайёр ва ороиши дастархон боқӣ мондааст.

Барои таомхӯрӣ ҷои махсус тайёр мекунанд; дар атрофи хонтахта кӯрпача мепартоянд ва ба болои он дастархони тоза меандозанд. Ҳоло дар ҳамаи хонадонҳо, алаҳхусус дар вақти пешвозгирии меҳмонон ва тӯю сур аз мизу курсиҳо истифода мебаранд.

Хотиррасон мекунем, ки тоҷикон аз қадимулайём ба таом, алаҳхусус ба нон ҳамчун неъмат хурмату эҳтиром

доштанд. Нонро партофтан ва ё ба замин афтондан мумкин нест. Онро ба дастархон чаппа намегузоранд ва бо ду даст оҳиста мешикананд. Агар нонреза шавад, гирифта ба даҳон меандозанд. Баногоҳ нон ё нонреза ба рӯи кӯрпача, гилем ё фарши хона афтад, онро гирифта ба чашм мемоланд, ки ин маънои басо азиз доштани нонро дорад.

Нӯшокии дӯстдоштаи тоҷикон чой мебошад, алалхусус чойи кабуд. Ҳеҷ гуна қабули меҳмон ё вохӯрии дӯстон ё сӯхбат оростан бе як пиёла чойи гарм намегузарад. Ватани чойи кабуд Хитой мебошад; онро аз асри VII боз истеъмол мекунанд.



Савол

1. Санъати таомпазии тоҷикон чӣ хел хусусият дорад?
2. Кадом масолеҳи хӯроквориро дар ошхонаи тоҷикӣ истифода мебаранд?
3. Нӯшокии дӯстдоштаи тоҷикон кадом аст?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Гӯед, ки ҳурмату эҳтироми тоҷикон нисбати нон чӣ гуна аст? Ҳурмату эҳтироми нонро худатон ва аъзои оилаатон чӣ хел ба ҷо меоред?



Маслиҳати муфид

Барои ба муддати дароз шах нашудани нон, онро дар зарфи сирдори сарпӯшдор нигоҳ доред.

§ 2. Ороиши дастархон

Ороиши дастархон якчанд намуд дорад: ҳаррӯза, тантанавӣ, барои рӯзи таваллуд, идона ва ғайра.

Барои ороиши дастархони ҳаррӯза ба рӯи мизи хӯрокхӯрӣ дастархон, аз тағи он клеёнка паҳн мекунанд, то ки дар рӯи миз изи зарфҳои тафсон боқӣ намонад ва сатҳи дастархон тахт бошад.

Дар миёнаҷои миз намакдон, мурчу қаламфур, сирко,

хардал (горчитса), нон мегузоранд. Табақчаҳои хурдро дар як хел масофа гузошта, аз тарафи рости он корду қошук ва аз тарафи чапаш чангак (вилка) мемонанд, қошук ва чангакро рӯ ба боло мегузоранд.

Агар ҳамроҳи таом хӯрише пешбинӣ шуда бошад, пас ба рӯи он қошуки умумӣ истифодашаванда мегузоранд. Бо ин қошук фақат хӯришро ба табақчаҳои худ гузошта, баъд қошукро боз ба болои хӯриш мемонанд, то ки дигарон ҳам истифода баранд.

Дар хотир доред, ки бо қошуки худӣ таоми барои умум гузоштаро намегиранд.

Сачоқчаҳои матоиро ба шакли секунча, китобча, бодбезакшакл, бодбоншакл ва ғайра тайёр карда, ба даруни табақчаҳои алоҳида барои ҳар кас гузошташуда таҳ карда мемонанд. Сачоқчаҳои қоғазӣ қулай ва ба талаботи гигиенӣ пурра ҷавобгӯ мебошанд, бинобар ин онҳоро ба даруни истакон ё гулдони махсус монда, дар миёнаҳои миз мегузоранд. Бо ин сачоқчаҳои қоғазӣ даст, лабу даҳонро пок карда, ба табақчаҳои истифодашуда мегузоранд. Сачоқчаҳои матоиро барои аз резиши таом эҳтиёт кардани зону мегузоранд. Баъди ба охир расидани таомхӯрӣ бо ин сачоқчаҳо лабро пок мекунанд ва онро ба болои миз дар назди табақчаи истифодашуда ба шакли секунча, чоркунча ё росткунча таҳ карда мемонанд.

Дар шароити хона ҳам ороиши дастархон гуногун мешавад. Барои нахорӣ, хӯроки нисфирӯзӣ, шом, рӯзҳои тантанавӣ ё таклифи меҳмонҳои кам ва ғайра қоидаҳои одобу рафтор дар гирди дастархонро дар назар дошта, онро риоя кардан лозим аст.

Ороиши дастархон маъноӣ ба рӯи миз густурдани дастархон, гузоштани асбобу анҷоми зарурӣ: қошук, корд, чангак, қошукчаҳо ва ғайраро дорад. Дар вақти ба дастархон додани ширавориҳо, мевачот, чой ва хӯришҳо талаботҳои дар дастархон дуруст гузоштани онҳоро риоя кардан ва баъди истеъмоли таом дастархонро тоза кардан лозим аст.



*Расми 8
Ороиши дастархон*

Таом ба дастархон пайхам дода мешавад. Аввал чой, ширавориҳо, нон, маҳсулоти хамирӣ, маҳсулоти ширӣ, баъд таомҳои гарм ва барои таомро ба охир расонидан боз чой дода мешавад. Таоми гармро дар табақчаҳои калон ё табақҳои дарозрӯя (байзашакл) медиҳанд ва ҳар як узви оила мувофиқи таби худ аз он ба табақчаҳои худ ҷудо карда мегирад.

Чойро дар чойники чинӣ дам мекунанд ва ба он чойникпӯшакро пӯшонда, онро якҷоя бо пиёлаҳо ва ширавориҳои миллӣ, мураббо, канд, кулчаҳои кандин, самбӯса, мевачоти хушк: ғӯлинг, мавиз, чормағз, бодом ва ғайра дар канддон ё табақчаҳои махсус гузошта, ба рӯи лаълӣ монда ба сари миз меоранд.

Дар дастархон, албатта, сачоқчаҳои матоӣ (газворӣ) ва коғазӣ гузошта мешаванд. Барои боз ҳам зеботар шудани

дастархон сачокчаҳои матоиро ба ягон шакли дилхоҳ таҳ карда, ба болои табакчаҳои барои хӯриш пешбинишуда гузоред.

Барои ороиши дастархони хӯроки нисфирӯзӣ асбобҳои зиёдтар истифода мешаванд. Бинобар ин табакчаҳо, истаконҳо, кабудихо, каламфур, мурч, намак ва ғайраро барвақттар мегузоранд.

Аввал чой, ширавориҳо, хӯришҳо, баъд баъзе асбобҳоро гундошта, таоми якумро медиҳанд. Таоми якумро



Расми 9

Бо чангак хӯрдани таом



Расми 10

*Бо корд бурида, бо чангак
хӯрдани таом*

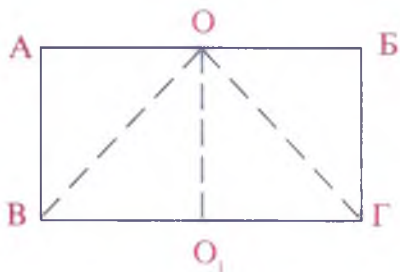
барои ҳар як кас дар коса медиҳанд. Гӯшти пухтагӣ, сабзавот – картошка, шалғам, сабзӣ ва ғайраро дар табакҳои алоҳида ба дастархон мегузоранд. Ба миз кабудии реза карда, чакка ё чурғот ва хӯришҳоро низ мегузоранд. Таоми дуюмро (агар шашлик, кабоб бошад) дар вақти муқарраршуда алоҳида ба дастархон медиҳанд.

Қоидаҳои таҳкунии сачокчаҳо

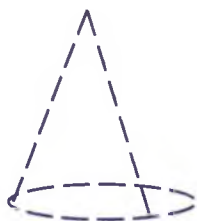
1. Бодбезакшакл. Сачокро дуқат карда, тарафи ростишро рӯи кунад ва аз як нӯгаш гирифта ба тарзи чин-чин 5 – 6 қат кунад, боқимондаашро баръакс, яъне нӯги дигарашро ба тарафи чап чин-чин қат карда ба рӯи табакча гузоред.



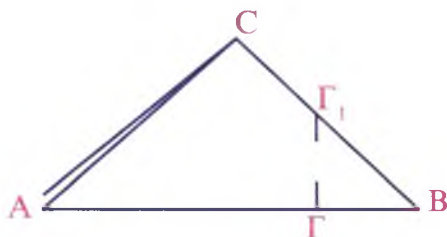
2.Мушакшакл (ракеташакл). Сачоқчаро дуқат кунед, баъд тарафи рoштарo рӯ карда, ба тарафи дарун ба шакли секунҷа аз нуқтаи А ва В ба О қат кунед ва онро рост ба рӯи табақча гузоред.



3.Бодбоншакл. Сачоқчаро ба гирди даст ва ангуштон кифшакл давр занонда, баъд қисми поёнашро ба боло қат карда ба табақча гузоред.

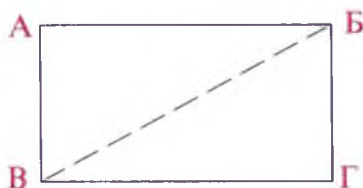


4.Шамъшакл. Сачоқчаро ба шакли секунҷа қат карда нуқтаи АВС ҳосил кунед ва нуқтаи В-ро то $\Gamma\Gamma_1$ қат карда,

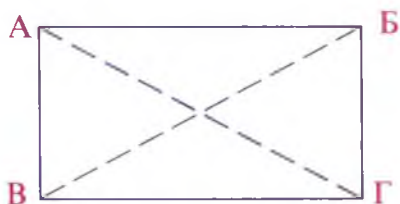


ба тарафи ростшуда печонед, баъд нӯги тези онро ба пеш нигаронида рост гузоред

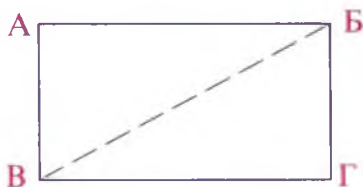
5.Пӯпакшакл. Сачоқчаро чоркат карда, як каташро ба шакли секунча таҳ кунад.



6.Қандшакл. Сачоқчаро чоркунча карда, ду нӯгашро қат кунад.



7.Секунчашакл. Сачоқчаро чоркунча карда, як нӯгашро аз нуқтаи В ба шакли секунча меорем.



§ 3. Ороиши дастархони идона

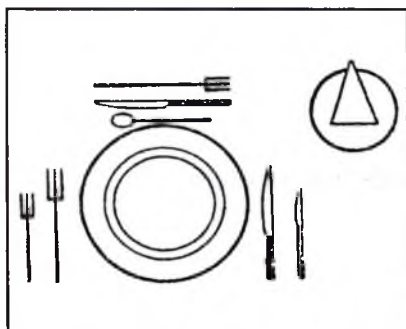
Ороиши дастархони идона, тантанавӣ мураккабтар аст. Барои ин вобаста ба шумораи одамон мизу курсихо гузошта мешаванд.

Мизҳоро вобаста ба ҷой ба шакли “Т”, “Г”, “П” ва ғайра мегузоранд. Барои соҳибчашн ва меҳмонони фахрӣ

дар ҷои ба ҳама намоён ҷо тайёр мекунад. Ба рӯи мизҳо аввал клеёнка ва аз болои он дастархони сафед мепартоянд. Баъд ба болои он хӯришҳо, сачокчаҳои когазӣ ва барои ҳар як кас табақчаҳо, қошук, чангак, корд, қадаҳ, истакон ва сачокчаҳои матоиро ба шакли ба рӯзи ид мувофиқ (бодбоншакл, бодбезакшакл, шамъшакл ва ғайра) таҳ карда, ба болои табақчаҳои пеши ҳар кас мегузоранд. То омадани меҳмонон ба рӯи миз гул, мевачот, ширавориҳо, хӯришҳои сард, нӯшокиҳо, нон мегузоранд. Барои ҳар як кас табақчаҳои миёна (барои хӯриш), майда (барои пирог) дода мешавад. Асбобу анҷоми хӯрокхӯрӣ – қошук, чангак, корд, қошукчаҳо барои шираворӣ, қаҳва, чойро ба тартиб мегузоранд.

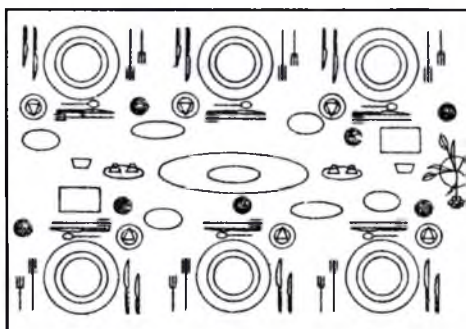
Аз тарафи рости табақчаи хӯриш корд (дамаш ба тарфи табақча) ва қошук (рӯ ба боло), аз тарфи чапи табақча чангаки калон ва чангакчаи десертӣ (рӯ ба боло) гузошта мешавад.

Баъд аз пешвоз гирифтани, ҷо ба ҷо шинонидани меҳмонон дар вақти муайян дар табақҳо ё алоҳида хӯриш ва таомҳои гармро медиҳанд. Баъд аз хӯрдани таом тарбуз, чой, ширавориҳо дода мешаванд. Дар ин маврид ба меҳмонон 5 – 6 хел таоми сард ва 2 – 3 хел таоми гарм дода мешавад. Ин таомҳо ба сари ҳар кас ба миқдори $\frac{1}{4}$ ё $\frac{1}{2}$ ҳиссаи порсия мувофиқ меояд. Санъати таомпазии миллӣ



Расми 11

Нақшаи ҷобаҷогузории асбобҳои хӯрокхӯрӣ



Расми 12

Тарзи ҷобаҷогузории асбобҳои хӯрокхӯрӣ

на фақат таркиби баланди таомҳо, инчунин ороиши хуби таомҳоро низ дар бар мегирад. Он на фақат мизро ороиш медиҳад, балки иштиҳоро низ мекушояд.

Таомҳоро аввал ба назди калонсолону меҳмонони фахрӣ ва баъд аз тарафи дасти рост сар карда ба назди дигар нишастагон мегузоранд. Асбобҳои мавриди истифода бояд якхела бошанд. Асбобҳои изофаро дар вақташ гирифтани, табакчаҳои ифлосро бо табакчаҳои тоза иваз карда истодан лозим аст. Нӯшокиҳоро илова мегузоранд, дар вақтҳои муайян чой дода истодан лозим аст. Асбобҳоро дар вақти ноилочӣ иваз бояд кард.

Роҳбаре, ки барои танзими таом ва нӯшокиҳо вазифадор аст, бояд ба меъёри муайян гузоштани онҳо аҳамият диҳад. Барои меҳмонҳои деромада як қисми мизро ҳолӣ гузоштан лозим аст. Барои ҳофизон, баранда ва ғайраҳо ҷои муайян ҷудо ва тайёр бояд кард.

Мақсади ороиши дастархон намоиши хуб, зебоии мизи таомхӯрӣ ё ҷойнӯшӣ аст. Ҳар як шахс метавонад дастархонро мувофиқи таъби худ ороиш диҳад. Бинобар ин барои як оила (6 ё 12 кас) воситаҳои хӯрокхӯрӣ зарур аст.

Воситаҳои хӯрокхӯрӣ барои 6 нафар:

1. Табақи чуқур – 6 - то
2. Табақи майда – 6 - то
3. Табақчаи хӯриш – 6 - то
4. Табақча барои пирог – 6 - то
5. Қошуқи махсус барои гирифтани хӯриш – 1 - то
6. Хӯришдон – 2-то
7. Табақча ё коса барои таоми суюқ – 6 -то
8. Қайладон – 1 - то
9. Табақи мудаввар – 1 - то
10. Табақчаи байзашакл – 1 - то
11. Коса барои таоми суюқ бо табакчааш – 6 - то
12. Мурчдон, намақдон, хардал, сирко – 1 - то
13. Сӯроҳӣ барои об – 1 - то
14. Сӯроҳӣ барои афшураи мевачот – 1 - то
15. Қадаҳ – 6 - то

16. Чом – 6 - то
17. Корд, чангаки хӯрокхӯрӣ ва десертӣ – 6 - то
18. Дастархон – 1 дона
19. Сачоқи матой – 6 - то

§ 4. Риоя намудани маданияти хӯрокхӯрӣ ва қоидаҳои нишастан дар сари мизи хӯрокхӯрӣ

Дастархони ородода касро ба тановули бомаънию ботартиб, истифодаи дурусти асбобҳои таомхӯрӣ одат мекунонад.

Худро барои дуруст дар сари миз нишастан ва ҷӣ гуна бо асбобҳои таомхӯрӣ (қошук, чангак, корд ва ғайраҳо) муносибат кардан одат кунондан лозим аст.

Дар сари миз рост шинед, беодобӣ накунед, курсиро ҷунбонда ба шахси дар пахлуятон нишаста ҳалал нарасонед, бо дастархон ва пӯпакҳои он бозӣ накунед, чунки агар якбора ғалтед, ҳамаи асбобҳо ва таомҳои гарм ба болои худатон ё шахси дар пахлуятон нишаста мерезад.

Ҳеҷ гоҳ кордро ба даҳон наандозед, чунки забон ва лабатонро мебурад, бинобар ин бо корд таом хӯрдан мумкин нест. Бо чангак дандон тоза накунед, ки даҳон, забон, лабро сӯроҳ карданаш мумкин аст. Дандонро бо дандонхилол (ҷӯбчаи дандонтозакуни) тоза кунед. Дар назди меҳмонон дандон тоза кардан манъ аст. Умуман дандонро бо сӯзан, ресмон тоза намекунанд, чунки милки дандонро мебурад ва хуншор мекунад. Баъди аз ҷой хеста рафтани даҳонро бо оби гарм ва ағар лозим шавад, бо оби содаи нӯшокидор чайкунед.

Қимакабоб (котлет), ғелаккабоб, моҳӣ, сабзавоти пухтагӣ, тухмбирён ва ба онҳо монанд таомҳоро бо чангак қисм-қисм майда карда истеъмол мекунанд. Агар таоми дуум, масалан гӯшти яклухт бо гарнираш дода шавад, он гоҳ кордро дар дасти рост ва чангакро дар дасти чап медоранд. Гӯштро бо чангак дошта, бо корд мебуранд. Дар

ин вақт чангакро моил нигоҳ доред. Агар чангакро рост, яъне амудӣ нигоҳ доред, он ғечид, ҳамаи таом ба рӯи миз мерезад. Гӯштро бо чангак моил дошта, бо корд кам-кам буред. Он гоҳ таом тез хунук намешавад ва сифаташро нигоҳ медорад. Дар ин ҳолат гӯштро бо чангак бо дасти чап меҳӯранд. Бояд ҳар кас ба табакчаи дар пешаш гузошта таомро аз зарфи умумӣ ба воситаи асбобҳои махсус – қошук, чангак, корд (шаклашон фарқ мекунад) гирад, ки ин риоя кардани оддитарин қоидаи гигиенӣ мебошад. Дар вақти таомхӯрӣ ба талаботи зерин риоя кунед: таомро нағз, саросема нашуда хоед, нарезонда, хушрӯй ва беовоз хӯред, ки ин бомаданиятии шуморо нишон медиҳад.

Дар қаҳвахона ва тарабхонаҳо барои тайёр кардани таомҳо касбҳои таббӯх (ошпаз), қаннод (пазандаи шираравориҳо, печенье, торт), наρχгузор (номгӯй, наρχ, миқдор ва ҳаҷми таомро муайян мекунад), чошнигир (сифати таомро месанҷад), пешхизмат (таомро бомаҳорат ба рӯи миз гузошта, таъби таомхӯрандаро хуш мегардонад) мавҷуданд.

Агар шумо доир ба чунин касбҳо маҳорат ва малака ҳосил кунед, албатта, таоматон болаззату ғоидабахш ва дастархонатон доим зебою орошта мешавад.



Савол ва супориш

1. Аҳамияти ороиши дастархони миллӣ бо истифода аз асбобу анҷоми хӯрокхӯрӣ дар чист?
2. Кадом қоидаҳои дар миз гузоштани корд, қошук, чангак ва қошукча, чангаку корди десертӣ ва гайраро медонед?
3. Вазифаи сачоқчаҳои матой ва қоғазиро гӯед.
4. Кадом намуди таҳкунии сачоқчаҳо ба шумо маъқул аст?



Соҳибхоназан бояд инро дар назар дорад

Дар вақти қабули меҳмон бояд хона ва либос тозаю орошта, мӯй шонакардагӣ, рӯй ва абрӯвон ороиш дода



а

б



в

Расми 13 а, б, в
Орошии рӯи хӯришҳо

шуда бошад. Меҳмонро бо чехраи хандон ва кушод пешвоз гиред. Дар сари миз дар давоми сӯҳбат агар меҳмоне хатогӣ содир кунад ё асбоберо афтонда шиканад ё таомро резонад, ягон саволи бечо диҳад, шумо ба ӯ бо овози баланд, дағалона ҷавоб надихед, ки дили дигар нишастагон меранҷад. Бо мулоимӣ, оромона, бо чехраи кушод, боодобона ҷавоб диҳед, то ки давоми сӯҳбат бо хурсандӣ гузарад. Масолехро барои хӯришҳои сард бо пушташ дар об ҷӯшонед. Дар ин ҳолат ҳамаи витаминҳо ва моддаҳои шифобахш нигоҳ дошта мешавад.

Супориш

Хӯриши винегрет ва оливйеро дар хона тайёр кунед.
1. Қаймоқ, майонез ё равгани пок ва намакро ба хӯришҳои оливйе ва винегрет чанд соат пеш аз ба рӯи миз гузоштан меандозанд.

2. Ба хӯриш пеш аз ба миз гузоштан қаймоқ, кабудӣ, намак, лаблабуи сурх ва ғайраро илова карда, аз модаратон хоҳиш кунед, ки ба сифати ин хӯришҳои тайёркардаатон баҳо диҳад. Баҳои додашон шуморо хурсанд кард ё не?

§ 5. Шир ва маҳсулоти ширӣ

Илм доир ба шир аз омӯхтани таркиби биологии шир ва маҳсулоти ширӣ сар шудааст. Физиологи рус Иван Петрович Павлов гуфтааст: "Шир таоми тайёрест, ки табиат офаридааст". Ва шир аз дигар таомҳо сабуктар ва зудҳазм мебошад. Кадом таомеро пазем, аз таркиби биологии шир зиёд таом пухта наметавонем.

Олим, файласуф ва шифокори бузург Абӯалӣ ибни Сино гуфтааст, ки ширро бояд бачаҳо, калонсолон, беморон ҳар рӯз ақаллан як ё ду пиёла ва зиёдтар нӯшанд. Шир барои организм шифо мебошад. Он кори узвҳои босира, сомеа, зоика, эҳсос, нафаскашӣ, дил, асаб ва фишори хунро мӯътадил мегардонад, барои сабзиши устухон мадад мерасонад, аз касалии пӯст ва касалиҳои гузаранда эмин нигоҳ медорад ва ғайра.

Шир яке аз қиматбаҳотарин маҳсулоти ҳӯрокворӣ мебошад. Дар табиат мисли шир маҳсулотеро пайдо кардан душвор аст, ки қариб сад ҳел моддаи қиматбаҳо ва барои организми инсон зарурӣ дошта бошад. Дар таркиби шир аз моддаҳои шифобахш сафеда, равған, фермент, канд, витаминҳои дар об ва дар равған ҳалшаванда, намакҳои минералӣ, об ва ғайра мавҷуданд.

Аз сабаби он ки дар таркиби шир моддаҳои барои

организм муфид зиёданд, онро барои таоми парҳезӣ ва хӯроки бачагон истифода мебаранд ва он бо ҳеҷ чиз иваз карда намешавад.

Дар комбинатҳои шири ҳозиразамон коргарони дорои чунин ихтисосҳо кор мекунанд: тайёркунандаи маска, панир, устои шир, қаймоқ, творог, ҳама намуди чурғот, яхмос ва ғайра. Аппаратчиён барои фуруш шири қиём ва шири хушк тайёр мекунанд. Ҳамаи ин амалҳо автоматӣ буда, бе расонидани даст иҷро карда мешаванд.

Дар вақти пастеризатсияи шир ($80 - 85^{\circ}$) ҳамаи моддаҳои ғоиданок боқӣ мемонанд. Шири дар шиша ва қоғазхалтачаҳои махсус баровардаи комбинатро на-ҷӯшонидани истеъмол кардан мумкин, аммо шири дар фляг оварда ё аз бозор харидаро ҳатман бояд ҷӯшонд, то ин ки баъзе микробҳои зарарнок набуд шаванд.

Ҷадвали 1

Массаи баъзе масолах бо г

Масолах	Истақон, 250 г	Қошукҳо		Дона
		қошуки ошхӯрӣ	қошукча	
1. Қаймоқ, майонез	250	25	10	—
2. Об, шир	250	15	5	—
3. Маска	240	20	5	—
4. Равғани растанӣ	225	16 – 18	4 – 5	—
5. Қашк	200	25	10	—
6. Шакар	200	25	10	—
7. Сирко	—	15	5	—
8. Тухм	—	—	—	—
9. Намак	325	30	10	1 дона – 46 г

Дар истеҳсолот ва шароити хона аз шир намудҳои зиёди маҳсулоти шириро ҳосил мекунанд. Дар шароити хона аз шири турш, вақте ки ба ҷӯшидан сар кард, творог ҳосил мешавад, онро зиёд ҷӯшонидан мумкин не, чунки ба ҷои творог обаш зиёд мешавад. Ба шири ҷӯшида, гармиашро паст карда, сафедӣ (ба 1 л як қошукча), як

микдор чурғот, қаймоқ ё як бурида нон меандозанд. Баъд онро омехта карда 4 – 6 соат зиёдтар дам медиҳанд ва чурғот ҳосил мешавад. Баъди хунук шудан онро ба халтаи матой андохта овезед, обаш мечакад ва чакка ҳосил мешавад ва ғайра.

Сифати маҳсулоти шириро аз рӯи намуди зоҳирӣ, ранг, бўй ва мазааш бо осонӣ муайян кардан мумкин аст. Маҳсулоти ширии вайроншуда бўи хоси гализ дорад, рангаш дигар, мазааш турш ё талх мешавад. Шир ва маҳсулоти шириро дар яхдон нигоҳ медоранд. Қоида ва талаботи вақти нигоҳдории онҳоро риоя кунед.

Ҷадвали 2

Вақти нигоҳдории шир ва маҳсулоти шири

Маҳсулот	Вақти нигоҳдорӣ дар ҳарорати аз +4 то +8°C
1. Шири хом	20 соат
2. Маҳсулоти ширии турш	24 соат
3. Творог	36 соат
4. Қаймоқ	72 соат
5. Панир	аз 5 то 15 шабонарӯз
6. Маска	5 шабонарӯз
7. Равғани зард	15 шабонарӯз

Ширро дар зарфи саркушода, дар назди оташ ё дигар маҳсулот – моҳӣ, пиёз ва ғайра, ки бўи гуногун доранд, нигоҳ доштан мумкин нест, чунки шир бўйро тез ба ҳудаш мегирад.

Шир ва маҳсулоти аз он ҳосилшавандаро боэҳтиёт истифода баред, чунки то ба дасти аҳоли расидани он меҳнати бисёр сарф шудааст. Ба қадри меҳнати коркунони хоҷагии қишлоқ – чӯпонон, говчӯшон, механизаторон, коркунони комбинати шир, нақлиёт, фурушандагон ва дигарон расед. Агар шир турш шавад, аз он творог, оладӣ, чалпакча пазед ё онро ба хамир андозед, аммо ҳеҷ гоҳ исроф накунад.

Маҳсулоти аз шир ҳосилшаванда

Маска маҳсулоти ҳӯроквории қиматбаҳо, серғизо ва пурқувват мебошад. Бӯй, ранг, мазаи хос дорад ва зудҳазм аст. Дар таркиби маска фосфолипидҳо, витаминҳои дар равған ҳалшаванда (А, Д, Е), каротин, моддаҳои минералии барои организми одам зарурӣ мавҷуд аст.

Творог яке аз қадимтарин маҳсулоти ширӣ мебошад. Он таоми серғизо ва ғоидабахш аст ва хосияти парҳезӣ дорад, бинобар ин онро барои бисёр одамон – хурдсолон, калонсолон ва шахсони гирифтори бемориҳои рӯдаю меъда, дил ва системаи асаб тавсия медиҳанд.

Дар таркиби творог ба миқдори зиёд фосфор, калсий, сафеда, витаминҳо, аминокислотаҳо, равған, об ва дигар моддаҳо мавҷуданд.

Чурғот таоми парҳезӣ, ғоидабахш, таскинбахш ва лаззатбаранда мебошад. Онро ҳама, алалхусус барои ҳосил кардани қувват дар вақти камхунӣ, касалии меъдаю рӯда ва ғайра истифода мебаранд.

Ҷадвали 3

Намуди таомҳо ва номи онҳо

Намуди таомҳо	Номи таомҳо
1. Таоми суюк	Шир, атола, угрои ширдор, курутоб, ширравған, таом бо ярма ва маҳсулоти макаронӣ
2. Шавла Таоми творогӣ	Кашкӣ, биринҷӣ ва дигар намудҳои ярма. Панирча, запеканка, фиринӣ, печенье, пирог, творог бо шир ва бо каймоқ
3. Қайла (хардал) ва ҳӯриш	Қайлаи ширдор, каймоқдор, ҳӯриши каймоқин ва бисёр ҳӯришҳои сабзавотӣ
4. Таоми ширӣ ва нӯшокиҳо	Фиринӣ, кремҳо аз шир, яхмос, коктейл, ширчой, полудай ширдор
5. Маҳсулоти хамирӣ	Бараки творогӣ, чалпакча, қўймоқ, пирог, кулчаи творогӣ, чак-чак, хамирҳои манту, тушбера, угро, самбуса ва ғайра

Аз шир бисёр маҳсулоти ширӣ ба монанди сливка, маска, панир, қаймоқ, творог, намудҳои гуногуни чургот, йогурт, мост ва ғайра ҳосил мекунанд, ки инҳо барои организми одам шифобахшанд.

Шир маҳсулоти зуд вайроншаванда мебошад, бинобар ин онро дар дегҳои махсуси сирдор ҷӯшонед. Он дамиши ширро нигоҳ медорад. Барои муддати зиёд нигоҳ доштани шир ба он як пора қанд меандозанд ва болаяшро напушида хунук мекунанд.

Агар таги шир сӯзад, онро ба дигар зарфи сирдор андозед ва ба оби хунук гузошта, бо нӯги корд як миқдор намак андозед. Он бӯи шири сӯхтагиро мегирад.

Донишони талабот ба таоми тайёр зарур аст.

Ҳамаи таомҳои суюқ, шавлаҳо, қайлаҳо бояд ранг, бӯй, мазаи шир дошта бошанд ва мувозинати масолеҳ дар онҳо ба ҳамдигар мувофиқ бошад; монанди таоми якум – суюқ, шавлаҳо, ё камтар часпак бошанд. Қайла нимсуюқ бошад ва дар он орди ба якдигар часпида (кулӯлашуда) ва таъми дигар масолеҳ набошад.



Савол

1. Чаро маҳсулоти ширӣ ба организми одам ғайдаовар аст?
2. Дар истеҳсолот аз шир кадом намудҳои маҳсулоти ширро истеҳсол мекунанд?
3. Кадом таомҳои ширро медонед?
4. Сифати маҳсулоти ширро аз рӯи чӣ муайян мекунанд?



Фикр кун, ҷавоб деҳ ва соз

Аз гуфтаҳои боло истифода бурда аз шир барои ҳар як узви оила чургот тайёр кунед. Дастархон ороиш диҳед ва аз аъзои оила хоҳиш намоед, ки ба маҳсулоти тайёркудаатон баҳо диҳанд.



Маслиҳати муфид

Бисёр соҳибхоназанҳо зарфи ширчӯшонидаро бо оби бисёр гарм мешӯянд. Аз таъсири оби гарм боқимондаи шир дар девораҳои зарф ба моддаи часпак мубаддал мешавад, ки зарфро пурра тоза карда наметавонед. Зарфи ширчӯшонидаро аввал бо оби хунук ва баъд бо оби гарм шӯед.



Дар хотир доред

Витаминҳои А, Д, Е дар равған ва витаминҳои С, В1, В12, РР ва ғайраҳо дар об ҳалшаванда мебошанд.

Талаботи солона ба шир ва маҳсулоти ширӣ барои ҳар як кас 332 кг-ро ташкил медиҳад.

Талаботи солона ба тухм барои ҳар як кас 265 дона аст.

Ҷадвали 4

Миқдори моддаҳои ғизоӣ дар 100 г маҳсулот

Номи маҳсулот	Тахминан дар 100 г маҳсулот		
	сафеда, %	равған, %	ангиштов, %
Шир ва маҳсулоти ширӣ	3,3	3,2	4,5
Творог	11 – 16,8	0,5 – 18	1 – 3,5
Панир	18 – 25	18 – 60	3 – 3,2

Қоидаҳои санитарии гигиенӣ дар вақти таомпазӣ

1. Дар вақти кор бо ҳӯрокворихо қатъиян риоя кардани қоидаҳои санитарии гигиенӣ аҳамияти калон дорад. Агар ин қоидахоро риоя накунед, ба захролуд шудани таом оварда мерасонад.

2. Агар мӯҳлати нигоҳдории маҳсулот ва таомҳои тайёрро риоя накунед ва меъёри ҳарорати нигоҳдории онҳоро вайрон кунед, барои истеъмол нобоб мешаванд.

Маҳсулоти зуд вайроншаванда – маҳсулоти ширӣ, гӯшт, моҳӣ ва ғайраро дар яхдон дар ҳарорати муайян нигоҳ доштан лозим аст. Мӯҳлати нигоҳдории маҳсулотро ба назар гиред.

3. Дохилшавии микробҳо ба маҳсулот ва таомҳо хавфи калон дорад. Бинобар ин болои онҳоро пӯшед, то ин ки ба онҳо пашша, магас ва дигар ҳашарот нанишинанд ва ба пайдоиши онҳо роҳ надихед.

4. Барои нест кардани микробҳои дар маҳсулот буда онҳоро тоза шустан лозим аст, хусусан маҳсулоти хомро.

Маҳсулоти хӯроквориро настути истифода набаред. Дар вақти тайёр кардани таом ва истеъмоли он дастҳоро тоза шӯед, чунки дар кафи даст микробҳо мавҷуд буданашон мумкин аст.

5. Таомҳоро агар дуруст интиҳоб ва қоидаҳои нигоҳдории онҳоро риоя накунед, хавфнок мешаванд.

Маҳсулоти дар таркибашон қарами намакин буда, компот ва монанди инҳоро дар зарфҳои алюминӣ, оҳанӣ, мисӣ пухтан ва нигоҳ доштан мумкин нест.

Маҳсулоти консерв кардашудаи дар қуттиҳои тунукагии саркушод буда хеле хатарноканд. Бинобар ин онҳоро ба дигар зарфҳои шишагӣ ё сирдор гузошта, мӯҳлати нигоҳдориашонро қатъиян риоя кунед.



Савол

1. Сабаби риоя кардани қоидаҳои санитарӣ ва гигиенӣ дар чист?
2. Дар кадом вақт таом хатарнок мешавад?
3. Микробҳо чӣ хел ба таом дохил мешаванд?



Маслиҳати муфид

Барои он ки зарфи сирдори навро мӯҳлати зиёд истифода баред, онро ба оби намакдор (5 қошукча ба 1 л об) андохта ҷушонед.

§ 6. Таомҳо аз шир ва маҳсулоти ширӣ

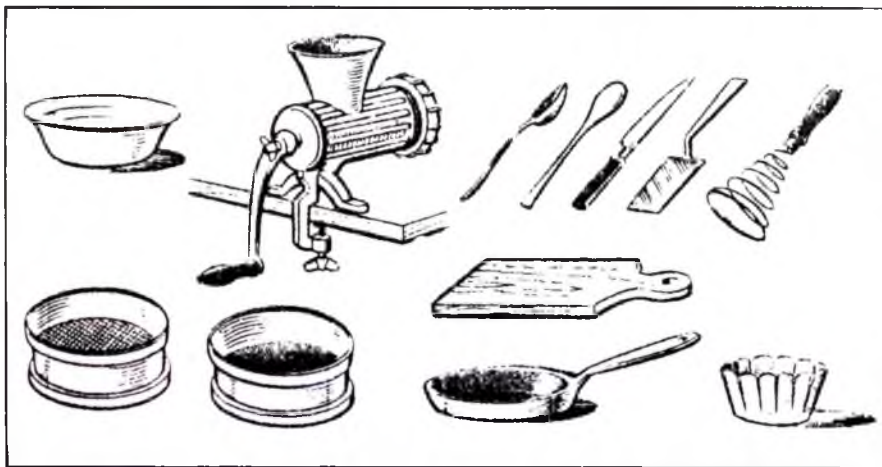
Аз шир ва маҳсулоти ширӣ таомҳои зиёд тайёр карда мешаванд.

Аз онҳо таомҳои якум – ширшавла, ширатола, ширӯмоч, ширугро, ширтуппа ва таомҳои макаронии суюки ширдор, ширшавлаи кадудор ва ғайра тайёр мекунанд.

Таомҳои дуҷуғи гарм – ширбиринҷ, шавла аз намудҳои гуногуни ярма, запеканка, панирча, чалпакча, қўймоқ, пирог, билиширо аз шир бе хамирмоя ё бо хамирмоя (хамирашро бо чурҷот ё бо шир ва маҳсулоти ширӣ шӯрида) тайёр мекунанд.

Аз шир таомҳои десертӣ – фиринӣ, крем, коктейл, яхмос, қайлаҳо низ тайёр мекунанд.

Барои тайёр кардани таомҳо аз маҳсулоти ширӣ чунин асбобу таҷҳизот ва зарфҳо лозиманд: дегҷаи сирдор, тоба, ғуштқимакунак, ҳар хел тахтачаҳо, чавлӣ, элак, белчаҳо, лаганди тафдон, ширпазак, қифи тӯрдор ва ғайра.



Расми 15

Таҷҳизот ва асбобҳо барои тайёр кардани таом аз творог

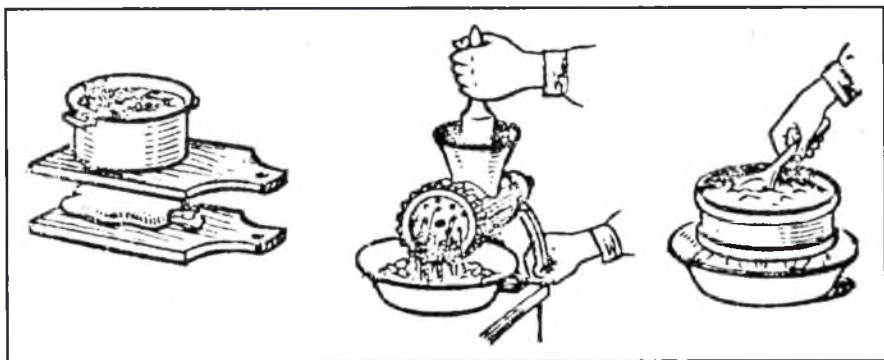
Аз масолеҳи ширдор ва шир таомҳои сард ва гарм тайёр мекунанд.

Таомҳои сард – творог бо шир, қаймоқ ва бо шакар, массаи творогин, панири творогдор.

Таомҳои гарм – панирчаи творогдор, запеканка, фиринӣ, бараки творогӣ ва ғайраҳо.

Барои тайёр кардани ин таомҳои гарм ба твороги тайёркарда (яъне коркарди якуми творогро иҷро кардан) тухм, шакар, ванилин ҳамроҳ карда, онро нағз меомезем, он вақт массаи (масолеҳи) творогин ҳосил мешавад.

Барои тайёр кардани масолеҳи творогӣ онро ба ҳалтача ё ба доқа гузоред. Барои он ки обаш шорад, ба болои он тахтачаро бо бораш мегузорем. Баъди обаш рафтани онро аз гӯштқимакунак мегузаронем ё дар элак соиш медиҳем.



Расми 16

Коркарди якуми творог



Савол ва супориш

1. Творогро аз кадом маҳсулот тайёр мекунанд?
2. Барои тайёр кардани массаи (масолеҳи) творогин кадом таҷҳизотро истифода мебаранд?
3. Массаи творогинро мувофиқи қоидаҳои зикршуда тайёр карда, ба сифати он баҳо диҳед?

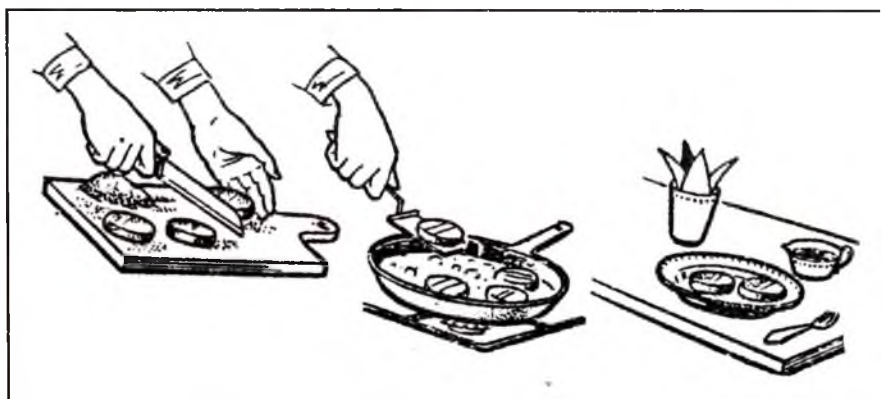
Кори амалии № 1

Тайёр кардани панирча (сирники)

Таҷҳизот: тоба, тағорача, элак ё ғўштқимакунак, тахтача, корд, кошуқ, кафғир, қайладон.

Миқдори масолеҳ бо г: творог – 140, орди гандум – 23, шакар – 15, равған – 5, қаймоқ – 20, тухм – $1/5$, ванилин – 0,02 (бо нўги корд), намак – мувофиқи табъ.

Коркарди творог ва тухм	Аввал тухмро мешўем. баъд онро ба болон тағорача дошта бо корд мешиканем.
Тайёр кардани массаи творогӣ: Ба твороги чафида ва аз ғўштқимакунак гузаронида шакар, намак, тухм ва $2/3$ хиссаи миқдори орд ванилини ба оби нимгарм халқарда ҳамроҳ мекунамд. Ҳамаашро нағз омехта мекунамд.	
Масолеҳи ҳосилшударо кулўла кунед. Ҳар яки онҳоро ба диаметри 5 – 6 см ва ғафсии 1,5 – 2 см бурида, ба орд гелонед.	
Бирён кардани панирча. Ба тобаи тафсида равған резед ва ҳар ду тарафи панирчаро камтар сурх кунед. Онро бо ҳамин усул дар тафдон ҳам пухтан мумкин аст.	
Ороиши маҳсулоти тайёр: Панирчаҳои тайёрро 2 – 3-тогӣ ба табакчаҳо гузоред, ба боляш қаймоқ ё қайлаи ширин резед. Қайла ва қаймоқро алоҳида додан ҳам мумкин аст.	



Расми 17

Тайёр кардани панирча (сирники)

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Сифати таоми тайёрро муайян кардан.
2. Ҳисоби миқдори масолеҳ барои оилаи худ.



Савол

1. Аз чӣ сабаб панирчаро мӯҳлати зиёд пеш аз пухтан тайёр кардан мумкин не?
2. Коркарди аввали тухм чӣ хел аст ва тухмро чӣ хел дуруст шикаста ба творог мерезанд?
3. Кадом қоидаҳои техникаи бехатариро дар вақти бирён кардани панирча риоя кардан лозим аст?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Талабот ба таомҳои аз творог ҳосилшаванда. Рӯи панирча, запеканка, фиринӣ бояд суфта, рангаш на он қадар сурх, маза, ранг, бўяш ба творог монанд бошад. Панирчаҳо бояд доирашакл бошанд. Ин корро дар мактаб бо аъзои бригадаи худ ё дар хона иҷро кунед ва ба сифати кори иҷрокардаи шумо муаллим ва аъзои бригада ё модаратон, ки дар наздатон мебошанд, баҳо диҳанд. Аз кори иҷрокардаи худ шумо қаноатманд ҳастед ё не?

Кори амалии № 2

Тайёр кардани қайлаи ширдор

Таҷхизот ва асбобҳо: тоба, дегчаи сирдор, 2 лаълича, элак, қайладон, қошук, элакчаи махсуси дастадор.

Миқдори масолеҳ барои 200 г қайла: шир – 150 г, равған – 10 г, орди гандум – 10 г, пиёба ё об – 50 г, шакар – 2 г, намак – мувофиқи таъб.

Рафти кор. Ордро бо равған дар дег ё дегчаи сирдор

Сафеда дар таркиби биринч – 7,3%, чавдор – 9,9%, сулӣ – 10% ва гандум – 12,7%-ро ташкил медиҳад.

Дар таркиби биологӣ назар андозем, сафедаи биринч ҷои якумро мегирад, чунки сафедаи он дар организми одам 95% ҳазм мешавад, сафедаи гандум – 87%.

Таркиби биологӣ чавдор дар ҷои дуюм меистад. Он аз ҷиҳати сафеда ба биринч монанд бошад ҳам, аммо баъзе моддаҳои зарурии он зиёдтар аст.

Дар ҷои сеюм аз ҷиҳати сафеда сулӣ меистад. Таркиби биологӣ он ба биринч наздик аст, сафедаи он дар вақти истеъмоли ба мубодилаи моддаҳо дар организм мадад мерасонад ва ба сафедаи масолеҳи ҳайвонотӣ – ба гӯшт ва тухм монанд аст, аммо аз сафедаи шир ва маҳсулоти ширӣ фарқ мекунад.

Маҳсулоти лӯбиғӣ аз ҷиҳати таркиби ғизоӣ дар байни масолеҳи хӯрокворӣ ҷои дуюмро мегиранд. Дар таомҳо нахӯд, лӯбиё, бокило, марҷумак, лӯбиёи чиниро бисёр истифода мебаранд.

Дар ошхонаи миллии тоҷикӣ нахӯд, лӯбиё, мош ва ғайраҳо зиёд истифода мешаванд.

Дар таркиби онҳо сафеда – 23%, равған – 2%, ангиштоб – 52%-ро ташкил медиҳанд ва аз ҷиҳати аминокислотаҳо ба гӯшт наздик мебошад.

Ярмаҳо: Аз гандум – кашк, марҷумак – марҷумак, чав – ярмаи чав, сулӣ – ярмаи сулӣ, патароки сулӣ – “Геркулес”, шолӣ – биринҷи суфта, ҷуворимакка – ҷуворимаккаи майда кардашуда ҳосил мешавад.

Кашк ва биринҷ дар организми инсон аз ҳама зиёдтар ҳал ва ҳазм мешаванд, бинобар ин онҳоро дар хӯроки бачагон ва парҳезӣ васеъ истифода мебаранд.

Ярмаҳоро аз якдигарашон аз рӯи ранг, шакл, намуд, калонию хурдиашон фарқ мекунанд.

Ярмаҳо дар хӯроки инсон ҷои муайяноро ишғол менамоянд. Асосан маҳсулоти лӯбиғӣ организми инсонро бо ангиштоб таъмин мекунанд, онҳо манбаи энергия мебошанд. Дар онҳо бисёр моддаҳои барои инсон

Ороиши таоми тайёр. Ба ширбиринч равған андохта, дар табакча ба мизи таомхӯрӣ диҳед.



Саволҳо доир ба такрори мавзӯи

"Шир ва таомҳои ширӣ"

1. Барои чӣ ширро ҳар рӯз нӯшидан лозим аст?
2. Кадом намуди таомҳоро аз шир ва маҳсулоти ширӣ тайёр мекунад?
3. Чӣ хел қайларо дар ҳӯрокворӣ истифода мебаранд?
4. Кадом творогро барои таомҳои сард истифода мебаранд?
5. Кадом хели таомҳои миллиро дар маҳалҳои шумо аз шир ва маҳсулоти ширӣ тайёр мекунад?

Кори амалии № 4

Тайёр кардани таом аз кашк

Таҷҳизот: дег ё дегчаи сирдор, тағорача, табакча, элак, кошук.

Миқдори масолах: кашк – 46 г, шир – 150 г, шакар – 9 г, намак – 2 г, маска – 15 г.

Рафти иҷрои кор

Коркарди якуми кашк – кашкро аз элак гузаронед, обро бо шир омехта карда, кашкро кофта истода ба он андозед.

Пухтани шавлаи кашкӣ

Шавларо 10 – 15 дақиқа, доим кофта истода, дар оташи паст пазед ва дар интиҳои таомпазӣ намак ва шакар андозед.

Ороиши таоми тайёр: Таоми тайёрро ба табакчаҳо кашида, ба боляш маска резед ва ба дастархон диҳед.



Савол

1. Коркарди якуми кашк аз чӣ иборат аст?
2. Чаро кашкро ба дег андохта, кофта меистанд?
3. Ин таоми кашкиро дар кадом вақти рӯз истеъмоли мекунанд?

Қайларо бо ҳамаи гарнирҳои аз ярма, сабзавот тайёркарда, таомҳои творогдор ва дигар таомҳо истифода мебаранд. Онҳо таомҳоро сергизо мекунанд, иштиҳоро мекушоянд, ба таомҳои якхела намуди гуногун медиҳанд ва таомро болаззат ва зудҳазм мекунанд.

Қайларо дар қайладон ё табақчаҳое, ки гарнири ҳархела доранд, меандозанд.



Маслиҳати муфид

Сафедии тухмро аз зардиаш ҷудо кардан осон аст. Барои ин тухми шикастаро ба қифи қоғазии дар истакон гузошта резед, сафедиаши ба истакон мерезад, зардиаш дар қиф мемонад.

Кори амалии № 5

Тайёр кардани запеканкаи творогдор

Таҷҳизот ва асбобҳо: тоба ё лаганди газ, тагорача, истакон, элак ё гӯшткимакунак, қошуқ, корд, қайладон.

Микдори маҳсулот: творог – 140 г, орди гандум – 12 г, шакар – 10 г, тухм – 1/10 (аз даҳ як ҳисса), намак – мувофиқи таъб, ванилин – 0,02 г, равған – 5 г, нони қоқи талқон – 5 г, қаймоқ (барои молидан) – 5 г, қайлаи ширин – 75 г ё қаймоқ – 25 г.

Рафти кор. Массай (масолеҳи) творогиро тайёр карда, ба творог тухм, намак, шакар, орд, ванилин андохта омехта

мекунем. Масолеҳи ҳосилшударо ба андозаи 3 – 4 см паҳн карда, ба лаганди тафдони равғанмолида мегузорем ва нони қоқи талқон мепошем. Рӯи онро ҳамвор карда қаймоқ мемолем ва ба тафдон гузошта 25 – 30 дақиқа мепазем.

Запеканкаи тайёрро бо корд бурида, ба қисмҳо тақсим карда, ба табакчаҳо гузошта, ба болояш қаймоқ ё қайла резед.

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таом.
2. Талабот ба таоми тайёрро ғӯед.



Савол

1. Барои запеканкаи творогдор кадом масолеҳ лозим аст?
2. Барои чӣ пеш аз пухтан ба лаганд равған мемоланд ва боз нони қоқи талқон мепошанд?

Эзоҳ: *Аз ҳамаи таомҳои тавсияшуда мувофиқи табъи худ 1 ё 2 намуди таомро амалан тайёр кунед.*

§ 7. Донҳо ва ярмаҳо

Ярмаро аз донҳо ҳосил мекунанд. Донҳо дар байни масолеҳи хӯрокворӣ дар ҷои аввал меистанд ва асоси хӯроквории бисёр давлатҳои ҷаҳонро ташкил медиҳанд.

Донҳои васеъ истифодашаванда: гандум, биринҷ, чавдор, чав, сулӣ, арзан, чуворимакка, марҷумак. Онҳо сафеда, ангиштоб, витаминҳои гурӯҳи В ва намакҳои минералӣ доранд.

Аз 82 млн. сафедае, ки онро инсон истеъмол мекунад, 40 миллионашро аз донҳо ва 25 миллионашро аз масолеҳи аз ҳайвонот ҳосилшаванда мегиранд.

Дар таркиби маҳсулоти донӣ қариб 2% равған ва 65 – 67% ангиштоб ҳаст.

Сафеда дар таркиби биринч – 7,3%, чавдор – 9,9%, сулӣ – 10% ва гандум – 12,7%-ро ташкил медиҳад.

Дар таркиби биологӣ назар андозем, сафедаи биринч ҷои якумро мегирад, чунки сафедаи он дар организми одам 95% ҳазм мешавад, сафедаи гандум – 87%.

Таркиби биологӣ чавдор дар ҷои дуюм меистад. Он аз ҷиҳати сафеда ба биринч монанд бошад ҳам, аммо баъзе моддаҳои зарурии он зиёдтар аст.

Дар ҷои сеюм аз ҷиҳати сафеда сулӣ меистад. Таркиби биологӣ он ба биринч наздик аст, сафедаи он дар вақти истеъмол ба мубодилаи моддаҳо дар организм мадад мерасонад ва ба сафедаи масолеҳи ҳайвонотӣ – ба гӯшт ва тухм монанд аст, аммо аз сафедаи шир ва маҳсулоти ширӣ фарқ мекунад.

Маҳсулоти лӯбиёгӣ аз ҷиҳати таркиби ғизоӣ дар байни масолеҳи хӯрокворӣ ҷои дуюмро мегиранд. Дар таомҳо нахӯд, лӯбиё, бокило, марчумак, лӯбиёи чиниро бисёр истифода мебаранд.

Дар ошхонаи миллии тоҷикӣ нахӯд, лӯбиё, мош ва гайраҳо зиёд истифода мешаванд.

Дар таркиби онҳо сафеда – 23%, равған – 2%, ангиштоб – 52%-ро ташкил медиҳанд ва аз ҷиҳати аминокислотаҳо ба гӯшт наздик мебошад.

Ярмаҳо: Аз гандум – кашк, марчумак – марҷумак, чав – ярмаи чав, сулӣ – ярмаи сулӣ, патароқи сулӣ – “Геркулес”, шолӣ – биринчи суфта, ҷуворимакка – ҷуворимаккаи майда кардашуда ҳосил мешавад.

Кашк ва биринч дар организми инсон аз ҳама зиёдтар ҳал ва ҳазм мешаванд, бинобар ин онҳоро дар хӯроки бачагон ва парҳезӣ васеъ истифода мебаранд.

Ярмаҳоро аз якдигарашон аз рӯи ранг, шакл, намуд, калонию хурдиашон фарқ мекунанд.

Ярмаҳо дар хӯроки инсон ҷои муайяноро ишғол менамоянд. Асосан маҳсулоти лӯбиёгӣ организми инсонро бо ангиштоб таъмин мекунанд, онҳо манбаи энергия мебошанд. Дар онҳо бисёр моддаҳои барои инсон

фоидабахш мавҷуд аст, баъзе аз онҳо, монанди ярмаи сулӣ ва марҷумак аз сафеда боянд.

Дар бисёр ярмаҳо витаминҳои V_1 , V_2 ва РР мавҷуданд. Талабот нисбати сифати ярмаро бояд дар назар доред. Онҳо бояд ранг, бӯй ва мазаи ба худ ҳосро дошта бошанд, дар онҳо бӯй ва мазаи дигар масолах набошад.

Пеш аз истифодаи ярма коркарди якуми онҳоро мегузаронанд. Онҳоро аз дигар чизҳои нолозим тоза мекунанд ё аз элак мегузаронанд (кашкро), баъзеашонро мешӯянд, мезирбонанд (марҷумак ва ярмаи чаву сулиро), баъзеашонро тар мекунанд.

Дар шароити хона ярмахоро дар ҳалта ё ҳалтачаҳои матой ё дар зарфҳои шишагӣ ё металли сарпӯшида нигоҳ медоранд.

Масолеҳи ярмагиро барои як моҳ захира кардан бехтар ва онҳоро дар ҷои салкин ва торик нигоҳ доштан лозим аст.

Даҳони зарфҳои ярманигоҳдориро бо сарпӯшҳо зичу пурра маҳкам накунад, бехтараш ба ҷои сарпӯш даҳони онҳоро бо матои зичбофта бандед, чунки ярма дар ин ҳолат хуб нафас мекашад ва тез вайрон намешавад. Барои аз митта ва дигар ҳашарот эмин доштан ба ярма чанд дона сирро тоза накарда гузоред.



Савол

- 1.Ярмаҳо аз кадом моддаҳои шифобахш боянд?
- 2.Сабаби гузаронидани коркарди якуми ярмаҳо чист?
- 3.Кашкро аз чӣ ҳосил мекунанд?



Фикр кун, ҷавоб деҳ

Ярмахоро дар зарфҳои сарпӯшида нигоҳ доштан чӣ аҳамият дорад?

Сарпӯшро пурра маҳкам накарда, онро бо матои зичбофта бастан чӣ аҳамият дорад?

Худатон дар хона назар кунед, ки дар оила ярмахоро чӣ хел нигоҳ медоранд ва ба ин баҳо диҳед.

Намуди ярма	Дар 100 г маҳсулот		
	ангиштоб	сафеда	равған
1.Кашк, сулӣ	61 – 77	6,3 – 11	0,7 – 6
2.Лӯбиё, нахӯд, наск	49 – 51	15 – 20	1,5 – 3,2

§ 8. Таомҳо аз ярма

Аз ярма бисёр таомҳо тайёр мекунанд: таомҳои якум – мастоба, шӯрбои марҷумак, мошбиринҷ, мошпиёба бо шалғам, каду ва ғайраҳо; таоми дуюм – шавламошак, палав, шавлаҳо аз ҳар хел намуди ярма.

Аз шавлаи пухтагӣ запеканкаҳо, биточки, фиринӣ ва ҳамчунин гарнирҳо, десертҳо ва ғайраҳо тайёр мекунанд. Дар вақти пухтани шавлаҳо ва нигоҳдории таоми аз ярма тайёркунада дегчаи сирдор ва ё деги чӯянии сарпӯшаш зич пӯшидашаванда, тоба, тахтача, асбоби маҳсуси омехтакунада ва ғайраро истифода мебаранд.

Дар вақти пухтани шавла баъд аз коркунадаи якум ярмаҳоро ба шир, об ё пиёбаи чӯшидаи стода меандозанд ва баъди ба чӯшидан сар кардан оташро паст карда, то тайёр шудани таом мепазанд. Вақти пухтани ярма ба ҳаҷмаш – калонӣ ё хурдии он вобаста аст. Ярмаро ба оби чӯш андозем, тезтар мепазад ва нарм мешавад. Агар 10 – 15 дақиқа чӯшонем ва обаш зиёд бошад, обашро рехта, ба ярма шир андохта, то тайёр шудан мепазем. Оби шавларо дурусту мувофиқ андохтан лозим аст. Агар ба шавла зиёд об андозед, мулоими обдор, обаш кам бошад, хушқам мешавад. Баъд аз тайёр шудани таом онро 2 – 5 дақиқа дам дода, баъд онро ба дастархон бо маска, шир, шакар медиҳанд.

Ярмаҳоро барои тайёр кардани гарнир, пухтани фиринӣ, биточки, запеканка ва ғайра, ё ки таоми гӯштин

ва мохигӣ истифода мебаранд.

Бисёр намуди таоми ярмагии тайёрро бо гӯшт ё моҳӣ, мурғ ҳамроҳ карда, дар намуди консерва ё дар халтаҷаҳои махсус ба фурӯш мебароранд. Онҳоро фақат ба оби ҷӯшида андохта тайёр мекунанд.

Талабот ба ҳамаи таоми тайёр аз ярма як хел мебошад:

1. Шавлаҳо бояд як хел омехта шаванд, дар онҳо ҷои сахту шах ё часпида лӯнда шудагӣ набошад.

2. Рӯи запеканкаҳо, фиринӣ, биточкиҳо сурх ва тағаш насӯхтагӣ бошад.

3. Ранг, маза, бўяшон ба ҳамон таоми тайёр хос бошад.

Кори амалӣ ва лаборатории № 6

Муайян кардани нишонаҳои ярма аз рӯи намуди зоҳириашон

Таҷҳизот: найчашишаҳои гуногуншакл, ба онҳо ракамҳо гузored (1, 2, 3...), гира (пинсет), қоғази сафед.

Рафти кор:

1. Қоғази сафедро гиред, онро ба қисмҳо ҷудо кунед ва ба ҳар яки он якчанд дона (3 – 4 намуди ярмаро) гузored.

2. Ярмахоро аз рӯи намуди зоҳириашон муқоиса кунед, мувофиқи андоза (қалон, миёна, майда), шакл (байзашакл, лӯнда, серқирра) ва рангашон муайян намоед.



Фикр кунед, ҷавоб диҳед

Шумо нишонаҳои ярмахоро аз рӯи намуди зоҳириашон чӣ гуна муқоиса кардед? Муаллима ва хонандагон ба кори шумо чӣ хел баҳо доданд?

Кори амалии № 7

Пухтани таомҳо аз ярма

Тарзи пухтани мошбиринч.

Пеш аз он ки ба пухтани таом сар кунем, шартҳои санитарии гигиени ва қоидаҳои техникаи бехатариро риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот: газ ё плитаи барқӣ, дег, кафгир, кафлез, тағорачаҳо барои тоза ва реза кардани сабзавот, шустани биринч, мош, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт ва сабзавот, кабӯдӣ, корд, коса, қошук, зарф барои чурғот ё чакка, мурчдон, намакдон.

Микдори маҳсулот (барои панҷ кас): гӯшт – 500 г, равған – 75 г, бехпиёз – 150 г, сабзӣ – 2 дона, помидор – 1 дона, мош, лӯбиё – 1,5 пиёла, биринч – 1 пиёла, кабӯдӣ – 1 бандча, намак, қаламфур ё мурч – мувофиқи таъб.

Рафти кор. Гӯштро 20 – 25 - граммӣ пора карда, ба равғани доғкардаи тайёр андохта, то каме сурх шуданаш бирён мекунем. Баъд ба он бехпиёзи наргисӣ, сабзии чоркунча резакардагиро андохта, 5 – 7 дақиқа кофта меистем, сонӣ помидори майда резакардагиро андохта, боз 5 дақиқаи дигар бирён мекунем.

Баъд ба дег об андохта, маҳин меҷӯшонем, баробари андохтани об мошу лӯбиёи тозакардагӣ ва шустагиро ба дег меандозем ва маҳин меҷӯшонем ва баъд аз ним соат (30 дақиқа) биринчи тозакардагӣ ва шустагиро андохта, маҳин меҷӯшонем. 10 дақиқа пеш аз пухтани мошу биринч намакашро месанҷем ва агар лозим бошад, боз намак меандозем.

Ҳангоми ба косаҳо кашидан ба мошбиринч кабӯдӣ мепошанд, мувофиқи таъб мурч ё қаламфур ва чурғот меандозанд.



Инро дар назар доред

Мошро пеш аз ҷӯшидани оби таом меандозанд ва маҳин меҷӯшонанд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.

2. Таркиби биологӣи ярмаро муайян кунед.



Савол

1. Кадом шартҳои санитарӣи гигиениро дар вақти ҳӯрокпазӣ риоя мекунед?

2. Миқдори маҳсулотро барои оилаи худ муайян кунед, чӣ қадар аст?



Маслиҳати муфид

Наҳӯд, мош ва лӯбиёро дар оби ҷӯш тар кардан мумкин нест, чунки сафедаи дар таркиби онҳо буда саҳт мешавад.

Лӯбиёро пеш аз пухтан дар оби хунук 6 – 8 соат тар карда мондан лозим аст, то ин ки дар вақти ҳӯрокпазӣ тез пазад.

Кори амалии № 8

Тарзи пухтани шавла

Пеш аз он ки ба пухтани таом сар кунем, шартҳои санитарӣи гигиенӣ ва қоидаҳои техникаи бехатариро риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот: газ ё плитаи барқӣ, дег, кафлез, кафгир, тағорача барои шустан, пок, реза кардани сабзавот, лаълӣ барои тоза кардани биринҷ, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт, сабзавот, тағорача барои шустани биринҷ, табак ё табакчаҳо барои кашидани таоми тайёр.

Миқдори масолах (барои панҷ кас): биринҷ – 3 истакон, гӯшт – 500 г, равған – 80 г, бехпиёз – 250 г, сабзӣ – 200 г, кабудӣ – 1 бандча, намак, мурч, қаламфури булгорӣ – мувофиқи табъ.

Рафти кор. Гӯшти гов ё гӯсфандро 25 – 30-граммӣ пора

карда, дар равғани нағз доғ кардашуда то сурх шудан бирён мекунанд. Баъд пиёзи маҳин резакардаро андохта, таф медиханд, сабзиро наргисӣ карда андохта, камтар бирён мекунанд, об ва намак андохта, боз 10 дақиқа маҳин чӯшонда мепазанд. Сипас биринчи тоза чида ва шустагиро ҳамроҳ карда, то обашро ба худ кашидани биринч мечӯшонанд ва то пухтан ҳар замон дегро бо кафгир кофта меистанд. Агар биринч обро пурра ба худ накашида бошад, онро 5 дақиқа дам медиханд. Шавларо ба табақҳои калон ё табақчаҳои чинӣ кашида, ба рӯяш кабудӣ мепошанд ва бо хӯришҳо (пиёз, помидор, қаламфури булғорӣ), мувофиқи табъ мурч, намак, райҳон, пудина, шибит ё кашниз ҳамроҳ намуда истеъмол мекунанд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таом. Тарзи пухтани шавла.
2. Микдори маҳсулотро барои тайёр кардани шавла барои оилаи худ ҳисоб кунед.



Савол

1. Кадом намуди маҳсулотро аввал ба дег меандозем?
2. Сабзиро барои шавла чӣ тавр пора мекунанд?



Инро дар назар доред

Дар вақти пухтани шавла баъд аз сурх шудани рӯи гушт сабзии наргисӣ, пиёзи маҳин реза кардашударо таф дода, камтар сурхчатоб карда, баъд об ё гуштобро андозед.

Кори амалии № 9

Тарзи пухтани шавламошак

Қоидаҳои техникаи беҳатарӣ, шартҳои санитарии гигиениро риоя кунед.

Тачхизот: он зарфу асбобҳое, ки барои пухтани шавла истифода шуданд.

Микдори маҳсулот (барои як кас): гӯшти гов ё гӯсфанд – 100 г, биринҷ – 60 г, мош – 80 г, лӯбиё – 20 г, бехпиёз – 100 г, равған – 60 г, пиёзи кабуд – 15 г, сабзӣ – 160 г, хӯриши сабзавотӣ – 100 г.

Рафти кор. Гӯштро 25 – 30-граммӣ пора карда дар равғани доғ бирён мекунанд. Баъд ба дег пиёзи маҳин резакарда, сабзии наргисӣ, помидори майда резакарда ё тоmat, мурч, зира ва намакро андохта, ҳамаи инро боз 10 дақиқа бирён мекунанд.

Баъд ба дег об, мош ва лӯбиёи таркарда ва тоза шустагиро андохта, 40 – 45 дақиқа мепазанд. Сипас биринчи тайёркардари андохта, то ғафс шуданаш меҷӯшонанд. Дар оташи паст сарпӯши дегро маҳкам пӯшида то тайёр шуданаш 5 дақиқа дам медиҳанд. Шавламошакро дар табақҳо ё нимтабақҳо мекашанд, ба болояш гӯштпораҳо гузошта, кабудии майда реза кардашударо мепошанд.

Барои хӯриши шавламошак помидор, бодиринг, турб ё шалгамчаи майда реза кардашуда ё хӯриши аз помидор, бодиринг, бехпиёз, қаламфури булғорӣ, кабудиҳо ва ғайра тайёркардари истифода мебаранд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.
2. Аҳамияти шавламошак ба организми инсон.



Савол

1. Шавламошакро чӣ хел пайиҳам тайёр мекунанд?
2. Аҳамияти сабзавот дар организми инсон аз чӣ иборат аст?



Фикр кунад, омӯзед, иҷро кунад

Ҳамаи чизҳое, ки бо онҳо таомро оро медиҳанд, бояд хушхӯр бошанд ва бо масолеҳи асосии таом

мувофиқат кунанд.

Диққати касро таоми нағз оро додашуда ҷалб мекунад, иштиҳо меоварад, ки он ба ҳазми таом ёрӣ мерасонад.

Қаламфури булғорӣ витаминҳои А ва С дорад. Витамини С дар он назар ба лиму 5 баробар зиёдтар аст. Сиркоро бо кабудиҳо хушбӯй кунонидан мумкин аст, ин лаззати таомро беҳтар мекунад.

Кабудихоро қима не, балки реза кардан даркор, зеро ҳангоми қима кардан об ва моддаи ғизоии онҳо зиёд талаф меёбад.

***Эзоҳ:** Аз ин намудҳои таом мувофиқи таъби худ 1 ё 2 намуди таомро амалан тайёр кунед.*

§ 9. Таом аз маҳсулоти макаронӣ

Маҳсулоти макаронӣ коркарди оддӣ дорад, басарфа буда, қариб партов надорад. Аз онҳо ба зудӣ таоми болаззат ва ғоидабахш тайёр карда мешавад. Ин маҳсулотро бисёр вақт дар об ҷӯшонда, баъд ба он маска, қаймоқ, шакар ё панир ва ғайра ҳамроҳ мекунанд. Аз онҳо макаронпалав, вермишелпалав ва дигар таомҳои суюқ мепазанд. Барои тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ аз ҷавлии андозааш калон, ҷангакҳои махсус ва ғайра истифода мебаранд. Маҳсулоти макарониро ба оби дарҷӯши намакдор андохта, гоҳ-гоҳ бо кафгир ё ҷангакҳои махсус кофта меистанд.

Кори амалии № 10

Барои тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ 100 г макаронро ба об ё 100 г макаронро ба 2 истакон об

андохта мечӯшонанд ва ба он ним кошуқча намак меандозанд. Макарони дар об пухтаро ба чавлӣ андохта, обашро мерезонанд ё аз рӯи он оби гарм мерезанд, то ки ба якдигар начаспанд. Баъд онро ба дег ё дегчаи сирдор гирифта, маска андохта, хуб меомезанд ва тез истеъмол мекунанд. Дар вақти пухтани маҳсулоти макаронӣ 10%-и моддаҳои шифобахши он ба об мегузарад, бинобар ин онро барои пухтани таомҳои суяқ ва қайла истифода мебаранд. Маҳсулоти макаронӣ дар шир суст мепазанд, бинобар ин онҳоро аввал дар об пухта, баъд оби боқимондари рехта, ба он ба миқдори муайян шир меандозанд. Маҳсулоти макарониро бо дигар роҳ низ пухтан мумкин аст. Оби онро нарехта ҳам истифода мебаранд. Дар ин маврид обро кам мегиранд, ба 1 истакон об 100 г макарон меандозанд. Макаронро ба оби намакдори чӯшидаистода андохта, гоҳ-гоҳ кофта, 20 дақиқа мепазанд. Сипас сарпӯши дегчаи сирдор ё деги макарондорро пӯшида, онро 15 – 20 дақиқа ба рӯи оташи паст мегузоранд. Баъд ба макарон равған андохта, онро меомезанд ва ба табакчаҳо кашида, рӯи онро ороиш дода, ба дастархон мегузоранд.

Маҳсулоти макаронии нимтайёр ва консервакардари дар таомҳои суяқ, гарнирҳо (ба онҳо қимаи гӯшт, кабоби гӯштӣ ва ғайраҳо ҳамроҳ карда) истифода мебаранд.

Ҳангоми тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ сифат ва тозагии маҳсулотро ба назар мегиранд. Маҳсулоти макаронӣ аз рӯи шакл ва намудашон фарқ мекунанд.

Макаронҳо найчамонанд, кӯчқорак, чӯбчамонанд, мукаррарӣ, чин-чин ва ғайра; вермишел борик, маҳин, риштамонанд ва ғайра; уғро борик, пахнбар, риштамонанд ва ғайра мешаванд.

Маҳсулоти макаронӣ гӯшмоҳимонанд, гӯшмонанд ва гуногуншакл низ мешаванд.

Барои шӯрбо ва таомҳои яқум маҳсулоти макаронии ситорашакл, ҳалқашакл, чоркунча, шашқирра ва ғайраро истифода мебаранд.

Маҳсулоти макарониро таҳ карда, 250, 500 ё 1000 - граммӣ дар қуттиҳои картонӣ ё халтачаҳои селюфанӣ мегузоранд.

Инро дар хотир доред

1.Вақти пухтани маҳсулоти макаронӣ:

- борик ва маҳин – 5 – 10 дақиқа;
- макарони гафс – 20 – 30 дақиқа;
- баъзе навъҳои вермишел – 2 – 3 дақиқа, баъди ба ҷушиш сар кардан.

2.Калимаҳо: **макарон, вермишел, макарони гӯшмоҳимонанд, чин-чин.**

Чӣ, кай, дар кучо?

Аз таърихи макарон

Макаронро дар Италияи Ҷанубӣ ихтироъ кардаанд. Он яке аз намудҳои маҳсулоти хӯрокворӣ буда, аввал бо роҳи косибӣ дар хона тайёр карда мешуд. Аз асри XVIII сар карда дар Италия истеҳсоли фабрикаи он ба роҳ монда шуд. Сипас онро ба давлатҳои ҳамсоя ба фуруш бароварданд, то ки дар ҳама ҷо паҳн шавад. Дар Россия фабрикаи аввалини макаронбарорӣ соли 1797 дар шаҳри Одесса сохта шуда буд.



Савол ва супориш

- 1.Макаронро дар кучо тайёр мекунанд?
- 2.Қадам корхонаеро медонед, ки маҳсулоти макаронӣ истеҳсол мекунад?
- 3.Намудҳои маҳсулоти макарониро номбар кунед.

Сифати маҳсулоти макарониро чӣ хел муайян мекунанд?

1.Агар макарон ранги якхела, сафед ё зардчатоб, шакли муайян, бўи хос дошта бошад, таъмаш талх набошад, босифат аст.

2. Агар макарон шаклан нодуруст, шикастагӣ ё майда шудагӣ, таъмаш турш ва бўяш ҳархела бошад, бесифат аст.

Кори амалии № 11

Тарзи пухтани макаронпалав

Дар вақти пухтани таом ҳамеша шартҳои санитарии гигиениӣ ва техникаи бехатариро риоя кунед.

Таҷҳизот: газ ё плитаи барқӣ, тағорачаҳо барои поку реза кардан ва шустани сабзавот, лаганд барои тоза кардани макарон, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт, сабзавот, табак ё табакчаҳо барои кашидани таоми тайёр, намакдон, мурчдон, дег, кафлез, кафгир.

Миқдори маҳсулот: гӯшт – 500 г, беҳпиёз – 250 г, равған – 70 г, 2 – 3 дона помидор ё 1 қошук тоmat, макарон – 300 г, як бандча кабӯдӣ ва мувофиқи табъ мурч, намак.

Макаронпалавро бо ду роҳ тайёр мекунанд.

Роҳи якум. Гӯшти гов ё гӯсфандро майда (дарозии онҳо 4 – 5 см бошад) реза карда дар равғани доғ то камтар сурх шудани рӯи гӯшт зирбонед. Баъд пиёзи маҳин резакардаро андохта, то зардча шуданаш ба болояш помидор андохта, боз 3 – 4 дақиқа то сурхи зарурӣ шуданаш бирён кунед. Сипас сабзии наргисии маҳинро (ҳамчун барои палав) ба дег андохта, камтар бирён кунед. Қаламфури булғориро ду тақсим намуда, маҳин реза карда, ба дег андозед ва онро 2 – 3 бор бо кафгир кофта, об ва мувофиқи табъ зира, намак андозед. Сипас онро 20 дақиқа дар оташи миёна чӯшонед. Баъд макаронро аз назар гузаронида, мувофиқи табъ ба дарозии муайян шикаста ба дег андозед. Макарон пас аз 25 дақиқа чӯшидан обро ба худаш мегирад. Ба он каме об андохта, бо кафгир кофта, сарпӯши дедро пӯшед ва 5 – 10 дақиқа дам диҳед. Макаронпалави тайёрро ба табак

кашида, ба рӯяш кабудӣ ва пиёзи кабуди резакарда пошед. Барои хӯриш салатҳои сабзавотӣ (бо турб, пиёз, сабзии хоми наргисӣ, сиркои дастӣ) ё турб ва шалғамчаро майда реза карда медиҳанд.

Роҳи дуҷум. Гӯшти гов ё гӯсфандро майда реза карда бо пиёзи реза дар равған нағз зирбонед. Баъд ба болояш помидор ё тоmat андохта боз 3 – 4 дақиқа бирён кунед. Пас аз ин намак, мурч андозед. Макаронро дар зарфи алоҳида дар оби намакдор 5 – 6 дақиқа ҷӯшонед ва ба ҷавлӣ гирифта, обашро резонед. 10 – 15 дақиқа пеш аз пухтани гӯшт макаронро ба дег андохта, оташро паст кунед ва сарпӯши дегро пӯшида, каме дам диҳед. Макарони аз ҷавлӣ гузаронидаро ба табақ андохта, ба болояш зирбак рехта, кабудӣ ё пиёзи кабуди резакардаро пошида, баъд ба дастархон бо хӯришҳо додан ҳам мумкин аст.



Фикр кунед, ҷавоб диҳед, муайян кунед

Ҳамаи ин қоидаҳоро ба назар гирифта, ба сифати маҳсулоти макаронии дар хонаатон буда баҳо диҳед ва дурустии баҳоятонро аз модаратон пурсед.



Инро дар хотир доред

- 1.Талабот ба сифати таоми тайёр.
2. Макарон барои таомҳои якум ва дуҷум бояд мулоим бошад, аммо аз пухтан нагузарад ва часпак набошад.
- 3.Бӯи таомҳои аз макарон тайёркарда бояд бо маҳсулоти истифодашуда мувофиқ бошад.



Савол ва супориш

- 1.Аз чӣ сабаб маҳсулоти макарониро баъди дар об пухтан ба ҷавлӣ андохта, аз болояш оби гарм мерезанд?
- 2.Гӯед, ки таомҳои суюқро аз макарон чӣ тавр тайёр мекунанд?

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.
2. Таърифи биологии макаронро муайян кунед. Як миқдор макаронро ба истакони оби хунук андохта, бо кошуқча омехта карда, ба он йод андозед, ранги обаш кабуд мешавад ва ин дар макарон мавҷуд будани крахмалро нишон медиҳад.
3. Кадом шартҳои санитарии гигиениро дар вақти таомпазӣ риоя мекунед?
4. Миқдори маҳсулотро барои оилаи худ муайян кунед.

§ 10. Тайёр кардани мураббо, чем

Мураббо, чем, повидло, компот аз ҳамаи намудҳои меваҳо ва ғуҷуммеваҳо (кулфинай, тамашк, марминҷон ва гайра) ва аз як қисм сабзавот тайёр карда мешаванд. Онҳо бояд тару тоза ва нимпухта бошанд.

Қариб барои ҳамаи мевачот ва ғуҷуммеваҳо ба 1 кг мева тақрибан 1 кг шакар мувофиқ аст.

Агар шакарро дар об ҷӯшонем, шарбат ҳосил мешавад ва масолеҳ, мевачот ва ғуҷуммеваҳо дар он шакли худро нигоҳ дошта, хушнамуд мешаванд. Он мураббое, ки миқдори масолеҳаш ба шакар мувофиқ бошад, нағз нигоҳ дошта мешавад.

Мурабборо бо асал ҳам пухтан мумкин аст. Миқдори он ба миқдори шакар баробар бояд бошад.

Дар бисёр мавридҳо пухтани мураббо аз тайёр кардани шарбат сар мешавад. Асосан мурабборо дар зарфи мисӣ ё алюминӣ мепазанд. Онро дар зарфи сирдор напазед, чунки дар оташи баланд сири он кафида, бо мураббо омехта мешавад.

Тибқи дастури додашуда шакарро ба об андохта, то пурра ҳал шудани шакар ҷӯшонед. Баъд онро аз оташ гиред, маҳсулоти тайёркардаатонро ба он андохта, ба

оташ гузored ва баъди ба чӯш омадан кӯшиш кунед, ки ҳамаи маҳсулот ба шарбат гӯтад. Сипас онро дар оташи паст то тайёр шуданаш пазед.

Мураббо дар вақти пухтан кафк мекунад. Онро ҳар замон гирифтани лозим аст. Дар шароити хона тайёр шудани мурабборо аз рӯи чунин аломатҳо муайян мекунад:

1. Дар охири пухтан кафк ба ҳар тарафи зарф паҳн нашоуда, дар мобайн ҷамъ мешавад, меваҳо ва ғунҷуммеваҳо дар рӯи шарбат шино накарда, дар қабати шарбат як хел паҳн мешаванд ва ранги ба худ хосро мегиранд.

2. Агар ҷақраи шарбатро ба табакча гузorem, паҳн нашоавад, мураббо тайёр аст ё ҳангоми байни ангуштон гирифтани катраи шарбати гарм он часпак шуда, ғоз диҳад, ин ҳам нишонаи тайёр шудани мураббо аст. Мураббои тайёрро дар зарфи шишагӣ мерезанд. Даҳонашро бо селoфани полиетиленӣ пӯшида, бо қанаби тар маҳкам мебандад. Ресмонро тар кардан лозим аст, то ки он налагжад, баъди хушк шудан ресмон таранг шуда, ба зарф ҳаво намедарояд, ё ин ки сарпӯши банкаҳоро бо қалид (асбоби махсус) маҳкам мекунад.



Савол

1. Аз кадом маҳсулот мураббо мепазанд?
2. Шарбатро чӣ тавр тайёр мекунад?
3. Нишонаи тайёр шудани мураббо чист?



Инро дар хотир доред

Ватани шакар Ҳиндустон мебошад. Дар Европа шакар баъд аз сафари Искандари Мақдунӣ ба Ҳиндустон пайдо шуд. Дар таркиби шакар 99% сахарозаи зуд ҳалшаванда ҳаст.

Кори амалии № 12

Тайёр кардани мураббои бихӣ

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегчаи сирдор ё дег, тағорача, қошук, чавлӣ, тарозу, истакон, корд, асбоби махсус барои ғирифтани тухм ва мағз.

Микдори маҳсулот: 1000 г бихӣ, 1000 г шакар, 2 истакон об.

Нақшаи иҷрои кор

Коркарди аввали мевачот: бихиро пӯст канда пора мекунанд, тухм ва мағзашро ғирифта мепартоянд.
Коркарди гарм: бихиҳои пораро ба зарф андохта, ба болояш оби ҷӯш мерезанд ва то мулоимшавӣ 15 – 20 дақиқа меҷӯшонанд.
Баъд аз он ба рӯи бихии поракарда шарбат рехта, 3 – 4 соат нигоҳ медоранд.
Онро ба оташ ғузошта, то шаффоф шудани ранги бихӣ мепазанд.
Мураббои тайёршударо дар гармиаш ба банкаҳо андохта, бо сарпӯши металлӣ пӯшида, бо калид маҳкам мекунанд ва дар ҷои салқин мегузоранд.
Баҳо додан ба сифати мураббои тайёр.

Кори амалии № 13

Пухтани мураббои себ

Пеш аз пухтани мураббо қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатарии корро риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегча, тағорача, қошук, чавлӣ, истакон, корд, тарозу.

Микдори маҳсулот: себ – 1000 г, об – 1,5 истакон, чавҳари лиму ё оби лиму – 3 г, шакар – 1000 г.

Рафти кор. Себро шуста, пӯсту тухмашро мегиранд ва хурд-хурд пора мекунанд. Барои он ки себи пора сиёҳ нашавад, ба оби ҷӯш (ё камтар намакдор) андохта 6 дақиқа нигоҳ медоранд, то ки мулоим шавад. Баъд барои хунук кардан зарфро ба оби сард меандозанд. Барои тайёр кардани шарбат оби ҷӯшро истифода бурдан беҳтар аст. Ба шарбат пораҳои себро андохта 3 – 4 соат мемонанд. Сипас дар оташи паст 5 – 7 дақиқа меҷӯшонанд ва 6 – 8 соат нигоҳ дошта, аз нав чанд дақиқа меҷӯшонанд. Барои он ки мураббо шакарак набандад, дар охир (барои себи ширин) чавҳари лиму ҳамроҳ мекунанд. Ванилин низ андохтан мумкин аст. Мураббои тайёри гармро ба банкаҳои тоза андохта, бо сарпӯши металлӣ тавассути калид маҳкам карда, дар ҷои салқин нигоҳ медоранд.

Кори амалии № 14

Тайёр кардани повидлои себ

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегчаи сирдор, тағорачаи алюминӣ, элак ё чавлӣ, белча ё кошуки ҷӯбин.

Микдори маҳсулот: себ – 1000 г, шакар – 1000 г, об – 200 г.

Рафти кор:

1. Коркарди якуми мева: себро шуста, пӯсту тухмашро мегиранд, онро пора мекунанд.

2. Коркарди гарми мева: себҳоро ба дегчаи сирдор андохта, баъд ба он об ҳамроҳ карда, то ба ҷӯш омадан дар оташи паст 10 – 20 дақиқа мепазанд ва онро омехта карда меистанд.

3. Тайёр кардани пюре. Массаи ҳосилшударо дар элак бо кошуки ҷӯбин месоянд.

4. Пюреро ба тағора андохта, то ҷӯшиш гарм карда, тез меомезанд ва меҷӯшонанд. Баъди 8 – 10 дақиқа шакар

хамроҳ карда, пухтанро давом медиҳанд, дар оташи паст доим омехта карда, тахминан 30 дақиқа мепазанд.

5.Повидлои пухташударо ба банкаҳо андохта, даҳонашро маҳкам мекунанд.

Кори амалии № 15

Пухтани муррабо аз кулфинай

Таҷҳизот ва асбобҳо: ҳамон асбобҳое, ки барои пухтани мураббои себ истифода мебаранд.

Микдори маҳсулот: 1000 г кулфинай, 1000 г шакар, 1/2 истакон об.

Рафти кор. Барои мураббо кулфинайи хурду андаке саҳттарро интихоб мекунанд. Онҳоро дар оби хунук шуста, думчаояшро канда мепартоянд.

Мураббои кулфинайро бо ду тарз мепазанд.

Тарзи аввал: меваи тозакардари ба зарфи сирдор ё шишагӣ андохта, қабат ба қабат шакар мепошанд ва дар ҷои салқин 5 – 8 соат нигоҳ медоранд. Баъди об ҷудо кардани оҳиста ба зарфи дигари калонтаре ҳолӣ карда, рӯи оташи паст мегузоранд то ҳалшавии шакар дар об меомезанд. Баъд оташро баландтар карда, ба ҷӯш меоранд ва аз оташ мегиранд, 10 –15 дақиқа хунук карда, боз аз нав меҷӯшонанд. Ин корро 3 – 4 маротиба такрор мекунанд. Баъд онро ба бонкаи тоза рехта, бо сарпӯш маҳкам карда, дар ҷои салқин нигоҳ медоранд.

Тарзи дуюм: меваи тайёрро ба шарбати гарм меандозанд ва 5 – 8 дақиқа меҷӯшонанд. Кафки рӯяшро гирифта, бо ҷавлӣ оҳиста-оҳиста меваро аз шарбат ҷудо мекунанд. Сипас шарбатро 5 дақиқа меҷӯшонанд. Баъд меваҳоро ба қиём андохта, то меъёри охирин мепазанд. Мурабборо ба бинкаҳо рехта, бо сарпӯши металлӣ маҳкам мекунанд ва дар ҷои салқин мегузоранд.

Тайёр кардани компот

Компот ин оби мева аст. Компотро аз меваҳо ва ғуҷуммеваҳои тару тоза, хушк, консервонида ё яхкарда тайёр кардан мумкин аст.

Кори амалии № 16

Пухтани компот аз зардолу

Таҷҳизот: зарфи сирдор, тағора, корд.

Миқдори маҳсулот: зардолу – 500 г, шакар – 3/4 истакон, об – 2 истакон.

Зардолуро шуста дукафон (калон бошад чанд пора) мекунад ва донакашро мепартоянд. Дар зарфи сирдор шакар ва 2 истакон оби гарм рехта, зардолуро меандозанд ва то пухтан меҷӯшонанд. Компоти тайёрро хунук карда, ба истаконҳо ё пиёлаҳо мерезанд.

Кори амалии № 17

Пухтани компоти себу олучаи тару тоза

Таҷҳизот ва асбобҳо: зарфи сирдор, тағора, корд ё асбоби махсус, ки тухмашро тоза мекунад.

Миқдори маҳсулот бо г: себ – 300, олуча – 200, шакар – 3/4 истакон, об – 2 истакон.

Рафти кор. Олучаро бо оби хунук шуста, донакашро мегиранд, себро тоза карда, пӯст ва тухмашро мегиранд.

Дар зарфи сирдор шакар ва 2 истакон оби гармро омехта, себи тайёркардаро меандозанд ва 10 дақиқа дар оташи паст мепазанд. Ба компоти дарҷӯш олучаи донакаш гирифтaro андохта, боз то пухтани компот меҷӯшонанд. Компоти тайёрро хунук карда, ба истаконҳо ё пиёлаҳо мерезанд.

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати компот.
2. Ҳисоботи миқдори маҳсулот барои тайёр кардани компот барои бригадаи худ.



Савол

1. Компотро чӣ хел тайёр мекунад?
2. Ба коркарди якум чиҳа дохил мешаванд?
3. Барои нигоҳ доштани витаминҳо кадом қоидаҳоро риоя мекунад?



Маслиҳати муфид

Агар ба компоти себ дорчин ҳамроҳ кунед, болазаттар мешавад.

Мева ва гуҷуммеваҳоро барои тайёр кардани компот дар оташ, дар шарбати шакардор пазед. Он гоҳ он беҳтару болазаттар ва хушбӯй мешавад.

Аз намудҳои кори амалӣ 1 ё 2 хел мураббо ё компот пазед.

Агар чашматон аз китобхонӣ монда шавад, 5 – 10 дақиқа дам гиред ва аз турбтароши пластмассӣ 5 – 6 сабзиро гузаронида, обашро дар доқа ҷафед. Оби ҳосилшударо кам-кам нӯшед ё барои болазат ва ғайдабахш шудан ба нисфаш об, ба нисфи дигараш шир омехта карда нӯшед. Организматонро бо каротин таъмин мекунад.



Инро дар хотир доред

Худои шифокор Аскелипий (лотинӣ – Эскулап) ду духтар дошт. Якумӣ – Понасею Худои шифокор, дуюмаш Гигею Худои саломатӣ, ки аз номи ӯ "Гигиена" ба вучуд омада, маънояш "илм доир ба саломатӣ" мебошад.

Турбро борик 6 – 8 пора буред. Ба ҳар як пора нағз шакар пошед ва ним рӯз нигоҳ доред. Қиёми ҳосилшударо ҳар соат 1-қошукӣ нӯшед.

Сабзӣ хунро зиёд мекунад.

§ 11. Интерйери хонаи истикоматӣ

Ороиши дохили хона ба завқи эстетикӣ истикоматкунанда вобаста аст. Хонаи истикоматӣ якбора чанд хизматро иҷро мекунад: ҷои корӣ, фароғат, хондан ва қабули меҳмонон. Умуман хона аз рӯи таъинот ба шахсӣ ва умумӣ ҷудо мешавад (ҳуҷраи хоб, бачагон, гигиенаи шахсӣ, машгулияти фардӣ, фароғатгоҳ, таомхӯрӣ, ошхона, даромадгоҳ). Хонаҳои давлатӣ 1, 2, 3, 4 ва бисёрҳуҷра мешаванд. Дар хонаҳои бисёрҳуҷра ҳар як ҳуҷра таъиноти худро дорад. Ҳуҷраи аз ҷама калон (зал, ҳуҷраи умумӣ)-ро барои меҳмонқабулкунӣ ҷудо мекунанд. Барои хониш, дарздӯзӣ, кор бо асбобҳои мусиқӣ, фароғат, хӯрокхӯрӣ, кор ва ғайра низ ҳуҷраҳои алоҳида ҷудо карда мешаванд. Онҳо бо диван-кат, каткурсӣ, ҷевони китобмонӣ, мебели омехта (ё стенка), мебели мулоим, мизи маҷаллаҳо, ғӯшаи фароғат, мизи хӯрокхӯрӣ, курсиҳо, таъа барои телевизор ва ғайраҳо ҷиҳозонида мешаванд. Агар ранги ҷамаи ашёи хона – рӯйпӯшҳо, зарфҳо, асбобҳои равшанидиҳандаи сунъӣ ва табиӣ, мебелҳо ва ғайра ба ҳам мувофиқ бошанд, хона равшан ва зебо мешавад.



Расми 18 Интерйери ҳуҷраи умумӣ

БОБИ II. НАВЪҲОИ НАХ ВА МАТОЪ

§ 12. Навъҳои нах

I. Матоъ.

Матоъро асосан аз нахҳои табиӣ ва сунъӣ ҳосил мекунанд.

Ба гурӯҳи нахҳои табиӣ дохил мешаванд:

1. Нахҳои аз растанӣ ҳосилшуда – пахта, зағир, канаб.
2. Нахҳои аз мӯина ва пашми ҳайвон ҳосилшуда – пилла, пашми шутур, гӯсфанд, буз, харгӯш ва ғайра.
3. Нахҳои аз минерал ҳосилшаванда – асбест.

II. Нахҳои химиявӣ:

1. Сунъӣ.
2. Синтезӣ.

Чадвали таснифоти нахҳо



§ 13. Кор бо матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ

Матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ аз нахҳои табиӣ аз ҳайвон ҳосилшаванда гирифта мешаванд.

Матои абреширо аз пилла ва матои пашмиро аз пашми чорво, асосан аз пашми бузу гӯсфанд ҳосил мекунанд. Гӯсфандро 8 ҳазор сол пеш аз ин ҳонагӣ карда буданд.

Пашми гӯсфандро бо қайчиҳои махсуси пашмтарошӣ тарошида, якбора ба навъҳо ҷудо мекунанд. Пашми тахтапушт – навъи 1-ум, биқин – навъи 2-юм ва боқимонда – навъи 3-юм ва ғайра.

Баъд аз ин пашмиро дар ваннаҳои махсус бо собун ва сода дар оби гарм шуста, хушк мекунанд, тит ва ғоз медиҳанд. Дар вақти шустан пашм як қисми вазни худро гум мекунад.

Нахҳои аз пашм гирифтаре ба фабрикаи ресандагӣ месупоранд, аз онҳо калоба тайёр мекунанд. Калобаҳоро ба сеҳҳои бофандагӣ месупоранд ва аз онҳо матоъ мебофанд. Баъд дар сеҳи шустагарӣ онро сафед мекунанд ва рангубор медиҳанд.

Ҳосият ва сифати матоъ ба ғафсӣ, мустаҳкамӣ, чандирии нахҳо вобаста аст. Аз нахҳои дарозу борик матоъҳои маҳин, ғафс, мустаҳкам ва мулоим тайёр мекунанд, ки онҳо аз худ обу ҳаворо мегузаронанд, гармиро нигоҳ медоранд, дар вақти шустан кам кашиш меҳӯранд, рангашон дер мепарад, дарзмол карданашон осон аст.

Ҳамаи инро ҳосиятҳои физикию механикии матои пашмӣ меноманд. Он ба коркарди гарм нағз мувофиқ аст. Ин ҳосиятҳоро доништа, бо роҳи коркарди гарм либосҳоро ба шакли намудҳои дилхоҳ овардан осон аст. Онҳо чангро зуд ба худ мегиранд. Бинобар ин онҳоро тез-тез тоза карда истодан лозим аст.

§ 14. Нахи абрешим

Ватани абрешим Хитой мебошад. Дар Осиёи Миёна абрешимчигӣ аз асри II идома дорад. Мувофиқи баъзе гуфтаҳо гӯё тухми кирмакро аз Хитой овардаанд. Як шохдухтари Хитойро ба яке аз бойҳои Осиёи Миёна додаанд ва ӯ барои домодшаванда як халтача тухми кирмакро дар мӯи сараш пинҳон карда овардааст. Он вақтҳо мӯйро дар сар баланд лӯнда мекарданд ва он барои тухми кирмакро пинҳон кардан кулай буд. Хитойиҳо сирри кирмакпарвариро махфӣ нигоҳ медоштанд ва агар касе ин сирро фош мекард, ба қатл мерасонданд.

Тибқи маълумоти дигар тухми кирмакро гӯё як савдогари калон дар ҳолигии асояш чо карда, аз сарҳади Хитой гузаронида будааст.

Ба ҳар ҳол аз ҳамон вақт сар карда дар Фарғона, Маргелон, Андиҷон, Хучанд, баъд Бухорою Самарқанд кирмакпарварӣ расм шуд.

Сабзиши биологии кирмак 5 зинаро дар бар мегирад. Кирмакро дар биноҳои ҳарораташон 23 – 28°C нигоҳ медоранд.

Кирмаки пилла дар 22 – 35 рӯзи ҳаёташ қариб 40 кг барги тару тоза меҳӯрад. Онҳо рӯзҳои аввал 12 маротиба барг меҳӯранд, чунки барг зуд хушк мешавад. Дар охири рӯзи 3-юм вазни онҳо зиёдтар ва сафедчатоб мешаванд. Онҳо дар ин вақт се бор пӯсташонро иваз мекунанд. Кирмакҳо ҳашт чуфт чашм доранд, аммо чӣ хеле ки меҳӯянд, аз биниашон дурро намебинанд ва кар мебошанд. Вале узви ҳиссиёташон пурқувват буда, баргро аз дур хис мекунанд, барои ба он наздик шудан аз монеаҳо мегузаранд. Агар дар сари роҳашон монеаҳо (қалам, қоғаз, кайчӣ) ва баъди он барги тоза гузорем, аз монеаҳо гузашта, ба тарафи барг ҳаракат мекунанд. Баргро ҳар қадар дур кунем ҳам, ба тарафи барг мераванд.

Кирмак пеш аз он ки пилла танад, рӯдаашро тоза мекунад ва дар муддати 60 соат бо сараш ба шакли рақами

ҳашт давр зада (дар шароити хуб 400.000 маротиба давр мезанад), дар гирди худ пилларо метанад. Пилла аз 20 – 40 қабат иборат буда, дар таркибаш 75 – 80% фибрина ва 20 – 25% сиритсина (моддае, ки наххоро мечаспонад) дорад. Аз 1-то пилла аз 600 то 1000 м ва аз он ҳам зиёдтар нахи абрешим гирифта мешавад.



Инро дар хотир дор

Аз 160 дона пилла 1 м² матои абрешим мебофанд.

Ихтироъкори рус Глеб Евгениевич Котелников аввалин шуда дар ҷаҳон парашютро аз абрешим сохт, чунки он борик, вале мустаҳкам аст. Ҳоло парашют ва қаноти делтапланҳоро аз абрешим месозанд.



Савол

1. Ватани пилла кучост?
2. Тухми кирмак аз кучо ва чӣ хел паҳн шудааст?
3. Пилла чанд қабат дорад?

Дар давраи қадим аз пилла дастӣ ресмон мересиданд. Дар асрҳои XVII – XVIII дастгоҳи дастии ресмонресӣ пайдо шуд. Ҳоло бошад, фабрикаҳо ба тарзи автоматикӣ аз пилла ресмон мересанд, матоъ мебофанд, оҳар ва рангубор медиҳанд. Матоъҳои абрешимӣ нафиси ҷилдор, зебо, мулоим, чандирӣ, гиҷимнашаванда буда, хосияти гигиениии хуб доранд, об ва ҳаворо нағз мегузaronанд.

Нахи абрешим тез титшаванда аст. Бинобар ин онро баъд аз қолиб монда буридан, тез дӯхтан лозим аст. Агар матои абрешимиرو сӯзонем, бӯи шохи ҳайвони сӯхтагӣ меояд. Дарзмол карданаш осон аст. Баъд аз шустан онро дар соя хушконида лозим аст, то ки рангаш зуд напарад.

Хосияти матоъҳо

№	Хосиятҳо	Абрешим	Пашмӣ
1.	Мустаҳкамӣ	баланд	нисбатан кам аз пахтагин
2.	Обғузарони	нағз	гузаронанда
3.	Чанггирӣ	хурд	камтар зиёд
4.	Гарминигохдорӣ	камтар аз пахтагин	зиёд
5.	Кашишхӯрӣ	зиёд	зиёд
6.	Титшавӣ	зиёдтар	миёна
7.	Ғичимшавӣ	беҳад кам	камтар

Нишонаҳои намудҳои матоъ

№	Хосиятҳо	Абрешим	Пашмӣ
1.	Чило	чилонок	камчило
2.	Маҳинӣ	маҳин	дурушт
3.	Мулоимӣ	мулоим	дуруштиаш миёна
4.	Тобхӯрии риштаҳо	рост	каҷ
5.	Намуди кандашавии риштаҳо	нӯги нахҳо хамвор	нӯги нахҳо титшуда

Матоъҳои аз абрешими табиӣ бофташуда бадост, чилодор, дар вақти даст гирифтан мулоим, маҳин, кам кашишхӯранда мебошанд ва ғайра.

Матоъҳои пашмӣ, абрешимиро бо намуди якраңг, гулдор истехсол мекунанд. Аз онҳо курта, пойчома, костюм, палто, умуман сару либос ва ғайраҳо медӯзанд. Аз матоъҳои абрешимӣ лавозимот, рӯйпӯши мебелҳо, парда ва бозичаҳо низ тайёр мекунанд. Дар саноат матоъҳои абрешимӣ ва пашмиро дар омехтагӣ бо дигар нахҳо ҳам ҳосил мекунанд, ки хосияташон дигар хел буда, камтар ғичим мешаванд, либосҳои аз онҳо тайёркарда ҳангоми шустан тез тоза мешаванд.

Муайян кардани хусусияти матоъ

Тачхизот: намунаи матоъҳо, асбобу анҷомҳо.

Рафти кор. Хосиятҳои матоъро бо таҷриба тавассути узвҳои ломиса, босира, сомеа муайян кунед.

Намунаи ду матоъи интиҳобшударо гиред: пашмӣ ва абрешимӣ.

1. Бо даст палмосед ва ҳис кунед, ки кадоми онҳо мулоимтар аст?

2. Бо чашм кадом фарқҳояшро дарк кардед?

3. Овози барқад ва кундаланги матоъро муайян кунед (бо ду даст саҳт кашида, якбора овозро муайян кардан мумкин).

4. Дар даст 30 дақиқа дошта, ғичимшавиашро санҷед ва сар диҳед, ки аз ин ду матоъ кадомаш зиёдтар ғичим шудааст.

5. Риштаҳои кундаланг ва барқадро ҷудо карда, риштаи ғафсро канед ва мустаҳкамии онҳоро муайян кунед, ба нӯги риштаҳои кандашуда аҳамият диҳед, ки кадоме аз онҳо нӯги борики ҳамвор ва кадомаш нӯги титшуда дорад.

6. Муайян кунед, ки муқоисаи шумо бо далелҳои ҷадвал мувофиқанд ё не?

Худназораткунӣ. Санҷиш:

1. Матои абрешимӣ ва пашмиро гирифтед.

2. Матои абрешимӣ мулоимтар аст ё пашмӣ?

3. Дар вақти муқоисаи нӯги риштаҳо ба кадом хулоса омадед?

Ҷадвали 9

Нишонаи муайянкунии матоъ

Матоъҳо	Намунаҳои муайянкунӣ		
	аз намуди зоҳираш	бо даст палмосидан	аз кандашавии риштаҳо
Абрешимӣ			
Пашмӣ			

Супориш

Чадвали нишонаи муайянкуниро ба қоидаҳо риоя карда пур кунед.

Матоҳоро аз ришта ҳосил мекунанд. Дар фабрикаи бофандагӣ риштаҳоро дар дастгоҳҳо байни ҳам мебо-фанд. Дар натиҷаи бофиши риштаҳо матоъ ҳосил мешавад. Матоъ аз тор ва пуд иборат аст.

Пуд барқади матоъ мегузарад. Он мустаҳкамтар буда, камтар кашиш меҳӯрад. Милки матоъ дар ҳар ду канори матоъ ҳаст ва дар васеъгӣ риштаи тор мегузарад, ки ин ришта кашиш меҳӯрад.



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

1. Барои аз кадом нахҳо будани матоъро фаҳмидан ҳосиятҳои онро бояд донед.
2. Барои гузаронидани таҷрибаи муайян кардани обгузаронӣ ва сӯхтани матоъ чӣҳо лозиманд?



Расми 19

Муайян кардани ҳосияти матоъ: а – сӯхтани матоъ;
б – муайян намудани обгузаронии матоъ.



Инро дар хотир доред

Аз таърихи пайдоиши нахҳо:

Пахта – ватанаш Ҳиндустон.

Загир – ватанаш Миср.

Пилла – ватанаш Хитой.



Маслиҳати муфид

Барои он ки маҳсулот ранги синкаро як хел гирад, онро алоҳида ба маҳлули синка андозед ва баъди дар маҳлули синка як хел истодан, гирифта овезед.

§ 15. Аппликатсияи (гулпартоии) матоъ

1.Ороиши матоъ бо роҳи аппликатсия кори душвор нест. Барои аппликатсия материалҳои гуногун, лахтакчаҳои матои пахтагин, абрешимӣ, пашмӣ, синтезӣ, замш, чармӣ ва ғайраҳоро истифода мебаранд:

а)Аппликатсияи матоъ ба аппликатсияи қоғаз монанд аст, аммо вобаста ба техникаи буриш ва пайвастанӣ он ба асос фарқ мекунад.

б)Дар вақти матоъро ба қоғаз часпондан ширешро истифода мебаранд.

в)Дар вақти матоъро бо матоъ аппликатсия кардан кӯҳҳои гуногун истифода бурда мешаванд.

Аввал ҷои қисмҳоро ба назар гирифта, қолабро дуруст буридан лозим аст, вагарна дар қисмҳои аппликатсия роғ мемонад ва қисмҳо ба ҳам мувофиқ намеоянд. Бинобар ин тарзи гузориши қисмҳо ба асос роли калон мебозад. Ҳамаи қолаби қисмҳоро бо сӯзанчаҳо ба матоъ, ба риштаи пуд маҳкам мекунад.

2.Нақше, ки аппликатсия мешавад, бояд 2 нусха бошад. Нусхаи якумро бо қисмҳои алоҳида бурида ва нусхаи дуюмро ба сифати санҷиш истифода мебаранд. Қисмҳоро аз матоъ мисли қисмҳои қоғазӣ мебуранд. Қисмҳои тайёрро



Расми 20

Аппликатсияи матоъ ба рӯи коғаз

ба тарҳи пурраи асос ба шакли сурати одам, мевачот ё ҳайвонҳои гуногун бо ширеш мечаспонанд. Агар аппликатсия ба рӯи матоъ бошад, онро ба болои матоъ маҳкам карда, гирдашро ба тарзи гуногун медӯзанд. Онро, ба ҳар шакле бошад, аз рӯи қоидаи ягона бо сӯзанчаҳо маҳкам карда, аввал кӯк мезананд ва баъд аппликатсияи матоъро мувофиқи табъ ба тарзи гуногун медӯзанд.

Агар аппликатсия аз ҷити борик, сатин, штапел, шохӣ ва ғайраҳо бошад, барои дӯхтан аввал матоъро оҳар дода, нағз дарзмол кардан лозим аст. Ҳар як қисми аппликатсияшавандаро бо қоғази нусхабардорӣ нусхабардорӣ карда, қисмҳои онро бо матоъҳо ё лахтаҳои тайёркарда мувофиқ мекунанд.

Қисмҳои буридаро ба андозаи муайян оварда, нусхаи дӯхташавандаро ба тағи асоси матои аппликатсия мувофиқ карда, аввал бо мӯлина ё ресмони оддӣ кӯк мезананд, баъд гирди онро бо чоки хамвор ё юрма дурусту хушрӯ медӯзанд. Матоъро ба болои плёнка паҳн карда, баъд ба болои он матои аппликатсияшударо гузошта, бо дарзмоли



Расми 21

Аппликация аз матои пашмӣ (мӯина)

сахт натафсида дарзмол мекунамд. Плёнка нест шуда, қисми асосӣ ба матоъ мечаспад. Матоъҳои зичи аппликацияшаванда, монанди драп, мохут, чинс, замш ва ғайраро аввал дар картон нақша мегиранд, баъд қолаб бурида, онро ба болои матои асосӣ гузошта, гирдашро қалам мекашанд. Қисмҳои аз мохут, замш, драп буридари бо асоси матоъ бо пирма ё марҷонҳо дӯхта пайваست кардан ҳам мумкин аст.

Матоъҳоро ба шаклҳои гуногун оварда, мувофиқ карда дӯхтан мумкин аст, ба монанди чилди болишт, сумка, сару либос, намояҳо ва ғайра. Барои кӯтоҳ ё дароз кардани доман, почома, шим, курта ва ғайраҳо ба матои асосӣ аппликация медӯзанд ё мечаспонанд.

Супориш ва кори амалии № 18

1.Қоидаҳои гигиенӣ ва техникаи бехатариро ҳангоми кор бо асбобҳо риоя кунед.

2.Намуди қисмҳои асосиро интихоб кунед, рангашро



Расми 22
Аппликатсияи матоъ ба рӯи коғаз

фигр карда, мувофиқи табъи худ ороиш диҳед.

3.Нақшаи корро таҳия созед, корро бо ҳамсабақҳоятон
ё бо бригада иҷро кунед.



Расми 23
Аппликатсия аз матои пашмӣ (мӯина)

4. Корро – матои асоси аппликатсия ва матои бо коғаз мечаспидагиро байни худ тақсим кунед.

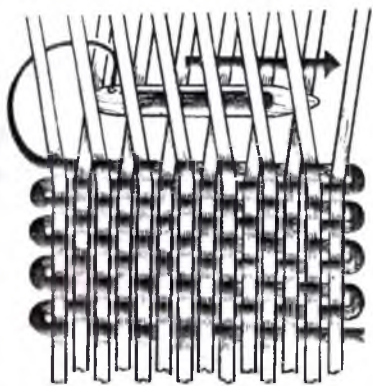
Эзоҳ: Аппликатсияро ба болои нусхаи коғазӣ гузошта, ҳар як қисмро ду маротиба як хел нусха бардоред. Ҳар як қисми нусхаи дуҷумро бурида, ба он матоъҳои рангашон мувофиқро бо ширеш мечаспонем. Баъд онҳоро бо кайҷӣ босифат бурида, ба ҷои нусхаи якум мегузорем.

Нусхаи дуҷумро аз нусхаи якум тавассути коғазӣ нусхабардорӣ нусхабардорӣ кардан мукин аст. Ҳар як қисми нусхаи дуҷумро бурида, матоъро ба пушти он чаппа мечаспонем. Дар вақти часпондани қисмҳо тарафи росташон намоён мешавад.

Бофтани матоъҳо

Матоъҳои абрешимӣ, пашмӣ ва пахтагин бо усулҳои сачоқӣ, абрағӣ ва атласӣ ё сатинӣ бофта мешаванд.

Бофиши сачоқӣ. Ин бофиш дар тарафи рост ва чап як хел мебошад. Барои ҳосил кардани ин бофиш ду ремизак лозим аст. Ду ришта – пуд ва тор бо ҳам бофта мешаванд. Ин бофиш васеъ истифода бурда мешавад. Титшавии он назар ба бофиши астарӣ ва сатинӣ кам мебошад, чунки дар ин бофиш охири пуд ва тор бо ҳам кам бофта мешавад. Бо ин усул матоъҳои пахтагин – батис, чит, медапалан, маркизет ва ғайраҳо бофта мешаванд.



Расми 24
Бофиши сачоқӣ

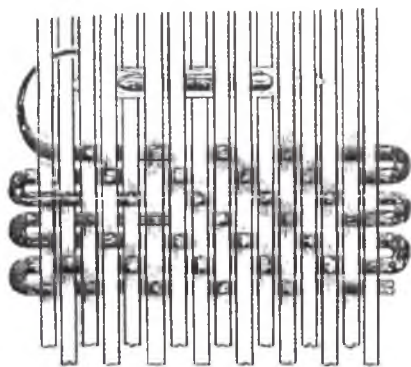
Бофиши абрағӣ. Ин бофиш дар матоъ одатан аз чап ба поён ва аз боло ба тарафи рост чун рахҳои қачи уреб сурат мегирад.

Бофиши абрағӣ дар матоъҳои пахтагин, ба монанди

лас, бумази, трико, кашмирӣ, шотландӣ ва ғайраҳо ҳам истифода мешавад. Дар матоъҳои пашмӣ – кашмирӣ, костар, шевлат, драп ва ғайра, абрешимӣ – атлас, радоли ва ғайра ҳам бофиши абрагиро истифода мебаранд.

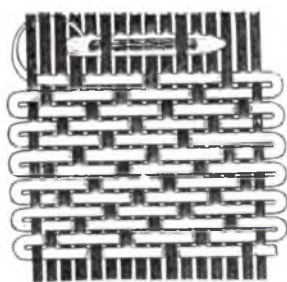
Бофиши атласӣ ё сатинӣ.

Дар бофиши сатинӣ руи матоъ ҳамвор ва ҷилдор мебошад. Барои ҳосил кардани бофиши сатинӣ ё атласӣ аз 5 то 12 ремизак лозим аст. Атлас, силон, сатин ва ғайраҳо бо ин усул мебофанд.



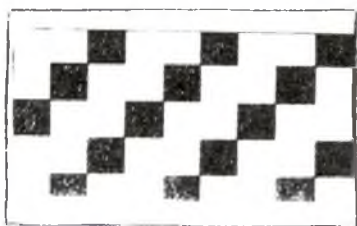
Расми 25

Бофиши абрагӣ



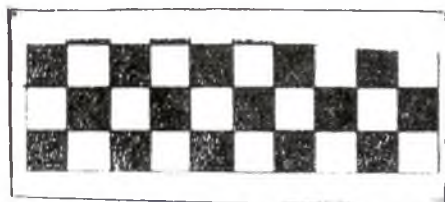
Расми 26

*Бофиши атласӣ
ё сатинӣ*



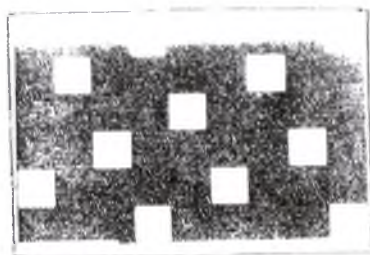
Расми 27

Бофиши сачоқӣ



Расми 28

Бофиши абрагӣ



Расми 29

Бофиши атласӣ

Бофтани матоъ

Таҷҳизот: коғаз, ширеш, кайҷӣ, чадвал.

1.Қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бе-хатариро дар вақти кор бо таҷҳизоти зарурӣ риоя кунед.

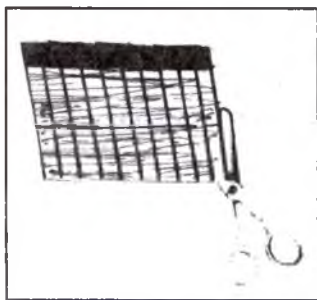
2.Ба бригадаҳо ҷудо шуда, коллективона як намуди бофишро иҷро кунед, шакл ва ҳолати коғазро муайян намоед. Нақшаи корӣ тартиб диҳед, корро байни худ тақсим кунед.

3.Интиҳоби коғаз: ду хел коғазӣ ранга – яқум барои тор, дуюм барои пуд.

4.Ба ҳар як коғаз аз тарафи چاپаш хат кашед, васеъгашро ба ягон андоза муайян – 0,5 – 1 см ё 1,5 см карда, хат кашед.

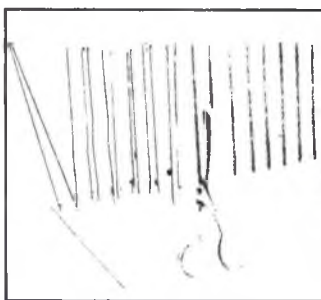
5.Барои риштаи тор ҳамаи коғазҳоро бо шакли росткунҷаи дароз буред.

6.Ба коғазе, ки андозаи риштаи пудро муайян



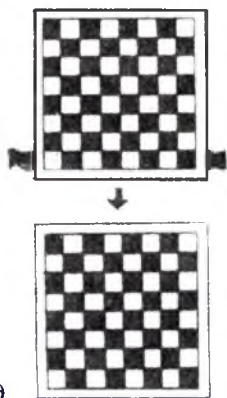
Расми 30

Коғазе, ки риштаи
пудро муайян меку-
над



Расми 31

Коғазе, ки риштаи
торро муайян мекунад



Расми 32

Бофиши пурраи
сачоқӣ

мекунад, аз тарафи чапаш нишона кунед ва ҳар нишонаро аз охири коғаз 2 см монда буред.

7.Баъд якто-якто байни тору пуд шумораи риштаҳои муайяно мегузоранд.

8.Риштакоғазеро, ки шумораи бофиш муайян кард, бо ширеш пайваст кунед. Баъд риштаи пудро даст гирифта, коғазии риштаи торро аз мобайни риштаи пуд бо шумораи муайян гузаронед.

Бо ҳамин тарз ҳамаи риштаҳои тор ва пудро шуморида бофед.



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

- 1.Бозхатиёт, сарфакорона истифода бурдани маҳсулот чӣ маъно дорад?
- 2.Барои кор кадом маҳсулот ва таҷҳизоти заруриро мегиред?
- 3.Истифодаи оқилонаи маҳсулотро чӣ хел мефаҳмед?
- 4.Оё шумораи бофишҳои додашударо зиёд кардан мумкин аст ё не?
- 5.Барои кор чанд намуди коғазии рангаро интихоб мекунад?
- 6.Аввал кадом риштаи бофишро ба назар мегиред, тор ё пудро?
- 7.Риштаи торро чӣ хел гузаронидан лозим аст, ки шакли бофиш вайрон нашавад?
- 8.Росткунҷаҳои дарозро чӣ хел тез ва дуруст буридан мумкин аст?
- 9.Оё коғазеро, ки риштаи пудро нишон медиҳад, то охир буридан лозим аст?
- 10.Коғазеро, ки риштаи пудро нишон медиҳад, муайян кунед.

§ 16. Кор бо мошини дарздӯзии пойӣ

Мошини дарздӯзӣ ба се гурӯҳ чудо мешавад.

Дар рӯзгор:

1. Дастӣ

2. Пойӣ

3. Барқӣ

Дар истеҳсолот:

1. Нимаавтоматӣ

2. Автоматӣ

3. Махсус барои як намуди амалиёт.

Мошини дарздӯзии пойӣ вақти дӯхтро кам ва дасти дӯзандаро аз чархи гардона озод мекунад, ки ин ба беҳшавии шароити кор, баландшавии сифат ва афзоиши истеҳсоли масолах мадад мерасонад.

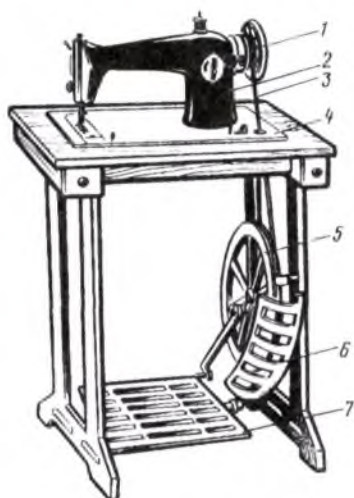
Дар вақти кор қоидаҳои санитарию гигиенӣ ва техникаи беҳатарӣ, талабот ба қоидаҳои дӯзиш барои мошини дарздӯзии дастиро, ки дар синфи 5 омӯхта будед, риоя кардан лозим аст. Бо қисмҳои мошини дарздӯзии пойӣ шинос мешавем.

Педал он аст, ки дӯзанда бо ҳаракати пой ба ҳаракат медарорад. Он бо ёрии шатун чархи гардонро давр мезанонад. Дар чарх ҷӯяк мавҷуд аст, ки ба он тасмаи чархгардонро мегузаронанд.

Тасма чархи ҳаракатдиҳандаро бо гардона, ки дар чархи асосӣ ҷойгир аст, пайваست мекунад. Чархи асосӣ қисмҳои кори мошин, сӯзан, механизми матоъгузарон, ресмонкашак ва мокуро ба ҳаракат медарорад. Ба пеши чархи ҳаракатдиҳанда барои беҳатарию кор сипар мегузоранд. Баъд аз тамои кардани кор тасмаро аз чарх гирифта мондан лозим аст.

Дар вақти кор бо мошини дарздӯзии пойӣ ҳамаи қоида ва талаботи кор, ташкили ҷои кор барои мошини дарздӯзии дастиро риоя бояд кард.

Барои дуруст кор кардани мошин, сабук ҳаракат кардани механизмҳои он ва рост будани дарзҳо онро



Расми 33

Мошини дарздӯзи пойӣ

1 – чархи гардона

2 – тана

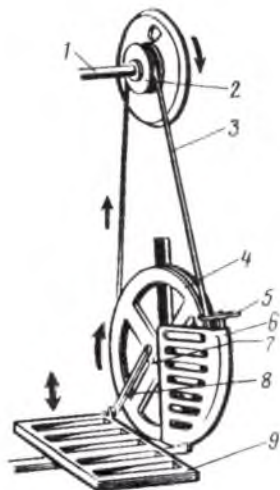
3 – тасма

4 – асос

5 – чархи ҳаракатдиҳанда

6 – сипарча

7 – педал



Расми 34

Ҳаракатовари поякии мошини дарздӯзӣ

1 – чархи асосӣ

2 – шиви чархи гардона

3 – тасма

4 – чархи ҳаракатдиҳанда

5 – тасмагардон

6 – сипарча

7 – кривошип (танзимаи ҳаракат)

8 – шатун

9 – педал



Расми 35

Қор бо мошини дарздӯзи пойӣ

мунтазам тоза ва равшан кардан лозим аст. Сӯзан ва ресмонро вобаста ба навъи матоъ интихоб бояд кард. Агар интихоб нодуруст бошад, боиси шикастани сӯзан, канда шудани ресмон, вайрон шудани дарз ва дигар нуқсонҳо мегардад. Шикастан ва қач шудани сӯзан дар вақти нодуруст истифодабарии даст, таъйиқдиханда ё гардона рух медиҳад. Сӯзан ва сӯрохии сӯзангузорак бояд мавқеи дурустро ишғол кунанд. Ҳодисаи сӯзаншиканӣ ҳангоми бо сӯзани борик дӯхтани матои гафс, дар аснои ҷокдӯзӣ ба тарафи худ кашидани матоъ рух медиҳад.

Талаботи санитарии гигиенӣ ва қоидаҳои техникаи беҳатарӣ дар вақти кор бо мошини дарздӯзии пойӣ

Пеш аз он ки бо мошини дарздӯзии пойӣ ба кор сар кунем, аввал дуруст бо пой ҳаракатдихиро ёд гирифтани лозим аст. Педалро ҳамвор ва гардоноро ба тарафи худ ҳаракат кунондан, ба ҳолати дасту пой аҳамият додан лозим аст. Тасмари дар вақти кор нагузаронед. Дар вақти ресмонро ба сӯзан гузаронидан пойро аз педал гиред.

Машқ дар мошини дарздӯзии пойӣ:

1.Пойро ба педал ин тавр гузоштан лозим аст. Пойи рост бояд аз пой чап камтар пештар истад.

2.Гардоноро ба тарафи худ ҳаракат диҳед ва педалро бо пой ба ҳаракат дароред. Педалро ором зер карда, аввал бо як пой, баъд бо пой дигар ба ҳаракат дароред.

3.Дастро ба болои платформаи мошин гузоред. Барои аз кор боздоштани мошин пойро аз педал гиред ва бо дасти рост гардоноро боздоред. Ҳолати даст бояд катшуда бошад.

Машқро якчанд бор такрор кунед.

Дар вақти машқ мошини дарздӯзӣ дар ҳолати корӣ бошад, ба тағи таъйиқдиханда матоъро дуқабата карда гузоред ва машқро бе гузаронидани ришта давом диҳед. Аввал бо педал ба ҳаракат даровардани мошинро ёд

гирифта, сипас риштаро гузаронида, дар мошини дарздӯзӣ корро сар кунед.

Калимаҳои педал, гардона, тасмаи ба ҳаракатоваранда, ҷархи асосиро дар хотир нигоҳ доред.



Савол ва супориш

1. Рӯшноӣ аз кадом тараф бояд афтад?
2. Дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ тарзи дар курсӣ дуруст нишастанро нишон диҳед. Ҳолати дасту пой бояд чӣ хел бошад?
3. Агар гардона гоҳе ба як тараф ва гоҳ ба тарафи дигар ҳаракат кунад, чӣ ҳодиса рух медиҳад?

Ба кор омода сохтани мошини дарздӯзӣ

Дар вақти мошини дарздӯзиро ба кор даровардан дар рӯи платформаи мошин бояд ҳеҷ чиз набошад. Ҳамаи асбобҳоро баъди истифода бурдан мувофиқи қоида ва талаботи кор дар қуттиҳо ё халтачаҳои махсус ҷой кунед.

Дар вақти мошини дарздӯзиро ба кор омода кардан ҳамаи қисмҳои қориашро аз назар гузаронед. Онҳо бояд дар ҳолати қорӣ бошанд ва сӯзани мошинро ба риштаҳои дарздӯзӣ мувофиқ интиҳоб кардан лозим аст. Сӯзанро ба мошин гузоред, риштаро дар найча печонед, риштаи болоӣ ва поёниро дар ҷояш гузоред.

Интиҳоби сӯзан ва ришта ба ғафсии матоъ ва маснуоти дӯзандагӣ вобаста аст.

Вобаста ба рақамҳои сӯроҳии сӯзан ҳар хел мешавад. Барои матои ғафс сӯзани бориқ гузоштан мумкин нест, чунки сӯзан дар ин ҳолат мешиканад. Барои матои бориқ сӯзани ғафс мондан мумкин нест, чунки дар ҷои дарз сӯроҳи сӯзан боқӣ мемонад ва дарз беzeb мешавад.

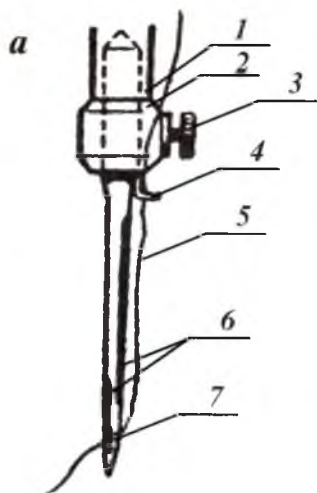
Вобаста ба тарзи дӯхтан сӯзанҳо чанд намуд мешаванд:

дароз ва кӯтоҳ, ғафс ва борик, рост ва қач (барои дӯзиши махсус).

Соҳти сӯзани рост дар расм нишон дода шудааст. Он аз колбаи сӯзан, ки як тарафаш рости суфта ва тарафи дигараш барҷаста (ба он рақами сӯзанро мегузоранд) аст, иборат мебошад. Хизмати колба аз он иборат аст, ки сӯзанро ба сӯзангузорак дохил намуда, бо винти



Расми 36
Намудҳои сӯзани
мошини дарздӯзӣ



Расми 37

a – гузоштани сӯзани мошин:

1 – сӯзангузорак

2 – сӯзандорак

3 – винт

4 – риштагузорак

5 – ришта

6 – ҷӯяки кӯтоҳ

7 – сӯроҳӣ

б – ҷӯяки дароз

в – ҷӯяки кӯтоҳ ва сӯроҳӣ



в



саракдори дастаки тазйикдиханда маҳкам мекунад.

Қутри колбаи сӯзан аз қутри найчаи сӯзан калон аст. Бар қади найча дуто чӯяк мегузарад. Аз тарафи барҷастаи колба чӯяки дароз ва аз тарафи суфтаи найча чӯяки кӯтоҳ мавҷуд аст. Дар вақти дӯхтан чӯякҳо риштаро аз хӯрдашавӣ нигоҳ медоранд.

Нӯги тези сӯзан вазифаи дохилшавӣ ба матоъро иҷро мекунад ва он қисми кории сӯзан мебошад. Он барои гузаронидани ришта сӯрохӣ дорад.

Интиҳоби сӯзан: барои он ки кӯк дурусту зебо бошад, сӯзанро дуруст интиҳоб кардан лозим аст.

Сӯзанҳои мошин аз рӯи рақамҳо фарқ мекунанд, аз 75 то 150 рақам дорад. Рақами он ҳар қадар калон бошад, сӯзан ҳамон қадар ғафс мешавад. Интиҳоби сӯзан ба ришта ва матои интиҳобшуда вобаста аст.

Ҷадвали 10

Интиҳоби сӯзан ва ришта

№	Матоъ	Рақами сӯзанҳо	Рақами ришта	
			пахтагӣ	абрешимӣ
1.	Матои борики абрешимӣ, шифон, крепдешин	75 – 65	–	65 – 75
2.	Чит, сунъӣ, абрешимӣ	90 – 85	80 – 90	–
3.	Матоҳои ғафси пахтагини куртаворӣ	85 – 90	40 – 60	–
4.	Матоҳои пашмии нафиси куртаворӣ	90 – 110	40 – 50	–
5.	Матоҳои пашмии ғафс ва костюмворӣ	120	30 – 40	–
6.	Матоҳои ғафси пашмӣ барои палто	120 – 150	30 – 40	–

Дар вақти интиҳоби сӯзан ба сифати он аҳамият додан лозим аст. Нӯги сӯзан бояд рост ва тез, чӯякҳо ва гӯшакаш суфта бошад, чунки ҷои ноҳамвораш сифати риштаро паст ва онро канда мекунад.



Савол ва супориш

1. Қисмҳои сӯзани мошини дарздӯзиро гӯед ва нишон диҳед.
2. Сӯзани мошин аз сӯзани дастидӯзӣ чӣ фарқ дорад? Чаро риштаро дар сӯзани дастидӯзанда дар ақиба ва дар сӯзани мошин дар нӯғаш мегузаронанд?
3. Қисми кории сӯзани мошинро гӯед, он кадом корро иҷро мекунад?
4. Интиҳоби сӯзан ба чӣ вобаста аст?
5. Сифати сӯзан чӣ хел муайян карда мешавад?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Ду-се намуди сӯзанро ба дастатон гирифта муқоиса кунед, сифати онро муайян намоед ва гӯед, ки ба он кадом риштаро интиҳоб мекунед.

Муайян кунед, ки баъди азназаргузаронӣ ва интиҳоби сӯзану ришта, аъзои бригадаи корӣ ба сифати коратон чӣ хел баҳо доданд. Зарбулмасали доир ба сӯзан ва риштаро гӯед.

Гузоштани сӯзан ба сӯзандорак Машқ кардани гузориши сӯзани мошин

1. Сӯзангузоракро ба ҳолати аз ҳама баландаш мегузоредем.
2. Винти сӯзандоракро он қадар маҳкам намекунем.
3. Сӯзанро дар сӯзандорак ба воситаи сӯзангузорак то охир дохил кунед.
4. Ҷӯяки дарози сӯзан аз тарафи риштагузаронӣ бошад.
5. Винти сӯзандоракро маҳкам кунед.
6. Санҷед, ки сӯзан ба сӯроҳии пластинкаи сӯзангузорак озод дохил шавад ва ба моку дар намонад. Барои ин сӯзанро аз поин ба боло дохил кардан лозим аст.
7. Ришта боло ва поёнро гузоредем.

8. Сифати кӯкро санҷед. Гузориши дурусти сӯзан барои кори мӯътадили мошин аҳамияти калон дорад.

Ҷадвали 11

Носозиҳо дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ ва сабабҳои нуқсони сӯзан ва гузориши он

№	Нуқсони сӯзан ва гузориши он	Носозӣ дар кори мошини дарздӯзӣ
1.	Сӯзани катшуда	Шикастани сӯзан, кандашавии ришта ва қадами кӯк
2.	Сӯзани кунд	Ҳалқапартоии кӯк, кандашавии ришта матоъ
3.	Нодуруст гузоштани сӯзан бо ҷӯяки кӯтоҳ аз тарафи ришта-гузаронӣ	Набаромадани кӯк, кандашавии ришта
4.	Сӯзанро пурра дохил накардан	Шикастани сӯзан, номунтазамии кӯк



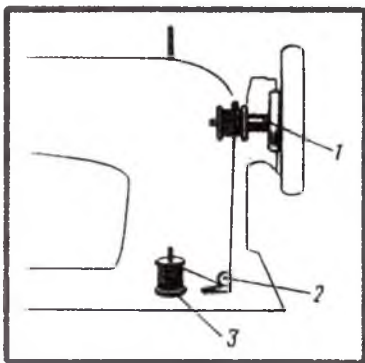
Савол ва супориш

1. Роҳи дуруст гузоштани сӯзанро гӯед.
2. Номи он қисми мошинро, ки сӯзан мегузоранд, гӯед.
3. Риштаро аз кадом тараф ба сӯзан мегузаронанд?
4. Ҷӯяки дарози сӯзан дар вақти гузоштан ба кадом тараф бояд нигоҳ кунад?

Ин калимаҳоро ба хотир дор: **колбаи сӯзан, ҷӯяки дароз ва ҷӯяки кӯтоҳи найчаи сӯзан, сӯроҳии сӯзан.**

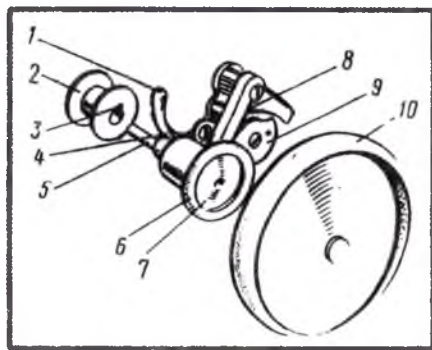
Риштапечонак

Барои ба найча печондани ришта дар мошини дарздӯзӣ механизмҳои махсус: риштапечонак ва риштатарангкунак мавҷуданд. Риштапечонак (1) дар дастаи мошин, дар назди гардона ҷойгир аст.



Расми 38

Воситаҳои ба найча
печонидани ришта:
1 – риштапечонак
2 – риштатарангкунак
3 – меҳвари галтак



Расми 39

Сохти найчаи риштапечонак:
1 – забонаки фишордиҳанда,
2 – найча, 3 – шикофи найча,
4 – пайвандак, 5 – меҳвар,
6 – чархи резинӣ, 7 – сӯрохи
найчаи риштапечонак, 8 –
фишанг, 9 – забонак, 10 – гардона

Риштатарангкунак (2) дар платформаи мошин ҷойгир карда шудааст. Риштапуркунак ин меҳварест (5), ки ба он втулка гузошта шудааст. Дар тарафи рости меҳвар чархи доирашакл (7) мавҷуд аст, ба гирди он чархи резинӣ (6) гузошта шудааст. Дар кунчи чап пайвандак мавҷуд аст. Пайвандак ба фишанг (8) васл карда шудааст. Барои ба ҳолати зарурӣ маҳкам кардани меҳвар забонак (9) мавҷуд аст. Барои ҳамвор печонидани ришта забонакро (1) истифода мебаранд.

Риштатарангкунак аз ду шайбаи тарангкунанда, ки ба платформа маҳкам карда шудааст ва меҳвар барои галтак иборат аст.



Супориш

Расми найчаи риштапечонакро аз назар гузаронед ва қисмҳои онро дар мошини дарздӯзӣ нишон диҳед.

Машки риштапечониرو дар синфи 5-ум иҷро карда будед, қоидаҳояшро медонед. Барои хотиррасон шудан риштаро дар найчаи риштапечонӣ ба моку печонед. Дар вақти чокдӯзӣ воситаи ёрирасон – чадвали худуддорро истифода бурдан аҳамияти калон дорад. Он вақтро сарфа мекунад ва миқдори маснуот зиёд мешавад.

Дарзи мошини дарздӯзӣ

Дар вақти дӯхтани либосҳо дарзҳои пайвасткунандаро истифода мебаранд. Дарзҳо якчанд хел мешаванд. Ҳоло бо намудҳои он – дарзи дукарата, дарзи бахиядӯзӣ, дарзи каткунӣ, дарзи кушод ва дарзи ноаён шинос мешавем, ки аз ҷумлаи дарзҳои зарурӣ мебошанд.

Кори амалии № 20

Иҷрои намунавии дарзи дукарата

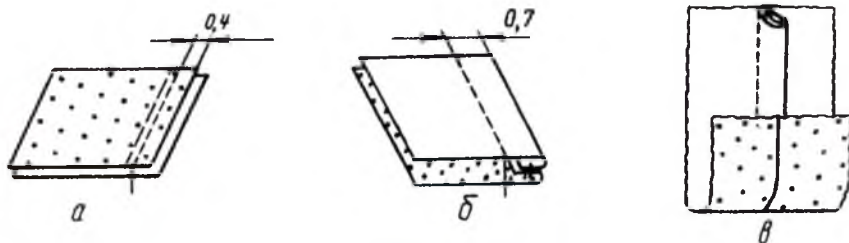
Таҷхизот: куттии корӣ, чор намуди матои андозаашон 10x10 см.

Рафти кор:

1. Намунаро тайёр кардан: порчаҳои пайвастшавандаро бо тарафҳои чапашон r_1 ба ҳамдигар монда, дастӣ кӯк занед.

2. Дӯхтани порчаҳо (расми 40 а). Онро дар мошин дӯхта, пас кӯки дасти онро канда, масофаи ҷои чокро ба ду тараф қат карда, дарзмол кунед. Ин намунаро ба тарафи чапаш гузошта, баъд боз дӯзед (расми 40 б).

3. Порчаҳоро дӯхта, кӯкҳоро канда, ҷои кӯкҳоро дарзмол кунед. Баъд гирди намунаи ҷоки дукаратаро бо қайчӣ буред.



Расми 40

Тайёр кардани намунаи дарзи дукарата

Намунаи дарзи бахиядӯзӣ

Таҷҳизот: қуттии корӣ, чор порча матои андозаашон 10x10 см.

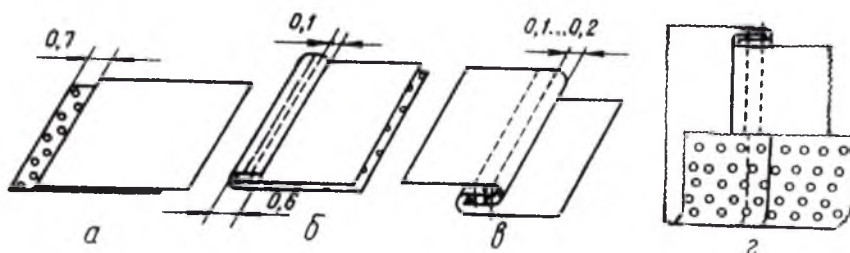
Рафти кор:

1. Тайёр намудани чок: матоъро гузошта, бо сӯзанак маҳкам кунед, тарафи ростро ба рост гузоред. Қисми поёни порчаҳо аз якдигар 0,7 см берун баромадагӣ бошад (расми 41 а).

2. Қои буриши порчаи болоиро қат карда, кӯк занед ва бо мошин дӯзед (расми 41 б).

3. Кӯкҳоро канда, чокро ба як тарафи қисми болоӣ гузошта кӯк кунед ва баъд бо мошин дӯзед (расми 41 в).

4. Кӯкҳоро канда, дарзмол кунед, канори дарзи бахиядӯзиро бо кайчӣ буред ва бо кӯки канорӣ дӯзед.



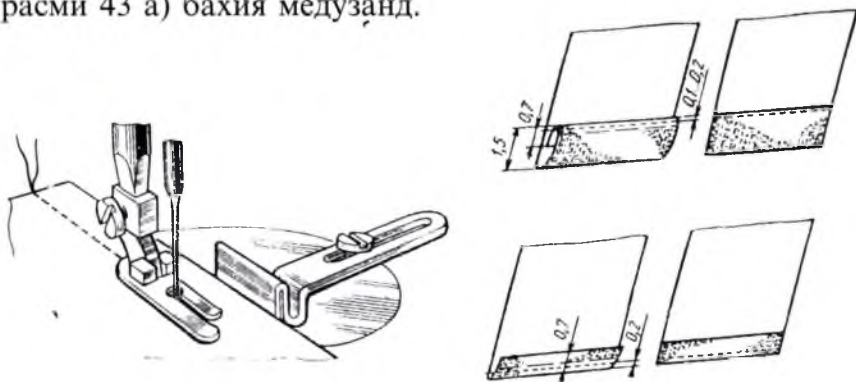
Расми 41

Намунаи дарзи бахиядӯзӣ

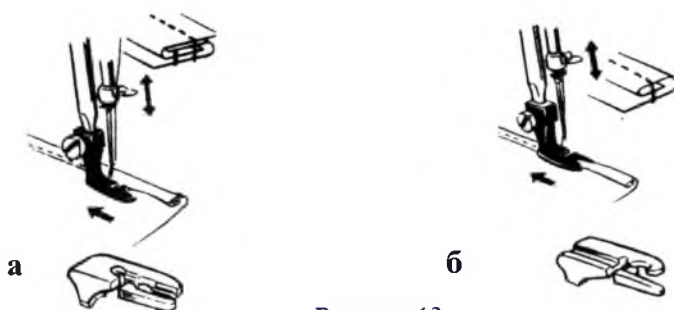
Воситаҳои ёрирасон дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ

Дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ воситаҳои ёрирасон аҳамияти калон доранд (расми 42). Онҳо сифати дӯхти маснуотро баланд мебардоранд, меҳнатро осон карда, истеҳсоли маснуотро афзун мегардонанд. Дар вақти кор бо воситаҳои ёрирасон кӯк задани қисмҳои маснуот зарур нест.

1. Бо ёрии воситаи ёрирасони ҷадвали ҳудуддор дарзи дукартатро медӯзанд. Бо ёрии тазйикдиҳандаи бахиявӣ (расми 43 а) бахия медӯзанд.



Расми 42
Ҷадвали ҳудуддор



Расми 43
Воситаҳои ёрирасон:

а – тазйикдиҳандаи бахиявӣ, б – тазйикдиҳандаи буранда

Ба воситаи тазйикдихандаи буранда (расми 43 б) дарзи каткунӣ бо буриш ва дарзҳои васеъгиашон ҳархела ё андозаашон муайянро иҷро мекунанд.

Ин калимаҳоро дар хотир дор: **дарзҳои зарурӣ, дарзи дукарата, дарзи бахиядӯзӣ, тазйикдихандаи бахиявӣ, тазйикдихандаи буранда.**

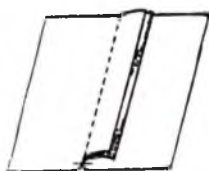


Савол

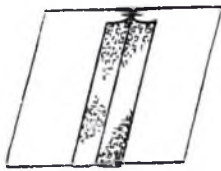
1. Қоидаҳои дарзи бахиядӯзиро гӯед.
2. Воситаҳои ёрирасон дар вақти кор чӣ аҳамият доранд?

Чадвали ҳудуддорро бо винт ба платформаи мошин маҳкам мекунанд. Ба таги тазйикдиханда тарафи рости ду порчаро гузошта медӯзанд ва охири чокро маҳкам мекунанд.

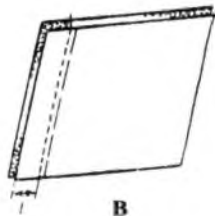
Дар хотир дор: бе истифодаи чадвали ҳудуддор.



а



б



в

Расми 44

а – кӯк кардан ва дӯхтани қисмҳо, б – кӯкро қанда дарзмол кардан, в – дарзмолкунии кӯк



Савол ва супориш

1. Аҳамияти чадвали ҳудуддор дар чист?
2. Намуди дарзҳоро аз назар гузаронед ва қоидаҳои иҷрои онҳоро дар хотир доред.

§ 17. Дӯхтани пойчома

Хама чӣ будани мӯдро медонанд. Оё шумо онро пурра медонед?

Мӯд дар вақти ба вучуд омаданаш ҳамаро ба хайрат андохта, нофаҳмӣ, тасаввуроти галатро ба вучуд овард. Аммо дар кучо ва кай пайдо шудани мӯдро дар таърих нанавиштаанд. Мутахассисон пайдоиши мӯдро ба асри XIV мансуб медонанд. Баъзеашон мегӯянд, ки аз пайдошавии матоъ ба вучуд омадааст. То пайдоиши мӯд одамон аввал ба ҷои либос барги калон, пӯсти дарахтон, пӯсти ҳайвонот ва ғайраро мепӯшиданд. Онҳо пӯстхоро бо ресмон ба миён мебастанд. Ресмонхоро аз пӯсти шохчаҳои дарахт ва растаниҳо мебофтанд. Дар охир маснуотро аз ду тараф – пешу ақиб бо ҷӯбҳои нӯғаш тез ё сӯки моҳӣ ё сангҳои дарози нӯғаш тез ба китф медӯхтанд. Ин асбобҳо сӯзан ва либосҳои камзӯлчамонандро, ба мисли курта, камзӯлча, плаш, палто ва ғайра ба вучуд овард. Бандакҳое, ки барои бастании маснуот ба миён истифода мешуданд, минбаъд пешдоман, шим, пойчома, труси, шалвор ва ғайраро ба вучуд оварданд.

Ба маҷмӯи либоси занона либоси тағ, курта, пойчома, якта (хилъат), ҷомаи пахтагин, пӯстин, кулоҳ, пойафзоли ҷармӣ ва ғайраҳо дохил мешаванд.

Курта, пойчомаҳо ва қисмҳои алоҳидаи либосро ҳуди занҳо медӯхтанд. Аз сабаби он ки пеш бари матоъҳо кӯтоҳ буд, либосро ҳамроҳи остинаш яклухт мебуриданд (ба дарозии матоъ). Ҳоло ҳам ин намуди буриш маъмул аст. Онро барои занҳои солхӯрда истифода мебаранд. Барои занон ва духтарон пойчома ва куртаро аз матоъҳои якхела мувофиқ карда медӯзанд. Пойчомаро аз ҳар хел матоъ медӯзанд. Мувофиқи таъинот пойчома ба се ғурӯҳ чудо мешавад: барои хоб, кор ва ҷойравӣ.

Пойчомаҳо барои хоб ва корро асосан аз матоъҳои пахтагин – чит, патис, маркизет, бумазӣ, сатин ва ғайра медӯзанд.

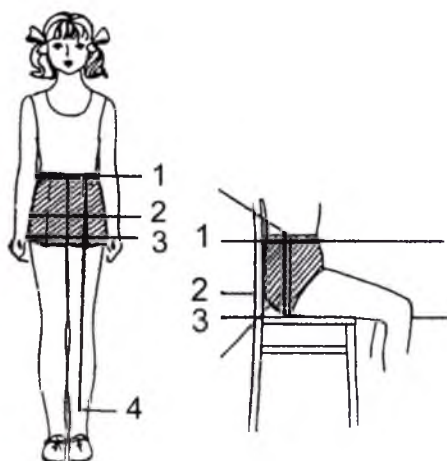
Пойчомаи ҷойравиро аз матоъҳои абрешимӣ, пашмӣ ва синтезӣ медӯзанд. Пойчома либоси озод, ба бадан намечаспидагӣ ҳисоб мешавад.

Барои дӯхтани пойчома чунин намуди ченкунӣ мавҷуд аст.

1.НЧС – ин ченакро пурра гирифта, нисфашро менависанд; бо ин ченак андозаро муайян мекунанд.

1.Ченак аз тарафи рости андом гирифта мешавад.

2.Ченакҳои дарозӣ пурра навишта мешаванд. Ченакҳои бар ва даврро нисф менависанд, чунки нақша ба нисфи ҳиссаи андом кашида мешавад.



Расми 45, а, б
Андозагирии пойчома
1 – хати миён,
2 – хати кос,
3 – хати қадам,
4 – хати дарозии либос

Шаклҳои андозагирӣ аз андом

1.Нимченаки миён (НЧМ). Агар либос ба бадан часпида истад, ҷои борики миёро ба ресмон ё ягон ҳел таноб баста, то болои ноф ченак мегиранд. Яъне ченактасмаи матоиро аз ҷои борики гирди миён то болои ноф гузошта, ченаки гирди миёро гирифта, нисфи ченаки гирди миёро менависанд.

2.Нимченаки кос (НЧК). Барои ин ченакро гирифтани

ченактасмаи матоиро ба гирди кос озод гузошта чен мекунад ва нисфи ченакро менависанд.

3.Дарозии миён то шишт (ДМТШ). Барои ин ченакро гирифтани ченактасмаи матоиро аз ченаки миён то ҷои нишастан ба курсӣ аз пахлу дар ҳолати нишастан гузошта, ченакро гирифта пурра менависанд.

4.Дарозии либос (ДЛ). Барои ин ченакро гирифтани аз ченаки миён то бучулаки пой ченакро мегирем ва пурра менависем. Чӣ қадар аз бучулаки пой паст ё баланд шуданаш ба ҳуди дӯзанда вобаста аст.

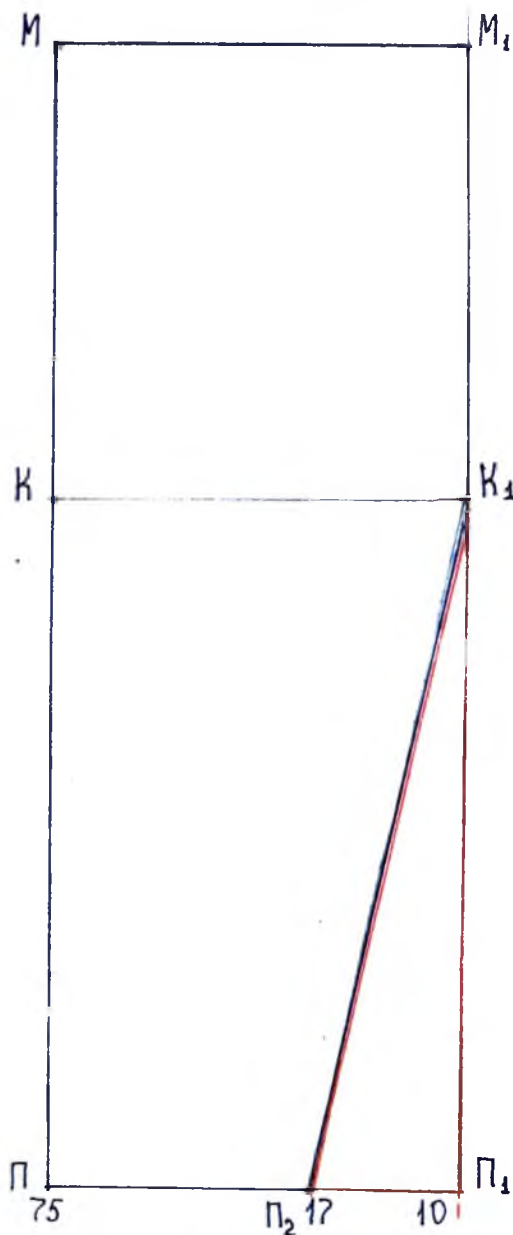
Нақшаи дастурии маснуоти пойчома

№	Аломати ченкунӣ	Номи ченкунӣ	Ченкунии умумӣ ба андозаи 38	Ченкунӣ ба худ
1.	НЧГМ	Нимченаки гирди миён	—	
2.	НЧГР	Нимченаки гирди рон	44	
3.	ДМТШ	Дарозии миён то шишт	30	
4.	ДЛ	Дарозии либос	75	

Сохтани формулаи ҳисобкунии андозаи 38

№	Буришҳои ҳисобкунӣ	Формулаи ҳисобкунӣ	Ҳисобкунии умумӣ ба андозаи 38 бо см	Ҳисобкунӣ ба худ
1.	НП	$ДЛ = НП = 75$	75	
2.	ММ ₁	$НЧГК = ММ_1 + 10 + 44 + 10 = 54 + 2 = 27$, $ММ_1 = 27$. $ММ_1 = ПП_1 =$ васеъгии ҷадвали нақша, адади 10, 12 ё 16 иловагии озод	27	
3.	МК	$ДМТШ =$ адади доимӣ $= 30$	30	
4.	ПП ₂	Васеъгии поёни пойчома ихтиёрӣ аз ҳисоби андозагирии қисми васеъгии поёни пой 17. $ПП_2 = 17$	17	
5.	П ₁ П ₂	$П_1 - П_2 = 27 - 17 = 10$		
6.	К ₁ П ₂	Барои ҳосил кардани К ₁ П ₂ нуктаи К ₁ – ро бо нуктаи П ₂ пайваст мекунем.	10	

Эзоҳ: Аз сабаби он ки пойчома васеъ буда, ба он банд мегузаронанд, барои сохтани ҷадвали нақша ба ҷои ченаки миён ченаки НЧГР-ро истифода мебаранд.



Барои сохтани нақша чунин коида-хоро ба назар гирифтани лозим аст.

1. Барои кашидани нақшаи пойчома аввал нуктаи М-ро мегирем, ба он ченаки ДЛ=75-ро мегузорем ва нуктаи П-ро ҳосил мекунем.

2. Аз нуктаи М ба тарафи рост НЧГК-ро (НЧГК=88:2+иловагии озод $10=44+10:2=54:2=27$) ҳосил карда, мегузорем ва нуктаи М₁ ҳосил мешавад. Аз нуктаи М₁ мувозӣ хат гузаронида, М₁П₁ ҳосил мекунем, ки он ба МП баробар аст.

Аз нуктаи М ба поён 30 см нуктаи нишастро чен карда, нуктаи КК₁-ро ҳосил мекунем.

Барои ёфтани нуктаи П₂ банди пойро чен карда, ченакашро аз масофаи ПП₁ тарҳ карда мегирем. Аз П то П₂-ро мегузорем.

Барои ҳосил кардани хиштаки пойчома нуктаи P_2K_1 -ро пайваст мекунем.

Барои ҳосил кардани қолаб он нақшаро бо ченкунии аслӣ (сантиметр) ба қоғаз кашида, қолабро бо хати асосии ғафс рӯдавон мекунем. Агар хиштаки пойчомаро аз нуктаи K_1 ба поён пайваст кунем, як намуди пойчома (хиштак ба поён нигоҳ карда), агар аз нуктаи K_1 ба боло пайваст кунем, дигар намуди (хиштак ба боло нигоҳ карда) пойчома ҳосил мешавад, ё ки бе хиштак меҳӯзанд. Қисми болоии пойчомаро тасмамонанд ва қисми поёниашро манжетдор дӯхтан лозим аст.

Сохтани нақшаи пойчома Пойчомани духтарона

Намуди андозагирӣ бо см $M_1 : 4$:

1. Дарозии пойчома – 75 (ДЛ)
2. Нимченаки гирди рон – 88 (НЧГР)
3. Дарозии миён то шишт – 30 (ДМТШ)
4. Васеъгии қисми поёнии пой – 17 (ВҚПП)

Нуктаи М-ро гирифта, ба он ченакҳои гирифтаре мегузorem ва бо хати борик асоси нақшаро мекашем.

Барои ҳосил кардани васеъгии нақша ($MM_1 = 88 : 2 + 10 = 27$, $MM_1 = 27$) дар ин ҷо ба андозаи 38 адади озоди 10 ҳамроҳ карда шудааст.

Сохтани қолаби пойчома

Барои сохтани қолаби пойчома қоғази сафедро гирифта, мувофиқи қоида ба он ченакҳои нақшаро мегузorem. Хатҳои барои буридани қолаб заруриро ғафс мекашем. Онро бо қайчӣ мебузем.

Интихоби матоъ ва гузоштани қолаб ба матоъ

Барои интихоби матоъ таъби эстетикӣ, шароити иқлим, нақшу нигори миллиро ба назар гирифтани мувофиқ аст. Аз сабаби он ки иқлими Тоҷикистон гарм аст, тобистон матоъҳои пахтагӣ – ҷит, патис, абрешимӣ ва дар зимистон матоъҳои гарми пашмиро истифода мебаранд.

Ҳар як хонанда мувофиқи таъби худ гул, ранг ва матоъро интихоб карда медӯзад.

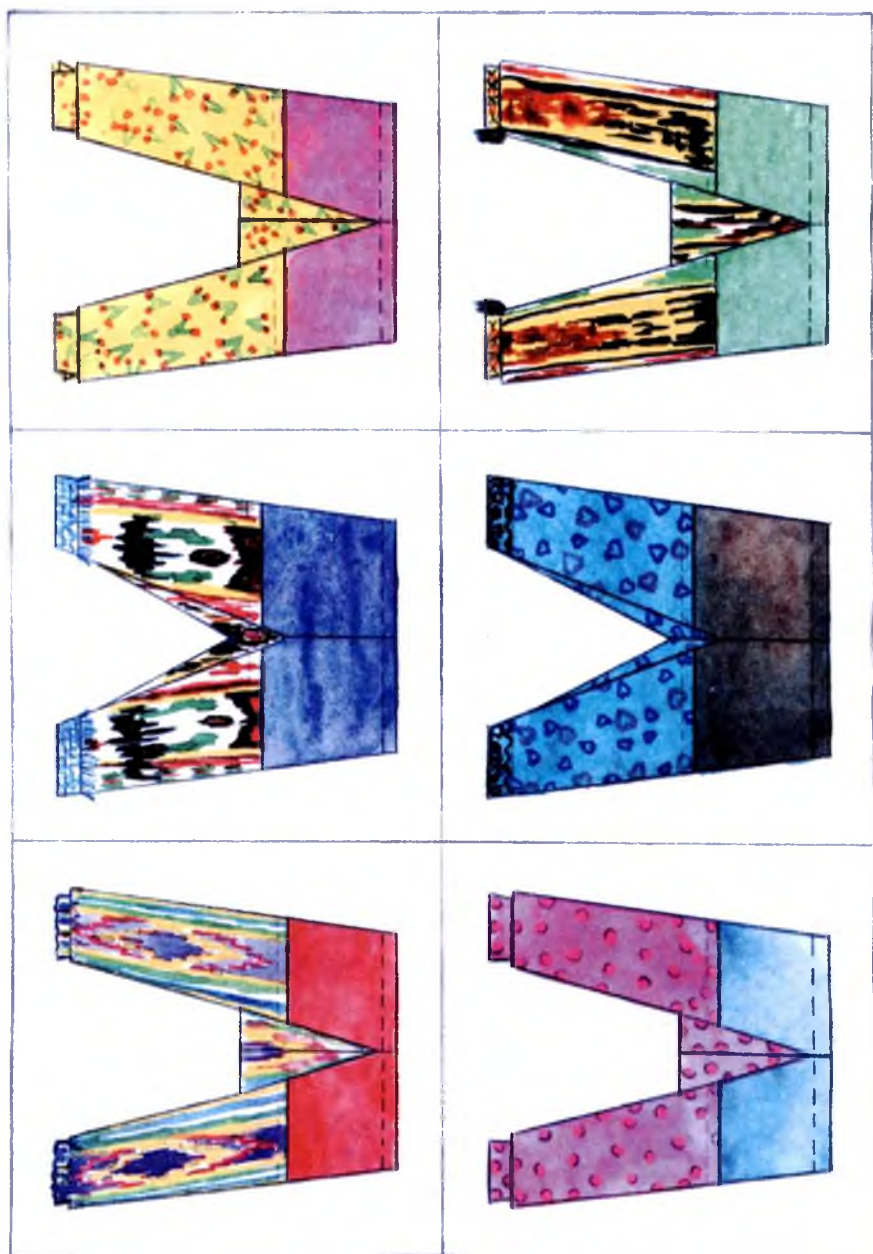
Аввал ҷои пайвастшавии матоъро медӯзем, яъне васеъгии маснуотро муайян карда, аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем. Баъд матоъро 4 қабат карда, ба рӯяш қолабро мегузорем. Қолабро ба матоъ бо сӯзанчаҳо маҳкам мекунем. Гирдашро бо бўри дӯзандагӣ хат мекашем.

Ба хати миён, яъне қисми боло 3 см ҳаққи чок, ба ҷойи хиштак 1,5 см, ба поёни пойчома 1,5 см ҳаққи чок мегузорем. Ба ҷои қатшудаи матоъ ҳаққи чок намегузорем, барои он ки ин тарафи матоъ бутун меистад, намебурем.



Савол

1. Барои дӯхтани пойчома кадом намуди ченкуниро истифода мебаранд?
2. Барои дӯхтани пойчома кадом намуди ченакҳо лозим аст?
3. Дар вақти дӯхтани пойчома чанд хати ченкуниро медонед?
4. Хати нақшаро бо кадом намуди хат мекашем?
5. Ба буришҳо чанд см ҳаққи чок дода мешавад?
6. Поёни пойчомаро шумо бо кадом намуд ороиш медиҳед?



Рисунки 46

Кори амалӣ

Накшаи дастурии № 1

Тайёр кардани матоъ барои буриши маснуоти пойчома	
1	Дуруст чен кардани дарозӣ ва бари маснуот.
2	Баъд ҷои буриши қисмҳои пеш ва ақибро меҳузем, васеъгӣ чокро 1 см гузошта, тарафи ростро ба рост монда, аввал дастӣ. баъд дар мошини дарздузӣ меҳузем.
3	Баъд нуғи буриширо ба як тараф 0,5 см кат карда, аз болояш кук мезанем. барои тит нашудани чок онро дастӣ ё бо мошини бахиядузӣ бо дарзи канорӣ меҳузем.
4	Худсанҷӣ. Аз بازار гузаронед: а) Ченаки дарозӣ ва бари маснуот дуруст гузошта шудааст ё не? б) Қисми пеш ва ақиб бо чоки васеъгӣ 1 см дӯхтагӣ боз дар мошини дарздузӣ бо чоки рост дӯхта шудааст ё не? в) Боз ба як тараф кат карда, 0,5 см гузошта, аз болояш чӣ хел чок дӯхта шудааст?



Расми 47

Кори амалӣ

Накшаи дастурии № 2

Гузоштани қолаб ба матоъ ва буридани он	
1	Матон тайёркардари чор кат карда, тарафи ростишро ба рост монда, ба чои кати матоъ қолабро мегузорем, чои хиштак бояд ба тарафи чоки пайвасти кисмҳо мувофиқ ояд.
2	Қолабро гузошта, бо бури дузандагӣ ё калам хат мекашем. Баъд ҳаққи чоки онро барои кисми болоӣ 3 см, барои паҳлу 1,5 см, нуғи пой 1,5 см мегузорем.
3	Аз назар мегузаронем. Ҳаққи чок барои кисми болоӣ 3 см, паҳлу 1,5 см, нуғи поёни пой 1,5 см гузошта шуда бошад, он аз рӯи хати ҳаққи чок бурида мешавад.
4	Дарзмол кардани порчаҳо.
5	<p>Худназораткунии Санҷиш.</p> <p>а) Тарафи рости матоъ ба росташ гузошта, бо чоки қаткунии буришаш кушод кат карда шудааст ё не?</p> <p>б) Чок рости ҳамвор бошад, қолаб мувофиқи қоида гузошта шудааст ё не?</p>



а



б

Расми 48



Савол ва супориш

1. Пайдарҳамии корро бо тартиб номбар кунед.
2. Чӣ гуна нуқсонҳо ҷой доранд?

Кори амалӣ Нақшаи дастурии № 3

Пайвастани қисмҳои хиштак	
1	Хиштак аз ду қисм иборат аст.
2	Дарозии ҳар ду қисми хиштакро дастӣ дӯхта, баъд мошина мекунем.
3	Ду қисми хиштакро бо ҳам пайваст мекунем, аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ меदӯзем.
4	Барои тит нашудани нуғи матоъ ва маҳкам шудани ҷоқ ҷои дӯхтагиро ба як тараф 0,5 см қат карда, аз болояш бахия мезанем. Ин корро дастӣ, бо дарзи қанорӣ ё бо мошини бахиядӯзӣ иҷро кардан мумкин аст.
5	Дарзмол қардани қисмҳои маснуот.
6	Худсанҷӣ: а) дуруст будани ҷоқи хиштак; б) дуруст будани бахияи дастӣ; в) дуруст ҳаракат қардани дарзмол.



Расми 49

Кори амалӣ

Нақшаи дастурии № 4

Коркарди қисми болоии пойчома	
1	Барои кат кардани қисми болоии пойчома 3 см дода шудааст. Аввал аз нуғи буриш 1 см кат карда, қати якумро дастӣ меҷузем.
2	Қағи дуюмро 2 см кат карда, аввал дастӣ, баъд аз лаби чок 0,2 см монда бо мошин меҷузем, барои гузаронидани банди резинӣ 1 см масофа меҷузем.
3	Банди резиниро ба ҷои каткардашуда меҷузем.
4	<p>Худназораткунӣ. Санҷиш:</p> <p>а) Қандани кӯкҳои дастӣ, каткунӣ дар мошини дарздӯзӣ. Ҳамаи қондаҳои духт риоя шудааст ё не?</p> <p>б) Чокҳо росту ҳамворанд ё не?</p>

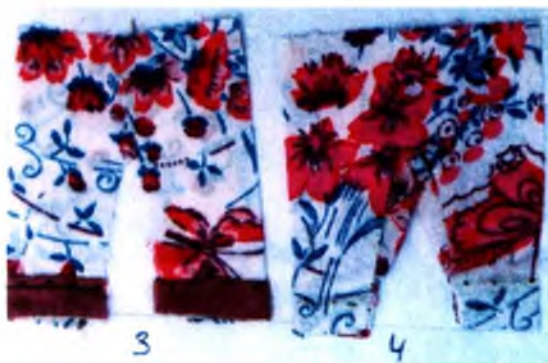


Расми 50

Кори амалӣ

Накшаи дастурии № 5

Қоркарди қисми поёни пойчома	
1.	Барои он ки қисми поёни пойчома зебо намояд, мо порчаи алохидан пахшиаш 4 см ва дарозияш ба васеъгии поёни пойчома баробарро мегирем.
2.	Ҳамон порчаро ба канори буриши поён дастӣ кӯк карда мепайвандем ва баъд дар мошини дарздӯзӣ медӯзем.
3.	Болои ҳамин порчаро 1 см қат карда, бо чоки каткунии ноаён медӯзем.
4.	Худназораткунӣ. Санҷиш: а) Ду порча босифат пайваست шудаанд ё не? б) Каткунӣ ба ченаки додашуда мувофиқ аст ё не? в) Ҳамаи қисмҳои пойчома босифат дарзмол карда шудаанд ё не?



Расми 51

Кори амалӣ

Накшаи дастурии № 6

Пайваст кардани хиштак ба қисми асосӣ
Аввал хиштакро ба қисми асосӣ аз маркази нуктаи К ₁ ба поён дастӣ кӯк мекунем.
Баъд ин кӯкхоро бо мошини дарздузӣ медӯзем.
Чокхоро ба як тараф қат карда, аз болояш 0,5 см гузошта, медӯзем. Баъд нуги чокро дастӣ ё бо мошин бахиядузӣ мекунем.
Чокхоро дарзмол мекунем.
Худназораткунӣ. Санчиш: а) баробар будани масофаи хиштак то поёни пойчома; б) ҳамвор будани чоки хиштакҳо; в) дуруст дарзмол кардани хиштакҳо.



Расми 52

Кори амалӣ Накшаи дастурии № 7

Ороиш додани қисми поёни пойчома	
1	Юрма задан бо мошини юрмадӯзӣ.
2	Чихак шинондан.
3	Чихаки дастидӯхт ва чихаки тайёр – тасмаҳо.
4	Нути пойчаҳои пойчомаро бо мағзиҳои гуногун дӯхтан мумкин аст.
5	Ба чимчима ё тӯр оро додани почҳои пойчома.
6	Худназораткунӣ. Санҷиш: а) якхела шудани мағзӣ, чимчима, тӯр ва чихакҳо; б) чокҳо ҳамвор ва кӯк кандагӣ бошад.



Расми 53

§ 18. Маълумот дар бораи таҷҳизоти дӯзандагӣ

1.Сӯзан асбоби дарздӯзӣ буда, онро аз замонҳои қадим истифода мебаранд. Аввал ба ҷои сӯзан хори дарахтон, устухони моҳию ҳайвонотро истифода мекарданд. Баъд онро аз нукра, мис, тилло, оҳан ва дертар аз пӯлод месохтагӣ шуданд. Аз асри XIX истехсоли фабрикии сӯзан ба роҳ монда шуд. Андозаи сӯзанҳо аз № 1 (хурд) то № 12 (калон) буда, асосан аз пӯлод сохта мешаванд. Барои матоъҳои тунук сӯзанҳои № 1, 2, 3-ро истифода мебаранд. Сӯроҳии сӯзанҳо вобаста ба андозаашон ҳар хел мешавад.

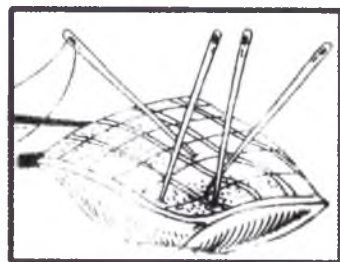
2.Қайчӣ – асбоби тези дӯзандагӣ. Он аз замонҳои қадим маълум аст. Баъд аз пайдо шудани қайчӣ дар болои дари дӯкончаҳои дӯзандагӣ ҳамчун нишон ё рамзи дӯзандагӣ шакли қайчиро мекашиданд.

Қайчӣ барои буридани матоъ, ришта ва ғайраҳо зарур аст. Андозаи онҳо аз № 1 (калон) то № 8 (хурд) мешавад. Барои матоъҳои борик № 1 ва барои риштаҳо № 8-ро истифода мебаранд. Қайчиро аз пӯлод месозанд.

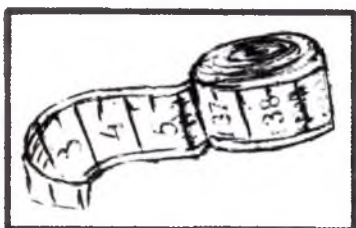
3.Ангуштпона ханӯз аз асри XV маълум буд. Ангуштпоноро аввал аз чарм, тилло ва дигар металлҳо месохтанд. Доир ба пайдоиши ангуштпона ривояте ҳаст. Гӯё писаре ба духтаре ошиқ шудааст, ки вай хизматгори подшоҳ будааст ва ба либос гулдӯзӣ мекардааст. Барои он ки сӯзан ба дасти духтарак нахалад, ҷавон ангуштпоноро сохта, ба вай тӯҳфа кардааст. Ангуштпона бо ҳамин роҳ ихтироъ шуд ё бо роҳи дигар аҳамият надорад. Мухимаш он, ки вай дар вақти дарздӯзӣ ангуштони дастро аз халидани сӯзан эҳтиёт мекунад. Аввал онро бе сарак тайёр мекарданд, баъд бо сараки болояш маҳкам тайёр мекардагӣ шуданд.



Расми 54
Ташиқил кардани ҷои қор барои
дӯзиши дастӣ



Расми 55
Сузангузорак

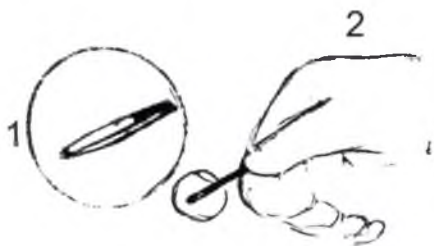


Расми 56
Ченактасмаи матой



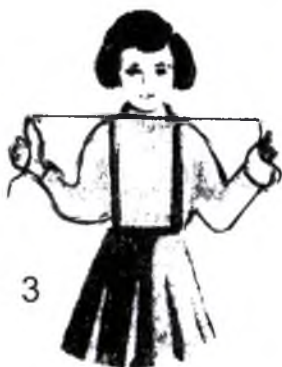
Расми 57
Бӯри дӯзандагӣ

Ташкил кардани ҷои кор барои дӯзиши дастӣ. Риоя кардани қоидаҳои бехатарӣ дар вақти дарздӯзӣ



1. Сӯзанро ба рафикатон бо тарафи кундаш дароз кунед.

2. Сӯзанро ва сӯзанакҳоро гум накунад, онҳоро пеш ва баъд аз кор шумуред.



3. Сӯзанро ва сӯзанакҳоро ба либос нагузоред, ба даҳон нагиред, онҳоро дар сӯзангузорак нигоҳ доред.



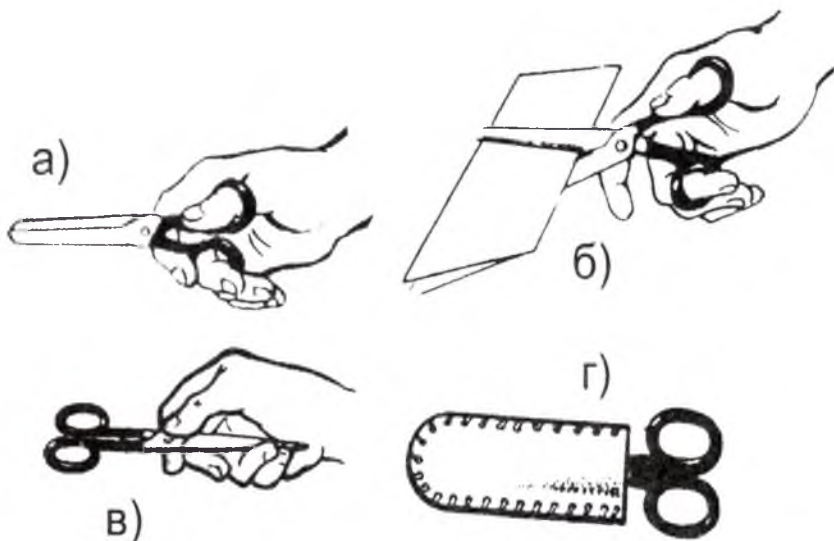
4. Дар вақти дарздӯзӣ дарозии ришта бояд ба 60 см баробар бошад ё чунон ки дар расм нишон дода шудааст. Риштаро ба сӯроҳии сӯзан аз тарафи аз ғалтак кандагиаш гузаронед ва гиреҳ кунед, дар ин ҳо-



лат ришта дар вақти дарздӯзӣ моил, халка нашуда ҳаракат мекунад.

5. Дар вақти дарздӯзӣ ангуштпонаро истифода баред, то ки дастро аз халидани сӯзан эҳтиёт кунед.

Дар вақти кор бо қайчӣ дар хотир доред:



Расми 58

Кор бо қайчӣ: а – қайчиро ин тавр доред, б – бо қайчӣ ҳамин тавр буред, в – қайчиро ба рафиқатон ин тавр диҳед, г – қайчиро ҳамин тавр нигоҳ доред.

§ 19. Дарз ва кӯкҳои дастӣ

Чои буридаи пораҳои матоъ тит мешавад, бинобар ин чои буридашудаи қисмҳо бо кӯкҳои дастӣ (намудҳои бисёр доранд) ва мошинӣ (монанди дарзи - I), кӯкҳои сӯзан аз пеш ва ақиби ришта (дарзи - II), дарзи каткунӣ (асосан барои кат кардани домани ҳамаи маснуот) ба ҳамдигар пайваست карда мешаванд.

III. Дарзи занҷирча. Ин ҳел дарз фақат барои ороиши маснуот истифода бурда мешавад.

IV. Дарзи кашидадӯзӣ. Ин ҳел дарз барои дӯхтани гулҳо, унсурҳои растанигӣ, меваҳо, симои одамон, паррандаҳо ва ғайра истифода мешавад.

Кӯки пайваста ё ришта ба пеш

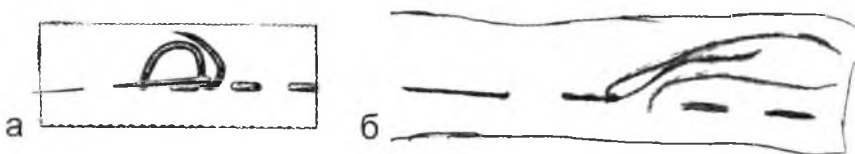
Кӯки ришта ба пеш ё кӯки пайвастаро барои муваққатан пайваст кардани пораҳои матоъ ва муваққатан пайваст кардани ороиш ба матоъ, дар пораҳои матоъ ишора кардани хати мобайн, сохтани чинҳо ва ғайра истифода мебаранд. Кӯки ришта ба пеш як намуд дорад, онро дар тарафи рост ва чапи матоъ ҳамчун кӯки калон ва майда истифода мебаранд. Дарзро аз рост ба чап бо кӯкҳои рост медузанд. Барои матоъҳои тунук дарзи кӯк бояд 0,5 – 1 см, барои матои ғафс 1 – 3 см бошад. Барои ҳосил кардани чин дарозии кӯк то 0,1 – 0,5 см мешавад.

Кори амалии № 21

Иҷрои кӯки ришта ба пеш барои намуна

Таҷҳизот: сӯзани сӯроҳиаш калон, қайчӣ, ришта, чадвал, қалам.

Воситаҳои ёрирасон: ангуштпона, сӯзанак.




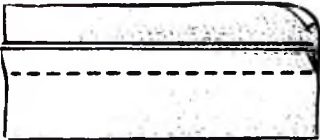
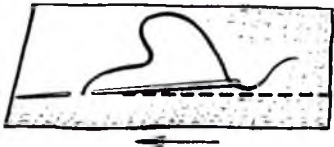
Расми 59

а – кӯки оддӣ, б – кӯки сӯзан ба пеш

Рафти кор. Барои матои тунук читро намуна гирифтани мумкин аст. Дар ин вақт масофаи кӯк 0,5 – 1 см мешавад.

Ин кӯкро ёд гиред.

Кӯки пайвасткунанда бо намуди кӯки ришта ба пеш.

№	Расм	Рафти кор
1	 <p>а) Тарафи ростааш</p>	<p>Қисмҳо барои намуна. Аз матоъ ду пораи дарозияш 15 см, бараш 10 см (ё 12 см – 8 см) буридан лозим аст.</p>
2	 <p>б) Тарафи чаппааш</p>	<p>Тарафи рости пораи дуҷони ченакаш якхеларо ба рост гузошта, аввал бо сӯзанак маҳкам кунед, баъд дӯзед. Васеъгии чок аз 0,5 см то 2 см, шумораи қадам дар 1 см – 4 – 5-то.</p>
3	 <p>в) Кӯки ичрошуда</p>	<p>Ичрои кӯк. Кӯк бо фосилаи аз 0,5 см то 1 см дӯхта мешавад.</p>

Супориш

Намунаи кӯки пайвастуниро дар албومي кориатон ороиш диҳед.

Кӯки қаткунӣ

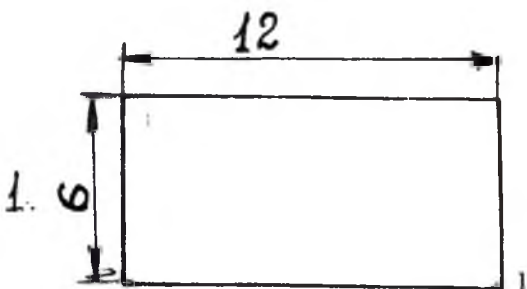
Вобаста ба сохти матоъ намуди қаткунӣ ҳар хел мешавад. Кӯки пайвастунида – пайвастунидаи ду пора. Кӯки қаткунии ноаён дар вақти дӯхтани бари доман, нӯги остин ва ғайра истифода мешавад.

Аз тарафи чапи кӯк қат карда, қати намоёни матоъ бо кӯки дастӣ дӯхта мешавад, ки он қариб ноаён аст. Васеъгии қаткунӣ аз 0,5 то 4 – 5 см.

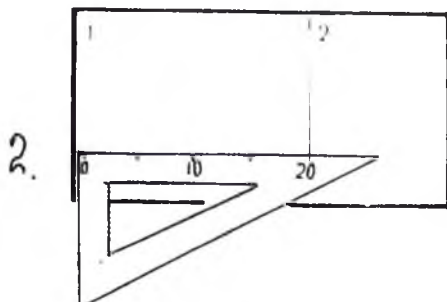
Барои он ки намунаи чокро аз матоъ тайёр кунед ё пораҳои маснуот ё худ маснуотро бо андозаи муайян дӯзед, чунин қоидаҳои доимо дар назар доред.

Расми 60

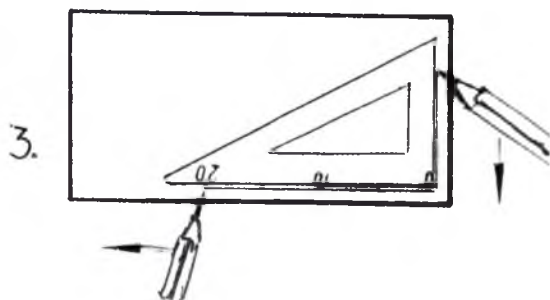
1. Дар хотир доред: ченакро рӯи когаз ё матоъ сарфакорона ва оқилона гузоред.



2. Ба хотир оред: бо ҷадвали секунҷа хатро аз рӯи ченак дуруст кашидан лозим аст.



3. Ёд гиред: ченаки қисмҳои алоҳидаро доимо баъд аз милки матоъ гузоред.



Эзоҳ: Намунаи дарозии 12 см, баъди 6 см, дарозии 15 см ва баъди 10 см ё бо таъби худ интиҳоб кунед.



Савол ва супориш

1. Аҳамияти сарфакорона ва оқилона гузоштани ченак дар чист?
2. Дар вақти пораҳои намунавӣ ва маснуотро пурра дӯхтан доимо ин қоидаҳоро риоя кунед.

Кори амалии № 22

Иҷрои дарзи қаткунии ноаён

1. Таҷҳизот: сӯзан, қайчӣ, чадвал, қалам.
2. Воситаи ёрирасон: ангуштпона.
3. Масолах: андозаи тайёри матоъ, дарозиаш 12 см ва бараш 6 см, ғалтаки риштадор.

№	Рафти кор	Расм
1	Канори рости матоъро ба тарафи чапаш 0,5 см қат карда, бо кӯки рост дӯзед	
2	Қати якумро боз якбор қат карда, 2 см дӯзед (яъне васеъгии қати 2 - юм – 2 см)	
3	Нуғи риштаро берун кунед. сӯзанро бо кунҷ ҳаракат кунонда, 2 – 3 тори матоъро бо сӯзан гирифта, баъд риштаро кашед	
4	Ин куккуни ноаён буда, аз тарафи рост факат чун нуқта намоён мешавад. Онро дарзмол карда, дар албоми кориатон ориш диҳед.	

Эзоҳ: Агар матоъ гафс бошад, бо матои якранг ё лента, тасма ва гайра медӯзанд.

Тасма ё матои якрангро 1,5 ё 2 см гирифта, тарафи роставро ба рост гузошта, кӯк кунед. Баъд онро ба тарафи чапаш қат карда, хоҳед кӯк мекунад, боз як бор дар мошини дарздӯзӣ бо кӯки ноаён медӯзед.

Санҷиши рафти кор:

1. Матои дуруст буридагӣ шаклаш росткунча мешавад.

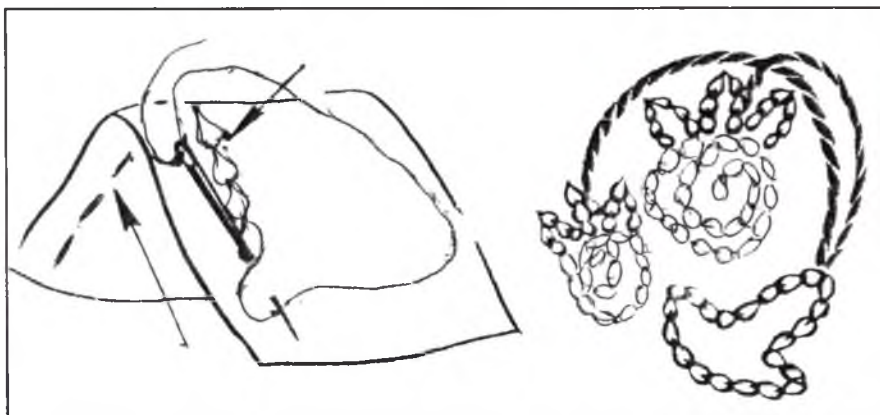
2. Қабати кӯки якум ба андозаи додашуда мувофиқ бошад.

3. Қабати дуюм дуруст дарзмол кардагӣ ва фосилаи кӯк 1 – 1,5 см бошад.

4. Кӯки ноаёни матои 2 – 3 тораш гирифтагӣ тарафи ростав ҳамчун нуқта намоён асту халос.

Ин дарзро ёд гиред:

Ичрои кӯки занҷирча. Кӯки занҷирча аз тарафи ростав занҷирчаро ба хотир оварда, тарафи чапаш ба кӯки оддӣ монанд аст. Кӯк аз боло ба поён ичро карда мешавад, дар вақти дӯхтан ришта аз таги сӯзан меояд. Дар вақти дӯхтан риштаро бо ангуштон ба поён нигоҳ дошта истед.



Расми 61

Кӯки занҷирча (тарафи рости кӯк, тарафи чапи кӯк)

Санҷиши кори иҷрошуда:

- 1.Қоидаи риштагузаронӣ ва дӯхт риоя шудааст ё не?
- 2.Фосилаи кӯк якхела бошад.
- 3.Намуди чок аз тарафи матоъ ҳамчун кӯки оддӣ намоён бошад.

§ 20. Бахиядӯзӣ

Санъати бахиядӯзӣ таърихи қадимӣ дорад. Дар охири асри VI – VIII санъати бофандагӣ ва дӯзандагӣ пайдо шуда, дар давраи Сомониён ба дараҷаи баланди тараққиёт расидааст.

Анъанаҳои санъати бахиядӯзӣ мунтазам тақомул ёфта, дар асрҳои XIV – XVII сару либосро бо бахия оро додан маъмул гашт. Либосҳои шоҳонаи бахмалӣ ва либосҳои мансабдорону бойхоро бахиядӯзӣ мекарданд, ки ин ба либосҳо намуди махсус ва зебӣ мебахшид.

Санъати бахиядӯзӣ охиста-охиста дар ҳама ҷо, аз авлоди қадими Сомониён то халқҳои қадими Рус вобаста ба маросимҳои онҳо паҳн шуд.

Чунончи ҷиҳози духтарони аз синни 13 – 15 - солагӣ ба шавҳар баромада аз маснуоти бахиядӯзӣ – дастархон, сачоқҳо, чойникпӯшак, дегпӯшак, пешбандак, дастпӯшак, либосҳои тӯёнаи ҳошиядор, либосҳои мардона, сарпӯши савгоҳи иборат буд. Дар тӯй ба ҳешу табори домод арӯшаванда либосҳои дӯхтаи худро тӯхфа мекард, ки бо ин маҳорати ҷеварӣ ва меҳнатдӯст будани арӯсро нишон медоданд. Зебо дӯхтани онҳо таъби баланди эстетикӣ дӯзандаро нишон медод. Умуман дар хонадони тоҷикон занҳо ба ҳунари дастӣ машғул мешуданд. Онҳо бо ришта матоъ мебофтанд, кашида медӯхтанд ва ин ҳунари худро ба фарзандонашон ёд медоданд.

Бахиядӯзӣ имрӯз ҳам маъмул аст. Ҷеварони мохир ҳоло ҳам ҷиҳози ошхона – дастархон, сачоқу сачоқчаҳо, дастпӯшак, чойникпӯшак, чойникмонак, дегпӯшакро бахиядӯзӣ ва гулдӯзӣ мекунанд.

Бахияро аз рӯи нусхаи махсус медӯзанд. Бо ин дарз асосан

либосҳоро – китфҳо, нӯги остини камзӯл, пеши синаҳо, домани пешбандак, домани либосҳоро оро медиҳанд. Ба чокҳои бахиядӯзӣ дар рӯи матоъ чокҳои кашидаи бошумор, чоки ирокӣ, чокҳои кашидашуда (намуди гул, ҳайвон, растаниҳо ва ғайра), чокҳои атласмонанд, чокҳои ҳамвори бошумор, чокҳои оддӣ, чоки поягӣ, чоки гирех, чоки бофта ва ғайра дохил мешаванд.

Дар вақти бахиядӯзӣ якчанд чок дар як вақт истифода бурда мешавад.

Ташкили ҷои кор барои бахиядӯзӣ ва иҷрои қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи беҳатарӣ

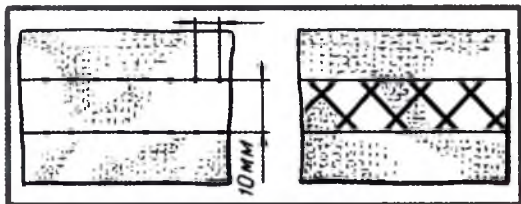
Барои қулай будани бахиядӯзӣ ва мондаю хаста нашудан ҷои кори бахиядӯзиро дуруст ташкил намудан ва ба қоидаҳои муайяни меҳнат риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизоти ёрирасон бояд дар рӯи миз истанд, равшанӣ аз тарафи чапи миз афтад. Дар рӯи миз куттичаҳои ришта, қайчӣ, болиштчаҳои сӯзанмонак ва нусхаи гули кашида (дар папкаҳои махсус)-ро гузоштан лозим аст.

Ҳангоми кор каме ба пеш ҳам шавед. Масофаи байни чашм ва кор бояд 25 – 30 см бошад.

Дар вақти кор дастро дуруст мондан аҳамияти калон дорад: дасти чап дар зери кашида ва дасти рост дар болои кашида бояд бошад, нӯги сӯзан дар дасти чап буда, ба тарафи ростии кашида бароварда мешавад, бо дасти рост ришта таранг кашида мешавад.

Расми 62
Чоки ирокӣ
(чоки шоҳона)



Савол

1. Кадом намудҳои бахиядӯзиро медонед?
2. Барои бахиядӯзӣ кадом намуди таҷҳизотро истифода мебаред?

§ 21. Сохтани чойникпӯшак ва чойникмонак

Чойникпӯшак яке аз намунаҳои маснуоти ошхонагӣ мебошад, ки дар сохтани он ороиши миллиро истифода мебаранд.

Омӯзиши мероси бойи санъати ороиши амалӣ ва ҳунари мардумӣ, инкишофи он умдатарин ва муҳимтарин раванди таълим мебошад ва дар баланд бардоштани дараҷаи маърифатнокии ҷамъият роли калон мебозад.

Санъати ороиши амалӣ монанди дигар фаъолияти эҷодии ҷавонон дар баробари эҳё намудани ҳунари мардумӣ имконият медиҳад, ки насли имрӯза бо донишҳои техникӣ фарогир шуда, малака ва таҷрибаи ҳудро тақмилу тақвият диҳад. Ҳамзамон қазияи мазкур барои интиҳоби дурусти касбу ҳунар ва тайёр шудан ба меҳнат мусоидат менамояд. Ба ҳамагон маълум аст, ки бо тақозои замон қисми зиёди анъанаҳо ва ҳунари мардумӣ қурби ҳудро гум карда, аз байн мераванд. Ин омилро ба ҳисоб гирифта, дар назди Донишқадаи соҳибқорӣ ва хизмат дар соли 1991 тайёр кардани мутахассисони дараҷаи оли оид ба ихтисоси 052300 – санъати ороиши милли ва ҳунари мардумиро ба роҳ монданд, ки маданияти дӯзиши милли, нақшу ниғори маҳалҳо ва ороиши либосҳои милли, зебузинати ҷиҳози хоб ва ошхонаро эҳё менамоянд. Ҷиҳози ошхона пешдоман (пешгир), дастпӯшак, дегпӯшак, чойникпӯшак, чойникмонак ва ғайра мебошанд.

Онҳоро бо тугмаҳои металлӣ, ҷармӣ, баҳмалин, марҷонҳо, ресмонҳои пахтагин, абрешмӣ, пашмӣ, зар, тӯр ороиш медиҳанд.



Расми 63
Дӯхтани чойникпӯшак

Чойникпӯшакро аз матоъҳои пахтагин, загирӣ, абрешимӣ, пашмӣ ва ғайра медӯзанд. Онҳо аз лахтакҳо (матопора) ҳам дӯхта мешаванд. Дар вақти истифода ба он пахта меандозанд. Агар матоъ ғафс бошад, дастӣ лаганда мекунанд ё бо мошини дарздӯзӣ дӯхта, баъд ороиш медиҳанд, ба он паралон ё дигар матои сунӣ ё синтезӣ мегузоранд. Баъд астар гузошта, аввал лагандаи оддӣ ё ороиширо истифода бурда, дастӣ ё дар мошини дарздӯзӣ медӯзанд.

Барои дӯхтани чойникпӯшак кутри чойникро бо даста ва ҷумакаш (аз ду тараф 2 см гузошта) ва ҳамчунин баландиашро ҳам чен карда (2 см гузошта), колаб созед ва онро ба матоъ гузошта буред, хоҳед пахта, ватин, паралон ё матои астарӣ гузошта, аввал як қисмашро, баъд қисми дуюмашро лаганда кунед ё бо аппликатсия мувофиқи табиҳои худ ороиш диҳед.

Чойникпӯшак бо намуди хурӯсак

Барои дӯхтани чойникпӯшаки хурӯсак аз рӯи андозаи гирифташуда (андозааш дар боло дода шудааст) аз когаз қолаб созед ва онро рӯи матоъ гузошта буред. Баъд онро бо истифода аз қоидаи дӯзиши аппликатисия ва дӯзиши гирди маснуот дӯзед (чашмашро аз тугмаҳои ранга ё матоъ сохтан мумкин).



Расми 64

Чойникпӯшакро бо намуди дарзи бахия-дӯзӣ медӯзанд. Чихози ошхона – пешгир (пешдоман), сарбандак, дастархон, сачоқчаҳо, сурфагузорак ва гайра низ бо ҳамин усул дӯхта мешаванд.

Чойникпӯшакро аз лахтакҳо ҳам дӯхтан мумкин. Лахтакҳоро барои абра тайёр мекунанд.

Баъди тайёр кардани абра ба он астарашро медӯзанд.

Қоидаи қолабгириро дар назар дошта, қолаби тайёрро ба абра (яъне қисми 1-уми онро) гузошта, қисмҳоро ду нусха мебуранд ва мувофиқи қоида медӯзанд.

Дар вақти дӯзиш аз чоки дарундӯхт истифода бурда, якбора ба гирди чойникпӯшак тӯр, тасма ё лентаро чин-чин карда дӯхтан ва баъд ҳар хел ороиш додан мумкин аст.



Фикр кун, ҷавоб дех, соз

Барои дӯхтани чойникпӯшак ва чойникмонак матоъҳои атсетатиро истифода набаред, чунки аз таъсири гармии чойник рангаш мепарад. Агар ба он чой резад, баъди хушк шудан доғ боқӣ мемонад. Маснуоти духтаатонро ба аъзои оила нишон диҳед ва баҳои онҳоро нисбати кори худ муайян кунед.

Дӯхтани чойникмонак

Барои сохтани чойникмонак матоъҳои ҳархела истифода бурда мешаванд. Агар матои пашмӣ бошад, беҳтар аст. Андозаи чойникмонак ба таъби шахс вобаста аст. Қутри чойникмонак назар ба тағи чойник 5 ё 10 см калонтар бошад, беҳтар аст. Онро ба чойникпӯшак баробар дӯхтан ҳам мумкин аст.

Чойникмонакро ба шакли секунча, чоркунча, доирашакл ва ғайра дӯхтан мумкин аст. Барои он ки доирашакл бошад, аввал гирди онро медӯзем. 5 – 6 см монда, ба гирдаш якбора лента, тӯр ё тасмаро гузошта, аз тарафи чапаш дӯхта, абраашро бо астараш пайваست мекунанд (қисми 1-умро бо 2-юм, тарафи росташро ба роста гузошта, дастӣ ё бо мошини дарздӯзӣ медӯзанд).

Ба дохили он камтар пахта гузошта лаганда мекунанд ва ороиш медиҳанд.

Кори амалии № 23

Тартиби дӯхтани чойникмонак

Таҷҳизот: матоъ, қайчӣ, сӯзан, ришта.

1. Қолаби чойникмонакро тайёр кунед.

2. Қолабро ба матоъ бо сӯзанчаҳо маҳкам кунед.



Расми 65
Намудҳои чойникпӯшаку
чойникмонак ва аппликатсияи
онҳо



3. Хати гирди колабро гузаронида, қисмҳои тайёршударо буред.

4. Қисмҳои чойникмонакро бо усули сӯзан ба пеш дӯзед.

5. Дурустии пайвасти қисмҳоро аз назар гузаронед.

6. Гирди чойникмонакро бо чоки гирдавонӣ дӯзед.

Бо ҳамин қоида датспӯшак барои даст гирифтани зарфҳои гарм ва ғайраро медӯзанд.

Баъди дӯхта шудан сифати дӯхт, ороиш ва кори худро аз назар гузаронед.



Савол ва супориш

1. Ба сифати дӯхти маснуоти худатон ва аъзои бригада баҳо диҳед.
2. Матоҳоро чӣ хел интихоб мекунанд?
3. Қоидаи гирифтани ченак чӣ хел аст?
4. Қоидаҳои сохтани андозаи маснуот кадом аст?
5. Шаклҳои буриши маснуот ба андозаи чойникпӯшак ва чойникмонак мувофиқ аст ё не?
6. Барои дӯхтани чойникпӯшак ва чойникмонак кадом матоҳҳо мувофиқ мебошанд?

БОБИ IV. ЧУЛОҲӢ

§ 22. Чулоҳӣ бо сихҳо

Бофишро чунин сар мекунем:

Ресмонҳоро ба дасти чап (расми 66 а) мегирем. Ду сихро якҷоя аз зери ресмони корӣ, ки аз калоба меояд (расми 66 б), дароварда, ресмони дар ангушти ишорат бударо кашида аз ҳалқаи ангушти калон мегузaronем, ангушти калонро аз ҳалқа озод карда, ресмонро мекашем. Барои ҳосилшавии ҳалқаҳои минбаъда ҳамин тарзро такрор кардан даркор аст (расми 66 в). Ҳалқачаҳои пайиҳам пайдошударо қатори аввал меноманд. Ҳалқаҳои якум ва охиринаро ҳалқаҳои канорӣ (ҳошиягӣ) мегӯянд. Ҳалқаҳои охиринаи қатор бо ҳалқаи роста ё чаппа баста мешавад.

Ҳалқаҳои роста ва чаппаро ба ду тарз бофтани мумкин аст:

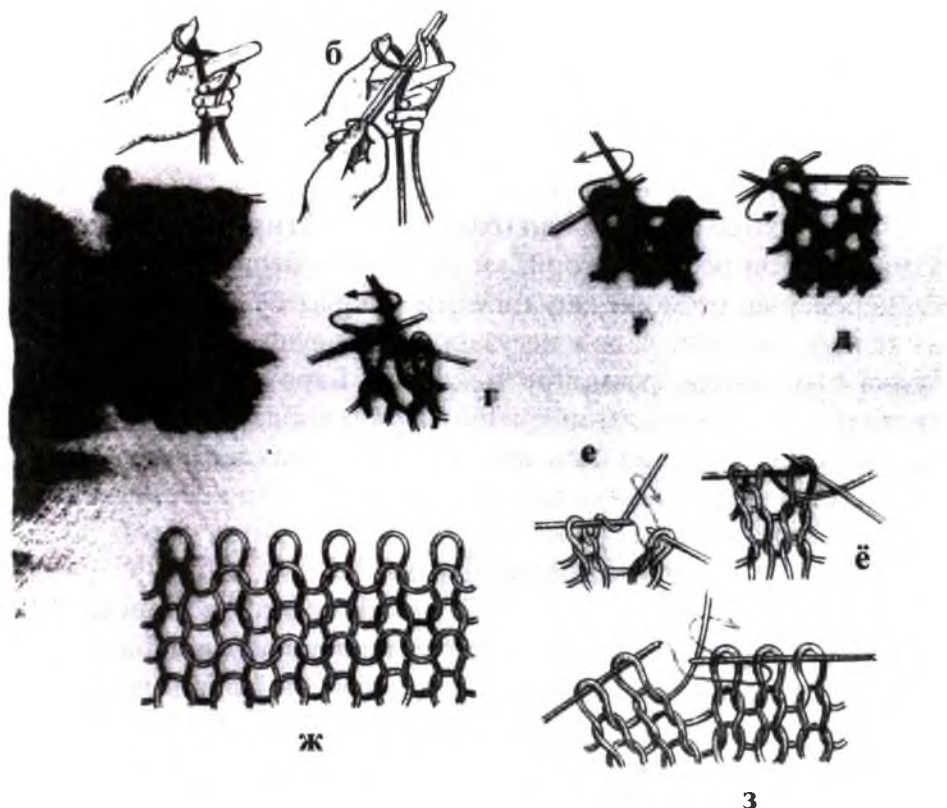
Тарзи якум. Ҳалқаи ростаро аз пеш мебофанд. Барои бофтани ҳалқаи роста сихи дасти ростро ба ҳалқаи якуми сихи чап андохта, ресмони кориро аз он мебароранд, аз ресмони корӣ ҳалқа ҳосил мешавад. Ин ҳалқаро бо сихи дасти рост мегиранд (расми 66 г). Ба он ҳалқаи тарафи чаппа мувофиқ аст, ки бофтани он дар расми 66 г нишон дода шудааст.

Тарзи дуюм. Ҳалқаи роста аз қафо бофта мешавад, яъне сихи дасти ростро ба даруни ҳалқаи якуми дасти чап аз рост ба чап бурда, ресмони кориро аз он мебароранд (расми 66 д). Ба он ҳалқаи чаппа мувофиқ аст, ки дар расми 66 е нишон дода шудааст. Ба ин тарз ҷуроб ва резинка мебофанд.

Хомҳалқаҳо рост ва печон мешаванд.

Хомҳалқаи рост (расми 66 ё): сихи ростро аз тарафи рост ба чап аз зери ресмони корӣ мегузaronанд.

Хомҳалқаи печон (расми 66 ж): сихи ростро аз тарафи чап ба рост аз тарафи худ аз зери ресмони корӣ гузаронидан мумкин аст.



Расми 66
Тарзҳои бофиш

Бофиши чуробӣ дар расми 66 з нишон дода шудааст. Барои чулоҳии ҳамвор бояд як қатор (аз тарафи рост) ҳалқаҳои роста ва қатори дуюм (аз тарафи чаппа) ҳалқаҳои чаппа бофта шавад.

Рӯймолбофӣ. Ҳангоми чулоҳии ҳамвор ҳар ду тарафро як хел (ё бо ҳалқаҳои чаппа ё роста) мебофанд.

Резинка – пайиҳам омадани сутунчаҳои ҳалқаҳои чаппа ва роста, масалан: 1 роста, 1 чаппа ё 2 роста, 2 чаппа ва ғайра. Ҳалқачаҳои дар тарафи рост буда ҳалқаҳои роста ва ҳалқаҳои дар тарафи чап буда ҳалқаҳои чаппа ном доранд.

Резинкаи англисӣ. Дар ин тарзи бофиш аз аввал то охир бофиши қаторҳо тақрор мешавад. Қатори 1-ум – хомҳалқани

рост, як ҳалқаро намебофанд (ресмони корӣ аз пушти сикхо мегузарад), 1 ҳалқаи рост. Қатори 2-юм ва ҳамаи қаторҳои минбаъда – 1 хомҳалқаи рост, як ҳалқаро намебофанд (ресмони корӣ аз пушти сикхо мегузарад), ҳалқа ва хомҳалқаи қатори пешинро якҷоя карда, аз боло ҳалқаи рост мебофанд.

Дар ин тарзи бофиш шумо ситораҷаҳоро вомехӯред, ки ин ~~рапорт~~ ном дорад. Ситораҷа чунин маъно дорад: комбинатсияи ҳалқаҳои байни ин ишораро то охири қатор ғунҷиданаш якҷанд маротиба бофтан лозим аст. Агар пеш аз ситораҷа як ва ё якҷанд ҳалқа дода шуда бошад, он гоҳ аввал ҳамин ҳалқаҳоро бофта, сипас рапортро такроран то охири қатор мебофанд. Дар охири қатор ҳалқаҳое бофта мешаванд, ки баъди ситораҷаи дуюм ишора шудаанд. Агар дар рапорт ғуфта шавад, ки мувофиқи нусха бофтан лозим аст, маънояш ҳамин, ки ҳ а л қ а ҳ о и

ростаро бо
роста ва чап-
паашро бо
чаппа мебо-
фанд. Ду ҳал-
қаи канорӣ ё
ҳалқаҳои хо-
шия ба ҳал-
қаҳои асосие,
ки нақш боф-
та мешавад,
дохил наме-
шавад. Онҳо
ро танҳо дар
вақти ҳалқа-
андозӣ дар
огози бофтани матоъ ба назар мегиранд.



Расми 67
а – каллапӯш, б – гулӯбанд,
в – дастпӯшак

Бофиши намуна аз 20 – 30 ҳалқа. Бе кашиш ба рӯи он матои тарро гузошта, охиста дарзмол карда, баъд васеъгии онро чен мекунем. Баъд аз он андозаи қисми маснуотро (бо сантиметр) ба васеъгии бофиши намуна тақсим мекунем ва ҳосили онро ба шумораи ҳалқаҳои дар бофиши намуна буда зарб мезанем.

Бо ҳамин роҳ мо муайян мекунем, ки шумораи ҳалқаҳо барои бофиши маснуот дуруст интиҳоб шудаанд ё не.

Мисол: аз 30 ҳалқа намуна мебофем; дарозиаш ба 10 см баробар аст. Фарз кардем, ки васеъгии тахтапушт 44 см аст. Он гоҳ 44-ро ба 10 тақсим мекунем ва ба 30 ҳалқа зарб мезанем. Бо ҳамин роҳ мефаҳмем, ки барои тахтапушт 32 ҳалқа гирифтани лозим аст. Дар вақти бофиш онро бо қолаб хар гоҳ чен карда истодан лозим аст.



Савол

1. Барои бофиш чанд сикх лозим аст?
2. Чанд тарзи бофиш мавҷуд аст?

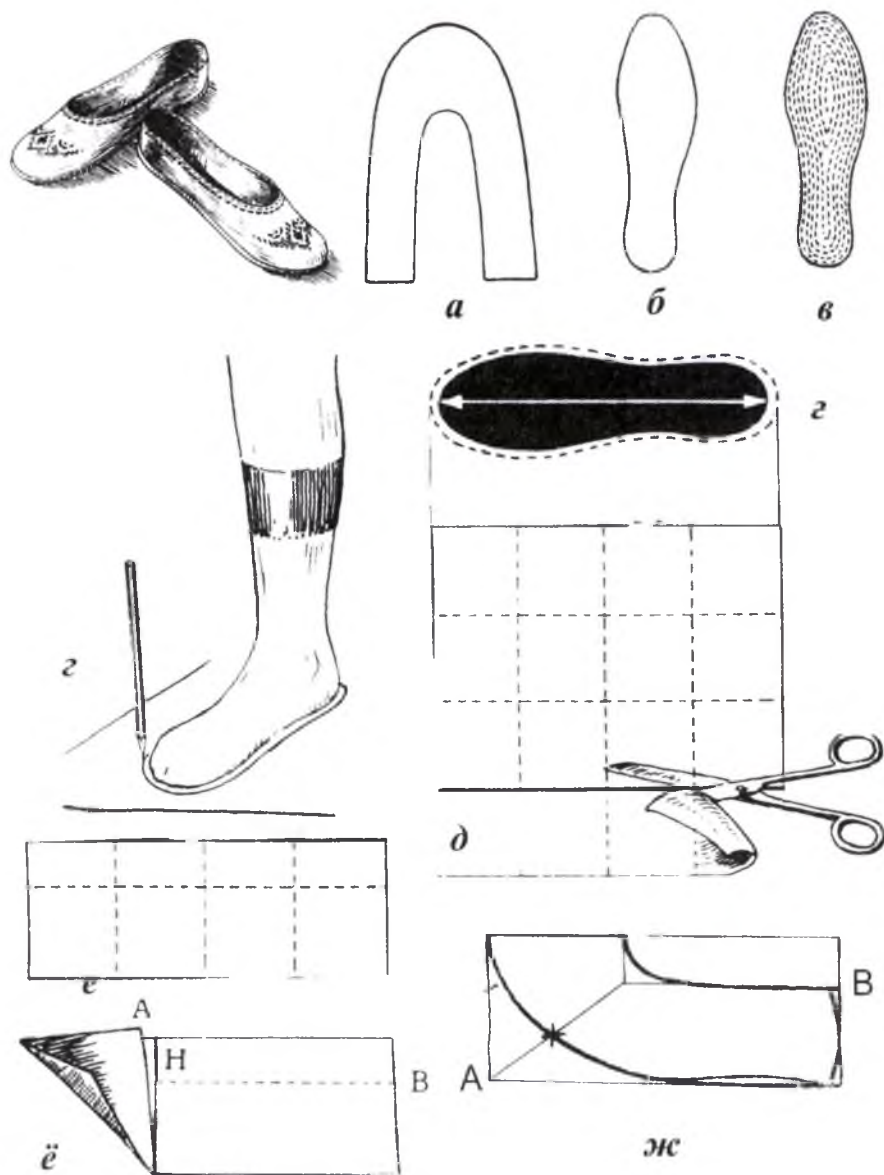


Инро дар хотир доред

Дар вақти бофиш ресмонро ба дасти чап мегиранд.

§ 23. Дӯхтани пойафзоли хонагӣ

Барои қисми болои пойафзол (расми 68 а) матоъҳои яклухти ғафс ё тунуки дуқабатаро истифода мебаранд. Таги пойафзолро (расми 68 б) аз матои ғафс ё борики чандқабата тайёр мекунанд. Матои таги пойафзолро дар мошини дарздӯзӣ ё бо ресмони тофтаи ғафс медӯзанд (расми 68 в).



Расм 68. Тайёр кардани қолаби пойафзоли хонагӣ:
 а – қисми болоӣ, б – тағи пойафзол, в – тағи пойафзол бо
 бофиши ресмонӣ, г – андозагирии гирди пой, г, д, е, ё, ж –
 муайян кардани андоза

Чои бандро аз матоъҳои кӯҳна ё милки матоъ ва чуроби кӯҳна бофтан мумкин аст.

Тайёр кардани қолаби пойафзол:

1. Пойро бе пойафзол ба рӯи қоғаз гузошта, гирди онро қалам кашед (расми 68 г).

2. Хатро ба хати гирди пой мувофиқ карда, 0,5 см изофа мемонем, барои чок аз ҳамин хат мебузем ва таги пойафзол ҳосил мешавад (расми 68 г).

3. Аз қоғаз мураббаъ буред ва тарафҳояшро ба дарозии таги пойафзол баробар қат кунед. Як қисми қатшударо буред (расми 68 д). Росткунча ҳосил мешавад, ки ба ду тақсим мешавад (расми 68 е). Аз тарафи чапаш то хати қаткунии нуқтаи Н қат карда, нути кунчашро ба нуқтаи А оред (расми 68 ё). Қоғазро кушода аз кунчи Н хати уреб кашед ва нишона гузоред, нуқтаи Х ҳосил мешавад (расми 68 ж).

§ 24. Нигоҳубини рӯй

Барои нигоҳубини ва тозагии рӯй ба истифодабарии косметика аҳамият додан лозим аст.

Косметика калимаи юнонӣ буда, маънояш санъати ороиш, яъне воситаю усулҳои нигоҳубини пӯст ва ҳуснорои одам аст. Дар замони қадим мисриён, римиҳо ва арабҳо рухсора, мижжа, болои чашмонро ранг ва мӯяшонро фатила карда, мисли ҳозира равшанҳои хушбӯи наботию ҳайвонӣ, равшани эфир, қатрон, рангҳои гуногун ва ғайраро истифода мебарданд.



Расми 69 Ороиши рӯй

Пӯсти инсон одатан организмро аз таъсири гуногуни муҳити беруна муҳофизат мекунад.

Пӯст мустаҳкам, чандир буда, вобаста ба синну сол, ҳолати организм ва таъсири шароити беруна тағйир меёбад. Пӯсти мӯътадил нисбат ба пӯсти хушк ё равшанӣ нигоҳубини камтар меҳақад.

Шустушӯи пагоҳӣ на фақат пӯст, балки тамоми организмро бардам карда, қобилияти кориро зиёд менамояд. Бо оби хунук шустан пӯстро ботаровату солим мегардонад. Оби гарм пӯстро нағз тоза карда, равшанагро барад ҳам, вале рағҳоро васеъ, пӯстро пажмурда мекунад, бинобар ин бо оби ҳарораташ ҳонагӣ шустушӯӣ бояд қард.

Рӯйро паёпай бо оби гарму хунук шустан мумкин аст. Собунҳо, кремҳои нармкунадаро истифода мебаранд.

Дар сармо ба рӯй равшани бенамаку доғқарда ва полонидаи чорво ё ғозро молида берун баромадан лозим аст. Крем ва вазелин молидан ҷои нест.

Ба лабҳои шамолхӯрда асал молида, баъди 20 дақиқа тоза

мекунанд ё лабсурхунаки гигиени мемоланд.



Маслиҳати кадбону

Асалро ҳамчун косметикаи шифобахш барои пусти рӯй истифода мебаранд. Он ба рӯй чило ва нармаӣ медиҳад. Барои ин чунин ретсепт лозим аст.

Ба зардии тухми латзада як қошуқча асалро ва ҳамон қадар глицеринро омехта, ба рӯй тунук молида, баъд аз 10 – 15 дақиқа бо оби гарм шуста, камтар упо (пудра) мемоланд.

Агар ба об камтар асал омехта карда, рӯйро шӯед, пусти рӯйро латиф, суфта ва зебо мегардонад.

§ 25. Нигоҳубини нохунҳои даст (маникюр) ва пой (педикюр)

Маникюр – нигоҳубини махсуси нохунҳои даст. Маникюрро баъди ҳар 7 – 10 рӯз ин тавр қардан мумкин аст: бо атсетон ё ҳалқунандаи махсус лаки пештараро тоза намуда, нохунҳоро бо қайчӣ ё нохунгирак то ҳадди дилхоҳ кӯтоҳ мекунанд. Нохуни ангуштони гафси кӯтоҳро дарози байзашакл ва нохуни ангуштони бориқро гирда қардан лозим аст. Нохунҳоро ҳамеша бояд ба як тараф суфта қард. Он гоҳ нохун шикаста намерезад. Баъди суфта қардан ба пусти гирди нохун крем молида, баъд онро ба белчаи кунд боло мекунанд. Бо мақсади нарма шудани пусти гирди нохун ангуштонро чанд дақиқа дар собунобаи гарм медоранд, чунки собуни чомашӯӣ пустро хушку шахшӯл мекунад. Дастҳоро бо сачоқи нарма хуб тоза қарда, ҳангоми зарурат кремҳои нармакунанда ё махсус (крем барои даст) мемоланд. Агар ҳангоми шустан ва пеш аз пусти қандани сабзавот ё иҷрои ягон кори дигар ба даст крем ё вазелин моled, чиркинӣ боқӣ намонанд. Баъди тоза қардани сабзавот доғи ангуштонро бо сирко ё пораи лиму ё лосёни “Кристалл” меаравонанд.

Педикюр, нигоҳубини махсуси нохунҳои пойро гуянд. Баъди ҳар 1,5 моҳ ба таври зерин педикюр мекунанд: аввал

пойҳоро дар собунобаи гарм нигоҳ дошта, пӯсти шахшударо нарм мекунад (ба об 1 қошук спирти навшодир ё содаи хӯроқӣ илова бояд кард), баъди 20 – 30 дақиқа пойҳоро бо сачоқи нарм пок ва пӯстҳои шахшудаи кафу панҷаро бо алмос ё пемза (санги чилбур) тоза мекунад.

Сипас обилаҳоро бурида, нохунҳоро нимдоира мегиранд. Канорҳои нохунро гирифтани лозим нест, зеро ин боиси ба пӯст фурурави нохунҳо мегардад. Нохунҳоро бо сӯҳони махсус суфта кардан лозим (агар нохунро ба ҳар тараф суфта кунанд, шикаста мерезад). Сипас пойҳоро бо навбат боз ба оби гарм меандозанд. Чойҳои шахшӯли пӯстро бо санги чилбур суфта ва пойҳоро пок мекунанду кремҳои “Атласный”, “Люкс”, “Дефект” (витамины А дорад) мемоланд. Нохунҳоро лок кардан ҳам мумкин. Ҳангоми педикюр қоидаҳои гигиениро риоя бояд кард. Асбобҳоро бо спирт ё атр тоза менамоянд. Агар ягон чои пӯст бурида шавад, пахтаи дар маҳлули 3-фоизаи пероксиди гидроген тарқардари мегузоранд ва баъд йод мемоланд. Ғайр аз шустушӯи ҳаррӯза ҳафтае як маротиба пойҳоро 10 – 15 дақиқа дар оби гарм (беҳтараш ба 2 литр об 1 қошук намаки ош илова карда) нигоҳ доштан нафъ дорад. Баъд чойҳои шахшӯли пӯстро бо санги чилбур тоза карда, пойҳоро хуб мешӯянд, сипас хушк карда, крем ё вазелин мемоланд. Баробари ин ба нигоҳубини пӯсти пой ҳам аҳамият додан лозим аст. Пойҳоро ҳар рӯз бо оби гарму собун шустан лозим аст. Ванна барои пой пӯстро тоза карда, ҳастагиро бароварда, гардиши хунро мурағбат мекунад. Пойи пӯшташ кафидари дар оби календумдор (1 қошук ба 1 л об) гузошта нишастан муфид аст. Байни ангуштони пойи шустари нағз хушк кардан лозим аст. Ҳафтае 2 ё 3 маротиба ба пой молидани сиркои хӯроқӣ ё лосёни гигиенӣ пӯстро аз бемории замбӯруғӣ пешгирӣ мекунад. Ҷуробҳоро ҳар ҳафта 1 ё 2 бор иваз бояд кард.



Маслиҳати қадбону

Зебогиро бо дасти худ иҷро кунед. Чанд ретсепт.

1. Ним истакон творогро ғафсакак ба рӯй молида, баъд аз 15 дақиқа онро шӯед, оянгро нест мекунад.

2. Ба 1 пиёла оби чӯш чойи сиёҳ андохта, омехта карда, барои таҳшин шудан 1 соат мегузorem, ба он 3 қошуқи калон твoрог меандозем ва омехта карда ба рӯй мегузorem ва баъд аз 10 дақиқа онро мешӯем. Агар хоҳед ба ин омехта 1 қатра оби лиму андозед.

3. Як каф гули бобунаро гирифта, ба 75 мл шири гармиаш мӯтадил меандозем ва болаяшро пӯшида, 20 дақиқа мегузorem, баъд ширро омехта карда, онро гарм мекунем ва ба он 1 қошуқ сабӯс ва 1/2 қошуқча асалро омехта карда, дар ҳолати гармиаш ба рӯй мемолем ва баъди 15 дақиқа мешӯем.

Барои нигоҳубини пӯсти рӯй истифодаи маҳсулоти ширӣ аҳамияти калон дорад, чунки шир ва маҳсулоти ширӣ – йогурт, чургот, каймоқ ва твoрог дар таркибашон бисёр моддаҳои косметикӣ доранд.

Барои он ки пӯсти рӯй мулоим ва чилодор шавад, маҳсулоти ширӣ ва мевачотро истифода баред.

АДАБИЁТ

1. Энциклопедияи мухтасари рӯзгордорӣ, Душанбе, 1988.
2. Ходжиев В., Фирменные блюда и напитки Таджикистана, Душанбе, 1988.
3. Книга о вкусной и здоровой пище, Москва, 1955.
4. Аминов Д., Таджикские национальные блюда, Душанбе, 1988.
5. Марсиянова Г. Н. и др., Швейное дело, Москва, 1985.
6. Гусакова М.А., Аппликация, Москва, 1987.

МУНДАРИЧА

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

Боби I. Таомҳои миллӣ ва ороиши дастархон

§1. Хусусиятҳои асосии таомҳои миллии тоҷикӣ	9
§2. Ороиши дастархон	12
§3. Ороиши дастархони идона	17
§4. Риоя намудани маданияти ҳуҷраҳои ва қоидаҳои нишастон дар сари мизи ҳуҷраҳои	20
§5. Шир ва маҳсулоти ширӣ	23
§6. Таомҳо аз шир ва маҳсулоти ширӣ	30
§7. Донҳо ва ярмаҳо	37
§8. Таомҳо аз ярма	40
§9. Таом аз маҳсулоти макаронӣ	46
§10. Тайёр кардани мураббо, чем	51
§11. Интерйери хонаи истиқоматӣ	58

Боби II. Навҳои нах ва матоъ

§12. Навҳои нах	59
§13. Кор бо матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ	60
§14. Нахи абрешим	61
§15. Аппликасияи (гулпартоии) матоъ	66
§16. Кор бо мошини дарздиҳии пой	74
§17. Дӯхтани пойчома	87
§18. Маълумот дар бораи таҷҳизоти дӯзандагӣ	101
§19. Дарз ва кӯкҳои дастӣ	104
§20. Бахиядӯзӣ	110

Боби III. Қасбу ҳунари миллӣ

§21. Сохтани ҷойникпӯшак ва ҷойникмонак	112
-----------------------------------------------	-----

Боби IV. Ҷулоҳӣ

§22. Ҷулоҳӣ бо сикҳо	117
§23. Дӯхтани пойафзоли хонагӣ	120

Боби V. Гигиенаи духтарон

§24. Нигоҳубини рӯй	123
§25. Нигоҳубини нохунҳои даст (маникюр) ва пой (педикюр)	124

Адабиёт	126
---------------	-----

С. Исломов, К. Обидова,
М. Рӯзиева, Р. Аҳмадҷонова

КАСБУ ҲУНАР

(Барои духтарон)

КИТОБИ ДАРСӢ БАРОИ СИНФИ 6

Рохбари гурӯҳ Баходур Раҳматзод

Мухаррир	Нуриддин Шарипов
Мусахҳех	Музаффар Холов
Мухаррири техникӣ	Иркин Сайфутдинов
Дизайн ва саҳифабандии	Сим Дмитрий
Чопи компютерӣ	Оқила Қосимова

*Ба чопаш 23.02.2004 имзо шуд.
Андозаи коғаз 60 x 90¹/16. Коғази офсетӣ.
Гарнитурани Times New Roman Tj.
Чопи офсетӣ. Ҳаҷм 8 ҷузъи чопӣ.
Адади нашр 80000*

It was printed in Printing Corporation «Tashpolygraphcombinat»
Order № A-5515