

М. РҶЗИЕВА

К. ОБИДОВА, С. ИСЛОМОВ

# ТЕХНОЛОГИЯ

(Таълими меҳнат барои духтарон)

Китоби дарсӣ барои синфи 5

НАШРИ ДУЮМ

Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон  
ба чоп тавсия кардааст

ДУШАНБЕ

«МАОРИФ»

2016

**ББК-74. 269 Я 72**

**Р-95**

**Р-95.** М. Рӯзиева, К. Обидова, С. Исломов. **Технология (Таълими меҳнат барои духтарон), китоби дарсӣ барои синфи 5.** Нашри 2. Душанбе, «Маориф», 2016, 192 саҳифа.

### **Ҷадвали истифодаи китоб**

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

**ISBN 978-99947-1-323-3**

**© «Маориф», 2016  
Моликияти давлат**

## МУҚАДДИМА

Аз китобе, ки шумо дар даст доред, усули истифодаи ҷиҳози ошхона, асбобу анҷоми барқӣ, зарфҳои хӯрокхӯрӣ, омода кардани хӯрок, хӯришҳо, тарҳҳои эҷодӣ, қоидаҳои оройиши хӯрок ва мизи хӯрок, қорҳои тарроҳӣ (қонструксионӣ), намунасозиро меомӯсед.

Шумо бо дӯхтани дарзу кӯкҳои дастӣ, намуди нахҳо ва матоъҳо шинос шуда, аз онҳо буридани пешдоман, қаллапӯш, рӯймол, остинча, ҷиҳақро меомӯсед.

Барои он ки маҳсулоти дӯхтаатон зебову басифат ва ба талабот ҷавобгӯ бошад, шумо бояд доир ба технологияи қорқарди либоси занона дониш, малақа ва маҳорати маҳсус дошта бошед.

Дар ин китоб аломатҳои шартии зерин гузошта шудаанд:



саволу супориш;



қоидаҳои бехатарӣ;



инро дар хотир доред;



маслиҳати муфиди қадбону;



оё шумо медонед?

Шумо дар асоси омӯзиши ин китоб дӯхтани маснуот ва пухтани хӯрокҳои гуногунро ёд мегиред, ки раванди эҷодқорӣ мебошад.

# БОБИ 1. ИНТЕРҲЕРИ ОШХОНА

## §1. ЧИҲОЗИ ОШХОНА ВА ХОНАИ ХҶРОКХҶРӢ

Чиҳоз (интерьер)-и ошхона фазои дохили ошхона мебошад, ки бо асбобу анҷоми мурааттаб оро дода шудааст.

Ошхона дар хонаҳои замонавӣ аз рӯи таъинот ва истифода якҷанд вазифаро иҷро мекунад. Дар ошхона ғайр аз хӯрокпазӣ, боз дигар корҳои рӯзгор, ба монанди дарзмолкунӣ, дарздӯзӣ ва корҳои хурди гуногуни хоҷагӣ низ иҷро карда мешаванд. Ошхона вобаста ба таъинот ва таҷҳизоту истифода онҳо махсус барои хӯрокпазӣю хӯрокхӯрӣ мешаванд. Дар ошхонае, ки ҳам ҷойи хӯрокпазӣ ва ҳам ҷойи хӯрокхӯрӣ аст, бояд барои дар як вақт якҷоя хӯрок хӯрдани аҳли оила мизи хӯрокхӯрӣ гузошта шавад.

Дар ошхона хӯрокпазӣ, шустану ғундоштани дег ва косою табақ заҳмату вақти зиёдро талаб мекунад. Сохибхоназан ҳангоми хӯрокпазӣ асосан рост истода кор мекунад. Батартиб гузоштани асбобҳои рӯзгор дар ошхона вақтро сарфа карда, корро сабук мегардонад. Бинобар ин, ҷобачогузориҳои чиҳози ошхона амалан зарур аст. Дуруст ба роҳ мондани кор ва бештар истифода кардани асбобҳои рӯзгор вақти хӯрокпазиро 1-1,5 маротиба кӯтоҳ мекунад.

### Ҷобачогузориҳои таҷҳизоти ошхона

Дар ошхона ҳар асбоб бояд ҷой ва макони аниқӣ худро дошта бошад. Аз ин рӯ ҷобачогузориҳои ашӣи ошхона тартиби муайян дорад. Таҷҳизоти ошхонаро ба тартиби зерин гузоштан ба мақсад мувофиқ аст: яхдон, ҷойи зарфшӯйӣ, ҷевони корӣ, миз, манқали (плитаи) газӣ ё барқӣ, мизи хӯрокхӯрӣ. Ҳангоми кор аз ҷап ба рост ҳаракат кардан қулай аст.

Мебел ва дигар ашӣи ошхонаро ба якдигар зич ва дар як қатор гузоштан беҳтар аст. Масофаи байни таҷҳизоти асосӣ ва девори муқобил (ё таҷҳизоти иловагии рӯ ба рӯ) бояд аз 110 см камтар набошад. Агар ҳаҷм ва тарҳи ошхона имконият диҳад, таҷҳизотро дар кунҷи байни 2 девори ба ҳамдигар амудӣ ҷойгирифта гузоштан мумкин аст, ки инро ҷобачогузориҳои кунҷӣ низ мегӯянд.

Дар ин маврид метавонед миз-ҷевони кунҷиро низ истифода баред. Дар ошхонаҳои дарозрӯя таҷҳизотро қад-қадӣ деворҳои

ба ҳам муқобил мегузоранд. Он гоҳ ашёи асосӣ: зарфшӯяк, мизчевони қорӣ ва манқали хӯрокпазиро дар як қатор ҷойгир меку­нанд. Ҳангоми дар ошхона ҷой додани мизи хӯрокхӯрӣ ва дигар ҷиҳози иловагӣ, гузоштани роҳрав барои гузаштан ва дар сари миз нишастани одамон мувофиқи мақсад аст, вагарна ҷиҳози иловагӣ ошхонаро танг ва озодона қор қарданро душвор мегар­донад.

### Оройиши ошхона

Ҳангоми оройиш ва интихоби ранги таҷҳизот ва асбобу анҷом на танҳо ба самти ошхона ва манбаи равшании табиӣ он бояд диққат дод, балки таъсири нури инъикосшавандаро ба ран­ги хӯрокворӣ, расм, масолеҳ ва ашёи ошхона низ ба назар бояд гирифт, вагарна қор дар ошхона қасро хаста намуда, ба чашм зар­рар мерасонад. Ошхонаро тарзе бояд пардоз дод, ки сари чанд вақт онро бо латтаи тар пок қардан мумкин бошад. Барои оройи­ши девори ошхона аз рангҳои равшанӣ, обию эмулсионӣ, гулкоғаз (обой)-ҳои намногузар ё плёнқагӣ, ки махсус барои ошхона таъин шудаанд, истифода бурдан мумкин аст. Вақтҳои охир масолеҳи ҳозиразамони пластикиро, ки хосияти ба намиву гармӣ тобовар ва муҳимтар аз ин хусусияти гигиенӣ низ доранд, ба таври васеъ дар оройишу рӯйқаши девору сақфи ошхона ба қор мебаранд.

Қитъаи байни чевони рӯйфаршӣ ва чевони девориро бо масолеҳи бадошти ба гармию намӣ тобовар ва таркиби химиявӣ­шон устувор (қошиҳои сафолии сирандуд), пластика, гулкоғазҳои оройишӣ, қошиҳои тахтагии сирдор рӯйқаш меку­нанд. Агар деворҳои ошхона то 2,5-2,7 м баланд бошанд, онҳоро ранг қар­дан, ё бо гулкоғазҳои деворӣ намногузар, ё бо пластикаҳои ҳозиразамон рӯйқаш қардан мумкин аст.

Ба фарши ошхона масолеҳи зудтозашаванда ва нолағжону садонишон мечаспонанд. Агар барои рӯйқаши фарш қошӣ ё ли­нолеуми рангаш равшан истифода шуда бошад, мебели ошхона­ро низ бо чунин ранг оройиш медиҳанд; ранги фарш баландтар шавад, хуб аст. Чорҷӯбаи тирезаи ошхонаро бештар бо рангҳои нарму гуворо ранг меку­нанд.



а)



б)



в)



г)

*Расми 1. а – ҷойгирашавии мебел, яхдон ва мошини ҷомашӯӣ; б-ҷойгирашавии манқали газӣ, барқӣ, ҷойи зарфшӯӣ; в – ҷойгирашавии мизи хӯрокхӯрӣ ва курсӣ; г – оройиши пардаи хонаи хӯрокхӯрӣ*

## Мебели ошхона

Андозаи баъзе ҷузъҳои алоҳидаи таҷҳизот ва мебели ошхона на танҳо ба намуди коре, ки дар онҳо иҷро мешавад, инчунин ба кади кадбону низ бояд мувофиқ бошад. Масофаи байни ҷевони деворӣ набояд аз 45 см кам бошад. Рафи болоии ҷевони деворӣ бояд аз фарш дар баландии 190 см гузошта шавад. Баландии аз ҳама мувофиқ барои ҷиҳози ошхона 210 см аст. Аз ин баланд фақат ҷевонҳоеро гузоштан даркор аст, ки дар онҳо ҷиҳзҳои кам истифодашавандаро ҷой медиҳанд. Миз-ҷевонҳои рӯйифаршӣ, ки баландиашон 85 см аст, сатҳи ҳамвор дошта, барои тозаю реза кардани масолеҳи хӯрок, омода кардани хӯроки сард, хӯроккашӣ пешбинӣ

шудаанд. Дар қабати поёни миз-чевон зарфҳои калонҳаҷм, олоту асбоб ва ҳар гуна анҷоми ошхона (дастархон, сачоқ ва ғ.)-ро мегузоранд.

Дар миз-чевонҳо ғалладон (хеза)-ҳои пластмассӣ, тахтачаи маҳсулотрезакунӣ, маснуот барои нишаста кор кардан бояд муҳайё бошанд.

Дар зери зарфшӯяк чевони иловагӣ сохта, ба дарунаш сатили партов гузоштан мумкин аст. Дар деворҳои паҳлуии чевони зери зарфшӯяк зарфҳои симтӯрӣ меовезанд ва ба онҳо олотӣ рӯбучин, шушӯшӯ ва тозакуниро мегузоранд.

Чевони деворӣ дар болои зарфшӯяк ҷойгиршуда аз рафу тағмонаки симӣ пластикӣ ва табақмонак иборат буда, барои хушконидаи зарфҳо истифода мешавад. Ошхонаро бо маҷмӯи мебелӣ ҳозиразамон (бо хоҳиши аҳли хонадон) – бо зарфшӯяк, ҳавотозакунак, ҷароғи деворӣ, соати электромеханикӣ, таймер ва кондитсионер таҷҳизонидан мумкин аст. Ҳавотозакунакро асосан бар болои плитаи барқӣ ё газӣ насб мекунанд.

Ҷароғи (лампаи) деворӣ люминесцентӣ ё ҷароғи тафсонии нургардондоштаро дар девор, ё ба болои девори чевон насб мекунанд.

Агар дар ошхона бо мақсади хӯрокхӯрӣ миз (андозааш 60x110 см ё 80x120 см) гузоранд, истифодаи курсиҳои бепуштак (чорпоя) тавсия карда намешавад, чунки дар онҳо кас бо фароғат нишаста наметавонад ва зуд хаста мешавад.

Дар ошхонаҳои на он қадар калон мизҳои васеъшаванда ва ҷамъшавандаро истифода бурдан лозим аст. Ҷамчунин дастархонҳои махсусро дар ошхонаҳои калон истифода бурдан мумкин аст.

## **Гигиенаи ошхона ва хонаи хӯрокхӯрӣ**

Тозагӣ ва нигоҳубини муттасили ошхона ба тарзи ҳаёти солим мусоидат мекунад ва аз маданияти соҳибхоназану аҳли оила гувоҳӣ медиҳад. Се намуди рӯбучин ва тоза нигоҳ доштани ошпазхона ва ошхона (хонаи хӯрокпазӣ) мавҷуд аст: тозакунии ҳаррӯза, харҳафтаина ва бахшида ба ҷашнвораю идҳо, ки онро тозакунии кулӣ (генералӣ) низ номидан мумкин аст.

Ҳар яки ин намудҳо аз тоза кардани ҳавои ошхона сар мешавад. Саҳарӣ ва бегоҳӣ тирезаи ошхонаро кушода мемонанд, то

ки ҳавои ошхона тоза шавад ва баъд асбобу анҷоми ошхона ва рӯзгорро шуста, дар рафҳо ҷо ба ҷо мегузоранд.

Баъди рӯбучин ҷиҳози чанголудро пок мекунанд, баъд фарши ошхонаро мешӯянд. Ҳангоми тозакунии болои хӯрок ва озуқавориро мепӯшанд. Сарпӯши сатили партов бояд доим пӯшида бошад. Зарфҳо ва табақчаҳои ифлосро ҷамъ карда намемонанд, зеро дар ошхона ва манзил магас, нонхӯрак ва хояндаҳо пайдо мешаванд. Болои хӯрок ва зарфҳои ношустаро пӯшида, хӯроки боқимонда ва партовҳои ошхонаро сари вақт партофтаи лозим аст. Болои плитаи хӯрокпазӣ ва зарфшӯякҳоро зуд-зуд пок кардан лозим аст. Ошхонаро ҳафтае як маротиба бо ҷӯтка ё латтаи намнок тоза бояд кард. Агар дар хона кӯдакҳои ширхӯр бошанд, ин навъи тозакуниро ҳар рӯз иҷро кардан зарур аст. Дар ин қор чангкашак ё ҷӯткаи махсуси мӯйдорро барои тоза кардани мебели ошхона истифода кардан мувофиқи матлаб аст.

Фаршро бо маҳлули собундор ё маҳлули махсус мешӯянд ва онро тез-тез нав кардан лозим аст.

Поккорию кулӣ (генералӣ)-ро дар 1 сол аз 3 то 5 бор иҷро бояд кард. Тозакунии кулӣ дар ҳама ҷойи ошхона иҷро карда мешавад ва ҳамаи асбобу анҷом ва таҷҳизоти ошхонаро ба кулӣ тоза ва пок кардан зарур аст.

Дару шишаи тирезаҳоро дар охир тоза мекунанд. Агар шишаи тирезаҳо ва дарро дар ҳавои салқин – сахарӣ ё бегоҳӣ тоза кунед, беҳтар аст. Аввал бо латтаи мулоим чорҷӯбаи тирезаҳо ва дарро тоза мекунанд, баъд пештахтаву шишаи тирезаҳоро бо маҳлули махсус мешӯянд.

Шиша ва чорҷӯбаҳои тирезаҳоро аввал бо оби муътадил ё ширгарм, баъд бо оби хуноки тоза мешӯянд. Шишаи тирезаҳоро аз тарафи дигари он бо равиши амудӣ пок мекунанд. Ин усул барои хуб тоза шудани шиша мадад мерасонад. Шишаро то ҷило доданаиш бо қоғаз ё матоъҳои мулоим пайдарпай тоза мекунанд. Манқалҳои газӣ ё барқиро бо маҳлули махсус мешӯянд.

Дар синфхонаҳои таълими меҳнати мактабҳо духтарон хӯрокпазӣ ва қорҳои амалиро дар мизи қорӣ бо истифода аз ҷойҳои шустушӯӣ ва асбобҳои гармкунӣ иҷро мекунанд. Бинобар ин ташкили ҷойи қор вобаста ба қор муайян карда мешавад.

Дар мизи қорӣ маҳсулотро ботартиб ва дуруст ҷо ба ҷо гузоштан, ҳолати гузориши асбобу анҷомҳоро ба назар гирифтаи зарур аст.



Барои омода кардани хӯрок на фақат ташкили ҷойи кор, инчунин ҳолати иҷрои кор низ муҳим мебошад. Дар назди мизи корӣ қоматро рост нигоҳ доштан лозим аст. Пеш аз коркарди технологияи маҳсулот асбобу анҷомҳои заруриро интихоб бояд кард.



*Расми 2. Намуди асбобҳои ошхона*

### **Талаботи санитарии гигиенӣ дар ошхона ва хонаи хӯрокпазӣ**

Ҳангоми пухтани хӯрок қоидаҳои зерини санитарии гигиениро риоя бояд кард:

1. Пеш аз хӯрокпазӣ ё омода кардани хӯрок дастҳоро бо маҳлули собун ё хоҳаҳои махсус шустан зарур аст.

2. Либоси корӣ (пешдоман) бояд тоза ва озода бошад, мӯйро ба таги рӯймол ё каллапӯш гирифтани беҳтар аст.

3. Ба тарзи шустушӯи зарфҳои ошхона ва хонаи хӯрокхӯрӣ диққати ҷиддӣ бояд дод. Бисёр вақт на танҳо масолеҳи бадсифат, балки ҳолати зиддисанитарии ошхона, асбобу анҷомҳои хӯрокпазӣ, бепарвоию беэҳтиётӣ ва бедиққатӣ, ки соҳибхоназан ё хонандагон вақти омода кардани хӯрок зоҳир мекунанд, сабаби бемориҳои шикаму рӯда ва заҳролудшавӣ мегарданд. Маҳсулотро пешақӣ хеле бодиққат аз назар гузаронидан лозим аст.

4. Корду тахтаҷаҳоро бо оби гарм нағз шустан лозим аст. Барои пора кардани гӯшт, хамир тахтаҷаи алоҳида доштан лозим аст.

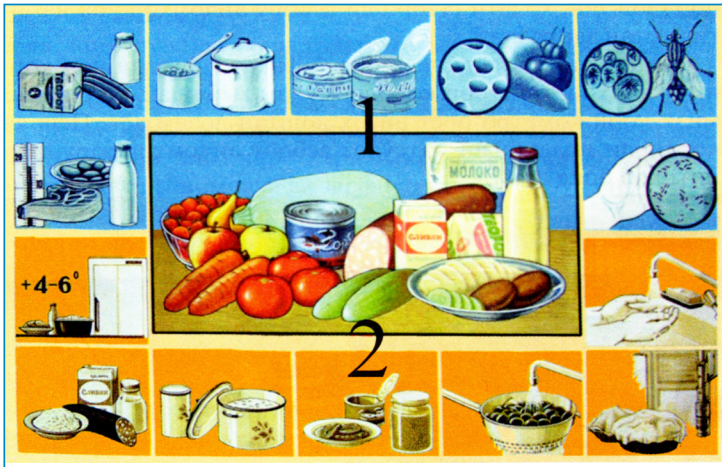
5. Меваю сабзавотро низ дар оби равон якҷанд бор шустан зарур аст. Хӯроки навуҷаҳоро бо хӯроки пештар пухта ҳамроҳ кардан мумкин нест.

6. Зарфхоро (косаю табакро) дар чевонҳои дарашон пӯшида нигоҳ доштан даркор аст.

7. Партовро ба сатили сарпӯшдор рехтан ва зуд онро партофтан лозим аст.

8. Баъди партофтани партов зарфи партовро ҳатман шустан лозим аст.

9. Барои омода кардани хӯрок маҳсулоти тару тоза ва ё нағз нигоҳ дошташударо истифода баред ва пеш аз пухтан ин маҳсулотро тоза бишӯед.



*Расми 3. Талаботи санитарию гигиенӣ дар ошхона:*

*а) вайроншавии хӯрок; б) хуисифат нигоҳ доштани хӯрок*



*Расми 4. Маҳлул барои шустани зарф*

## Намудҳои манқал

Акнун ба корҳои ошхона шинос мешавем ва онҳоро иҷро мекунем, чунки шумо дар ошхона ҳуқуқи якхелаи озодона гаштанро доред. Биёед ба назди манқал меравем. Плитаҳо ё манқалҳо газӣ, барқии замонавӣ (микроволновая печь) ва ғайра мешаванд.

Маъмултарин манқал ин манқали газӣ табиӣ мебошад. Истифодаи он эҳтиёткорӣ ва диққатназариро тақозо мекунад. Ҳангоми истифода газ бояд ҳамеша зери назорат бошад. Агар дар ошхона бӯи газро ҳис кунед, аввал калидакҳои газпайваस्तкуниро қатъ кунед, даричаи тирезаро кушоед ва ҳавои ошхонаро тоза кунед. Ҳеҷ гоҳ гӯгирдро дарнагиронед, ки таркиши газӣ ҷамъшуда ба амал меояд. Бинобар ин, ҳангоми муносибат бо манқали газӣ эҳтиёткор бошед. Имрӯзҳо манқалҳои газии бо системаи муайян коркунанда низ мавҷуданд, ки дар онҳо танзимгари автоматӣ васл карда шудааст ва чунин навиштаҷот доранд: «Qas-contko». Агар оташ бо сабабе хомӯш шавад, он гоҳ ба тариқи автоматӣ интиқоли газ дар манқал қатъ мешавад. Ин ҳолати бехатарии корро дар манқали газӣ таъмин мекунад. Ҳангоми кор дар ошхона ба ин нуктаҳо аҳамият дода, эҳтиёт шудан лозим аст. Ба болои даҳонаи сӯзишгоҳ аз ҳад зиёд ҳам нашавед, чойники вазнинро ба канори манқали барқӣ нагузоред ва доимо бо дастпӯшак кор кунед. Норасоии манқали барқӣ дар он аст, ки қувваи барқро хеле зиёд талаб мекунад ва нозукиҳои худро дорад.



*Расми 5. Маҳдуд барои шустани манқал*



а)



б)

*Расми 6. Намудҳои манқал: а) газӣ; б) барқӣ*

Манқали барқии изолятсияаш судашударо истифода бурдан қатъиян манъ аст. Агар баъди ба шабакаи барқ пайвастан манқали барқӣ гарм нашавад, онро аз шабака чудо намуда, таъмир кардан лозим аст. Нуқсонҳои манқали барқиро бояд мутахассиси барқ ё шахси огоҳ аз ин кор дуруст кунад.



1. Кадом қоидаҳои тоза нигоҳ доштани ошхонаро ме-донед?

2. Чӣ хел мебелҳоро барои ошхона интихоб бояд кард?

3. Тарзи ҷобачогузориш таҷҳизоти ошхонаро дар синфхонаи таълими меҳнат амалан иҷро кунед.

4. Кадом намуди масолеҳи тозакуниро дар ошхона истифода мебаранд?

Манқали газиро бо кадом масолеҳ тоза мекунанд. Масолеҳро интихоб ва манқалро тоза кунед. Гӯед, ки хоқаҳои тозакуни аз якдигар чӣ фарқ доранд? Манқали тозакардаатро ба омӯзгор ё назоратчи нишон диҳед. Ин корро худатон дар мактаб зери назорати омӯзгор амалан иҷро кунед.



1. *Пеш аз даргирондани манқал аввал калидакҳоро ҳатман муоина карда, ошхонаро шамол диҳед.*
2. *Манқали газиро тавре даргиронед, ки алангааш баробар ва кабуд бошад.*
3. *Пас аз ба ҷӯш омадани хӯрок алангаро пасттар кунед.*
4. *Манқали даргирондаро бе назорат нагузored.*
5. *Манқали барқиро дар ҷойи ба отаиш тобовар бояд гузоиш.*
6. *Пеш аз васл кардани манқал симаширо аз назар гузаронед.*
7. *Душоҳаи ба барқ пайвасткунандаи манқал ва мурватҳои он бояд то охир ба манбаи барқ даромада бошанд ва ҳатман онҳоро бо дастии хушк васлу қатъ бояд кард.*
8. *Пас аз анҷоми кор қатъ кардани манқалро зинҳор фаромӯш накунад.*
9. *Ҳангоми шустани зарфҳо ҳеҷ гоҳ хокаҳои ҷомашӯйиро истифода набаред. Барои ин кор хокаҳои махсус, маҳлӯлҳо, сода барои шустани зарфҳо мавҷуданд. Ҳангоми шустани обро эҳтиёт кунед!*

## БОБИ 2. ТЕХНОЛОГИЯИ ОМОДА КАРДАНИ ХҶРОКҲОИ МИЛЛӢ

### § 2. ТЕХНОЛОГИЯИ ПУХТАНИ ХҶРОКҲОИ МИЛЛӢ

Зимни омӯзиши ин боб шумо бо ошхона, ашӯи ошхона, шустушӯю ҷобачогузори асбобу анҷоми ошхона, низоми кори ошхонаҳои умумӣ ва бо касбҳои ошпаз, пешхизмат, зарфшӯӣ, нархгузор, ҷошнигир ва ғайра шинос мешавед. Дар бораи қоидаҳои техникаи бехатарӣ ва талаботи санитарии гигиенӣ роҷеъ ба нигоҳубини ошхонаю асбобу анҷоми он, қоидаи беҳдошти шахсе, ки хӯрок омода мекунад, аҳамияти хӯроку об, нон, намаку сабзавот ва тартиби хӯрдани хӯрок маълумоти аниқ мегиред.

Мо ғайр аз синфхонаи пухтупази мактаб, дар манзили зистамон ошхона дорем, ки онро бояд нигоҳубин кунем.

Ошхона бояд манқали барқӣ ё газӣ, яхдон, ҷевону рафҳои маҳсус, мизу курсӣ ё ҷиҳози табаку косашӯӣ, яъне оби гарму хунук дошта бошад. Ҳучрае, ки дар он озуқа маҳфуз аст, бояд хушк ва шамолрасу салқин бошад. Дар ошхона маҳсулоти дернапоянда (моҳӣ, ширу маҳсулоти ширӣ, сабзичот)-ро дар яхдон, ҷойи хушк, хӯришу адвиегро дар қуттичаҳои сарпӯшида ё халтачаҳо андохта, дар ҷевон нигоҳ медоранд.

Зарф ва асбоби ошхона бояд ҳамеша тозаю озода бошанд. Андозаву ҳаҷм ва шумораи зарфу асбоби ошхона бояд ба ҳаҷми он ва шумораи аъзои оила мувофиқат кунад.

Дар ошхона асосан хӯрок омода мекунад, ки ин яке аз соҳаҳои қадимтарини ғаёолият ва касби одамон мебошад. Хӯрокпазиро ошпазӣ низ меноманд.

**Хӯрокпазӣ** (ошпазӣ) – касб ё ҳунари хуштаъм, болазат ва серғизо пухта тавонистани хӯрок мебошад. Хӯрокпазӣ таърихи қадим дорад. Сарчашмаҳои таърихӣ қайд мекунад, ки ҳанӯз дар асри VII то милод мактабҳои хӯрокпазӣ мавҷуд буданд. Омода кардани хӯрок аз қадимулайём кори пурифтхор маҳсуб мешавад. Ҳар як халку миллат дар баробари дигар расму суннату фарҳангаш бо хӯрокҳои миллии худ ифтхор мекунад.

Тарзи омода кардани хӯрокҳои тоҷикӣ аз авлод ба авлод гузашта, вақтҳои охир бо тараққиёти илм унсурҳои хӯришҳои так-

милёфта ба он дохил шудаанд. Олими бузург ва табиби маъруфи форс-тоҷик Абӯалӣ ибни Сино дар китоби худ «Ал-қонун» 800 намуди масолеҳи хӯроквориро ҷудо кардааст, ки ба организми одам таъсири махсус доранд.

Хунари хӯрокпазии тоҷикон таърихи чандҳазорсола дорад. Бисёр ошпазҳои бомаҳорат асрори истифодаи махсуси намудҳои масолеҳро ба эътибор мегиранд, ки онҳо ба саломатӣ ва бардамии одамон таъсири мусбат мерасонанд. Масалан сихкабобу палавро бо анор, чормағз, кашнич, сабзавот; гӯшти говро бо караму бодиринг ва турб истеъмол мекунанд. Инҳо аҳамияти махсус доранд.

Дар деҳот қариб дар ҳамаи хавлиҳо танӯр ҳаст, ки дар он нон ва самбӯсаҳои гӯштӣ, алафӣ, карамӣ, кадугӣ ва ғайра мепазанд. Ғайр аз ин, лағмон, тушбера, хулбаманту, мантуҳои гӯштӣ, кадугӣ, картошкагӣ, шакароб, қурутоб ва ғайра омода мекунанд. Хангоми истеъмоли хӯрокҳои миллӣ хӯришхоро истифода меба-



*Расми 7. Хӯрокҳои миллӣ*

### **Кори амалии №1**

#### **Технологияи омода кардани хӯриш аз шалғамча**

**Таҷҳизот:** корд, тахтачаи сабзавотрезакуни, табақча, хӯришдон.

**Миқдори масолах:** 3-4 бандча шалғамча, 1 бандча сабзичот ва мувофиқи таъби намаку мурч.

**Рафти кор.** Шалғамчаро нағз шуста тунук мебуранд, ба он пиёзи сабз ва сабзичотро майда реза карда меандозанд.

Хӯриши оmodаро ба хӯришдон андохта, бо сабзичот оро медиҳанд. Ба хӯриш мувофиқи таъби ҷурғот ё қаймоқ, тухми пухтагӣ реза карда меандозанд. Хӯриши оmodаро ба миз мениҳанд.



*Расми 8. Хӯриш аз шалгамча (редиска)*



*Нон гизои асосии инсон аст. Дар урфият мегӯянд, ки «Ҳар чӣ қадар фикр кунӣ, аз ону намак зиёд чизеро фикр карда намеёбӣ», ё «Бе намак хӯрок бемаза», ё «Бе нон сер намешавӣ», «Дар касалӣ офат нест, агар нон ва об бошад» ва ғайра. Намаки ошӣ дар табиат масолеҳи хӯроквории омода аст. Калонтарин қони намаки Тоҷикистон қони Ҳочамӯмин мебошад. Дар ноҳияи Ашти вилояти Сугд низ қони намаки баландсифат мавҷуд аст.*



- 1. Хӯрокпазӣ (таббохӣ) чиро мефаҳмонанд?*
- 2. Хӯрокҳои миллии тоҷиконро, ки бисёртар истеъмол карда мешаванд, номбар кунед.*

### **§ 3. АҲАМИЯТИ САБЗАВОТ БАРОИ ОРГАНИЗМИ ОДАМ ВА ТАРКИБИ ФИЗОИИ ОН**

Ҳангоми омода кардани хӯрок як қатор амалиёти пайдарҳами коркарди масолеҳи хӯрок мавҷуд аст, ки онро раванди технологӣ меноманд. Ин раванд аз омода аз коркарди сабзавот сар мешавад. Аҳамияти сабзавот ба моддаҳои зудҳазм, аз ҷумла ангиштобҳои он вобаста аст. Дар сабзавот витаминҳо ва намакҳои минералии барои организми инсон зарур мавҷуданд. Онҳо инчунин сафеда,



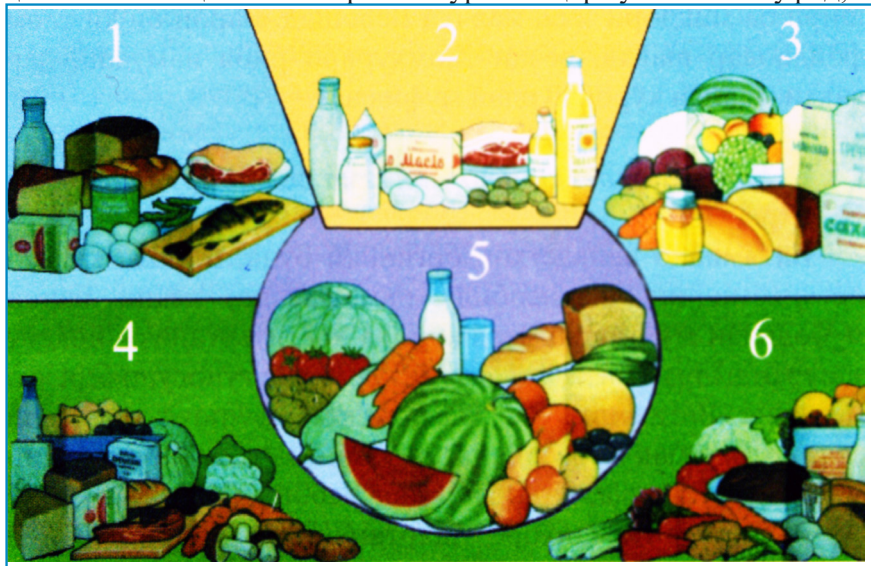
кислотаҳои органикии гуногун ва рағғани эфир доранд, ки ба ҳазми хӯрок ёрӣ мерасонанд.

Барои он ки қимати ғизоии сабзавотро нигоҳ дорем, онро пеш аз пухтан дуруст омода бояд кард. Азбаски микробу ангеандаҳои бемориҳои сироятӣ тавассути сабзавоти хуб коркарднашуда ба организми инсон интиқол меёбанд, сабзавотро пеш аз истеъмол ҳатман бо оби хунук шустан лозим аст. Бехмева ва картошкаро баъди шустан тунук пӯст канда, чойҳои пӯсидаву иллатнокашро бурида мепартоянд. Азбаски ки витаминҳо ва намакҳои минералӣ дар зери пӯсти сабзавот чойгиранд, онро то ҳадди имкон тунук-тар пӯст кандан беҳтар аст.

Ҳангоми омода кардани хӯрок боэҳтиёт ва сарфакорона муносибат карда, партови сабзавотро ба мақсадҳои муайян истифода баред. Мисол, партови картошкаро барои ҳосил кардани оҳар (крахмал) ва партови лаблабуи сурхро барои сохтани ранги хӯрокворӣ ва ё ҳамчун хӯроки ҳайвонот истифода мебаранд.

Дар ошхонаҳои хӯроки умумӣ ғизоро дар сеҳҳои хунуку гарм ва қаннодӣ омода мекунанд. Барои коркарди аввалия мошинҳои ба навҳо ҷудоқунанда, сабзавотшӯяк, сабзавотрезақунак ва амсоли инҳоро истифода мебаранд.

Хӯрок барои саломатӣ, фаъолиятмандӣ ва танзими ҳаракату ҳолати инсон ҳатмист. Таркиби хӯрок аз ҳар гуна ғизои муфид,



*Расми 9. Таркиби хӯрок: 1.сафед; 2.равған; 3.карбогидрат; 4.об; 5-моддаҳои минералӣ; 6-витаминҳо*

мисли сафеда, чарбу, карбогидрат, моддаҳои минералӣ, обу витаминҳо иборат аст, ки барои организми инсон заруранд.

**Карбогидрат** – таъмингари қувваи инсон буда, дар таркиби сабзавот, шираворӣ, ғалладона, асал ва қанд фаровон аст.

**Сафеда** – ғизои табию бағоят муҳимми организми зинда аст. Аз сафеда ҳуҷайра, бофтаҳо ва узвҳои инсон таркиб меёбанд. Сафеда манбаи қувва, василаи ҳазми хӯрок ва таъвизгари моддаҳост. Сафеда дар таркиби шир, тухм, моҳӣ, гӯшт, биринҷ бештар аст.

**Чарбу** – (равған) дар ҳама ҳолатҳои мубодилааш моддаи фаъоли ҳаёт аст. Он организми зиндаро аз сардӣ муҳофизат мекунад. Чарбу манбаи асосии қувваи (энергияи) организм мебошад. Вобаста ба синну сол, чинс ва фаъолияти қорӣ талаботи шабонарӯзии инсон ба равған 80-100 г аст, ки аз он 20-25 г бояд равғани рустани, 20 г маска бошад. Равған дар таркиби бисёр маҳсулоти хӯрокворӣ вомерхӯрад.

**Об** – қариб 2/3 ҳиссаи вазни бадани инсонро ташкил медиҳад. Мураккабтарин тағйироти сершумори моддаҳои ҳуҷайра, ки боиси фаъолияти ҳаётии организм мегарданд, танҳо дар маҳлулҳои об ба вуҷуд меоянд. Агар инсон бе хӯрок якҷанд ҳафта зиндагонӣ карда тавонад, бе об ҳамагӣ якҷанд шабонарӯз зиндагӣ мекунаду бас.

Об дар ҳаёт мақоми хоса дорад. Вобаста ба синну сол, вазни ҷисм ва шароити иқлим инсон дар як шабонарӯз 1,5-2 л ва ё аз ин зиёдтар об истеъмол мекунад. Об дар табиат бисёр аст. Вай дар таркиби меваю сабзавот ва маҳсулоти ширӣ ба миқдори зиёд мавҷуд аст. Барои он ки хӯрок ғоидоавар шавад, речаи хӯрокхӯриро риоя кардан, ҳангоми муайян хӯрок хӯрдан муфид аст.

## Витаминҳо, ки ба организми одам заруранд

Витаминҳо пайвастиҳои органикӣ буда, манбаи қувваи организми инсон ҳисобида намешаванд, лекин барои мубодилаи муътадили моддаҳо ва ҳаёти организм ниҳоят заруранд. Одам витаминҳоро аз хӯрокҳои гуногуни серғизо мегирад. Витаминҳо ба ҳаёти одам ва нигоҳ доштани саломатӣ кумак мерасонанд. Витамин аз калимаи латинии Vita гирифта шуда, маънояш ҳаёт мебошад.

Аксари витаминҳоро шартан бо ҳарфҳои латинӣ (масалан витаминҳои А, В, С ва ғайра) ишора мекунанд.

На ҳама витаминҳо ғизоҳои устуворанд. Онҳо бо таъсири як

қатор омилҳои беруна зуд вайрон мешаванд. Ғизои тару тоза назар ба ғизои консервонида сервитамин аст. Муддати зиёд нигоҳ доштани хӯрокворӣ, хушконида ва пухтани он боиси вайроншавии витаминҳо (махсусан витамини С) мегардад. Бинобар ин барои нигоҳ доштани витаминҳо қоидаҳои пухтупаз ва нигоҳ доштани хӯроквориро риоя кардан лозим аст.

Ҳар як витамин хосиятҳои ба худ хос дорад.

**Витамини А** (ретинал) – чашмо пуркуват ва инкишофи муътадили организмро таъмин мекунад. Агар дар организм витамини А нарасад, ранги рӯй pariда, пӯст хушку шахшӯл шуда, дар он ҳар гуна рихинакҳо ва думбал мебарояд. Мӯй хушку бечило, нохунҳо мӯрт мешаванд.

Маҳсулоти чорво (чигари ҳайвонот ва моҳӣ, тухмакҳо ва рағғани онҳо, маска ва рағғани зард, панир, зардии тухм), сабзӣ, помидор, қаламфур, пиёзи сабз ва ғайра витамини А доранд.

**Витамини В** (тиамин) – дар организм барои мубодилаи муътадили моддаҳо (хусусан ангиштобҳо ё карбогидратҳо) зарур аст. Ҳангоми норасоии витамини В одам аз ҳар чиз зуд хашмгин, хаста, ҳазми хӯрокаш душвор мешавад. Тамоман ё хеле кам будани тиамин ба бемории вазнини асаб (бери-бери) сабаб шуда, дар охир метавонад ба фалаҷ дучор шуда, ҳаёташ қатъ шавад. Витамини В дар таркиби чигар, гӯшт, ғалладона, хамирмояи пиво, хамирмоя ва ғайра бисёр аст.

**Витамини В<sub>2</sub>** (рибофлавин) – мисли дигар витаминҳо барои инкишофи организм зарур аст. Қувваи босираро нисбат ба рангу рӯшноӣ зиёд мекунад. Ҳангоми норасоии витамин панҷаҳо, лабҳо мекафанд, кунҷҳои лаб захм мешавад, чароҳат ба зудӣ сиҳат намешавад. Витамини В<sub>2</sub> дар хамирмоя, чигар, ширу маҳсулоти ширӣ бисёр аст.

**Витамини В<sub>6</sub>** (пиридоксин). Норасоии витамини В<sub>6</sub> организми кӯдаконро аз қадкашӣ боз медорад, онҳо ба бемории камхунӣ, занҳои ҳомила ба газаки пӯсти рӯй, гардан, сина, сар ва ғайра гирифтор мешаванд. Витамини В<sub>6</sub> дар гӯшт, моҳӣ, шир, чигари гов ва бисёр маҳсулоти рустанигӣ мавҷуд аст.

**Витамини В<sub>12</sub>** (сианокобаламин) – дар чараёни хунҳосилкунӣ иштирок мекунад. Аз норасоии витамини В<sub>12</sub> бемории камхунӣ рух медиҳад. Ин витамин дар чигар, гурда, маҳсулоти моҳӣ (хусусан дар чигар ва тухмҳояш) бисёртар аст.

**Витамины В<sub>15</sub>** (пангамати калсий) – табиати химиявӣ ва тарзи таъсири он пурра омӯхта нашудааст. Онро барои муолиҷаи бемории атеросклероз, ихтилоли гардиши хун, гепатит васеъ истифода мебаранд.

**Витамины С** (кислотаи аскорбин) – Норасоии витамини С сабаби бемории зангила мешавад. Аз ҳад зиёд истеъмом кардани витамини С барои организм зараровар буда, сабаби баъзе бемориҳо мешавад. Манбаи витамини С асосан ғуҷуммева, мева ва сабзавот аст. Витамини С дар афлесун, лиму, ангат, пиёзи сабз ва баъзе ғизоҳои консервонида бисёр аст.

**Витамины Д** (калсиферол) – дар организм ба моддаи гормонмонанд мубаддал шуда, дар чараёни ҳосилшавии намакҳои калсий ва фосфор иштирок мекунад. Витамини Д хусусан барои кӯдакони то 3-4-сола хеле зарур аст. Аз норасоии витамини Д дар организми кӯдак рахит ташаккул меёбад.

**Витамины Д<sub>1</sub>** – одатан, дар пӯсти одам аз таъсири нурҳои ультрабунафш ҳосил мешавад. Витамини Д<sub>1</sub>-ро аз равғани чигари баъзе моҳиҳо мегиранд. Витамини Д<sub>1</sub> дар равғани маска ва зардии тухм, равғани моҳӣ камтар аст. Доруи витаминдорро фақат зери назорати духтур истеъмом бояд кард.

**Витамины К<sub>1</sub>** (филлохинон) – дар чараёни хунбандӣ иштирок мекунад. Дар узвҳои сабзи рустаниҳо (испанох, қарам ва ғайра), инчунин дар сабзӣ, помидор мавҷуд аст.

**Витамины Р** (биофлавоноидҳо) – гурӯҳи моддаҳои таносулро вусъат медиҳад. Дар равғани рустани, чормағзи заминӣ, чуворимақка, нахӯд, испанох, чигар, зардии тухм ва шир мавҷуд аст.

**Витамины РР** (никотинамид, кислотаи никотин) – дар чигар, гурда, гӯшт, шир, инчунин нахӯд, орди гандум зиёд аст. Дар организми одам норасоии витамини РР ба зуд мондашавӣ, беқувватӣ, беҳобӣ, шамолкашии пӯст оварда мерасонад.

**Витамины Е** (токоферол) – кори мушакҳо ва ғадудҳои таносулро вусъат медиҳад. Дар равғани рустани, чормағзи заминӣ, чуворимақка, нахӯд, испанох, чигар, зардии тухм ва шир мавҷуд аст.

**Кислотаи фоласин** – дар чараёни ҳунофарӣ иштирок ва аз камхунӣ муҳофизат менамояд. Вай кори рӯдаро ба мувозинат оварда, муътадил мекунад. Дар таркиби помидор, себ, картошка, чигар, гурда ва сабзӣ мавҷуд аст.

**Фосфор** – барои афзоиши устухон ва дандонҳо хизмат карда, дар маҳсулоти ширӣ бисёртар дида мешавад.

**Калсий** – барои ғаъолияти кори дил ва системаи асаб хизмат мекунад ва бисёртар дар меваю сабзавот воমেҳӯрад. Калсий барои мустаҳкам кардани устухон ва дандонҳо муфид аст.

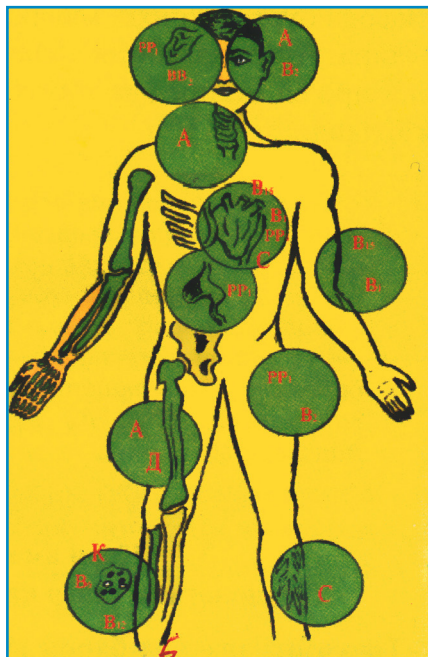
Дар картошка, каду, тарбуз, мавиз бисёртар аст.

**Натрийро** мо асосан бо намаки ошӣ истеъмол мекунем, лекин онро ба миқдори зиёд истеъмол кардан мумкин нест.

**Оҳан** – барои ҳаракати хун дар организм хизмат мекунад. Норасоии оҳан дар хӯрок ба камхунӣ оварда мерасонад. Оҳан асосан дар маҳсулоти гӯшти мавҷуд аст.

**Йод** – барои кори муътадили ғадуи сипаршақл, сабзиши қад ва инкишофи организм ёрӣ мерасонад. Норасоии йод боиси вайрон шудани таркиби ғадуи сипаршақл ва инкишофи бемории чоғар мешавад. Йод дар намаки ошӣ бисёртар дида мешавад. Барои пешгирии бемории чоғар ба намаки ошӣ як миқдор йод илова мекунанд. Моҳиҳои баҳрӣ, хурмо ва олу бештар дар таркибашон йод доранд. Истифодаи мунтазами онҳо бемории чоғарро камтар мекунад.

**Фтор** – барои инкишоф ва афзоиши устухон, милк ва сири дандон лозим аст. Онро аз обҳои нӯшоки истеъмол кардан мумкин аст. Норасоии фтор ба бемориҳои дандон, даҳон ва милки дандон оварда мерасонад.



*Расми 10. Таъсири витаминҳо дар организми инсон*

## ОШПАЗ

Вазифаи хӯрокпазиро ошпазҳо иҷро мекунанд. Онҳо хӯроки хунук, яқум, дуюм, шираворихо, хӯришҳо, нӯшокиҳом гарм, масолеҳи нимтайёр барои хӯрок омода мекунанд, коркарди аввалияи сабзавот, гӯшт, моҳӣ, мурғро ба чо меоранд ва хӯрокҳои оmodаро оройиш медиҳанд.

Барои ҳамаи ин корхоро тавонистан дониستاني талаботи зерин зарур аст: таркиби масолех, хӯрокҳои нимтайёр, меёр ва вазифаи асосии омода кардани хӯрокҳои хархела, риояи қоидаҳои низоми технологияи коркард, қисмҳои таҷҳизоте, ки дар истеҳсолот ҳафт ва тарзи истифода бурдани онҳо, малакаи кор бо таҷҳизоти ошхона ва ғайра. Агар ҳамаи ин талаботро иҷро кунед, касби ошпазиро ёд ме-гиред ва хӯрокҳои тоза болаззату фоидабахш мегарданд.



*Каллапӯши ошпаз дар Англия пайдо шудааст. Дар соли 1727 подшоҳ Георг II фармон баровардааст, ки ошпазҳо бо каллапӯш хӯрок пазанд.*

*Хӯроке, ки витаминҳои бисёри организми одам фоида-овар дорад, чигар аст.*

*Аз чигари гӯсфанд, гов ва гӯсола хӯрокҳои гуногу-ни бирён ва яхнӣ омода мекунанд. Дар таркиби чигар витаминҳои А, В, В<sub>2</sub>, В<sub>12</sub>, К, РР, Е, калсий ва ғайра мавҷуданд.*

## Кори амалии №2

### Технологияи омода кардани хӯрок аз чигар

**Таҷҳизот:** тахтача барои гӯшти хом, корд, дег, зарфҳо барои масолех, манқал.

**Миқдори масолех:** 500 г чигар, 100 г равған, 4-5 дона бехпиёз, 300 г помидори тару тоза, намак ва қаламфур – мувофиқи табъ.

#### **Рафти иҷрои кор**

Роҳи 1-ум: **Чигарбирён.** Чигарро аз парда ва рахҳои заҳра тоза карда, мешӯяндӯ намак мепошанд. Сипас бо пиёзи майда резашу-да дар равған 10-12 дақиқа бирён мекунанд. Вақте ки чигар хуб бирён шуд, мурчу намак пошида, даҳони дегро мепӯшонанд ва 10 дақиқа дам медиҳанд. Вақти пухтани чигарро муайян кардан аҳамияти калон дорад, зеро чигари аз меёр зиёд пухта саҳт ме-шавад. Мағзи чигари пухта ҳангоми буридан набояд сурхча бо-шад. Чигарбирёнро ба табақчаҳо кашада, бо пиёзу помидор ба дастархон мегузоранд.

Роҳи 2-юм: **Чигари обпаз.** Чигари гӯсфанд ё говро хуб тоза карда, калон-калон мебуранд. Баъд онро дар об чӯшонда, ба обаш пиёз, сирпиёз, сабзичот (кабудӣ) меандозанд. Баъди пухтан

чигарро аз дег гирифта хунук мекунад. Чигарро реза карда, ба табақчаҳо мегиранд ва ба рӯйи он намак, мурчи кӯфта пошида, ба дастархон мегузоранд, обашро истифода намебаранд.

*Эзоҳ: Шумо метавонед ин хӯрокро худатон мустақилона, зери назорати муаллима ё калонсолон дар хона пазед.*



*Расми 11. Хӯроқҳо аз чигар*



1. Сабзавот барои организми одам чӣ аҳамият дорад?
2. Зарурати витаминҳоро дар организми одам гӯед.

## § 4. НАВЪҲОИ САБЗАВОТ

Барои пухтани хӯрок навъҳои сабзавот, таркиби онҳо, қимати ғизоияшон, тарзи коркарду истифодаашон дар хӯрок ва ба ин монанд чизҳоро доништан муфид аст. Аз ҳамин сабаб, дар ин ҷо мо дар бораи анвои сабзавот ва таъсири ғизоию аҳамияташон маълумот медиҳем.

**Картошка** – қариб дар ҳама ҷо парвариш карда мешавад. Вобаста ба навъ картошкаҳо гуногуншакл (мудаввар, дарозрӯя) ва гуногунранг (сафед, зард, гулобӣ) мешаванд.

Картошка то 17,5% оҳар, инчунин қанд, намакҳои минералӣ ва сафеда дорад. Қимати ғизоии сафедаи он нисбат ба сафедаи гӯшт камтар бошад ҳам, пурбаҳотарин сафедаи рустанӣ ба шумор меравад. Ватани картошка Амрикои Марказӣ ва Ҷанубӣ буда, онро зиёда аз 14 ҳазор сол пеш истеъмол мекарданд. Ба Аврупо картошкаро дар миёнаҳои асри XVI оварданд. Ҳоло намудҳои зиёди картошкаро парвариш мекунад. Дар соҳаи ошпазӣ аз картошка хӯроку хӯришҳои гуногунро дар шакли обпаз, бугпаз, дампаз ва бирён омода мекунад.

**Карам** – сабзавоти серистеъмол аст ва дар ноҳияҳои икли-машон гарм ду бор ҳосил медиҳад. Бинобар ин карам тамоми сол дастрас аст. Карамро дар ҳазорсолаи сеюми пеш аз ми-лод киштукор ва ҷамъоварӣ мекарданд. Онро ҳамчун сирпиёз аҷдоди қадими мо ба сифати сабзавоти шифобахш истифода мебарданд. Карамро барои табобати ҷароҳатҳои мадданок ва пучакҳо тавсия мекарданд. Ватани карам соҳили Баҳри Миёна-замин мебошад.

Витамини С-и таркиби карам бо витамини С-и таркиби лимӯ баробар мебошад ва дар навъи карами ранга он ду маротиба зиёд аст. Навъҳои карами сафед, сурх, брүсселӣ, савоягӣ, гулкарам, карамшалғам ва ғайра маълуманд. Дар Тоҷикистон бисёртар карами сафедро истеъмол мекунанд. Карами сафед хусусияти парҳезӣ дорад. Ҳамаи навъҳои карам об, қанд, сафеда, клетчатка, намакҳои минералӣ ва витамин доранд. Карамро дар пухтани хӯрокҳои якуму дуюм (дар об, равған, буғ), омода кардани хӯриш, гарнир ва очоронӣ (консервонӣ) васеъ истифода мебаранд.

**Сабзӣ** – (бехӣ, зардак, газар)-ро дар ҳама ҷо мепарваранд. Ватани сабзӣ соҳилҳои Баҳри Миёназамин мебошад. Агар ба он равғани рустанӣ ҳамроҳ кунем, витамини А ҳосил мешавад, ки бо ин хусусияташ аз дигар сабзавот бартарӣ дорад.

Сабзӣ ба сабзиши қад мадад мерасонад ва бар зидди ҳар гуна бемориҳои гузаранда мубориза мебарад. Оби сабзӣ барои сабзиши организми кӯдакони ширмак аҳамияти калон дорад ва ба узви босира қувват мебахшад.

**Пиёз** – чанд намуди он: бехпиёз, батунпиёз, гандана, шниттпиёз, шалотпиёз ва ғайра мавҷуд аст. Маълумтарини он бехпиёз мебошад. Пиёз 4 ҳазор сол пеш аз мелод маълум буд.

Дар таркиби бехпиёз сафеда, клетчатка, намакҳои минералӣ ҳаст. Бехпиёзро ба навъҳои тунд, нимтунд ва ширин ҷудо мекунанд. Равғани эфири таркиби пиёз онро тунд мегардонад. Пӯсти пиёз ҳар қадар зиёд зич бошад, пиёз ҳамон қадар нағз нигоҳ дошта мешавад. Барои он ки ҳангоми реза кардани пиёз оби ҷашм нарезад, кордро зуд-зуд ба оби хунук тар кардан лозим аст.

**Помидор** – сабзавоти маълумест, ки онро тақрибан дар ҳама ҷо парвариш мекунанд. Ватанаш Амрикои Ҷанубӣ мебошад. Дар ёнавардоне, ки помидорро ба Аврупо оварданд, намедонистанд, ки он сабзавот аст. Помидорро дар мамлакати мо аз оғози асри ХХ киштукор мекунанд.

Помидор дар таркибаш натрий, калий, калсий, магний, оҳан,



мис, фосфор, сулфур, витаминҳои В<sub>1</sub> В<sub>2</sub> РР, С (каротин, провита-мини А) ва ғайраҳо дорад.

Помидорро барои пухтани хӯрокҳои гуногун, соусу қайлаҳо, омода кардани хӯришҳои тару тоза, инчунин консервонӣ ё очоронӣ васеъ истифода мебаранд.

**Бодирингро** қариб дар ҳама ҷо парвариш мекунад. Бодиринг барои шахсони фарбеҳ маҳсулоти шифобахш ҳисоб меёбад. Дар таркиби бодиринг қариб 1 мг% рағани эфир вучуд дорад, ки боиси бӯйи ба худ хос доштани он мешавад. Дар таркиби бодиринг то 98,2% об, қанд, сафеда, клетчатка, раған, намакҳои минералӣ, 10 мг% витамини С мавҷуд аст.

Бодирингро дар ошпазӣ барои омода кардани хӯриш ва ди-гар газакҳои тару тоза ва очоронида ё намак карда истифода мебаранд.

**Қаламфур, занҷабилӣ сурх** – як навъ рустании бисёр тунд аст.

Қаламфурро асосан дар ноҳияҳои чануб мекоранд, вале дар минтақаҳои миёна ҳам нағз нашъунамо мекунад.

Қаламфур тунд ва ширин мешавад. Қаламфури борики дароз аз сабаби дар таркибаш моддаи маҳсули капсатсин доштани хеле тунд аст. Қаламфури сурхро яклухт хушк карда ё кӯфта ба хӯрок меандозанд ва ҳамчун адвӣёт истифода мебаранд. Қаламфур аз ҳама бештар витамини С дорад. Қаламфури сабзи серобро (сур-хашро камтар) дар як мавсим 6-10 маротиба мечинанд. Ғунчини қаламфурро то сар шудани сармои аввалини тирамоҳ ба итмом мерасонанд.

**Қаламфури ширин (булғорӣ)** бӯй ва таъми хос дорад. Қаламфури ширинро тару тоза ва очоронида ба хӯриш, шӯрбо, хӯрокҳои гуногуни миллӣ, гӯшти дампаз, соухо меандозанд. Аз он омода кардани дӯлма (голубсӣ) дар ошпазӣ расм шудааст.

**Боимҷон / бодинҷонро** дар тамоми минтақаҳои Тоҷикистон парвариш мекунад. Боимҷон хосияти табобатӣ дорад. Вай миқдори холестерини хунро кам карда, организмро аз бемориҳои чигар, никрози рағҳо эмин медорад. Дар таркибаш қанд, моддаҳои сафеда, намакҳои минералӣ, витамини С дорад. Барои хӯрокпазӣ бештар боимҷони пухтарасида, гӯшташ муло-им ва пӯсташ сахтнашударо истифода мебаранд. Аз он хӯрокҳои гуногуни хуштаъм, газакҳои сабзавотӣ, икра ва ғайра омода ме-кунад.

**Лаблабуи ошӣ** – лаблабуи сурхи оширо дар ҳама ҷо парвариш мекунад. Дар таркиби лаблабу сафеда, кислотаҳои органикӣ, клетчатка, витамини Р, витамини С ва намакҳои минералӣ

мавчуданд. Лаблабуи тару тозаи обпаз хусусияти шифоӣ дорад. Онро хусусан ба одамони гирифтори бемории чигар, қабзият ва фишори хунашон баланд ва камхунӣ тавсия мекунад.

**Шалғамча (редиска)** – шалғамчаро дар ҳама ҷо парвариш мекунад. Вай қанд, об, моддаҳои нитрогенӣ, клетчатка, витамини С, намакҳои минералӣ дорад, бинобар ин сабзавоти хуби иштиҳоовар мебошад.

Шахсони гирифтори бемории меъдаву рӯда, чигар ва гурда аз истеъмоли шалғамча бояд худдорӣ кунанд.

**Шалғам** – шакл, ҳаҷм ва ранги навҳои шалғам (зард, сурх, бунафш, сафед) гуногунанд. Шалғам сабзавоти тезрас ва серғизост. Шалғам манбаи витамини С аст. Дар он витаминҳои В<sub>1</sub>, РР, А (каротин) низ мавҷуданд. Дар таркиби шалғам то 90 % қанд, то 2 % сафеда, намакҳои минералӣ ва ғайра ҳастанд.

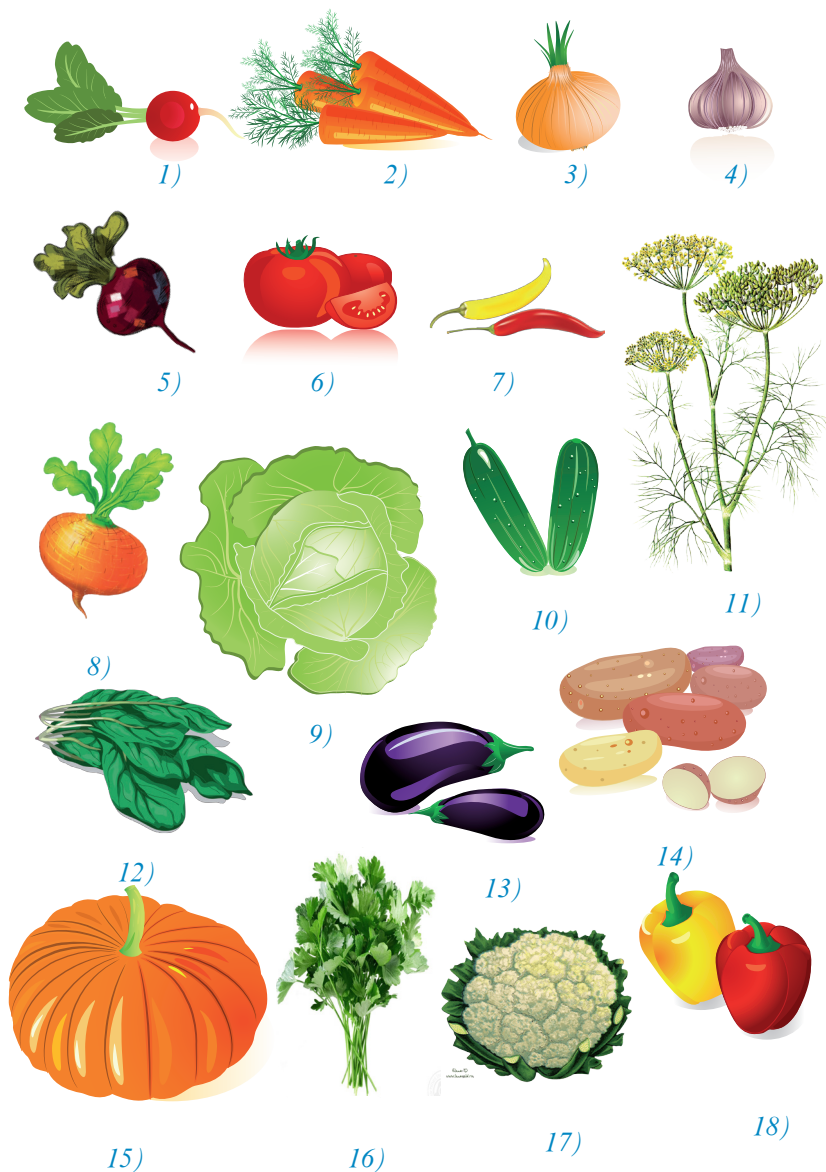
Шалғам рустании доругии қадимист. Масалан бино ба ақидаи Абӯалӣ ибни Сино марҳаме, ки аз тухми шалғам омода мекунад, варами қадкашакро мегардонад. Шалғам инчунин ба гурда ва кафаси сина муфид аст. Аз он хӯриш омода мекунад ва ба хӯрок (шӯрбо, хӯрокҳои якум) ду-се қисм ё нахӯдӣ карда меандозанд.

**Каду** – дар дунё 15 намуди каду мерӯяд. Асосан 3-4 намудашро мекоранд: гахворакаду, палавкаду, ошкаду ё чӯбкаду. Аз каду хӯрокҳои лазиз мепазанд. Каду то 11% қанд, то 20% оҳар, 0,2-0,7% моддаҳои пектинӣ, намакҳои минералӣ (махсусан фосфор, витамин, аз ҷумла каротин), то 40% равғани хӯрданбоб, то 28% сафеда дорад. Донаи каду ро дар тиб чун доруи киччарон истифода мебаранд.

**Сабзичот** (кабудӣ) – шибит, кашнич, пиёзи сабз, райҳон, пудина, чаъфарӣ ва ғайра ба миқдори зиёд витамини намакҳои минералӣ, равғани эфир дошта, хӯрокро болаззат мекунад. Онҳоро ҳам тару тоза ва ҳам хушконида истеъмол мекунад.

**Сир, сирпиёз**, сум, саримсоқ, савм. Дар аксар кишварҳои ҷаҳон мекоранд. Таъму бӯи тунди махсус дорад. Сирпиёз гуруҳи витаминҳои В, С, Д, йод, равғани эфир ва дигар моддаҳо дорад.

Дар ошпазӣ сирпиёзро ҳамчун сабзавоти хуштаъм ва хушбӯйкунандаи хӯришҳо, хӯроки якум, дуюм, очоронида-ну намаккунӣ истифода мебаранд. Сирпиёзи поракардари ба хӯрок 3-4 дақиқа пеш аз хӯрок пухтан меандозанд. Сирпиёзро дар тиб истифода мебаранд. Вай моддаҳои махсуси бактерисидӣ (фитонсидҳо) дорад, ки бисёр микробҳои бемориоварро нест мекунад.



**Расми 12. Навъҳои сабзавот:**

**1-шалгамча; 2-сабзӣ; 3-пиёз; 4-сир; 5-лаблабу; 6-помидор; 7-қаламфур; 8-шалгам; 9-карам; 10-бодиринг; 11-шибит; 12-коху; 13-боимҷон; 14-картошка; 15-каду; 16-кашич; 17-гулқарам; 18-қаламфури булғорӣ**

**Коркарди аввалияи сабзавот.** Дар чараёни коркарди аввалияи сабзавот онро ба навъҳо чудо мекунанд. Ҳангоми тозакунии дастӣ воситаҳои гуногуни ёрирасонро истифода мебаранд.



*Сабзавоти гарм ва хунукро ҳамроҳ кардан мумкин нест, зеро онҳо тез турш мешаванд. Хӯриши сабзавотиро пеш аз ба дастархон мондан (1-2 соат пеш) омода мекунанд. Ба он пеш аз ба миз гузоштан майонез, қаймоқ, равгани растани меандозанд ва оройиши медиҳанд.*



- 1. Навъҳои сабзавотро номбар кунед.*
- 2. Аҳамияти коркарди сабзавотро бигӯед ва амалан тунук гирифтани пӯсти сабзиро нишон бидиҳед. Зери назорати омӯзгор қоидаҳои техникаи бехатарии кор бо корд ва қоидаҳои санитарно гигиениро риоя кунед.*
- 3. Ҳангоми реза кардани сабзавот кадом воситаҳои ёрирасонро истифода мебаранд?*
- 4. Бигӯед, ки дар хонаатон кадом намуди воситаҳои ёрирасон барои реза кардани сабзавот мавҷуд аст?*

## **§ 5. МАҲҶУМИ КОРКАРДИ ГАРМИ САБЗАВОТ**

Барои омода кардани хӯрок аз сабзавот ҳамаи намуди коркарди гармиро истифода мебаранд: обпаз, дампаз, бугпаз ва дар оби худ пухтан. Сабзавоти пухтаро барои омода кардани хӯришҳо, шӯрбо, хӯрокҳои дуҷум ва гарнир (хӯрдани иловагӣ) истифода мебаранд.

**Технологияи коркарди сабзавот.** Барои коркарди сабзавот чунин амалиёт иҷро карда мешаванд: ба навъҳо чудо кардан, шустан, тоза кардан, чудо кардани қисмҳои нолозим, такроран шустан, реза кардан ва омода кардани масолеҳи нимгайёр (полуфабрикат). Ҳамаи ин амалиётро коркарди гарм меноманд. Пайдарҳамии корро риоя кардан лозим аст. Сабзавотро дар оби равон ё дар сатили обдор бо чанд бор иваз кардани обаш шустан мумкин аст. Барои таровидани оби сабзавот онро аз чавлӣ мегузаронанд. Барои осон кардани раванди тоза кардани сабзавот корди махсус ва асбобҳои шаклу андозаашон гуногун лозиманд. Дар амалияи ошпазӣ тарзҳои гуногуни реза кардани сабзавот мавҷуданд. Ба-

рои хӯрокҳои милли бисёр вақт сабзавотро ба шаклҳои росткунча, чоркунча, палаҳҳои ҳархела, ҳалқа, нимҳалқа ва ғайра пора меку-  
нанд. Ҳангоми додани хӯрок ва хӯриши хунук ба миз аз сабзавот  
ва сабзичот (кабудӣ) шаклҳои гуногуни оройишӣ омода кардан  
мумкин аст.

Таркиби химиявии онҳоро ба ҳисоб мегиранд, чунки таъми  
хӯрок ва хушбӯйияш ба он вобаста аст. Давомоти интиҳоби ин ё он  
намуди коркарди гарм ба таркиби масолеҳ ва технологияи омода  
кардани хӯрок вобаста аст. Ошхонаи миллии тоҷикон намудҳои ба  
худ хоси коркарди гармӣ дорад: обпаз, булён, дар шир, бо буг, дар  
равған ё дуд, дампаз ва ғайра.

Барои **буғпаз** кардани сабзавот бештар деги мантуро истифода  
мебаранд. Сабзавоти буғпаз шакли беҳтарини коркарди гарми саб-  
завот аст. Дар ин ҳолат дар масолеҳи омода қисми зиёди намакҳои  
минералӣ ва витаминҳо нигоҳ дошта шуда, ба осонӣ дар организм  
ҳазм мешаванд.

**Бирёнкунӣ.** Дар ин шакли пухтан масолеҳ дар ҳарорати 140-  
160°C бо равшани кам пухта мешавад, дар ҳарорати то 160°-180°  
бо равшани зиёд бирён карда мешавад.

Ҳангоми бирёнкунӣ дар рӯи масолеҳ пӯсти сурх ҳосил шуда,  
он таъми махсус ва бӯи хосса пайдо мекунад.



1. Сабзавотро барои хӯрок ба оби ҷӯшидаи стода ме-  
андозанд. Дар ин вақт ба об каме намак меандозанд ва  
дар оташи паст мепазанд.

2. Ҳангоми пухтан сабзавот бояд **дар об** пурра гарк  
шавад ва оби рӯи он аз 1,5 см зиёд бошад.

3. **Дар буг** пухтан, барои нест нашудани витамини С  
сабзавотро дар зарфи сарпӯшдор мепазанд (масалан, дар  
деги манту).

4. **Дар равған** бирён кардан. Ҳангоми бирён кардан дар  
равған рӯи масолеҳ сурхча шуда, болаззат мешавад.

5. **Дампаз.** Ҳангоми дампаз масолеҳро аввал каме  
дар равған бирён карда, баъд булён ё адвие́тро андохта,  
сарпӯши дегро пӯшонида, то омода шуданиш дам дода  
мепазанд.

**Мухлати коркарди гарми сабзабот**

Сабзабот	Муддати коркарди гарм (дакика)
<b>Обпаз:</b> Картошкаи пурра Картошкаи ба шакли чоркунча поракарда	25-30 15-20
Сабзии пурра Сабзии тилимкарда	25 15-20
Карами резакарда	20-30
Лаблабу, вобаста ба ҳаҷмаш Лаблабуи тозанокарда Лаблабуи резакарда	60-80 -90 ва ғайра 90 30
<b>Дампаз:</b> Сабзии наргисӣ Карами резакарда	35 30
<b>Бирён:</b> Картошкаи ба шакли росткунча поракарда Сабзии резакарда	15-20 10-15
Сирпиёзи резакарда	10-15

**Кори амалии №3**

**Омода қардани дамламаи помидорӣ**

**Таҷҳизот:** дег, табақча, корди ошпазӣ, чангак, қошук, табак, тахтача.

**Миқдори масолах:** 2 кг гӯшт, 1 кг помидор, 33г равған, 1 дона қаланфур, мувофиқи табъ – намак, зиравор ва сабзичот зарур аст.

**Дамламаи помидорӣ:** Гӯшти лӯнда-лӯнда резашудаю пиёзро дар равғани тафсон бирёнда намак, барги ғор, якто қаланфур меандозанд ва алавро паст мекунанд. Мағзи помидорро бурида дар рӯи гӯшт пурра-пурра мечинанд. Хӯрокро дар алави паст дар 40 дақ. мепазанд.

**Дамлама,** хӯроқест, ки аз гӯшт ё моҳӣ ва сабзабот бо дампартоӣ пухта мешавад. Дамлама хушхӯр ва зудҳазм аст, зеро дар он та-

моми моддаҳои фойданоки таркиби хӯрок (витаминҳо, намакҳои минералӣ, қанд, инчунин моддаҳои хуштаъму хушбӯйкунанда) боқӣ мемонанд. Дамлама чанд навъ мешавад: Дамламаи гӯшт, моҳӣ, каду, сабзавот ва ғайра.



1. Коркарди гарми сабзавотро шарҳ диҳед.
2. Қоидаҳои коркарди сабзавотро шарҳ диҳед
3. Муҳлати пухтани сабзавотро бишӯед.

## § 6. ТАРЗ ВА ТАРИҚИ РЕЗА КАРДАНИ САБЗАВОТ

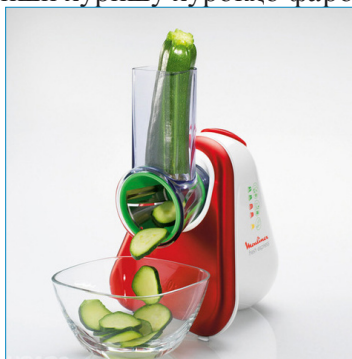
Ҳангоми иҷрои кор ба тарзи истифодаи корд, ба бехатарии он ва асбобҳои гармибахш, қоидаҳои беҳдошту беҳтар аҳамият дода, мувофиқи дастури расмҳои зерин амал кунед.

**Бехмеваҳо** (картошка, бехпиёз, сирпиёз, сабзӣ, лаблабу, шалғам, шалғамча, турб ва ғайра)-ро аз ифлосиҳо тоза карда, баргу пояи зиёдатири бурида бишӯед, пӯсташро бигиред, баъди пӯст қандан, бори дигар бишӯед.

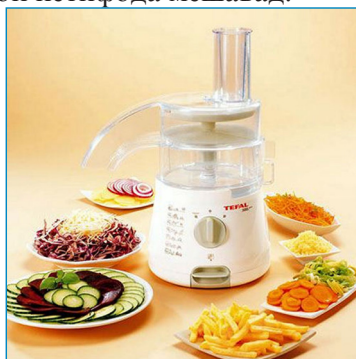
**Сабзиҷот** (*кабудӣ*)-ро аз алафи бегона ҷудо карда, ҷойи нолозимашро бурида партофта, тоза бишӯед, болои сачоқ гузошта, обашро таровондан лозим аст.

Ҳар намуи сабзавотро ба таври махсус пора мекунанд: Масалан бехпиёзро дар шакли ҳалқача, сабзиви картошкаро дар шакли доирача, тилимча, наргисӣ, ба намуди гул, ситорача ва ғайра.

**Тарзи реза кардани сабзавот ва оройиши он.** Сабзавот барои оройиши хӯришу хӯрокҳо фаровон истифода мешавад.



а)



б)

**Расми 13. Тартиби реза кардани сабзавот: а) асбоби сабзавот-поракунӣ; б) шаклҳои резакунии сабзавот**

Бехпиёз ё дигар навъҳои сабзавоти мудавваршаклро гирифта мешӯем ва агар лозим бошад, пӯст мекунем ва аз мобайн чуқур бо хатҳои дандонадор мебузем. Сабзавоти буридаро ду қисм мекунем, ки шакли гул мегирад.

Рустаниҳои буттагӣ ҳам барои оройиш хеле мувофиқанд. Пиёзи сабзро ҳалқашакл бурида, ба ду ҳисса тақсим мекунем ва ба паҳлу ё болои хӯриш гузошта, ҳар ҷо-ҳар ҷо гулҳои аз бехпиёз, шалғамча ё помидор омодакарда мегузorem, аз болояш сабзавот (кабудӣ)-и резакарда мепошем. Дар оройиши хӯриш аз тухм низ хуб истифода мебаранд.

## Хӯришҳо

Хӯриш аз як ва ё чанд намуди сабзавоти тару тоза омода мешавад.

Дар омода кардани хӯришҳои омехта баробари сабзавоти тару тоза сабзавоти пухта, гӯшту тухми обҷӯш, чакка, нахӯди сабз ва ғайраро истифода мебаранд.

Сабзавоти обпаз барои омода кардани хӯриш зарур аст. Онро бо пӯсташ пухта ва алоҳида-алоҳида реза карда, баъд бо дигар маҳсулот омехтан лозим аст. Дар акси ҳол хӯриш зуд турш мешавад. Барои омода кардани хӯриши омехта сабзавотро дар шакли чоркунҷаҳо ва тилимҷаҳои ҳаҷмашон 1 см пора мекунанд.

Хӯришҳои сабзавотии тару тозаро андаке пеш аз истеъмоли бояд омода кард. Одатан, хӯришҳоро бо ҳар хел сабзичот, помидору бодиринги ба шаклҳои гуногун бурида оро медиҳанд.

Дар омода кардани хӯроку хӯришҳо адвиегги гуногунро истифода мебаранд. Микдори муайяни адвиег хӯриш ва хӯрокро болаззату хушбӯӣ ва хуштаъм мекунад. Адвиег барои хӯришу хӯроқ инҳоанд: намаки ошӣ, мурчу қаламфур, қаламфури тунд, сирко, барги ғор, зира, зирк, сабзичот (кашнич, пиёзи сабз, шибит, пудина, наъно ва ғайра).

Ҳангоми иҷрои кори амалӣ ба қоидаҳои техникаи бехатарӣ қор бо қорд ва асбобҳои тез, инчунин ба қоидаҳои бехдошту бехдор (санитарию гигиенӣ) аҳамият диҳед.

Косаву табақ ва дигар зарфҳои барои хӯриш ва пухтану истеъмоли хӯроқ истифодашударо дарҳол бояд шуст. Аввал пиёлаю чойник, табақҷаҳои хӯриш (хӯришдон) ва баъд зарфҳои равшаниро шустан бехтар аст. Зарфҳои ширилуд ва моҳиолудро



пеш аз шустан бо оби хунук обгардон кардан лозим аст. Зарф ё дегҳои тагашон гирифтаре ба оби гарм тар карда, муддате нигоҳ дошта, баъд бишӯед. Зарфҳои харошидашударо барои омода кардани хӯриш истифода набаред. Зарфу чинивории ошхонаро бо оби гарм ва содаи хӯроқӣ, хардал, намаки майда, сирко ё махлулҳои махсуси «Рахш», «Фери», «Дау» (Дей) шустан мумкин аст. Дар натиҷаи истифодаи воситаҳои зарфшӯӣ косою табақ покизаву чилодор мегарданд ва шустани онҳо осон мешавад. Пас аз шустан зарфҳоро нағз обгардон ва хушк бояд кард.

Хӯришҳоро хӯроқи хунук меноманд. Онҳоро аз як ё якчанд намуди сабзавот, майонез, қаймоқ ё равғани рустанӣ омода мекунанд.

Хӯриши сабзавотӣ на ҳамчун хӯроқи мустақил, балки чун гарнири (хӯрдани иловагӣ) хӯроқҳои гӯшти, моҳӣ ва бо хӯроқи дуҷум дода мешавад.

Хӯриши сабзавотӣ аз ангиштоб, моддаҳои минералӣ ва витаминҳо бой мебошад. Бисёр вақт хӯришҳоро пеш аз хӯроқ медиҳанд. Онҳо иштиҳоро мекушоянд ва ҳазми хӯроқро метезонанд.

Барои ҳар як кас табақчаи хӯришхӯрӣ медиҳанд ва аз тарафи рости он чангак, ҳамчунин адвӣтдонро мегузоранд.

*Бо чанд намуди хӯриш ошно мешавем:*

Хӯришҳоро дар ошхонаи милли торафт бисёр истифода мекунанд. Онҳо асосан ба субҳона (хӯроқи пагоҳӣ), хӯроқи нисфирӯзӣ, хӯроқи шом ҳамчун хӯроқи мустақил ва ё барои хӯроқи дуҷум дода мешаванд. Сабзавоти тару тоза ба рӯйи миз дар шакли хом ҳам дода мешавад.

Миқдору ҳаҷми хӯроқҳои хунук ва хӯришҳо бояд на он қадар зиёд бошад (барои як кас 150 г). Ҳангоми тартиб додани хӯроқнома (меню) барои субҳона, хӯроқи пешин ва шом (албатта, фасли солро ба назар гирифтани лозим аст), ки дар ин фасл кадом сабзавот ё масолеҳ ҳаст. Масолеҳи хӯриши хунук бояд мувофиқи сабзавот ва анвои асосии хӯроқ, хӯришҳои сабзавот интихоб карда шавад. Хӯришро аз як намуди сабзавот ё якчанд намуди сабзавот бо илова кардани тухм, гӯшти пухта, гӯшти паранда, моҳӣ, панир ва ҳасибҳои гуногун омода кардан мумкин аст, зеро қимати ғизоии ғоידовараш зиёд мешавад.

Хӯришро, албатта, пеш аз истеъмол омода мекунанд. Агар онро камтар зиёдтар нигоҳ доред, қимати ғизоӣ ва ғоидааш паст

мешавад ва намудаширо гум мекунад. Унсурҳои асосии омода кардани хӯришҳо коркарди аввалияи сабзавот, пора кардан ва оройиш додани он мебошад. Онҳо намуди зебо дошта, мизро хушнамуд мегардонанд. Хӯроки хунук ва хӯришхоро дар табақи мудаввар ё дарозрӯя, хӯришдон ё косаҳо мекашанд.



*Расми 14. Тарзи оройиши хӯриш*

## Кори амалии №4

### Хӯриш аз бодирингу помидор

**Таҷҳизот:** тахтача, корд, табақ барои омехтани хӯриш, табақчаҳои хӯришгирӣ, чангак ва зарфҳо.

**Миқдори масолеҳ:** 4-5 дона помидор, 3 дона бодиринг, 1 бандча пиёзи сабз, мувофиқи табъ – намаку мурч.

**Рафти иҷрои кор.** Помидору бодирингро шуста, ҳалқа-ҳалқа ё секунҷа реза мекунамд, баъд пиёзи сабз ва намаку мурч андохта меомезанд. Хӯриши оmodаро ба хӯришдон ё табақчаҳо андохта, ба рӯяш сабзичот мепоянд. Ба хӯриш сиркои ошӣ, чурғот, қаймоқ низ андохтан мумкин аст. Агар пиёзи сабз набошад, ба хӯриш беҳпиёзро реза карда меандозанд.

## Кори амалии №5

### Хӯриш аз сабзавоти тару тоза ва себ

**Таҷҳизот:** тахтача, корд, табақ барои омехтани хӯриш, табақчаҳои хӯришгирӣ, чангак, турбтарош ва зарфҳо.

**Миқдори масолеҳ:** себ – 42 г, карам – 83 г, сабзӣ – 90 г, нахӯди сабз – 25 г, сирпиёз – 20 г, қаймоқ ё майонез – 20 г, шакар – 10 г, сабзичот. Ҳамагӣ – 300 г (барои 1 нафар).

**Рафти кор.** Пӯсти сабзиро гирифта, аз турбтароши сӯрохиаш майда гузаронед ё себро аз донаҳояш ҷудо карда, аз турбтароши сӯрохиаш калон гузаронед ва ё нарғисӣ реза кунед. Карамро майда реза карда, ба он нахӯди сабз, сирпиёзи майда резакарда ҳамроҳ кунед, ба болои он шакар, баъд қаймоқро андохта омехта кунед. Ба рӯи хӯриши омода сабзавот (кабудӣ)-и резакарда पोшида, ба дастархон бидихед.

## Кори амалии №6

### Хӯриши «Тоҷикистон»

**Таҷҳизот:** тахтача, корд, табақ барои омехтани хӯриш, табақчаҳои хӯришгирӣ, чангак, турбтарош ва зарфҳо.

**Миқдори масолеҳ:** забон ё гӯшти гӯсфанд – 84 г, картошка – 74 г, пиёзи анзури поракарда – 73 г, нахӯди сабз – 46 г, сабзӣ – 19 г, тухм – 1 дона, лиму – 1/10, бодиринги очоронида – 26 г, майонез – 30 г. Ҳамагӣ – 300 г.

*Эзоҳ: Майонезро бо қаймоқ иваз кардан мумкин аст.*

**Рафти кор.** Забон ё гӯшти дар об пухтаро ба шакли кубик пора кунед. Пиёзи анзурро наргисӣ кунед. Картошка, сабзӣ, бодиринги очоронидаро кубикшакл реза карда, ҳамаашро омезед, нахӯди сабз андохта, ба болояш майонез резед ва омехта кунед. Ҳангоми ба рӯйи миз додани хӯриш, онро дар хӯришдон ё косаи махрутшакл меандозанд ва бо сабзии пухта ба шакли дилхоҳ оройиш медиҳанд. Баъд қаймоқ, тухми майдарезакарда, бодиринги резакарда меандозанд, бо лимуи ҳалқашакли резакарда, барги кашнич оройиш медиҳанд, сабзичот (кашнич)-ро реза карда ба рӯяш мепошанд.

### Кори амалии №7

#### Хӯриши «Наврӯзӣ»

**Таҷҳизот ва асбобҳо:** дег, ду сатилча, тахтача барои сабзавот, корд, қошук, хӯришдон, зарфҳои алоҳида.

**Миқдори масолах (бо грамм):** картошка – 40, қарам ё бодиринги очоронида – 30, лаблабу – 30, сабзӣ – 20, себ – 50, сабзичот – 5, қаймоқ ё равғани рустани – 10, тухм – 2 дона.

**Рафти кор.** Коркарди аввалия: интиҳоби картошка, лаблабу ва сабзии андозаашон якхела, шустан ва пухтан. Сабзавотро хунук ва пӯсташро тоза карда, майда реза кунед. Баъд бодирингро шуста, пӯст канда, ё бо пӯсташ майда карда, қарами намакқардаро тоза карда, обашро таровонда, пиёзро маҳин реза кунед. Сипас равғани рустани андохта, ҳамаашро омехта кунед.

**Оройиши хӯрок.** Винегретро ба коса ё хӯришдони махрутшакл андохта, пиёзи сабз ё ягон навъи сабзичотро реза карда ба болояш гузored ва аз сабзавот шаклҳои гуногун бурида, рӯяшро оройиш диҳед. Барои он ки сабзавоти ба таркиби винегрет дохилшаванда бо ранги лаблабу омехта нашавад, онро аввал бо равғани рустани омехта, баъд ба дигар масолах ҳамроҳ кунед.

Сабзавотро, одатан, як хел реза мекунанд. Онро ба оби чӯшида бо навбат меандозанд, то ин ки дар охир ҳамаи сабзавот як хел ва баробар бипазанд.



*Расми 15. Омода кардани хӯриши аз сабзавот а) тарзи пора кардани сабзавот; б) оройиши хӯриши аз сабзавот*

## Кори амалии №8

### Хӯриши «Ҳафтранг»

**Таҷҳизот ва асбобҳо:** манқал, дег, кафлез, корд, қошук, чангак, табақча, табак, тахтача, сабзавотрезакунакҳои махсус.

**Миқдори масолаҳ (бо грамм):** картошка – 100, сабзӣ – 50, лаблабуи сурх – 50, карам – 100, бодиринги очоронида – 50, гӯшт ё ҳасиб – 100, панир – 50, майонез – мувофиқи таъб.

**Рафти кор.** Гӯшти обпаз ё ҳасиб, панир, лаблабуи сурхи пухташуда, бодиринги тару тоза ё очоронидаро наргисии маҳин реза мекунем, карамро реза карда намак бизанед, то ин ки он мулоим шавад. Сипас сабзиро бо сабзавотрезакунаки махсус реза карда ё аз турбтароши сӯрохиаш калон гузаронида, бо пиёзи дар равғани рустанӣ зирбонда биомезед, мувофиқи таъб намаку мурч пошида, онро дам бидихед. Картошкаи хомро шуста, пӯсташро маҳин бигиред, наргисӣ ё ба воситаи сабзавотрезакунак пора карда, дар равған то сурх шуданаш бирён кунед. Сипас ҳар як маҳсулотро дар алоҳидагӣ гирди табақи калон бигзоред (ба рангҳои маҳсулоти омодашуда эътибор бидихед). Рангҳои маҳсулоти ҷобачогузошта ҳафтрангро ташкил медиҳанд. Шумо метавонед ба миёнаҷойи табак нахӯди сабз гузошта, ба рӯйи маҳсулот майонезро ба тарзи

оройишӣ бирезед. Хӯриши орододаро ба рӯйи миз гузошта, пеш аз истеъмол омехта кунед.

## Кори амалии №9

### Хӯриши «Нафис»

**Таҷҳизот ва асбобҳо:** манқал, дег, кафлез, корд, кошук, табақча, табак, тахтачаи сабзавотрезакунӣ, чавлӣ<sup>1</sup>, хӯришдон.

**Миқдори масолеҳ (бо грамм):** биринч – 100, ҷуворимақкаи очоронида – 50, бодиринг – 50, чӯбчаҳои харчанги баҳрӣ, тухм – 2 дона.

**Рафти кор.** Биринчро шуста, дар об 20 дақиқа чӯшонед. Сипас онро бо оби чӯшидаи хунук шуста, аз чавлӣ гузаронед ва хунук кунед. Тухм ва бодирингро нарғисӣ реза кунед. Ҷуворимақкаи очоронидаро гирифта бо ҳамаи маҳсулоти омода ба табақча андозед, мувофиқи табъ майонезро андохта омехта кунед ва ба хӯришдон гузоред. Шумо метавонед хӯриширо бо сабзичот ва зардии тухм оро диҳед.



*Тухм масолеҳи қиматбаҳои гизойӣ мебошад. Дар таркиби он қариб ҳамаи моддаҳои зарурӣ мавҷуданд.*

*Ҳамаи тухмро як вақт ба тӯрхалтаи филиззӣ андохта ба дегчаи сирдори обаши чӯшида гузоред. Агар 2-4 дона тухмро нимдунбул пухтаниӣ бошад, 3-5 дақиқа ва агар саҳт пухтаниӣ шавад, 8-10 дақиқа дар об чӯшонед. Тухми дар яхдон нигоҳ дошташударо ба оби чӯш намегузоранд, чунки кафиданаиш мумкин аст. Агар нӯсти тухм кафида бошад, онро дар оби шӯр мепазанд.*

*Баъд аз пухтан тухмро ба оби хунук меандозанд, то ин ки нӯстаиш тез ҷудо ва ранги зардии тухм нигоҳ дошта шавад. Тухми пухта дар вақти давр занондан бисёр давр мезанад, тухми хом 1-2 давр мезанаду бас.*



1. Қадом навъҳои хӯриширо медонед?
2. Таркиби хӯриширо аз чӣ иборат аст?
3. Тарзи реза кардани сабзавотро барои хӯриши бигӯед.
4. Дар бораи сабзавот маълумот бидиҳед.
5. Ягон намуди хӯриширо ба таври интихобӣ амалан омода кунед.

1. **Чавлӣ** – асбобест сурух-сурухи дастадор барои истифода дар ошхона.

## § 7. ОДОБИ НИШАСТАН ДАР САРИ ДАСТАРХОН

1. Дар сари миз рост шинед, саросема хӯрок нахӯред, онро нағз хоида фуру баред, Ҳангоми хӯрокхӯрӣ нахандед, нӯшоки ва хӯроки бисёр гармро истеъмол накунед.

2. Талаботи бехатариро риоя кунед. Бо асбобҳои хӯрокхӯрӣ боэҳтиёт муносибат кунед. Ҳангоми хӯрокхӯрӣ бо қошук, чангак, корд боэҳтиёт бошед.

3. Агар чизе лозим шаваду аз шумо дуртар бошад, даст дароз накунед. Аз шахси дар наздатон нишаста хоҳиш кунед ва баъд аз гирифтани, ба ӯ миннатдорӣ баён намоед.

4. Баъд аз хӯрокхӯрӣ рухсат гирифта аз ҷой хезед ва ба соҳибхона миннатдорӣ баён карда равед.

### Оростани дастархон

Оростани дастархон аз омода кардани миз барои тановули хӯрок ва тартиби гузоштани асбобҳо дар рӯи он иборат аст. Рӯи миз зебо бошад, ҳолати хуш, таъби гуворо ва иштиҳои томо раъмин мекунад. Ҳангоми оростани дастархон ба рӯи миз аввал ягон масолеҳи ба гармӣ тобовар мегузоранд. Баъд дастархони рангубораш равшанро аз болои он мегустананд.

Ба рӯи миз аввал чизҳои барои тановул зарурӣ, адвӣёт ва асбобҳои хӯрокхӯрӣ ва хӯрокнома гузошта мешаванд, ки миқдори ҷойи нишастро дар миз нишон медиҳанд.

Хӯрокнома – номгӯи хӯрокҳо, газакӯ хӯришҳо барои хӯроки пагоҳӣ, нисфирӯзӣ ва шом аст.

Сипас табақчаи хӯрокро назди ҳар кас монда, аз тарафи чап чангак ва аз тарафи рост корду қошук мегузоранд. Ҷой ё нӯшоқиҳои дигар, ширавориҳо ва мевахоро баъди истеъмоли хӯрок ба дастархон бояд гузошт, зеро дастархон барои ҳамагон оро дода мешавад, то меҳмон ва ё шахси нишаста ба тановули бомаънию бонизом, истифодаи дурусти қошуку корд ва чангак имкон дошта бошад. Истифодаи ин асбобҳо чандин садсолаҳо идома дорад ва чун унсури одоби хӯрокхӯрӣ қабул шудааст. Истифодаи онҳо на фақат барои ба завқ овардани атрофиён пешбинӣ шудааст, балки ахлоку одоби хӯрокхӯрии онҳо нишон медиҳад.

Барои ёд гирифтани ва омода кардани миз барои истеъмоли хӯрок талаботи санитарии гигиенӣ, эстетикӣ ва бехатарии корро риоя кардан лозим аст. Дастархон яке аз унсурҳои асосии

оройишӣ низ мебошад. Дастархонҳо гуногунранг, гуногунматӯ ва гуногуннақш мешаванд. Шумо метавонед онҳоро мувофиқи зарфияташон интиҳоб кунед. Хонандагон бояд ба дараҷаи ифлосшавии асбобу зарфҳои хӯрокхӯрӣ ва ғайра аҳамият диҳанд, пеш аз шустан онҳоро ба навъҳо ҷудо кунанд.

Навбатдор вазифадор аст, ки ҳамаи асбобҳои истифодашудаи синфхонаи таълими меҳнатро тоза ва омода кунад. Умуман дас-тархонро на фақат барои меҳмонон ё рӯзҳои иду мавлуд, балки барои истеъмоли хӯроки ҳаррӯза низ оройиш додан лозим аст, чунки он тартиби дар миз дуруст ҷобачогузори асбобҳои зарурӣ ва тарзи истифодаи онҳоро меомӯзонад. Зебо гузоштани миз, дуруст гузоштани асбобҳои зарурӣ ва оройиши хӯрок таъби касро болида дошта, иштихоро мекушояд. Дар тарабхона мизро пеш-кизмат оройиш медиҳад.



*Ҳангоми ба меҳмонӣ рафтан чӣ тавр тӯҳфа интиҳоб карда мешавад?*

*Тӯҳфаро бояд пешакӣ мувофиқи синну сол интиҳоб кунед.*

*Агар тӯҳфа дастисохт бошад, ба монанди гулдӯзӣ, кашидадӯзӣ дар сачоқчаву дастархон, ҷойникпӯшаку ҷойникмонак, дастпӯшак арзанда ҳисоб мешавад.*

*Агар тӯҳфаи дастисохт набошад, он гоҳ барои хешони наздик атру упо, рӯймолҳои сарбанд ва ғайра тӯҳфа кунед, беҳтар аст.*

*Кӯшиши кунед, ки тӯҳфаатон қимат набошад, зеро агар шароити иқтисодии тӯҳфагиранда паст бошад, ўро ба ҳолати ногувор мегузored. Қабул кардани тӯҳфа ҳам кори осон нест.*

*Шаҳси ботамкин ва хушмуомила дар вақти тӯҳфаҳоро гирифтани ё баъди кушода дидани тӯҳфа, хоҳ маъкул бошад, хоҳ не – бояд ташаккур ва миннатдори худро баён кунанд. Агар ба ҷойи тӯҳфа ширинӣ, конфет, маҳсулоти қаннодӣ ё чизи дигар баред, онҳоро ба меҳмонони нишаста пешкаш кунед. Тӯҳфаҳои рангашон сурхи баландро ба бибӣ, модар, хоҳар, арӯси нав ҳада кунед, беҳтар аст.*



*Ба занҳо гули кушода, ба духтарон гулҳои рангашон кушод ва гулгунча тақдим кардан беҳтар аст.*

*Ба шахсони пир беҳтараи гулҳои зебои шукуфта, ё ин ки тубакчаҳои гулдорро, ки дар хона нигоҳ медоранд, тақдим кунед. Ҳангоми қабули меҳмон фарзандон бояд ба модару падар ёрӣ расонанд ва ҳамаи супоришҳои онҳоро иҷро кунанд. Ба меҳмон бо чеҳраи кушод (ҳарчанд аз мактаб гамгин омада бошад, ё бо дугонаҳоятон қаҳрӣ шуда бошад) хидмат кунед.*



*Пеш аз хӯрокхӯрӣ дастатонро бо собун шӯед. Ҳангоми хӯрокхӯрӣ ва баъди ба охир расидани хӯрок даст ва даҳонро бо сачоқча пок кунед.*



- 1. Барои оройиши дастархон кадом намуди асбобҳоро истифода мебаранд?*
- 2. Қоидаи дуруст нишастан дар сари мизро бигӯед.*
- 3. Зарфҳои синфхонаи таълими меҳнатро бишӯед ва бигӯед, ки кадом маҳлул ё моеъро истифода бурдед.*

## **§ 8. ОРОЙИШИ ДАСТАРХОН БАРОИ ХҶҶҶ**

### **Оройиш ва гузоштани асбобҳо ба дастархон**

Оройиши дастархонро аз *наҳорӣ* сар мекунем. Доир ба аҳамияти оройиши дастархон олими рус И.П.Павлов гуфтааст: «Аз ҳама хӯроки нағз ва фоидаовар ин бо иштиҳо ва бо завқ хӯрок хӯрдан аст».

Истеъмоли хӯроки болаззату ҳархела ва оройиши зебои дастархон боиси табъи хуш мегарданд. Оройиши дурусти дастархон ботартибии мизро нишон медиҳад.

## Кори амалии №10

### Гузориш ва истифодаи асбобу зарфҳои хӯрокхӯрӣ

**Таҷҳизот:** 1 миз, 6 курсӣ, 1 дастархон, 6 сачоқча, 6-тоғӣ зарфҳо, 6- тоғӣ табақча барои хӯроки якум, дуом ва хӯриш, 6-тоғӣ қошук, корд, чангак, 1 дона гулдон ва ғайра.

**Рафти кор.** Ба расми 16 бодикқат назар карда гӯед, ки бо ин асбобҳо кадом намуди хӯрокро меҳӯранд. Дастархонро мувофиқи табъи худ оройиш диҳед. Ҳамчунин чӣ гуна доштан, дар кадом ҳолат истифода бурдан ва чӣ тарз ба рӯи миз гузоштани қошук, чангак, кордро доништан лозим аст. Қоидаҳои нишастан дар сари мизро аз худ кунед. Ин қоидаҳоро метавонад як хонанда хонад ва хонандагони дигар ҷавоб диҳанд. Савол: Ба сари миз дер мондани одамон чӣ бадӣ дорад? Ҷавоб: Агар касе ба сари миз дер монад, сари миз нишастагонро ба ташвиш мегузорад. Хӯроки омодакарда хунук мешавад, соҳибхоназан маҷбур мешавад, ки онро дуомбора гарм карда, ба миз диҳад. Саволи дигар: Барои чӣ ба сари миз башаст нишастан, пойро дароз кардан, курсиро ҷунбонида нишастан, ба сари миз ҳам шудан ва ба болои табақчаи хӯрокхӯрӣ ҳам шудан мумкин нест? Хонандагон ҷавобҳои гуногун медиҳанд.



**Расми 16. Оройиши миз: тарзи оройиши миз барои чор кас ва ҷойгиришҳои асбобҳои хӯрокхӯрӣ**

Яке аз онҳо ҷавоб медиҳад, ки дар сари миз бояд рост нишинем, то ки ба дигарон ҳалал нарасонем. Хонандаи дигар ҷавоб медиҳад, ки дар сари миз рост нишастан барои худи одам баҳри дуруст истеъмол кардани хӯрок мувофиқ мебошад ва ғайра.

### **Истифодаи асбобҳои хӯрокхӯрӣ**

Баъзеҳо фикр мекунанд, ки риояи қоидаҳои хӯрокхӯрӣ, истифода бурдани қошук, чангак ва корд, дониستاني қоидаҳои истифодаи онҳо зарур нест ва онҳоро раванди изофагӣ ва нолозим дар хӯрокхӯрӣ мешуморанд. Аммо ин одоби қабулшуда асрҳо инчониб дар амалия санҷида шудааст.

Қоидаҳои истифодаи дурусти асбобҳои хӯрокхӯрӣ нафақат барои ба завқ овардани атрофиён заруранд, инчунин маданиятнокии шахсро нишон медиҳанд.

Агар чангакро бо ангуштони даст нагирифта, ба тарзи дигар гирем, оринҷ бардошта мешавад, ки ин ба шахси дар паҳлуямон нишаста ҳалал мерасонад. Корд, қошук, чангакро ба табақи истифодашаванда мувоҷи мегузоранд. Агар хӯрокхӯриро қатъ накарда, каме дам гирифтани бошед, он гоҳ корд ва чангакро бо нӯғаш ба канори табақча, ё ҳардуи онро барои тоза нигоҳдории дастархон дар шакли зарб ба дохили табақча гузоред. Фақат ҳангоми истифода каме зиракӣ ва хушзехӣ риояи ин қоидаҳоро осон мекунад. Ҳангоми омода кардани миз табақча, қошук, корд ва чангакро дар масофаи 3-5 см аз канори миз мегузоранд.

Барои мизи идона дастархони сафеди тоза дарзмолкардаро мегузуранд. Дастархони ҳарранга ва гулхояш гуногунро ҳам истифода мебаранд. Хӯрокро ҳангоми омадани меҳмон ё дар вақти муайян медиҳанд. Агар хӯрок дар табақча дода шавад, онро аз тарафи ростии меҳмон дароз мекунанд. Хӯрок дар табақи умумӣ аз тарафи дасти чап дода мешавад ва ҳар кас худаш мувофиқи хоҳишаш аз он гирифта меҳӯрад. Умуман, хонандагон бояд бо қадом намуди асбоб хӯрдани қадом нави хӯрокро донанд.

### **Намуди қошук**

Қошук ҳанӯз дар асри X маълум буд. Аввалин намуди қошукро аз ҷӯб барои одамони доро месохтанд. Баъд қошукро барои ҳамаи намуди хӯрок аз нуқра месохтанд. Тадричан шакл

ва андозаи қошукҳо (мувофиқи таъйиноташон) гуногун шуданд. Ҳоло хӯроки обдорро бо қошуке истеъмол мекунанд, ки он барои хӯрокҳои яқум таъин шудааст. Ҳангоми хӯрдани хӯроки яқум қошукро аз дастақаш ба дасти рост мегиранд. Умуман, ҳамаи намуди шавларо бо қошук мехӯранд. Барои хӯрдани шираворӣ (десерт) қошуқи десертро истифода мебаранд. Қошукча барои нӯшидани чой ва қаҳва лозим аст. Бо он шакарро омехта мекунанд ва мурабборо мехӯранд.



*Расми 17. Намуди қошук: а) барои хӯрок; б) барои шираворӣ (десерт); в) барои чой; з) барои қаҳва*

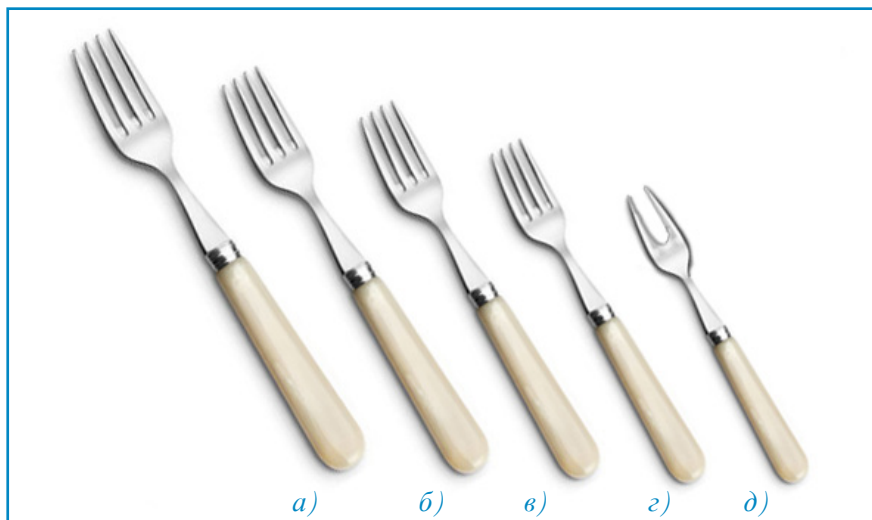
Агар чойро ба истакон рехта бошанд, ба даруни он қошукчаро мегузоранд, аммо дар пиёла ҳеҷ гоҳ қошукча намонанд.

Бо қошуқи худ аз шакардони умумӣ шакар ё қанди рафинад-гирифтан мумкин нест. Қандро бо гирандаи маҳсус ё бо нуғи даст мегиранд. Барои шакар қошуқи маҳсус гузошта мешавад. Қошук боз вазифаи дигар низ дорад: бо он донаҳои олуҷа, ангур, афлесун ва ғайраро, ки дар зарф қарор доранд, мегиранд, баъзе мевачот (норинҷ, тарбуз, харбуза ва ғайра)-ро мехӯранд.

Бо қошуқи маҳсус хӯриширо аз табақи умумӣ ба табакчаи худ мегузоранд. Барои рехтани қайла (соус) қошуқи маҳсусро истифода мебаранд. Дигар намуди қошук низ ҳаст. Масалан кафлесқошук – қошуқи аз ҳама калон мебошад, ки барои рехтани хӯроки яқум ва компот истифода мешавад. Он шакл ва андозаҳои гуногун дорад. Бо қошуқи аз ҳама хурд адвие́тро мегиранд.

## Намуди чангак

Чангакро 700-800 сол инҷониб истифода мебаранд. Дар асрҳои миёна ва баъдан онро аз металлҳои қиматбаҳо, мисли тилло, нуқра ё устухони фил месохтанд. Бинобар ин, онҳо асосан дар мизи одамони доро истифода мешуданд. Бисёр одамон дар гузашта хӯрокро бо даст меҳӯрданд, зеро чангак пеш на барои ҳама дастрас буд. Чангакҳои қадима нисбат ба ҳозира 1,5-2 маротиба калон буданд. Ба онҳо ҳиссаҳои калони гӯшт ва гӯшти парандаро тақсим мекарданд. Шумораи дандонҳои (шоҳаҳои) асосан 2-то буд. Бо гузашти замон, ки анвои хӯроқҳо хеле зиёд шуданд, вазифаи чангакҳо низ зиёд шуд.



*Расми 18. Намуди чангак: а) хӯроқхӯрӣ; б) барои хӯриш; в) барои десерт; г) моҳиҳӯрӣ; д) барои мева ва лиму*

Дар асри XVII дандонҳои чангак се то шуд ва дар асри XIX шумораи дандонҳои то чор расид. Дар Русия чангакро ҳамчун воситаи хӯроқхӯрӣ ба мизи хӯроқхӯрӣ ворид карданд. Ғайр аз ин, чангакҳои махсуси хӯришхӯрӣ мавҷуданд, ки аз чангакҳои одӣ бо андозаашон фарқ мекунанд. Чангаки десертӣ бориктар аст. Чангаки моҳиҳӯрӣ 3 ё 4 дандона дорад, аммо онҳо кӯтоҳ ва нисбат ба чангаки хӯриш васеътаранд. Чангак барои лиму аз он хурдтар аст ва 2 шоха дорад.

Аз ҳама чангаки калон, ки бо он ҳиссаи гӯштро мегиранд, ду дандони калон дорад. Аз ҳама чангаки асил чангак барои хӯриш аст, ки бо он хӯришхоро ба табакчаҳо мегузоранд. Он шакли ним-мудаввар дошта, дандонҳояш васеи кӯтоҳанд. Чангакҳои махсус низ ҳастанд.

### Намуди корд

Кордро аз қадимулайём дар ошпазӣ истифода мебаранд. Он аввал аз чӯб, пӯлод, нукура ва тилло сохта мешуд. Корд ҳангоми хӯрокхӯрӣ барои иҷрои амалҳои гуногун истифода мешавад. Он на фақат барои буридани масолеҳи хӯрок, балки барои иҷрои баъзе ҳолатҳои ёрирасон низ лозим аст. Бо он ва бо ёрии чангак устухони мохиро чудо мекунанд, равғанро ба нон мемоланд, нонро пора мекунанд, меваҷотро пӯст мекананд ва ғайра. Кордро бо ангушти ишоратӣ ва ангушти миёнаи дасти рост медоранд.



*Расми 19. Намуди корд: корди гӯштпоракуний; корд барои буридани шираворӣ; корд барои хӯриш; корд барои моҳӣ; корд барои мева*

Аз ҳама корди калон дар ошхона корди гӯштпоракуний аст. Барои хӯришҳо ва буридани шираворихо (десерт) кордҳои махсус мавҷуданд. Корд барои моҳӣ шакли дигар дорад, қисми охири он мудавваршакл аст. Корд барои мева шакли махсус дорад. Корди

равғанмолӣ ба белчаи дарозшакл монанд аст. Корд барои панир 3-то дандончаи кӯтоҳ дорад. Корди дандончадор барои буридани лиму ва баъзан барои буридани нон ҳам истифода мешавад. Ҳангоми шиносшавӣ бо асбобҳои ошхона, албатта, қоидаҳои истифодаи онҳоро доништан лозим аст.



*Расми 20. Истифодаи асбобҳои хӯрокхӯрӣ*

Қоидаҳои махсуси истифодаи корд ҳангоми хӯрокхӯрӣ мавҷуданд. Мисол, бо корд хӯрокро ба чангак намеандозанд. Он фақат барои чизе, ки бо чангак гирифтани мехоҳед, ёрӣ мерасонад. Ҳангоми корд ва чангакро истифода бурдан, хӯрокро пурра бо корд бурида, баъд бо чангак хӯред, вагарна дар ин ҳолат рӯйи табақ бетартиб менамояд ва ё он чизеро, ки танҳо бо чангак мехӯранд, бо корд буридан мумкин нест. Масалан котлет, тефтели, запеканка ва ғайра. Онҳоро фақат бо чангак бо дасти чап мехӯранд. Бо корд мохиро дар табақча намебуранд. Бо он гӯштро аз устухон ҷудо карда, баъд бо чангак мехӯранд. Бо асбоби худ аз табақи умумӣ хӯрокро ба табақатон нагузоред. Барои ин корд ва чангаки махсус гузошта мешаванд. Дар ин ҳолат кордро дар дасти

чап ва чангакро дар дасти рост нигоҳ медоранд. Ҳангоми бурида-ни гӯшти болои табақча (гӯшти сахт) кордро бо қувваи зиёд пахш накунад, ки бо теғи корд дастро буридан мумкин аст. Ҳангоми буридан равиши корд бояд ба тарафи худатон бошад, аммо теғи корд ба канори табақча нарасад. Урфу одатҳои миллиро ба назар гирифта, ба дастархон қадом намуди асбобро гузоранд, онро истифода баред, аммо хоҳиши худро иброз намуда, соҳиби хонаро ба хичолат намонед, ки ин аз рӯйи одоб нест.

*Сачоқча*хоро ҳамроҳи асбобҳои ошхона истифода мебаранд. Аз қадимулайём ба миз сачоқчаро дар шакли секунча, чоркунча ва ғайра мегузоранд. Онро ба рӯйи табақчаи хурд, ки дар тарафи рост (барои хӯроки дуум) аст, гузоштан беҳтар аст.

Ҳеч гоҳ сачоқчаро гирди гардан напечонед ё онро ба гиребон нагузоред, ки ин коида қушна шудааст. Сачоқчаро кушода, ба рӯйи зону гузоред. Бо он даст пок накунад, барои ин сачоқчаҳои (салфетқаҳои) қоғазӣ мавҷуданд. Сачоқчаи қоғазиро истифода бурда, баъд онро ба табақчаи истифода кардатон гузоред. Сачоқчаи матоиро аз тарафи рости табақчаи истифодабурда мегузоранд. Агар табақчаро гирифта бошанд, дар пеши худ таҳ накарда гузоред.

### ***Аз таърихи пайдоиши сачоқча (салфетка)***

*Сачоқча (салфетка аз калимаи фаронсагӣ «seriette» гирифта шуда), дастмолча, қоғазӣ мулоим барои пок кардани дасту лаб ҳангоми хӯрокхӯрӣ ё баъд аз он аст. Онро румиҳо аз қадим истифода мебуданд. Ҳозир ҳам сачоқчаҳои қоғазӣ ва матоӣ васеъ истифода мешаванд. Барои он ки сачоқча дар миз зебо наояд, қоғазҳои таҳқунии онро бояд донед. Дар расми оройиши миз як намуди таҳ қардани сачоқчаҳо нишон дода шудааст. Шумо метавонед бо хоҳиши худ дар соати қори амалӣ якҷанд намуди таҳқунии сачоқчаҳоро бо ҳамроҳии дугонаҳоятон ва омӯзгоратон иҷро кунед.*





*Расми 21. Тарзи гузоштани сачоқчаҳои матогин ва когазӣ*



1. Вазифаи асбобҳои дар рӯйи миз гузоштаро бигӯед.
2. Ба рӯйи миз гузоштани корд, чангак, қошукро амалан нишон диҳед.
3. Агар дар синфхонаи таълими меҳнат шароит муҳайё бошад, оройиши дастархон, тарзи гузоштани асбобҳо ва сачоқчаҳоро барои шаш нафар амалан иҷро намоед.

## § 9. ТАРЗИ ОМОДА КАРДАНИ ХҶРОКИ ЯКУМ АЗ САБЗАВОТ

Омода кардани хӯрокҳои миллӣ аз сабзавот қобилият ва до-ниши махсусро талаб мекунад. Хусусияти омода кардани хӯроки якум дар ошхонаи миллӣ ба технологияи он вобаста аст. Баъзе намунаҳои хӯроки якумро бо ду роҳ омода мекунанд.

**Роҳи якум.** Аввал гӯшт, пиёз, сабзиро бирён мекунанд, баъд об мерезанд ва баъд сабзавотро меандозанду пиёба омода меку-нанд. Онро дар оташи паст 1-1,5 соат то омода шудан мепазанд ва пас аз 5-10 дақиқа дам додан бо риоя кардани қоидаҳои оройиш ба дастархон мегузоранд.

**Роҳи дуюм.** Барои омода кардани пиёба пораҳои калони гӯшти устухондорро дар оташи паст 2 соат ё аз он зиёд меҷӯшонанд ва

пеш аз пухтани пиёба ба он пиёзи маҳин резакарда, сабзавот, сабзичот ва адвие́тро паси ҳам меандозанд. Моддаҳои ниҳоят тези гӯшт мазаи маҳсули ба хӯрок мувофиқро пайдо мекунанд. Муҳлати пухтани хӯрок ба масолеҳи истифодашавандаи он вобаста аст.

Азбаски дар хӯрокҳои якум ба ғайр аз гӯшт, гӯшти мурғ, моҳӣ навъҳои зиёди сабзавот (каду, шалғам, картошка, пиёз, помидор, сабзӣ ва ғайра), адвие́ту сабзичотро истифода мебаранд, онҳо ба рои организмҳои одам ғоидабахш мебошанд.

Хӯрокҳои якуми маъмултари миалӣ: шӯрбо, мастоба, угро мебошанд. Ҳоло номгӯи хӯрокҳои якум зиёд шуда истодааст. Аз ҳисоби истифодаи маҳсулоти макаронӣ ва ҳар хел ярмаву сабзавот хӯрокҳои гуногуни якумро омода мекунанд.



*Гӯшти равғандори гӯсфанд ё говро нағз шуста ба деги обдор андозед ва дар оташи паст гузоред. Кафки сафедаширо муттасил гирифта лозим аст. Баъд ба дег пиёзи резакардаро андозед. Пеш аз пурра пухтани хӯрок ба он чанд барги горро барои хушбӯӣ андозед. Вақте ки пиёба қариб тайёр шуд, камтар намак андозед. Ҳангоми чӯшидан равғанаширо бо қошуқ гирифта, ба косаи алоҳида гузоред.*

*Пиёба бояд камаи 2 соат бичӯшад, ки ин ба ҳолати пухтани гӯшт вобаста аст. Шӯрбо хӯроки равғанишиштихоовар буда, нағз ҳазм мешавад ва онро ҳамчун хӯроки якум меҳӯранд. Вобаста ба тарзу усули омода кардан шӯрбо гуногуннавъу гуногунтаъм мешавад.*

## Кори амалии №11

### Технологияи омода кардани хомшӯрбо

**Таҷҳизот ва асбобу анҷоми зарурӣ:** дег ё дегчаи сирдор, корд, тахтачаи гӯштпоракунӣ, қошуқ, табакчаю коса.

**Миқдори масолеҳ:** гӯшт-500 г, думбаи карт – 100 г, сабзӣ – 250 г, шалғам – 1-2 дона, қаламфури булғорӣ – 2-3 дона, бехпиёз – 250 г, картошка – 300 г, помидор – 2 дона, ё як қошуқ қайлаи помидор, сабзичот – 1 бандча, намаку мурч ё қаламфур – мувофиқи таъб.

**Рафти кор.** Гӯшти гӯсфанд (гӯшт, қабурға ва каме равғанаш)-ро шуста, ба деги обдор андохта мечӯшонем. Баъди ба чӯш омадан бехпиёзро ҳалқа-ҳалқа реза карда меандозем. Ба шӯрбо аввал

сабзӣ, баъд шалғам ва дар охир картошкаро бо фосилаи 10-15 дақиқа ва пеш аз пухтан помидору адвиёт меандозем. Хомшӯрбо дар оташи паст пухта мешавад. Ба дег мувофиқи масолаҳ об андохтан лозим аст. Агар гӯшт дар оби гарм андохта шавад, лаззаташ дар худаш мемонад.

Сачоқчаҳои когазӣ ва матоиро барои дастпоқкунӣ мувофиқи таъб таҳ карда мегузоранд. Баъд аз хӯрок чой, меваи хушк, чормағз, мураббои гуногун ва шираворӣ медиҳанд.

Ҳиссақунӣ (порсияқунӣ) ва оройиши хӯрок қобилият ва дониши махсусро талаб мекунад. Албатта, барои дуруст интиҳоб кардани намуди хӯрок омодагӣ дидан ва унсурҳои оройишро ба назар гирифтани лозим аст.

**Ҳарорати хӯрок.** Хӯрокҳои гарми яқум ва дуҷумро ба миз дар ҳарорати аз 65° паст намениҳанд. Хӯрокро бо оби ҷӯшидааш дар дег 2 соат нигоҳ доштан мумкин аст. Агар аз ин муддат зиёд нигоҳ доранд, сифати хӯроқи омода паст ва арзиши ғизоию ғоидаовариаш кам мешавад. Пеш аз истеъмоли хӯрок сифат, ранг ва бӯю таъмашро санчида, баъд бо истифодаи адвиёт ба рӯи миз додан лозим аст.



*Расми 22. Хомшӯрбо*

### **Калориянокии хӯрок**

Калориянокии хӯрок дар тақсимоли шабонарӯзии хӯрок аҳамияти калон дорад.

Калориянокии хӯрок ҳангоми нахорӣ (субҳона) ва хӯроқи шом бояд як хел (25%) бошад. Хӯроқи калориянокиаш баланд (35-36%) бояд дар нисфирӯзӣ истеъмомол шавад. Давраи дуҷуми но-ништа (барои басти дуҷум) аз ҳисоби умумии яқрӯзай калорияи

хӯрок 15%- ро бояд ташкил кунанд. Ин тавсияхоро риоя кардан барои саломатӣ фоидаовар аст.

**Номгӯи хӯрокҳои** пагоҳӣ, нисфирӯзӣ ва шомро чӣ тавр бояд тартиб дод. Барои ин тақсмоти хӯрок тавсия карда мешавад.

Ноништаи пагоҳӣ (дар хона) бояд пурра ва серғизо бошад. Дар ноништа (наҳорӣ) хӯрокҳои гуногуни одӣ ва асосан омода тавсия карда мешаванд: ҳасиби борик, тухмбирён, панир, тухми нимхом, ширбиринҷ, картошкабирён ва аз нӯшокиҳои гарм қаҳва, какао, чой, ширчой, шири чӯшида. Ҳамчунин бутерброд бо рағғани зард, бо панир, бо ҳасиб, бо мураббои аз витаминҳо бой тавсия дода мешавад, ки калориянокиашон баланд аст.

**Ноништаи дуюм**, одатан, ба танаффуси хониш мувофиқ меояд. Ноништаи дуюм бояд сабук (15%-и калориянокии хӯроки шабонарӯзӣ) бошад.

Ноништаи хонандагон бояд аз хӯрокҳои гарми гӯшти ва ё гӯшти моҳии хӯришдор (гарнирдор), шавла, творог, кулча бо 1 истакон нӯшоки (чой, қаҳва, какао, оби мева) иборат бошад.

**Хӯроки нисфирӯзӣ** (35% воия хӯроки шабонарӯзӣ) дар воия хӯроки шумо бо гуногуниаш сарфи қувваи организмро дар як



а)



б)



в)

*Расми 23. Оройиши миз: а) оройиши миз барои наҳорӣ; б) оройиши миз барои хӯроки нисфирӯзӣ; в) оройиши миз барои хӯроки шом.*

рӯзи хониш аз нав пурра мекунад. Хӯроки нисфирӯзӣ аз хӯрокҳои якум, дюум ва ширинӣ иборат аст.

Хӯриш ба тез чудо шудани шираи меъда ёрӣ мерасонад ва ба тезу беҳтар ҳазмшавии хӯрок мусоидат мекунад.

Хӯроки якум – шӯрбои гӯштӣ, моҳишӯрбо, мурғшӯрбо ва хӯрокҳои бегӯшт хеле болаззат мебошанд. Агар ба онҳо сабзичот, пиёз, шибит, кашнич андозед, боз ҳам болаззаттар мешаванд.

Хӯроки дюум аз хӯроки обчӯш, гӯшти дампази ҳархела, қайла ва хӯриши аз сабзавот омодакарда иборат аст.

Нӯшокии ширин – кисел, компот аз меваҳои навпухта, себу бихӣ омодашуда бошад, аини муддаост.

Хӯроки баъд аз пешин (15% вояи хӯроки шабонарӯзӣ) аз чурғот, шир, шарбати мева, чой бо кулча, чой бо самбӯсаи панирӣ, чой бо кулчаи рӯяш чаккадор (ватрушка) иборат мебошад. Ҳамаи инҳо на танҳо бомаза, балки бисёр фоиданоканд. Агар мо ба онҳо боз меваҳои гуногунро илова кунем, болаззаттару фоидаовартар мешаванд.

**Хӯроки шом** (25% вояи хӯроки шабонарӯзӣ) аз ду хӯрок, творог, тухм, сабзавот, шавла ё хӯроки макаронӣ, шир, кефир, чурғот, нӯшокии ширин (кисел) иборат аст. Хӯроки шом 2 соат пеш аз хоб истеъмол карда мешавад.

Хӯрокҳои гӯштӣ, моҳигӣ, хӯрокҳои сerratвған ва равғани маскарро чун хӯроки шом истифода бурдан номатлуб аст, барои он ки онҳо дар организм дер ҳазм мешаванд.

Ғайр аз ин, сафедаи гӯшти хайвон (гӯсфанд, гов) ба асаб таъсири манфӣ мерасонад ва одам шабона ноором хоб мекунад.

Хӯрокро дуруст ва сари вақт хӯрдан лозим аст. Шарти асосии дуруст хӯрдани хӯрок аз қатъиян риоя кардани речаи хӯрокхӯрӣ ва тақсими дурусти озуқа дар давоми рӯз иборат мебошад.

Дар як рӯз вобаста ба синну сол ва иштиҳо одамон бояд якчанд маротиба хӯрок хӯранд. Аз ҷумла калонсолон 3-4 маротиба, кӯдакон ва наврасон 4-5 маротиба бояд хӯрок хӯранд. Вақти хӯрок хӯрдан ба сахар (соати 8-9), чоштгоҳ (соати 12<sup>30</sup>-13) ва шом (соати 20-20<sup>30</sup>) рост меояд. Илова бар ин соати 10<sup>30</sup>-11 ноништаи дюум ва соати 17-17<sup>30</sup> хӯроки гашти пешинро истеъмол бояд кард.

Ҳаҷм ё миқдори хӯроки шабонарӯзӣ (бо ҳамроҳии нӯшокӣ) аз 2,5-3 кг (бе нон) иборат аст. Аз ин миқдор 600 г ба наҳорӣ (400 г

ба хӯрокҳои асосӣ, 200 г ба нӯшокии гарм – як истакон чой, қаҳва, шир), 900 г ба хӯроки нисфирӯзӣ (300 – 400 г хӯроки якум, 300 г хӯроки дуюм ва 200 г хӯроки сеюм), 300 г ба хӯроки сабуки баъд аз пешин, 500 г ба хӯроки шом (300 г ба хӯроки асосӣ ва 200 г нӯшоки) рост меояд.



1. Ба хӯроки нисфирӯзӣ чиҳо дохил мешаванд?
2. Бо хоҳиши худ хӯроки якумро интихоб намуда, онро пазад ва мизро оройиши диҳед.

## § 10. ХҶРОКҶОИ ДУЮМ АЗ САБЗАВОТ

Хӯрокҳон дуюмро аз як намуди сабзавот омода кардан мумкин аст (картошкабирён, карами пухтагӣ, лаблабуи дампаз, котлет аз сабзӣ, каду, шалғам ва ғайра). Ҷамчунин аз якчанд намуди сабзавот рағуи сабзавотӣ ё аз каду, картошка, пиёз, сабзичот, помидор ё томати помидор, барги ғор дамлама омода кардан мумкин аст. Қариб ба ҳамаи хӯрокҳо сирпиёз андохтан мумкин аст. Ҷангоми хӯроки омаро ба рӯи миз гузоштан ба рӯи он сабзичот (чаъфарӣ ё шибит) ва қайлаи помидор меандозанд.

Сабзавоти бирёнкарда ва дампазро бештар ҷамчун хӯриш (гарнир) дар хӯрокҳои аз гӯшти моҳию мурғ истифода мебаранд.

Сифати хӯрок бояд ба чунин талабот ҷавобгӯ бошад:

1. Сабзавоти дампаз шакли резакардашро гум накунад ва аз пухтан нагузарад.

2. Бӯи лаблабуи дампаз бояд ба бӯи қаймоқ, рағуи котлети сабзавотӣ ба бӯи сабзавоти пухтагӣ монанд бошад.

### Кори амалии №12

#### Карами дампаз бо гӯшт

**Таҷҳизот:** дег, сатилча, карамрезакунак, тахтача барои сабзавот ва гӯшт, корд, кафгир.

**Миқдори масолах:** (барои 5 кас): карам – 1 дона, гӯшт – 500г, пиёз – 200 г, равған – 50 г, як бандча сабзичот, намак, адвийет – мувофиқи таъб.

**Рафти кор.** Карами тару тозаро шушта, ба 4 хисса тақсим карда, пӯсти сахташро мегирем ва гӯшти тозаи лаҳми гӯсфандро шу-

ста, майда реза карда, дар равгани кам бо пиёз, помидор ё қайлаи он бирён мекунем. Баъд камтар об, намак, адвиёт андохта, то пухтанаш дам карда, дар оташи паст пухтанро давом медиҳем. Хӯроки оmodаро ба табақ кашида, ба болояш қайлаи помидор ва сабзичот андохта ба миз медиҳем.



- 1. Коркарди аввалияи карамро бигӯед.*
- 2. Барои чӣ карамро барои хӯрок маҳин реза намеку-  
нанд?*

## § 11. ХҶРОКИ ДУЮМИ ХҶРИШАШ АЗ САБЗАВОТ

Хӯрокҳои оmodаро ҳамчун хӯроки мустақил ва бо хӯриш (гар-  
нир) додан мумкин аст. Микдори хӯриш ба хӯроки 2-юм бояд бо  
вазни хӯроки асосӣ мувофиқ бошад. Мисол, агар гӯшт ё моҳиро  
барои 1 кас 100 г гирем, он гоҳ хӯриши картошкаи оmodаро 150-  
200 г, аммо макарон ё шавлаҳои аз биринҷу марҷумакро 100-150 г  
мегирем.

Барои ҳифзи витамини С ҳангоми коркарди аввалия ва бирён  
кардани картошка чунин талаботро бояд риоя кунед:

1. Ҳангоми тоза кардани пӯсти картошка картошкатозаку-  
нак ё корди тези маҳин гиред.
2. Картошкаи тозакардаро дар об зиёд нигоҳ надоред.
3. Картошкаро пеш аз бирён кардан реза кунед.
4. Картошкаи резакардаро ба равгани доғшудаи тоба ё  
дег андозед. То гирдаш парда гирифтани ва сурх шуда пухтанаш  
сарпӯши дег бояд пурра маҳкам бошад.
5. Картошкаи пухтаро зуд ба миз бидиҳед.

Коркарди аввалияи картошка аз чудо кардани он ба навъҳо,  
шустани, пок кардани, дубора шустани, реза кардани иборат мебошад.  
Барои тоза, реза ва пок кардани гирифтани чашмакҳои картошка  
кордҳои махсус мавҷуданд. Дар истеҳсолоти хӯроки умумӣ картош-  
каро бо асбобҳои махсус тоза мекунанд, ки он муҳлати корро кӯтоҳ  
ва осон намуда, дар як соат аз 125 то 400 кг картошкаро тоза меку-  
над.

Бо чанд намуди технологияи оmodа кардани хӯрок аз картош-  
ка шинос мешавем:

## Кори амалии № 13

### Картошкабирён

*Таҷҳизот:* дег, сатилча, чавлӣ, кафғир, корд.

*Миқдори масолеҳ:* 1 кг картошка, 300 г равған, намак – мувофиқи табъ.

*Рафти кор.* Картошқаро шуста, тоза карда, ҳалқашакл ё нарғисӣ реза карда, дар чавлӣ гузошта, бо оби равони хунук бишӯед. Барои он ки ҳангоми бирён кардан оҳари картошка пораҳои онро бо ҳам начаспонад, оби онро равонда, тафдонро гарм карда, картошқаро дар равғани доғ то пурра пухтан бирён кунед. Картошкабирёнро ҳангоми пухтан намак кунед, хуштаъм мешавад. Онро ба табақчаҳо кашида, бо бодиринг, помидор, ҳар гуна сабзичоти бо оби хунуки равон шуста ва бо оби гарм обгардонкарда оройиш бидихед.

## Кори амалии №14

### Картошкаи буғпаз

*Таҷҳизот:* деги манту, тахтачаҳо, корди ҳархела, сатилча, чавлӣ, тарозу.

*Миқдори масолеҳ (барои 4-5 кас):* картошка – 1 кг, намак, кайлаи хулбағӣ – мувофиқи табъ.

*Рафти кор.* Ба деги манту об андохта, картошкаи тозакардаро ба лагани сӯроҳдори деги манту пурра ё 2-4 хисса карда мечинанд. Сипас намак пошида, сарпӯшашро пурра пӯшида, дар оташи баланд бигузored. Баъди ба чӯш омадани об, оташро пасттар карда, 25-30 дақиқа бипазед.

Картошкаи буғпазро барои тайёр кардани пюре, котлет истифода мебаранд.

## Кори амалии №15

### Омода кардани пюреи картошка

*Таҷҳизот:* дег, элак, тахтача, чавлӣ, корди ҳархела, сатилча, тахтачаҳои сабзавотрезақунӣ, истакон, қошуқи ошхӯрӣ.

*Миқдори масолеҳ (барои 4-5 кас):* картошка – 1кг, шир – 200 г, равған – 2 қошуқ ё равғани маска, пиёзи сабз, кашнич ё шибит – 5 г.

*Рафти кор.* Картошқаро тоза карда, пӯст кунед, сипас онро шу-



ста, дар об пухта, обашро битаровонед. Баъд картошкаро хунук нашуда дар элак метарошанд ё бо белчаи чӯбин лат медиҳанд. Равғану намак ҳамроҳ карда, ба он пайи ҳам шири гармро рехта-истода, омехта мекунанд.

Пюреи картошка ҳамчун хӯроки алоҳида ё ҳамчун хӯриш (гар-нир) бо котлет, забон, ҳасиб ва дигар хӯрокҳои гӯшти дода мешавад.

Шумо метавонед картошкаро дар ҳолати пурра ҳам бидиҳед.

### Кори амалии №16

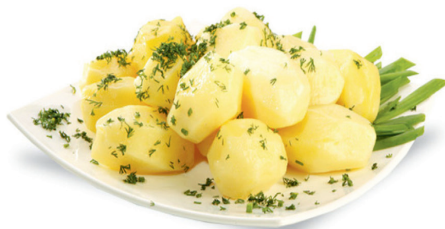
#### Котлети картошкагӣ

*Таҷҳизот:* дег ё тафдон, қошуқи чӯбин ё картошкакӯбак, тахтачаҳо, кордҳои ошпазӣ.

*Миқдори масолеҳ (барои 4-5 кас):* картошка – 1 кг, тухм – 2 дона, орд – 1 истакон, равған – 4 қошуқи ошхӯрӣ.

*Рафти кор.* Картошкаи тозакардари ба об андохта пазед, обашро таровонда, барои хунук шудан 10 дақиқа гузоред. Пурра хунук накарда, бо картошкакӯбак лат диҳед. Ҳангоми омода кардани пюре ба он 1 қошук равған, зардии тухмро ҳамроҳ карда, ҳангоми гармиаш котлет созед. Котлетҳоро бо орд ё талқони нон чӯлонда, дар равғани доғ аз ду тараф бирён кунед. Онро ба табақча гузошта, бо қайла ба миз диҳед.

*Эзоҳ:* Котлети картошкагиро бо зӯиш ҳамроҳ карда пухтан мумкин аст. Дар ин ҳолат картошкаро бо нӯстаи пухта, аз турб-тарош гузаронида, равған, зардии тухм ҳамроҳ мекунанд. Ҳамаи онро ба орд ё талқони нон чӯлонда, шаклашро мувофиқи табъи худ месозанд.



*Расми 24. Пюреи картошка ва картошкаи бугуз*



*Расми 25. Картошкабирён ва котлети картошкагӣ*

### *Ҳисоботи кори иҷрошуда:*

1. Барои панҷ порсия: картошкаи обпаз, равған ва сабзичот (кабудӣ)-ро ҳисоб кунед.

2. Тибқи риояи талабот ба хӯроки тайёр баҳо диҳед.

**Эзоҳ:** *Мо асосан коркарди гармии як намуди сабзавот – картошкаро нишон додем. Шумо метавонед дигар намуди сабзавотро бо ин роҳро (пухтан, бирён кардан, дам карда пухтан, дар оби ҷӯш мондан ва ғайра) омода намуда, истеъмол кунед.*



1. Ҳангоми тоза кардани картошка ва реза кардани сабзичот қоида ва шартҳои кор бо кордро риоя кунед.

2. Сарпӯши деги маҳлули гарм доштара дуруст кушоед.

3. Сарпӯши дегро бо дастпӯшак гиред.

4. Барои он ки аз картошка витаминҳо ва моддаҳои шифобахш шуста нашаванд, ба дег оби зиёд андохтан лозим нест.

5. Картошкаро ба оби хунук наандозед ва сахт наҷӯшонед.

6. Картошкаро дар деги сарпӯшидор бипазед. Ба пухтани он назорат кунед, то ин ки аз ҳад нагузарад.



1. Коркарди аввалияи картошкаро шарҳ диҳед.

2. Барои чӣ картошкаи тозакардара дар об зиёд мондан мумкин нест?

3. Тарзи омода кардани хӯрок аз картошкаро интихобан муайян намоед. Агар дар синфхонаи таълими меҳнат шароит бошад, онро амалан иҷро кунед.

## БОБИ 3. ЗАХИРА КАРДАНИ МАҲСУЛОТИ ХҶРОКВОРӢ

### §12. ЗАХИРА КАРДАНИ МАҲСУЛОТИ ХҶРОКВОРӢ, КОНСЕРВОНӢ ВА ОЧОРОНИИ САБЗАВОТ

Дар саноати хӯрокворӣ аз гӯшт, моҳӣ, анвои гуногуни мевачоту сабзавот тибқи дастурамал ва шароити технологӣ бо нигоҳдории қимати фоидаовари онҳо намудҳои гуногуни консерваро истеҳсол мекунанд, ки барои организми инсон аҳамияти калон доранд. Маҳсулоти хӯроквориро бо роҳҳои ба намак хобондан, хушконида, пухтан дар шакар, яхкунонӣ, дуддихӣ ва ғайра омода карда, муддати зиёд нигоҳ доштан мумкин аст. Консервонӣ мевачот ва сабзавотро дуру дароз аз вайроншавӣ нигоҳ медорад. Дар ҳарорати 0° С микробҳо нест ва дар ҳарорати баланд (40° С) низ бисёрии онҳо маҳв мешаванд.

*Ба намак хобондани* сабзавот яке аз роҳҳои одии консервонӣ буда, он муддати зиёд истодани сабзавотро таъмин мекунад. Дар шароити хона усули одӣ ва боэътимоди консервонӣ тамиз кардан (то ҳарорати муайян гарм кардан) мебошад. Барои тамиз кардан маҳсулоти хӯрокаро хом ё пухта ба банкаҳо меандозанд, сарпӯшашро маҳкам карда, то ҳарорати 115-120°С гарм мекунанд. Дар натиҷаи ба намак хобондан ва тамиз қимати ғизоии сабзавот бисёр кам намешавад ва витамини С дар онҳо то 80-90% боқӣ мемонад.

Дар шароити хона ҳамаи мева ва гучуммеваҳо ва сабзавотро консервонидан мумкин аст. Пеш аз консервонӣ сабзавотро ба навҳо чудо карда, хуб мешӯянд, намакоб ва адвие́тро пешакӣ омода мекунанд. Асбобҳо, зарфҳо ва бонкаҳои шишагиро аввал тоза шуста, баъд бо оби чӯш обгардон ва хушк мекунанд.

#### Нигоҳдорӣ ва бо намак хобондани сабзавот

1. Бодиринги тару тоза тез вайрон мешавад, чунки дар таркиби он то 95% об мавҷуд аст. Бинобар ин барои муддати дурудароз нигоҳ доштан онро дар намак мехобонанд ё консерва мекунанд. Бодиринги намаккардаро то ҳосили нав нигоҳ доштан мумкин аст.

2. Помидорро ҳам дар ҳолати тару тоза дурудароз нигоҳ доштан душвор аст. Помидор дар таркиби худ то 93% об, 7%

моддаҳои хушк, аз ҷумла 3-4% қанд ва дигар моддаҳо дорад ва аз витаминҳо бой аст. Консервонии помидор хеле васеъ истифода мешавад. Помидорро бо усулҳои дар намак хобондан, очоронидан, хушк кардан, омода кардани афшура ва ғайра дер нигоҳ доштан мумкин аст.

### Кори амалии №17

#### Карами ба намакхобонда

**Таҷҳизот:** тахтача, корд, карсон, дегчаи сирдори ҳаҷмаш 5-10 л, санг ё ягон ҷисми вазнин.

**Миқдори масолах:** карам – 5 кг, намак – 0,5 истакон, сабзӣ – 150-200 г, мурч – 40 дона, барги ғор ё олуҷа – 10-15 дона, қаламфури тунд – мувофиқи табъ.

**Рафти кор.** Барои ба намак хобондан карамҳои солиму ҳаҷмашон на он қадар калони нисбатан вазнини навъи дерпазро интихоб кунед. Қабати болоии ифлосу зардшудаашро канда, онро бо оби хунук тоза шушта, реза кунед ва ба он сабзии наргисӣ, намак, мурчи донагӣ, қаламфури тунд, барги ғор ё олуҷа андохта меомезем. Баъди омехтан ба тағи зарф як қабат барги карами тоза, сипас карами омехтаро меандозем. Аз болои карам табақ ва ягон ҷисми вазнин (сангеро) гузошта, зарфро нағз маҳкам мекунем, то ин ки ҳаво надарояд. Ҷисми вазнин карамро фишурда зуд обашро ҷудо мекунад ва карам нағз намак хӯрда турш мешавад.

### Кори амалии №18

#### Бодиринги ба намакхобонда

**Таҷҳизот:** ду дегчаи сирдор, табақча, чавлӣ, тахтача барои реза кардани сабзавоти хом, корд, қошук.

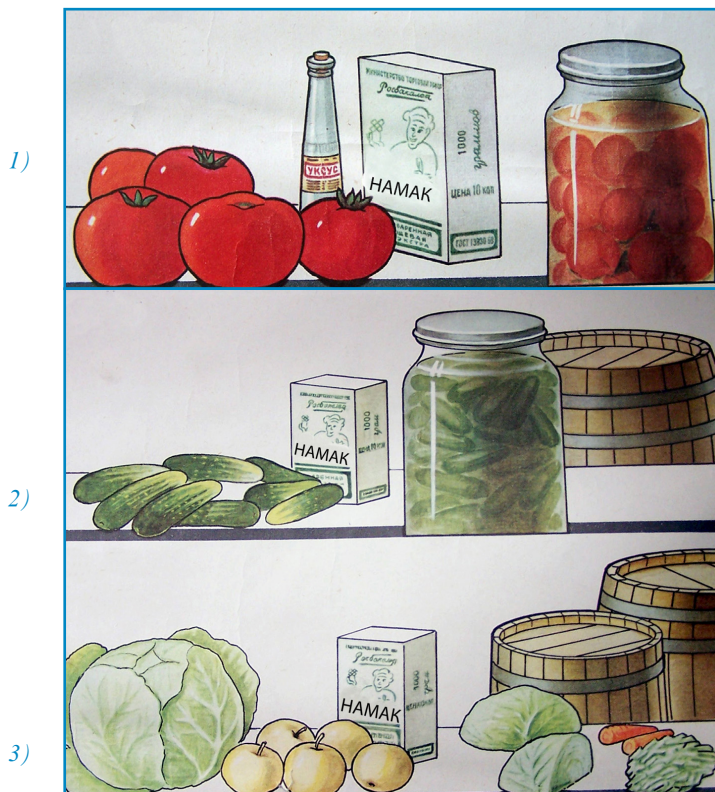
**Миқдори масолах:** барои як литр об 50 г намак, шибит, 2-3 бандча кабудӣ, 50 г сирпиёз, 1 дона қаламфури тунд, 8-10 дона барги ғор ё олуҷа, 1 кг бодиринг.

**Рафти кор.** Барои ба намак хобондан бодирингҳои наву тоза андозаашон миёнаро гирифта, ба навъҳо ҷудо карда, бо оби хунук мешӯянд. Бодирингро дар зарфҳои ҷӯбӣ, шишагӣ ва сирдор ба намак мехобонанд.

Ба зарф баргҳои ғор ё олуҷа, шибит, кабудӣ, қаламфури тунд, бодиринги тоза шуштагӣ ва адвиётро мегузоранд. Намакобро алоҳида омода мекунанд ва аз дока гузаронида ба болои боди-

ринг мерезанд. Он бояд бодирингро 3-5 см пӯшонад, болои онро бо сарпӯш маҳкам мекунанд.

**Эзоҳ:** Агар бодирингро дар зарфҳои шишагӣ маҳкам кардан хоҳед, онро муддати 12-14 соат дар об тар кунед.



Расми 26. Намуди захира кардани сабзавот: 1) консервонӣ; 2) ба намак хобондан; 3) очоронидан.

## Кори амалии №19

### Ба намак хобондани помидор

**Таҷҳизот:** зарфи сирдор, табақча, тахтачаи сабзавотрезакунӣ, чавлӣ, корд, кошук.

**Миқдори масолеҳ:** помидор – 2 кг ба 2 литр об, 4 кошукча намак, шибит – 2 бандча, мурч – 10-15 дона, барги олуҷа ё ғор – 8-10 дона, сирпиёз – 4-8 дандона.

Барои ба намак хобондан ҳама намудҳои помидор (пухта, нимпухта ва хом)-ро истифода мебаранд. Пеш аз ба намак хобондан помидорро мувофиқи гӯшт ва рангаш ба навъҳо ҷудо карда, тоза шушта ба зарф меандозанд, байни онҳо шибит, адвийет мегуздоранд ва аз болаш намакоб мерезанд. Намакоб бояд шаффоф ва мувофиқи табъ бошад. Баъд даҳони зарфро саҳт маҳкам мекунад.



*Расми 27. Сабзавоти ба намак хобондашуда*



*Барги гор ё олучаро майда реза карда, сирпӣз гузошта, баъд намакоби гармро, ки дар дегҷаи сирдор омода карда шудааст, ба болои сабзавот бирезед ва онро то хунук шудан гузоред. Баъд даҳони зарфро пӯшед, маҳсулот пас аз ду рӯз омода мешавад.*

*Сабзавотро метавонед бо усули очоронӣ дар бонкаҳои шишагӣ маҳкам кунед.*



1. Фарқи очоронӣ ва ба намак хобондан дар ҷист?
2. Ҳангоми ба намак хобондан кадом таҷҳизотро истифода мебаранд?
3. Қоидаҳои ба намак хобондани сабзавотро бигӯед.
4. Бодиринг ва помидорро ба намак хобонед.

## БОБИ 4. УНСУРҲОИ МАТОЪШИНОСӢ

### § 13. ТЕХНОЛОГИЯИ ОМОДА КАРДАНИ МАТОЪ

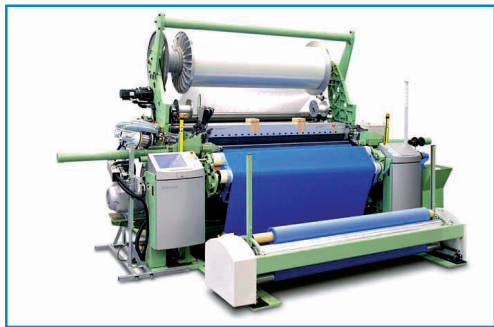
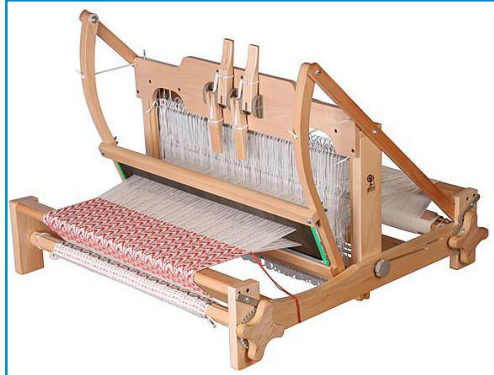
Инсоният аз қадимулайём матоъро истифода мебарад. Усулҳои омода кардани матоъ ҳанӯз аз замонҳои хеле қадим маълум аст. Кофтуковҳои бостоншиносӣ шаҳодат медиҳанд, ки аҷдоди мо дар асрҳои XV пеш аз милод ба бофандагӣ машғул буданд. Аввалин нахҳое, ки одамон истифода мебарданд, нахҳои сӯзғиёҳ ва канаби буданд.

Техникаи ресандагию бофандагӣ солиёни зиёд дастӣ буда, танҳо дар асрҳои миёна рӯ ба тараққӣ ниҳод. Онҳо аз дуку чархҳо то ҳаллоҷӣ, аз ҳаллоҷӣ то дастгоҳҳои одӣ, аз онҳо то дастгоҳҳои механикӣю автоматию пуриктидор такмил дода шуданд. Ҳоло якчанд намуди наххоро истифода мебаранд.

Ба гурӯҳи асли матоъҳое дохил мешаванд, ки аз нахҳои табиӣ, яъне рустанӣ (пахта, зағирпоя, канаб), пашмӣ (муинаи ҳайвонот), пилла, бофта шудаанд.

Матоъ дар натиҷаи бофтани риштаҳои тору пуд ҳосил мешавад. Риштаҳои дарози тор ҳангоми кашидан дароз намешаванд. Риштаҳои пуд ҳангоми кашидан меёзанд. Риштаҳои пуд ғафс ва кӯтоҳанд. Дар ду қанори матоъ милк мавҷуд аст. Масофаи ду милкро бари матоъ меноманд.

Ҳангоми печонидани риштаҳо дар навард ҳар тори онҳо аз чашмаки ремизок мегузарад. Вақти ҳаракати ремизок (якеш аз боло, дигараш аз поён) дар байни риштаҳои кашиданашудаи тор фазо пайдо мешавад. Аз хамин



Расми 28. Дастгоҳи бофандагӣ

фазо моку зуд ба риштаи пуд мегузарад. Моку ба қайқча монанд буда, думчаи тез дорад. Дар дохили моку найчаи риштадор ҷойгир аст. Ҳангоми ба ҳолати аввала баргардонидани ремизокҳо шона риштаи пудро ҷафс мекунад. Моку баробари ҷой иваз кардани ремизокҳо ба самти ақиб ҳаракат мекунад, ки дар натиҷа матоъ ҳосил мешавад ва матои омода ба наварди молӣ печонида мешавад.

Дар фабрикаҳои бофандагӣ калобаресҳо, ресандаҳо, торпечонҳо, бофандагон ва дигарон кор мекунанд.

## Нахи пахта

Пахта нахи табиӣ буда, ватани баромадаш Ҳиндустон аст. Пахта аз асри I-и то милод асосан дар мамлакатҳои Осиё парвариш ва истеҳсол карда мешавад. Ҷумҳурии Тоҷикистон ба парваришу истеҳсоли пахта эътибори калон медиҳад. Пахтаро дар урфият «тиллои сафед» мегӯянд. Пахта ашёи хом ба ҳисоб меравад, ки аз баъзе навъҳои он то 33-55% ва аз навъҳои маҳиннаҳ то 38-40% нахи табиӣ мегиранд. Пахта рустании яқсола буда, дарозии нахаш аз 12-20 то 50-60 мм мешавад. Пахтаи аз ҳама беҳтарин пахтаи нахаш дароз ба ҳисоб меравад. Аз нахи пахта риштаҳои ғафс ва бисёр матоъҳои зебо, ба монанди ҷит, доқа, пилтабахмал (вилвет), духоба ва ғайраҳо истеҳсол мекунанд. Ғайр аз ин аз пахта равған, кунҷора, шулха, собун ва дигар равғанҳои техникаӣ истеҳсол мекунанд. Аз партовҳои пахта дар истеҳсолоти целлюлоза лак, ранг, линолеум, киноплёнка, масолеҳи изолятсионӣ истеҳсол карда мешавад.

Матоъҳои пахтагӣ нисбат ба дигар матоъҳо хосияти баланди гигиенӣ доранд. Онҳо сабук ва осон шуста мешаванд; нами ҳаво ва гармиро нағз мегузаронанд; пас аз шустан хусусияти гигиенӣ худро зуд ва осон барқарор мекунанд; сабук дарзмол мешаванд; ҳангоми шустан ҳаҷмашон хурд мешавад.



Расми 29. Ниҳоли пахта



Раванди технологии омода кардани нахи пахта бисёр душвор аст. Аввал онро аз чирку ифлосӣ тоза ва наддофӣ<sup>1</sup> мекунанд, баъд аз он нах ҳосил мекунанд.

### Раванди истеҳсоли матои пахтагӣ

Дар фабрикаи бофандагӣ асосан матоъро якранг бофта, сафед мекунанд ва баъд ранг ё гул мемонанд. Агар матои сафедро ранг диҳанд, он чилодор ва зебо мешавад. Гулҳо ва нақшхоро рӯи матоъҳои сафед ва рангдор ба тариқи чоп ё нусаҳагирӣ мегузоранд. Нақшҳо гуногун мешаванд: гулдор ва рустанигӣ (гул, барг, рустанӣ ва шоҳаҳо), Ҳандасавӣ (секунча, чоркунча, ромбшакл ва ғайра), мавзӯӣ, нақшҳои ҳайвонот, паранда, одамон ё чизҳои алоҳида ва ғайра.



Расми 30. Намуди матоъ; а) тарафи чаппаи матоъ; б) тарафи рости матоъ;

Матоъҳо ду тараф доранд: тарафи рости ва чаппа, ки онҳоро аз рӯи нақшҳо ва чило, пат, коркард ва ғайра муайян мекунанд.

Барои ҳосил кардани нахи пахта ва матои пахтагӣ якҷанд амалиётро иҷро менамоянд:

1. Ҷамъоварии ҳосили рустанӣ (пахта);
2. Коркарди аввалия ва омодагӣ:
  - а) сеҳи шонакунӣ;
  - б) сеҳи коркарди лентагӣ;
  - в) сеҳи коркарди росткунанда.
3. Ресидан ва ҳосил кардани нах;

<sup>1</sup> **Наддофӣ** – пош додан, зеру рӯ (тиб) кардани пашм ва ё пахта бо мақсади нарма кардани он

4. Бофтан;
5. Коркарди матоъ:
  - а) сафедкунӣ;
  - б) рангдихӣ;
  - в) нақшпартой.

### Нахи зағир

Зағир рустании яқсола буда, ватани аввалааш Миср мебошад. Зағирро бисёртар дар Русия ва дар ҷумҳурии мо ҳам мекоранд.

Нахи зағир бисёр шуҳрат пайдо кардааст ва онро баъзан тиллои русҳо ё матои шоҳи рус ҳам меноманд.

Зағирро бо комбайн медараванд ва дар таштҳои махсус тар карда, мекубанд, тит мекунанд ва ғоз медиҳанд.

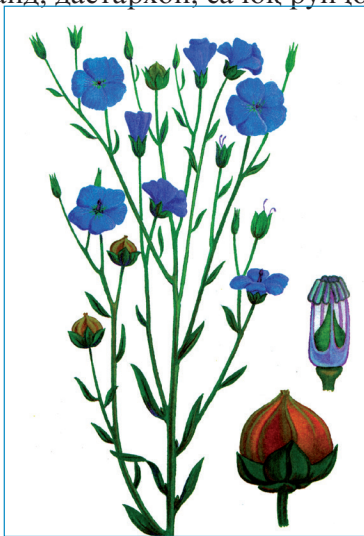
Аз матоъҳои катонӣ либос медӯзанд, дастархон, сачок рӯйчо (покривало) ва ғайра месозанд, дар рӯйи онҳо гулдӯзӣ ва кашададӯзӣ мекунанд. Нахи зағир дарозу (то 800-1200 мм) мустақкам аст. Аз ҳар як бех зағирпоя то 350-650 мм нах гирифта мешавад.

Вақтҳои охир ба нахи зағир нахҳои сунӣ ва синтетикӣ ҳамроҳ карда, лавсан ҳосил мекунанд, баърои ғичим нашудани матоъ ба он нахи пахта ҳамроҳ мекунанд. Чунин матоъ тораҷ аз пахта ва пудаш аз катон мебошад.

Ҳангоми сӯхтани нахи зағир алангаи зард ҳосил мешавад, бӯйи сӯхтагии қоғаз меояд, дуд мекунад ва баъди сӯхтан ба хокистар табдил меёбад. Пӯшидани либоси аз матои катонӣ дӯхташуда ҳарорати баданро рафъ, арақи баданро кам ва хушк мекунад, барои иллатҳои кӯтур, хориши бадан ва варами саҳт ғоида дорад.

Барои ҳосил кардани нахи зағир ва матои катонӣ якҷанд амалиётро иҷро менамоянд:

1. Ҷамъоварии зағир;
2. Тар кардани зағирпоя;
3. Коркарди аввалия ва омодакунӣ;



*Расми 31. Зағирпоя.*

- а) хушккунӣ;
  - б) пахш ва титкунӣ;
  - в) ғоздихӣ;
- 3 Ресидан ва ҳосил кардани нах;
4. Бофтан;
5. Коркарди матоъ:
- а) сафедкунӣ;
  - б) рангдихӣ;
  - в) нақшпартоӣ.

Дар истехсолоти бофандагӣ дастгоҳи бофандагӣ намуди гуногуни бофтанро иҷро мекунад. Ҳангоми бофтан тартиби муайяни бофишро ба кор мебаранд. Риштаҳои асосӣ баъзан аз боло ва баъзан аз поён барқад бофта мешаванд. Баъди ҳар як, ду, се ва зиёда бофиш тартиби бофтан такрор мешавад. Агар адади камтарини риштаҳо баъд аз тартиби бофтан такрор шавад, онро раппорт меноманд. Дар матоъ риштаҳои тору пудро фарқ мекунанд.

Бофиши матоъ якчанд хел мешавад: *катонӣ, сарчагӣ, сатинӣ, атласӣ, мураккаб, нобофта* ва ғайра.

Бофиши *катонӣ* бофиши одӣ мебошад. Дар он риштаҳои пуду тор байни ҳам бофта мешавад. Бо ин тарз бисёр матоъҳои пахтагӣ – чит, бумазию патис, мадаполам (суфи пухта) ва баъзе матоъҳои пашмию абрешимӣ ва штапелиро мебофанд.

## Кори амалии №20

### Соختани аппликатсия

**Таҷҳизот ва асбобу анҷом:** матоъпораҳои пахтагӣ, катонӣ, якранг, гулдор ва рангоранг бо нусха ва нақшҳои гуногун, чадвал, қалам, қайчӣ, синтефон, ширеш (ПВА, флизилин), дарзмол, қоғаз ва ғайра.

*Тартиби кор:* расми қаҳрамонҳои афсонавӣ ё интиҳобӣ.

1. Интиҳоби расм барои соختани аппликатсия. Муайян кардани расм ва андозаи расм; якеаш санчишӣ, дигараш барои буридани чузъҳо.

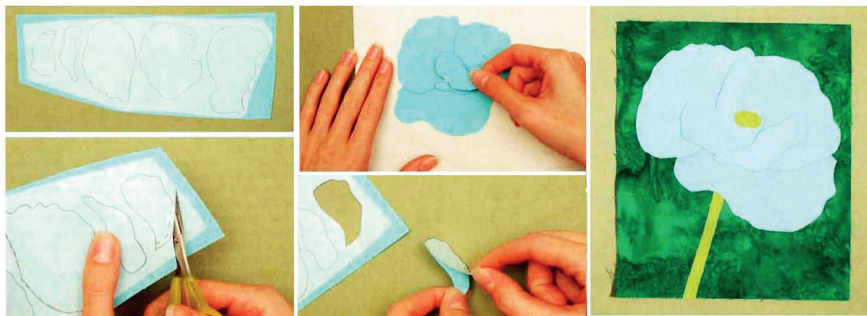
2. Аз қоғаз буридани расми андозааш калонтар, ки он асос мешавад. Ба асос расми санчиширо гузошта, варақи дуҷуми чузъҳои алоҳидаро бурида, бо асос мувофиқ мекунонем.

3. Матоъро интиҳоб карда, рангҳои баландро чудо менамоем ва ба ҳар як чузъаш матоъро мувофиқ мекунем.

4. Чузъхоро ба тарафи рости матоъ гузошта, бо қалам рӯдавон мекунем ва онро мебурем.

Шумо метавонед чузъҳои интихобкардаатонро ба рӯи когаз ё матоъ бо флезилин гузошта, дарзмол карда, баъд изофаашро бурида, ба ҷойи расми дар асосбуда гузоред.

5. Қисми омодашударо бо ширеш часпонед.



Расми 32. Намуди аппликатсия аз матоъ: а) намунаи расмҳои барои сохтани қолаби аппликатсия; б) намунаи аппликатсияи сохташуда



Пеш аз иҷрои кор ба чузъҳои дар расмбуда аҳамият диҳед, дар кучо, ҷӣ хел ҷойгиршави чузъҳоро муайян намоед. Ҳар як чузъро дутогӣ омода кунед: якеаш барои қолаб, дигарашро дар асос гузоред. Қолабҳои аз когаз омодашударо ба рӯи матоъ гузошта буред ва бо ширеш ба асос часпонед.

Чузъҳои буридашудаи расмро чаппа гузоштан мумкин нест, зеро ба нақшаи асос мувофиқат намекунад.



1. Доир ба нахҳои пахтагӣ ва катонӣ маълумот бидиҳед.

2. Тарзи сохтани аппликатсияро биғӯед.

3. Дар соати кори амалӣ интихоби як намуди аппликатсия дар матоъро бо риояи қоидаи техникаи бехатарӣ, кор бо қайчӣ ва ширеш иҷро кунед.

## §14. ХОСИЯТИ МАТОЪҲОИ ПАХТАГӢ ВА КАТОНӢ

Вақте ки матои пахтагиро ба як сӯ мекашем, риштаҳои барқади тарафҳои муқобили он аввал ба як тараф, баъд ба дигар тараф (кӯндаланг) бисёртар кашида мешаванд. Аммо дар матои катонӣ ин ҳолат дида намешавад. Матоъҳо бо ришта, пуд ва тор, ранг, нақш, ғафсӣ, мустаҳкамӣ, тарзи бофиш, хосияти гармию намигузаронӣ ва ғайра аз ҳамдигар фарқ мекунад, ки инро хосиятҳои физикию механикии матоъ меноманд. Ҳар як матоъ дорои хосияти физикию механикӣ, гигиенӣ ва технологӣ аст, ки ба нигоҳубини матоъ далолат мекунад.

Матоъҳои пахтагӣ бисёр мустаҳкам, сабук, мулоим, зебо буда, барои истифода мувофиқ ва гарм мебошанд, намиро зуд мегузаронанд, зуд хушк мешаванд, ҳаворо нағз мегузаронанд, осон шуста ва зуд тоза мешаванд, ба ҳарорати баланд тобоваранд.

Сатҳи матоъҳои пахтагӣ ноҳамвори хира буда, бо риштаҳои ғафсиашон якхела бофта мешаванд. Ин матоъҳо қобилияти кашишхӯрии зиёд доранд, тит намешаванд.

Матоъҳои катонӣ аз матоъҳои пахтагӣ мустаҳкамтар буда, кам кашиш меҳӯранд. Тору пудашон як хел шахшӯл буда, вазни гарон доранд, бо вучуди ғафсӣ намкаш буда, зуд шуста мешаванд.

Матоъҳои катонӣ сатҳи суфта доранд, он қадар чилодор нестанд, пӯсти баданро салқин нигоҳ медоранд, тити ғичим мешаванд, аммо зуд дарзмол мешаванд.

Истеҳсолоти бофандагӣ на фақат матоъҳои тозаии пахтагӣ ва катонӣ, балки бо ҳамроҳ кардани дигар масолеҳ матоъҳои сунъӣ (синтетикӣ), капрон, лавсан низ истеҳсол мекунад. Ин хел матоъҳо намуди берунии зебо доранд, кам тит мешаванд, бадоштанд ва хангоми шустан кам кашиш меҳӯранд.

Матоъҳои пахтагӣ анвои гуногун доранд. Аз онҳо маснуоти дӯзандагӣ, курта, костюм, палто медӯзанд, қисми ками онҳоро бо мақсади техникӣ (матои тавқи пойафзол) истифода мебаранд.

Матоъҳои катонӣ аз рӯи таъйиноташон рӯзгорӣ ва техникӣ мешаванд. Матоъҳои катонии рӯзгорӣ 40%-ро ташкил мекунад. Аз матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ лавозимоти ошхона, либоси таг, шабпӯшак, костюм, сачок ва ғайра омода мекунад.



б

Расми 33 Намуди матоъҳо а) пахтагӣ б) зағирӣ

## Ҷадвали 2

### Тавсифи хосиятҳои матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ

Хосияти матоъҳо	Матоъҳои пахтагӣ	Матоъҳои катонӣ
<p><i>Хосияти физикию механикӣ</i>  Мустаҳкамӣ (устувории матоъ ба соиш, шустан, таъсири офтоб, равшанӣ, кашишхӯрӣ)  Ғичимшавӣ</p>	<p>Нисбат ба матоъҳои катонӣ камтар  Миёна</p>	<p>Мустаҳкам  Баланд</p>
<p><i>Хосияти гигиенӣ</i>  Намкашӣ  Гармигузаронӣ ва гарминигоҳдорӣ</p>	<p>Баланд  Миёна</p>	<p>Нисбат ба матоъҳои пахтагӣ каме баландтар</p>
<p><i>Хосияти технологӣ</i>  Титшавӣ  Нишастан (кӯтоҳшавии матоъ баъди таршавӣ)</p>	<p>Кам  Бисёр</p>	<p>Миёна  Бисёр</p>

Чадвали 3

Қоидаҳои нигоҳубини матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ

Матоъҳо	Тарзи шустан	Коркарди намию гармӣ	Тозакунӣ
Матоъҳои пахтагӣ	Дар маҳлули собун ё хоқаҳои гуногуни чомашӯйӣ	Дарзмолкунӣ дар ҳарорати 130° С	Бо атсетон, спирти навшодир, бензин
Катонӣ		Дарзмолкунӣ дар ҳарорати 150°С	

Кори амалии №21

Муайян кардани матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ

*Таҷҳизот:* 3-4 намунаи матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ, пурбин, дафтар.

*Рафти кор:* 1. Матои пахтагӣ ва катонии намунавиро аз назар гузаронед ва аҳамият бидиҳед ба: а) намуди беруниашон (цилонокӣ, ҳамвории сатҳи матоъҳо, якхелагии ғафсии риштаҳо); б) бо роҳи палмосидан.

2. Дуруст будани матоъҳоро санҷед. Барои ин аз ҳар як матоъ риштаҳои барқадро кашада гиред ва онҳоро бо пурбин бинед ва муайян кунед, ки кадоме суфта ва кадомаш шахшӯл аст. Ҳар як риштаро канед ва бинед, ки нӯги кадомаш тит шудааст ва кадомаш тит нашудааст.

3. Ҳисоботи кори иҷрошуда.

4. Чадвали 4-ро хонапури кунед.

Чадвали 4

Матоъҳо	Тарзҳои муайян кардан			Тарафи чаппа ва рости матоъ
	Аз намуди берунӣ	Бо роҳи палмосидан	Бо роҳи кандани риштаҳо	
Пахтагӣ				
Катонӣ				



Аз ҳафрийети мисриёни қадим намунаи матоъҳое ёфт шудаанд, ки дар 1 см<sup>2</sup> 84 риштаи тор ва 60 риштаи пуд доштаанд. 240 м матои борики нафис ҳамагӣ 1 г вазн доштааст,


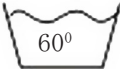


Дар борики матоъҳои катонӣ аз абрешимӣ чандон фарқ намекунад. Бофанда риштаро бо даст ҳис мекунад. Фактураи матоъ гуногун аст.

Дар давраи подшоҳии ориёӣҳо матоъҳоро бо марҷон ва зардӯзӣ оройиши медоданд. Оройиши матоъ хусусияти ҳандасавӣ (геометрӣ) дошт, нақихҳо дар ҳамаи матоъҳо аз назди милк сар карда ҷойгир мешуданд. Баъд дигар нақихоро истифода мебардаанд.



Матоъро бо нақихҳои гуногуни рустани, ки рангҳои сурх, кабуд, бунафш доштанд, оройиши медоданд. Аз ин маълум мешавад, ки матоъҳои катонии давраи пеш бисёр нафис, зебо ва маҳин будаанд.

## Чадвали 5

### Рамзҳои ҷаҳонӣ оид ба нигоҳубини матоъ

Рамз	Моҳият ва вазифаи рамз
	Шустан дар мошини чомашӯйӣ, қатрон ва обгардон кардан дар ҳарорати паст. Матоъро ҷўшонидан мумкин аст.
	Бо даст ё мошини чомашӯйӣ дар ҳарорати 60°C шустан ва обгардон кардан
	Бо даст дар ҳарорати на аз 40°C баланд дар муҳлати кӯтоҳ шустан, баъди обгардон кардан тоб надода оҳиста ғичим кардан.
	Шустан манъ аст



	Сафедкунӣ бо хлор мумкин аст
	Бо роҳи овехтан хушк кардан
	Бо роҳи паҳнкунӣ дар сатҳи ҳамвор хушк кардан
	Дарзмолкунӣ дар ҳарорати на баландтар аз 110, 150, 200° С
	Дарзмол кардан манъ аст
	Тозакунии химиявӣ манъ аст

### Намудҳои асосии бофтани матоъ

Матоъ аз бофти риштаҳои тору пуд, яъне қаду бар таркиб меёбад. Намудҳои бофт гуногунанд, вале се намуди асосии бофтан – *катонӣ, сарчағӣ, сатинӣ ё атласӣ* мавҷуд аст. Бофти катонӣ аз тарафи роста ва чапайи матоъ нақши якхела дошта, барои таркиб ёфтани он ду ремизок лозим аст.

Дар матоъҳои пахтагӣ бофти катониро барои омода кардани хомсуф, батист, суф, чит, маркизет ва ғайра, дар матои катонӣ барои карбос, дар матоъҳои пашмӣ барои мохут, дар шохивор барои крепдишин, шифон ва ғайра истифода мебаранд.

Бофти катонӣ аз ҳама одӣ ва паҳншуда аст.

Матоъҳои бофташон катонӣ беҳтаранд, пайваस्तшавии зичи тору пуд, наху ришта дар онҳо боиси мустаҳкамӣ, бадостӣ, ба шустан тобоварӣ, камтар кашишхӯрии риштаи пуд мегардад. Ҳангоми пора кардани матоъ ва дӯхтани маснуот ба ин хосиятҳо аҳамият додан лозим аст.

Ҳангоми бофиши катонӣ интихоби ришта аҳамияти калон дорад. Агар риштаро ҳар қадар борик гирем, матои нафис (дока) ва агар ҳар қадар ғафстар гирем, матои ғафс (карбос, хомсуф) ҳосил мешавад.

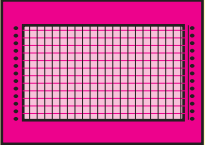
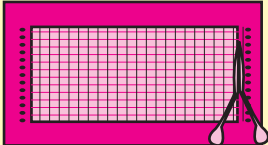
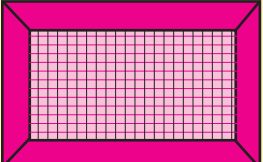
## Кори амалии №22

### Тартиб додани намунаи бофти катонӣ

**Тачҳизот ва асбобҳои зарурӣ:** картони 8x8 ё 8x12, қайҷӣ, чадвал, қалам, сӯзан, риштаҳои рангоранг.

#### Чадвали 6

№	Пайдарҳамии кор	Тасвири графикӣ
1	Омода кардани чанбараки картонӣ. Аз як порча картон мувофиқи тасвир чанбарак месозем ва андозаҳоро дар чанбарак гузошта мебарем.	
2	Дар хати миёнаи боло ва поёни чанбарак бо қалам дар масофаи 0,5 см аз якдигар нуқтаҳо мегузорем.	
3	Риштаро ба сӯзан гузаронида, ду қабат карда, ба яке аз сӯроҳҳои картон маҳкам карда, ба сӯроҳи муқобил мегузаронем. Мувофиқи тасвир то сӯроҳии охири риштаро тор мекашем. Омода кардани риштаи пуд.	
4	Намуди дигари риштаро ду қабат карда, ба як порча картон чунон мепечонем, ки нӯги ресмони пуд пайваст шавад.	

5	Мувофиқи тасвир ба кунчи бо- лои тори якум риштаи пудро пай- васт мекунем. Ҳамин тавр найчаи картонро аз байни риштаҳои тор то охир мегузaronем.	
6	Баъди то охир бофтан риштаҳоро дар назди сӯрохиҳои чанбарак мебурем. Ҳамин тарафҳоро бо тасмачаҳои коғазӣ ширеш меку- нем.	
7	Пораи омодашударо ба албом ме- часпонем. Ин кор ба шерозабофӣ ниҳоят монанд аст. Ба ҷойи ин кор шерозабофӣ қардан низ ҷоиз аст.	



1. Хусусиятҳои физикию механикӣ ва гигиении ма-  
тоъро номбар кунед.
2. Аз матоъҳои пахтагӣ ва катонӣ маҷмӯаи матоъро  
созед.
3. Намуди бофти катониро нишон бидиҳед.

## БОБИ 5. КАСБУ ҲУНАРИ МИЛЛӢ

### § 15. ТЕХНОЛОГИЯИ КОРҲОИ ДАСТӢ – ДАРЗҲОИ ДАСТӢ

Барои дӯхтани маснуот таҷҳизот ва асбобу олот: тасмаи ченакгрӣ, сӯзан, қайчӣ, ришта, сӯзанак, ангуштпона ва ғайра лозиманд. Ҳамаи онҳо бояд дар куттиҳои махсус нигоҳ дошта шаванд. Ҳангоми кор бояд куттии таҷҳизоти дӯзандагӣ дар тарафи рости дӯзанда гузошта шавад.

Пеш ва баъд аз кор дастҳоро тоза бишӯед, то ки маснуоти медӯхтаатон тоза ва озода бошад, дар даст мӯякҳои матоъ ва риштаҳои кӯтоҳ намонанд. Баъди анҷоми кор асбобу афзорро гундошта, ҷо ба ҷо кунед.



- 1. Пеш аз сар кардани кор мизи кориро ба тартиб овардан лозим аст.*
- 2. Ҳангоми дӯхтани маснуот бояд равшании доимӣ таъмин бошад.*
- 3. Равшанӣ бояд аз тарафи чап фарояд.*
- 4. Мӯйи сарро зери сарбанд нигоҳ бояд дошт.*
- 5. Пеш аз он ки ба кор сар кунед, бинед, ки сӯзан ё сӯзанакҳо дар маснуоти медӯхтаатон набошанд.*
- 6. Ба пеш зиёд ҳам шудан манъ аст.*
- 7. Маснуот аз чашими дӯзанда бояд дар масофаи аз 30 то 45 см бошад.*
- 8. Дар сари миз рост нишастан лозим аст.*

### Асбобу олоти дӯзандагӣ

**Чойи кор барои иҷрои корҳои дастӣ.** Корҳои дастӣ гуногун буда, дар ҳолати нишастан ё рост истодан иҷро карда мешаванд. Чойи кор барои иҷрои корҳои дастӣ бояд бо мизу курсӣ ва поймонак мучаҳҳаз бошад. Барои таъмини тарзи муътадили кор баландии мизу курсӣ бояд ҳатман ба талаботи нишондоди антропометрии ҳар хонанда мувофиқ гардонида шавад. Ҳамчунин масофаи зарурии байни сатҳи корӣ, мизу курсӣ ва қисми пеши миз ва курсӣ риоя шавад.

Сатҳи мизи корӣ барои амалиёти дастӣ бояд суфта ва дар он таҷҳизот ва олоти корӣ дуруст ҷойгир бошад. Тамоми таҷҳизот

бояд дар гӯшаи рости миз (барои банд накардани ҷойи кор) гузошта шавад.

**Қайҷӣ** асбоби тези дӯзандагӣ буда, аз замонҳои қадим маълум аст. Қайҷӣ барои пора кардани матоъ, буридани ҷузъҳои алоҳида ва иҷро кардани корҳои дигар зарур аст. Қайҷиҳои калону дағал (мисли қайҷии пашмгарошӣ) низ мешаванд. Андозаи қайҷиҳо аз №1 (калон) то №8 (хурд) мешавад.

Қайҷиро аз пӯлод месозанд. Саноат ҳашт рақами қайҷиро истехсол мекунад, ки ҳар яке аз дигараш бо андоза ва шакл фарқ мекунад. Интиҳоби қайҷӣ тибқи рақам вобаста аз намуди коркард ва ғафсии матоъ сурат мегирад, ки дар ҷадвали 7 нишон дода шудааст.

**Ҷадвали 7**

№	Рақ. қайҷӣ	Таъйинот
1	I	Чокбури ва кӯтоҳ кардани матои палтовори дар истехсолоти инфиродӣ
2	II	Чокбури ва кӯтоҳ кардани матоъҳои либосвори, пашмӣ ва буридани ҷузъҳои калони либоси болопӯш
3	III	Буридани ҷузъҳо аз матоъҳои ғафсиашон миёна
4	IV	Чокбурии матоъҳои пашмии пероханӣ
5	V	Буридани ҷузъҳо аз матоъҳои пашмии нафис, абрешимӣ ва пахтагӣ
6	VI-VII	Буридани чокҳои ҷузъҳои ноҳамвор ва ғайра.
7	VIII	Буридани нӯги риштаҳо дар маҳсулоти омода ва ғайра.



*1. Қайҷиро дар ҷойи махсус, дар қуттиҳои махсус нигоҳ доштан лозим аст.*

*2. Ҳангоми кор бо қайҷӣ онро нӯшида, муқобили дӯзанда гузоред.*

*3. Қайҷиро ба ҷойи тар гузоштан манъ аст.*

4. Қайчиро аз нӯги тезаи гирифта ба ҳамроҳатон дароз кунед.

5. Қайчиро ба тарафи рост ва нӯгҳои тезаиро муқобили худ гузоред. Қайчӣ нӯшида бошад, кушиода мондани он мумкин нест, то ин ки дар вақти ҳаракат бо нӯги он дастатонро набуред ва осеб набинед.

6. Назорат кунед, ки қайчӣ ҳангоми кор дар таги маснуот намонад, чунки агар маснуотро бардоред ё ҷояширо бечо кунед, қайчӣ афтада ба шумо ё ҳамроҳатон осеб расонданиш мумкин аст.

7. Ҳангоми буридани маснуот ба ҳамроҳатон наздик нашавед, то ин ки диққати ҳамроҳатон ба шумо равона нашавад ва дасташиро набурад ё маснуотро хато бурад.

**Сӯзан** асбоби дӯзандагӣ буда, аз замонҳои қадим истифода мешавад. Одамон аввалҳо барои дӯхтан хори дарахтон, устухони моҳию ҳайвонотро истифода мебарданд. Баъд сӯзанро аз нуқра, мис, тилло ва оҳан месохтагӣ шуданд. Дарозии сӯзанҳои қадима то 1 см ва суфта буданд. Сӯзанро дар замонҳои қадим дастӣ месохтанду боэҳтиёт дар сӯзандони махсус нигоҳ медоштанд. Сӯзанро аз асри XIX бо усули фабрикавӣ месозанд. Андозаи сӯзанҳои замонавӣ ҳозира аз №1 то №12 буда, асосан аз пӯлод сохта мешаванд. Вобаста ба сӯрохиҳояшон рақами сӯзанҳо гуногун мешаванд. Сӯзанҳои сӯрохиашон калонро барои кашидадӯзӣ, гулдӯзӣ ва монанди ин истифода мебаранд. Дар ин қабил сӯзанҳо риштаи нисбатан ғафсро гузаронидан осон аст. Нигаред ба ҷадвали 8.

## Ҷадвали 8

### Андоза ва таъйиноти сӯзанҳои дастӣ

№	Рақами сӯзан	Қутр мм	Дарозӣ, мм	Таъйинот
1	1	0,6	3,5	Дӯхтани маснуот аз матои нафиси пахтагӣ, абрешимӣ ва пашмӣ

2	2	0,7	30	Дӯхтани маснуот аз матоъҳои нафиси пахтагӣ, абрешимӣ ва пашмӣ, ҳамчунин аз матои ғафсиаш миёна (трико, камволии нафис ва ғ.)
	3	0,7	40	
3	4	0,8	30	Матоъҳои ғафсиашон миёна (трико, матои камволии нафис ва ғайра)
	5	0,8	40	
	6	0,8	35	
	7	0,8	45	
4	8	1	40	Дӯхтани маснуот аз матои ғафс, борик ва ғайра.
	9	1	50	
5	10	1,2	50	Дӯхтани халтаҳо, қанорҳо, погонҳо ва ғайра.
	11	1,6	75	
	12	1,8	80	



*Таҳти мафҳуми калимаи сӯзан мо асосан як асбоби тези филизии хурдero мефаҳмем, ки дар интиҳояш барои гузаронидани ришта сӯроҳ дорад. Онро барои чокдӯзӣ ва пайвастании чузъҳои маснуот истифода мебаранд. Сӯзанҳое низ ҳастанд, ки дар соҳаи тиб истифода мешаванд.*

*Сӯзанро дар ибтидо аз устухони моҳӣ ё дигар навъи устухон месохтанд. Дар асри санг сӯзанро аз санг тарошида, ба воситаи он нӯсти ҳайвонотро медӯхтанд. Баъд ба ҷойи сӯзанҳои устухонӣ сӯзанҳои биринҷӣ, оҳанӣ, дар хонадони одамони сарватманд ҳатто сӯзанҳои нуқрай пайдо шуданд. Аввалин сӯзанҳои пӯлодиро ба Аврупо дар асри XIV арабҳо оварданд. Дар Маскав 25 намуди сӯзан барои дарздӯзии дастӣ ва мошинӣ истеҳсол мешавад.*

**Сарсӯзан** (сӯзанак) ҳангоми чокбурӣ барои ба мистарқолаб ё андоза часпондани матоъ истифода мешавад. Он асбоби филизӣ буда, интиҳояш сарпӯши пластмассӣ дорад. Сӯзанак бояд тез ва ҳамвор бошад.



1. Барои эмин доштани ангуш аз захми сӯзан ангуштпонаро истифода баред.

2. Пеш ва пас аз анҷоми кор сӯзанҳо ва сӯзанақҳоро ҳатман шуморед. Агар сӯзан камӣ кунад, онро ҳатман ёфтан зарур аст.

3. Дар хона ба диван ё курсии мулоим нишаста чок надӯзед. Сӯзанҳоро дар маснуот нагузоред.

4. Агар сӯзан дар вақти кор шиканад, онро ҳатман чида, ҷамаи қисмаширо ба омӯзгор ё навбатдор супоридан зарур аст. Агар дар хона ин ҳолат рух бидиҳад, албатта, сӯзанпораҳоро ба когази гафс печонида ба ҷойи беҳатар гузоред ё ба сатили партов андозед.

5. Сӯзан ва сӯзанақҳоро дар ҷойи муайянишуда, дар қуттии махсус ё болиштча нигоҳ доштан лозим аст.

6. Сӯзанро дар ҷойи корӣ ва дар рӯйи миз мондан манъ аст.

7. Сӯзан ва сӯзанақҳоро ба даҳон гирифтани манъ аст.

8. Бо сӯзани зангада чок дӯхтан манъ аст.

9. Қолабҳоро ба матоъ бо сӯзанақ тавре часпонед, ки нӯкаи аз тарафи муқобили дӯзанда бошад.

10. Баъди буридани қолабҳо сӯзанақҳоро ҳатман аз матоъ бигиред.

**Ангуштпона** ханӯз дар асри XV маълум буд. Аввалҳо ангуштпонаро аз чарм, тилло ва дигар филизот сохта, нақшу нигор меандохтанд. Баъдтар аз асри XVI ва XVII ангуштпонаро бо усули фабрикавӣ аз арзиз (алюминий), пӯлод, нуқра, пластмасса месохтагӣ шуданд.

Ангуштпона барои тела додани сӯзан ба матоъ ва муҳофизат кардани ангушт аз халидани сӯзан истифода мешавад. Ангуштпонаро мувофиқи ангушти миёнаи даст интихоб намуда, ба ҳамон ангушт меандозанд. Андозаҳои ангуштпона дар ҷадвали 9 нишон дода шудааст.

Сӯрохии он бо ангуштпона ба таври амудӣ ҷойгир буда, буғиҳои хамшудаи ангушти миёна бояд росткунҷаро ташкил диҳанд. Сӯзанро бо паҳлуи ангуштпона ба матоъ тела дода, аз матоъ аз назди нарангушти дасти чап мебароранд. Ангушти хурди дасти рост ҳангоми халонидани сӯзан чузъро ба миз пахш мекунад. Баъд бо нарангушт ва ангушти ишоратии дасти рост сӯзанро



*Андозаҳои ангуштпона*

№	Рақам	Қутри калон, мм	Қутри хурд, мм	Баландӣ, мм
1	2	15	11	15-19
2	3	16	12	15-20
3	4	17	13	15-20
4	5	18	14	15-21
5	8	17	14	15-21
6	10	18	15	15
7	12	19	16	15

бо риштааш аз матоъ кашида мегиранд ва гирех мекунанд. Раванди кӯккунӣ тақрор меёбад.

**Дарзмол (уту).** Намуди зоҳирии либос ба сифати дарзмолкунӣ вобаста аст. Бинобар ин дуруст анҷом додани ин амали аҳамияти калон дорад. *Шартҳои техникии дарзмолкунӣ:*

1. Чузъхоро қаблан намнок карда ва буғ дода, баъд пурра то бартараф кардани намӣ хушк мекунанд.

2. Аввал ҳар ду тарафи чузъхоро то шакл гирифтани сипас чокхоро аз тарафи чап дарзмол кардан лозим аст. Дар ин ҳолат дарзмол ба чузъ бояд зичтар часпад.

**Тасмаи ченакгирӣ** соли 1810 ихтироъ шудааст. Он аз картон ё клеёнка сохта мешавад. Дарозии тасмаи ченакгирӣ асосан 150 см, бараш 1-2 см буда, дар ду нӯгаш филиз часпонда шудааст. Тасмаи ченакгирӣ барои андозагирӣ, аз ҷуссаи инсон чен кардани андоза ва чузъҳои маснуот истифода мешавад.

**Бӯри дӯзандагӣ** барои кашидани тарҳи чузъҳо, ҷойи буридани матоъ ва кашидани хатҳо, ҷойгир кардани ҷойи кисаҳо, ангулаи тугмаҳо ва ғайра истифода мешавад.

Он тахту ҳамвор, сафед ва ҳарранга аст. Барои аниқ, кашидани хатҳо нӯги онро тарошидан лозим аст. Ба ҷойи бӯри дӯзандагӣ дар ҳолати зарурат аз пораи собун низ метавон истифода кард.

**Ҷадвал** – метр аз тахтаҷӯби тунук сохта мешавад. Дарозияш аз 20 то 100 см ва аз ин ҳам дарозтар, бараш 3-5 см буда, барои кашидани нақша ва андозаи либос чен кардани матоъ, кашидани хатҳо дар матоъ ва ғайра истифода мешавад.

**Чадвали микёсиро** (масштаби 1:4) барои нисбатан хурд карда кашидани нақшаи маснуот дар дафтар ва ё албому корӣ истифода мебаранд.

**Ришта (ресмон).** Дар чокбуриву дарздӯзӣ риштаҳои гуногунро васеъ истифода мебаранд. Риштаҳо вобаста ба таъйиноташон дӯзандагӣ, гулдӯзӣ, бофандагӣ, руфӯгарӣ мешаванд.

Риштаҳоро аз нахҳои пахтагӣ, пашмӣ, абрешимӣ (пилла), катонӣ, химиявӣ мересанд. Риштаҳо гуногунранг (сафед, сиёҳ, сабз, кабуд, бунафш, зард) ва борику ғафс мешаванд. Борикию ғафсии риштаро бо рақам ишора мекунад. Риштаҳо аз №10 то №80 ишора карда мешаванд (№10, 20, 30, 40, 50, 60, 65, 70, 80).

Асбобу анҷоми чокбуриву дарздӯзиро дар куттича ё халтачаи махсус нигоҳ бояд дошт.

Барои босифат дӯхтани маснуот шартҳои зарурии гузаронидани ришта ба сӯзан ва кор бо ангуштпонаро доништан лозим аст. Дарозии ришта ҳангоми дарздӯзӣ бояд ба 60-80 см баробар бошад.

Риштаро ба сӯрохии сӯзан аз тарафи аз ғалтак кандагиаш гузаронед ва гиреҳ кунед. Дар ин ҳолат ришта ҳангоми дарздӯзӣ ҳалқа нашуда ҳаракат мекунад. Пеш аз риштаро ба сӯзан гузаронидан охири онро бо ангушти ишоратӣ ва нарангушт тоб медиҳанд. Охири риштаҳои пахтагиро аз тарафи худ, риштаҳои абрешимиرو ба тарафи худ тоб диҳед.

Сӯзанро байни нарангушт ва ангушти ишоратӣ, гӯшаки онро ба тарафи ришта доред. Бо дасти чап риштаи тободаро ба сӯрохии гӯшаки сӯзан гузаронда, ба 2/3 дарозӣ мекашанд. Охири риштаро, барои он ки чок баромада тит нашавад, гиреҳ мекунад.



Расми 34. Асбобҳои дӯзандагӣ

### Дарзҳои дастӣ чунин иҷро мешаванд:

Чузи коркардшавандаро ба рӯи миз мегузоранд. Тарафи чаппаи ҷойи коркард бояд ба канори миз мувоҷи мувофиқ ояд ва ба дӯзанда наздик бошад. Ангуштони дасти чап бояд матоъро (дар саршавии чок) ба миз зер карда истанд.

### Омода кардани сӯзан ба кор

Сӯзанро дар матоъ бо дасти рост ба чап, ба боло ва пеш мебаранд. Сӯзанро бо ангуштпона тела медиҳанд ва бо ангуштони дасти рост кашида мегиранд. Дасти чап матоъро нигоҳ медорад. Ҳамин тариқ чок пайдо мешавад ва ин раванд якчанд бор иҷро шуда, кӯкҳои дастӣ ба вучуд меоянд. Ҳангоми дӯхтани маснуот ба қоидаи техникаи бехатарии кор бо сӯзан, сӯзанак ва қайҷӣ аҳамият додан лозим аст.

Ҳангоми дӯхтани либос онро бо кӯку дарзҳои дастӣ ва мошинӣ мустақкам мекунем. Пеш аз дӯхтан дар мошини дарздӯзӣ маснуотро дастӣ кӯк мекунам. Вобаста ба таъйиноташон кӯку дарзҳо ба техникуи оройишӣ ҷудо карда мешаванд.

Ба дарзу кӯкҳои дастӣ дохил мешаванд: дарзу кӯкҳои одӣ, кӯки нусхагирӣ, дарзи печон, дарзи паси сӯзан, дарзи қаткунӣ, дарзи юрма, кӯки зарбӣ, хомкӯк ва ғайра.

**1. Дарзи одӣ** барои муваққатан пайваст кардани пораҳои матоъ, дар пораҳои матоъ ишорат кардани хати мобайнии сохтани чин истифода мешавад. Дарозии ин дарз бояд дар матои тунук 0,5-1 см, дар матои ғафс 0,8-1 см бошад.

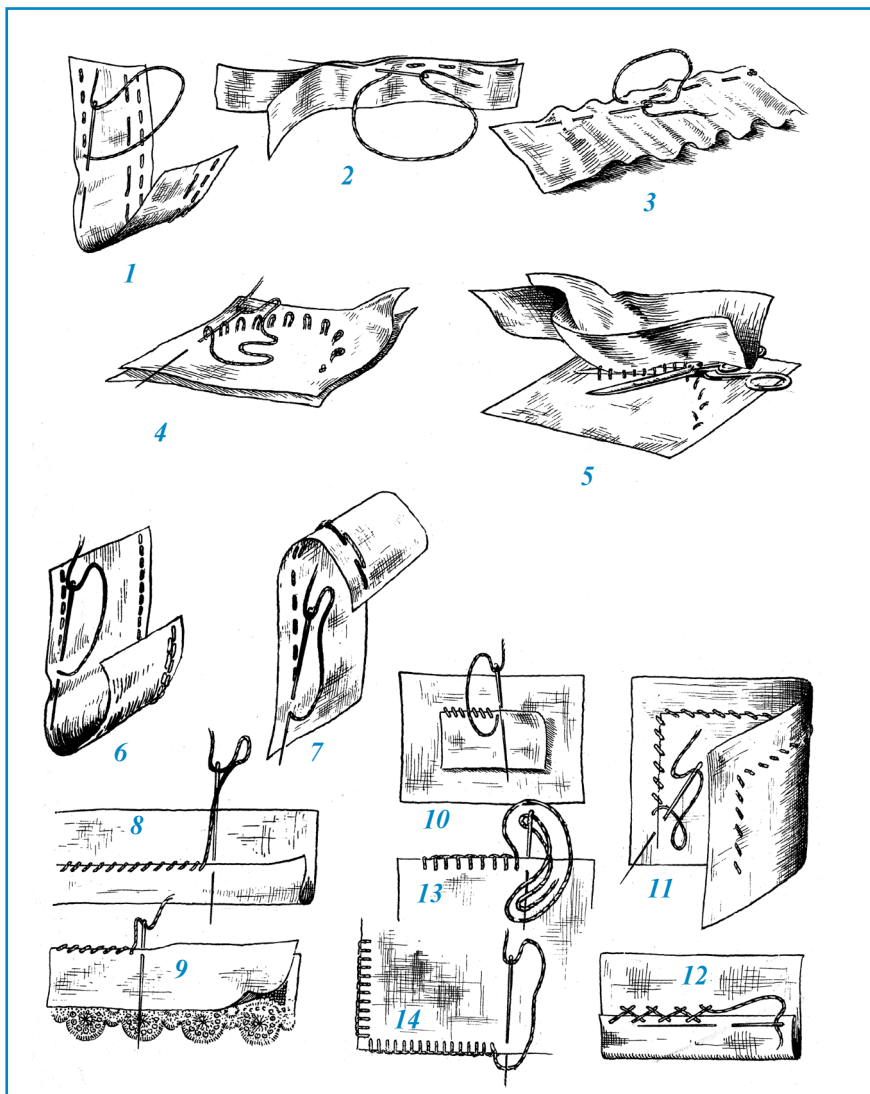
**2. Кӯки нусхагирӣ** барои ба пораҳои ҷуфт гузаронидани хатҳо (баъди матоъро буридан ё ҳангоми ченкунӣ) ва гузаронидани хатҳои симметрии тағйирдода (бо мақсади аз рост ба чап гузарондан) истифода мебаранд. Аз тарафи рост ба чап сӯзан мезананд. Дарозии кӯк бояд то 1 см шавад. Кӯкҳоро саҳт накашида, чун ҳалқаҳо 1-1,5 см партофта-партофта бо риштаи дуқабати дарозиаш 90 см медӯзанд. Баъди кӯк кардан пораҳоро аз ҷойи кӯк ҷудо мекунам, риштаҳо кашида таранг мешаванд. Сипас риштаҳоро бо қайчӣ мебуранд. Барои иҷрои кӯки нусхагирӣ риштаи сафедро истифода бурдан беҳтар аст.

**3. Дарзи печон** начандон калон буда, барои саҳт часпонидан ва дарзбанд кардани канори порчаи матои бурида истифода мешавад. Онро барои аз титшавӣ нигоҳ доштани канори порчаи матои буридашуда низ истифода мебаранд.

**4. Дарзи қаткунӣ** барои қат карда дӯхтани лаби домани курта, доман, шим, нимтана ва ғайра истифода бурда мешавад. Ин дарз ҳамеша бояд бо риштаи борики ҳамранги либос дӯхта шавад. Лаби доман ва ё остинро аввал 0,5, баъд 5-7 см қат карда, нахуст бо кӯкҳои калон, сипас бо кӯкҳои ноаён медӯзанд. Бо сӯзан аз тарафи рост ба чап аввал аз матои поёнӣ, баъд каме аз қисми болоии матои қаткарда гирифта медӯзанд. Ҳангоми иҷрои ин амал дарз набояд аз тарафи рости либос намоён шавад.

**5. Кӯки зарбӣ** солибшакл буда, барои оройиши либос, дӯхтани доман, нӯги остин, гиребон истифода мешавад. Ин кӯк аз тарафи рост ба чап дӯхта мешавад.

**6. Кӯки чин-чин** барои ҳосил кардани чин дар куртаи занона, болои остин, миёнаи доман, шим, дӯхтани қисми болоӣ ва ё миёнаи пешдоман (пешгир) истифода мешавад. Барои ҳосил шудани



Расми 35. Намуди дарзу кӯкҳо: 1,2 дарзи одӣ, 3 кӯки чин-чин, 4,5 кӯки нухагирӣ, 6,7 дарзи мошинӣ, 8,9,10,11 дарзҳои қатқунӣ ва оройишӣ, 12 кӯки зарбӣ, 13,14 дарзи печон

чин ду хати мувозӣ мекашанд ва бо кӯкҳои калони роста дарозии чокаш 3-7 мм (кӯки аввалро аз буриши маснуот дар масофаи 5-10 мм ҷойгир мекунанд) медӯзанд, (фосилаи байни чокҳо 2-5

мм). Ҳангоми кашидани риштаҳо чин ташкил меёбад. Онро ба дарозии маснуот ба намуди дарзи одӣ ё дарзи мошинӣ иҷро карда метавонем.

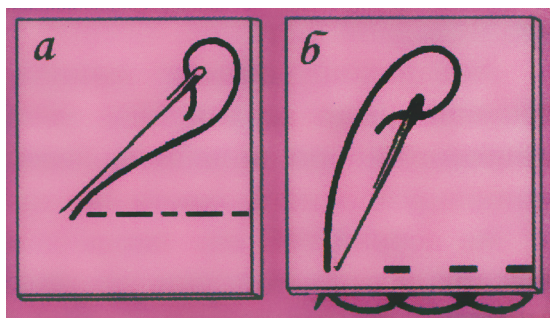
7. **Дарзи паси сӯзан** аз рӯйи тартиби иҷро чун дарзи мошинӣ буда, шаклан ва ҳаҷман фарқ мекунад. Яъне дарзҳои паси сӯзан ба якдигар зич нею бо фосила дӯхта мешаванд.

### Кори амалии №23

#### Дарзи одӣ

*Таҷҳизот:* сӯзан, қайчӣ, риштаи рақами 40 ё 50, чадвал, қалам, ду пора матои андозааш 15x10см.

*Рафти кор.* Матои пахтагиро мегирем. Аз матоъ ду пораи дарозиаш 15 см, бараш 10 см мебурем. Андозаи намунаро мувофиқи табъи худ интихоб карда метавонед. Чокро аз рост ба чап бо кӯкҳои рост медӯзем. Барои матоъҳои тунук дарозии кӯк бояд 0,5-1 см, барои матои ғафс – 0,8-3 см шавад. Барои ҳосил кардани чин дарозии кӯк то 0,1 - 0,5 см мешавад.



Расми 36. Тарзи дӯхтани дарзҳо: а) одӣ; б) дарзи паси сӯзан

#### Дарзи паси сӯзан

*Таҷҳизот:* сӯзан, қайчӣ, риштаи рақами 40 ё 50, чадвал, қалам, ду пора матои андозааш 15x10см.

*Рафти кор.* Дарзи паси сӯзан ҳангоми кӯк кардани пораҳои рах-рах, катак истифода мешавад. Сӯзанро ба ҷойи баромади захми пешгара мехалонанд. Дарозии ҳар як кӯки тарафи чап ба ду кӯки тарафи роста баробар аст. Дар тарафи роста кӯкҳо ба якдигар зич нею бо фосила дӯхта мешаванд. Дарзро аз рост ба чап медӯзанд.



осонии кор ресмон набояд аз 50-60 см дароз бошад, аз қайчиҷаи нўгтези дарозиаш 10-12 см истифода бурдан лозим аст. Дар бисёр навъҳои гулдӯзи чанбаракро истифода намебаранд. Кашидаро бо ангуштони дасти чап таранг дошта меистанд. Сўзанро ба матоъ халонда, бо ангушти миёнаи ангуштпонадори дасти рост тела медиҳанд. Дар мавриди набудани андоза аз кашидои омода нусха бардоштан мумкин аст.

Ҳангоми гулдӯзи ва гулдӯзиҳои гуногун пеш аз оғози кор риштаро бо чунин усул дар матоъ маҳкам мекунанд:

1. Ҷоеро, ки оянда бо гулдӯзи пӯшида хоҳад шуд, якчанд кӯки майда мекунанд.

2. Як кӯки калон гирифта, онро то охир аз матоъ кашиди намегиранду нўги риштаи мондаро бо кӯки дуҷум мепӯшонанд, минбаъд дар ин ҷо гул медӯзанд.

Кашидадӯзии тоҷикиро ба ду навъ ҷудо кардан мумкин: кашидадӯзии тоҷикони кӯхистон ва кашидадӯзии тоҷикони водинишин.

Кашидадӯзони водӣ бештар ба оройиши чиҳози сарулибос аҳамият медиҳанд. Аз қадим зиёда аз 700 навъи нақши кашиди маълум аст. Махсусан нақшу нигори куртаҳои занонаи Кӯлоб, Қаротегин, Бадахшон, Дарвоз, Хучанд, Истаравшан, Ашт, Мастҷоҳ қимати баланди бадеӣ доранд. Асосан пешбари доман, гиребон, остин, тахтапушти куртаҳои миллӣ, пешдоман, доман, шим, нимтана ва ғайра оро дода мешаванд.

Умуман, ду намуди кашидадӯзии дастӣ маълум аст:

1. Тору пуди матоъро ҳисоб карда дӯхтани кашиди.

2. Ба матоъ нақш кашиди, бо кӯки озод гулдӯзи кардани он. Кашидаҳои озод ҳамеша аз рӯи расми дар рӯи матоъ, инчунин чарму картон кашидашуда дӯхта мешаванд. Махсусан гулдӯзии яктарафа маъмул аст. Он аз тарафи рост ба чап дӯхта мешавад.

Гулро кӯкҳо дар тарафи роста қариб пурра мепӯшонанд, дар тарафи чаппа фақат тарҳи нақш мемонаду бас. Онро бо мулина (риштаи ғафси 3-6-тора) ё риштаҳои мӯини сурх, кабуд, сабз, зард медӯзанд, ки ба туфайли он хеле ҷозибадор мебарояд.

Гулдӯзии барҷаста барои оройиши либоси тағ, либоси миллии занона, мардона, рӯйҷо, чилди кӯрпа, дастрӯймолча, рӯпӯшҳои нафис ва ғайра истифода бурда мешавад.





*Расми 37. Намуди гулдӯзӣ: а) нусхаи сӯзаниши бо гулдӯзӣ иҷрошуда*



*Дар Ҷумҳурии Тоҷикистон ҳунармандони машҳур дар ин соҳа, яъне гулдӯзӣ ё кашададӯзӣ хеле зиёданд.*

### Гулдӯзии ироқӣ

Ин намуди гулдӯзиро дар матоъхое, ки торҳои риштаи онҳо якдигарро бурида гузаштаанд (мисли суф, матои дурушти дастӣ), медӯзанд, чунки риштаҳои ин гуна матоъхоро ҳисоб кардан осон аст. Гули ин гуна кашадаҳо аз нақшҳои хандасавӣ (хатҳои рости дарозу кӯтоҳ) иборат аст. Намуди чунин гулдӯзӣ ироқӣ ном дорад.

Ҳангоми гулдӯзӣ андозаҳои гуногуни нақшо истифода мебаранд. Нақшхоро ба матоъ бо роҳҳои гуногун мегузаронанд:

1. Нақши гули дар рӯи қоғаз кашадаро бо сӯзан якмаром сӯроҳ мекунанд. Баъд андозаро ба рӯи матоъ гузошта, вобаста ба ранги матоъ бӯр мепоянд.

2. Аз қоғази шаффофи нусхабардорӣ истифода мебаранд.

3. Андозаро ба рӯи моҳут, баҳмал ва шохии чилодор монда, аз болои нақш кӯк мекунанд. Баъд қоғазро боэҳтиёт даронда мегиранд. Дар матоъ нақши гул боқӣ мемонад.

4. Барои ба матоъҳои тунуки сафед гузаронидани нақш андозаро ба рӯи шиша мемонанд. Аз болаш матоъро мепӯшонанд, аз таги шиша чароғ медоранд ва аз рӯи нақши равшаншуда қалами сиёҳ медавонанд.

Ҳангоми гулдӯзӣ ё кашидадӯзӣ ҳеҷ гоҳ нӯги риштаро гирех намеkunанд.

Намудҳои ин тарзи дӯхт бо номи ироқии чида ва ироқӣ маълуманд. Ироқии чида аз хатҳои уреби ҳамдигарро кӯндаланг бурида иборат буда, одатан, аз рост ба боло дӯхта мешаванд. Ироқии чида низ ду хел мешавад:

1. Санама (ё ироқии чидаи санама). Ин дарз дар тӯр ё матоъҳои, ки тору пуди онҳо кашида тӯрмонанд карда шудаанд, дӯхта мешавад. Дар аснои дӯхт хатҳои буришдорро ҳисоб карда медӯзанд.

2. Ироқии нақшин (ё ироқии чидаи нақшин) аз рӯи нақшу гули дар рӯи матоъ кашидашуда дӯхта мешавад.

Намуди дигари ироқӣ чунин дӯхта мешавад: ба рӯи матоъ ришта партофта, аз болаш кӯкҳои майда мепартоянд, боз дар паҳлуи он ришта партофта, ба ҳамин тарз медӯзанд.

Бо ироқии чида тоқӣ, гирда ва гулҳои майдаро медӯзанд.

Ба намуди кӯкҳои зарбӣ аксарият тоқиҳои миллии дӯхта мешаванд. Дар нақши тоқӣ гулҳои садбарг, муғҷаи гул ва баргҳо бештар интихоб карда мешаванд.



*Расми 38. Тоқӣ ба тарзи гулдӯзӣ кӯкҳои зарбӣ дӯхта шудааст.*

## Дӯхтани шероза (ҷиҳак)

Дар гулдӯзии тоҷикон шероза (ҷиҳак) мавқеи муҳим дорад. Он ҷузъи ҷудонашавандаи либоси занона, мардона, бачагона, пойчома ва каллапӯшҳо буда, бо он ашӯи хурди оройиширо низ зинат медиҳанд.

Нақши шероза хеле рангоранг мешавад, дар он асосан нақшҳои ҳандасавӣ (геометрӣ) маъмуланд. Инчунин тасвири ҳайвонот, паранда, рустанӣ ва гоҳе навиштаҷот воমেҳӯранд.

Шерозаро бо кӯки зарбӣ дар матои мустаҳками зичбофта ё канва (тӯр) медӯзанд. Канва матои махсус буда, барои гузаронидани сӯзан катакчаҳо дорад.

Кӯки зарбӣ дар натиҷаи болои ҳам омадани ду кӯки уреб ба вучуд меояд. Ҳамаи кӯкҳои болоӣ бояд дар як самт хобанд. Кӯки зарбии дуруст иҷрошуда дар тарафи чапӣ асос дар як самт хати ростии уфуқӣ ё амуди ро ташкил медиҳад.

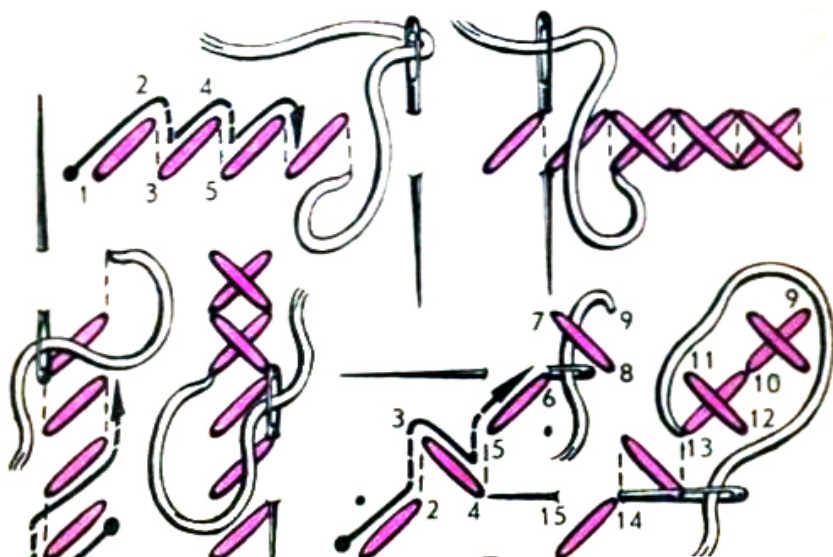
Барои дӯхтани шероза аввал асоси онро интиҳоб бояд кард. Онро дастӣ ё дар дастгоҳҳои шерозабофии махсус мебофанд. Асоси шероза бофтаи зичи сафед, сиёҳ ё ранга буда, катакчаҳои якхела дорад. Баъди интиҳоби асоси шероза барои он нусха ё нақши муайянро интиҳоб мекунанд. Мисол: гули садбарг ва барги он бо илова кардани нақшҳои геометрӣ ё нақшҳои гуногуни интиҳобӣ. Ҳангоми дӯхтани шероза бо тарзи кӯки зарбӣ аввал рангҳои зангори якхела (барои барг ё шоха), баъд асоси гули садбарг ва дигар оройишҳоро медӯзанд. Гулҳо ба равиши уфуқӣ ва уреб дӯхта мешаванд.

Дар тарафи қор дар се катак кӯки халта иҷро кардан мумкин аст.

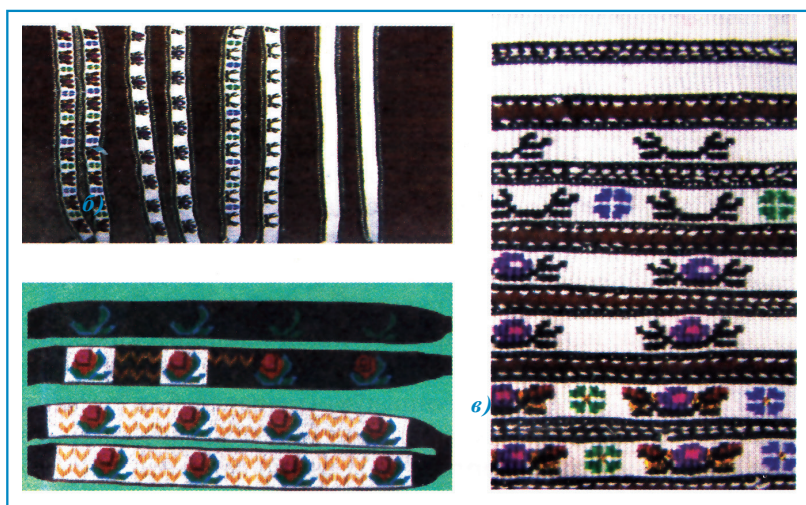
Зебоии маснуоти оройишии бо кӯки зарбӣ дӯхташуда (сачоқча, дастархон) ба тозақорӣ вобаста аст.

Агар кӯки зарбӣ бо як хати уфуқӣ дӯхта шавад, он гоҳ ҳамаи кӯкҳо аввал ба як тараф уреб иҷро карда, баъд аз болои онҳо кӯкҳои самти муқобил гузаронида мешаванд. Кӯкҳои уреб ҳамдигарро мебуранд ва кӯки зарбӣ ҳосил мешавад.

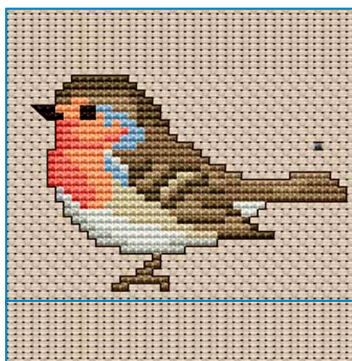
Агар кӯки зарбӣ амудӣ дӯхта шавад, он гоҳ як кӯкро аз поён ба боло то охири нақш дӯхта, сӯзанро ба тарафи чапӣ асос мегузаронанд. Сипас сӯзанро ба тарафи ростӣ асос бароварда, кӯкро аз боло ба поён ба самти чап уреб иҷро мекунанд. Кӯки зарбии уреб душвор аст, чунки дар баъзе мавридҳо кӯки дуҷони уребро аз зерӣ кӯки уреби аввала гузарондан лозим мешавад.



*Пайи ҳам дӯхтани қӯки зарбӣ*



*Расми 38; Технологияи дӯхтани шероза: а) намуди пурраи шероза ва пайдарҳаами коркарди он; б) намуди пайдарҳам дӯхтани нақши шеоза бо оройишҳои бисер (шабаи шишагӣ); в) намуди пайдарҳам дӯхтани нақши гулҳо;*



а)



б)

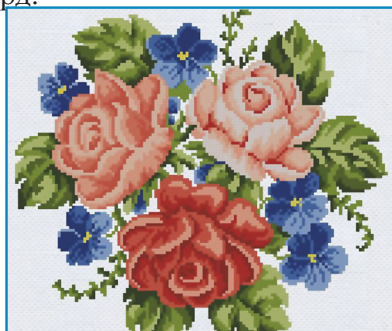
Расми 39. Технологиия дӯхтани кӯки зарбӣ: а) тарзи дӯхтани шакли ҷандасавӣ (геометрӣ); б) тарзи дӯхтани маснуот ба шакли ҳайвон ё мева.

### Доир ба ранг

Омӯхтани рангҳои ришта ҷангоми гулдӯзӣ аҳамияти калон дорад. Дар ҳама намудҳои гулдӯзӣ риштаро мувофиқи ранги матоъ интихоб бояд кард. Он ба маҳорати дӯзанда вобаста аст, ки инро мувофиқати рангҳо мегӯянд.

Рангҳои асосӣ сурх, зард, кабуд мебошанд. Бо ҳамроҳ кардани ду ранги асосӣ ранги иловагӣ ҳосил кардан мумкин аст. Мисол, дар натиҷаи ҳамроҳ кардани ранги сурх ва зард ранги норинҷӣ ҳосил мешавад. Ҳардуро бо кабуд омезем, ранги сабз ҳосил мешавад ва ғайра.

Тобиши ранг хосияти рангро муайян мекунад. Ҷангоми интихоби рангҳои нусхаи расми интихобкарда ранги заминаи матоъро ба назар гирифта, рангҳои риштаҳои гулдӯзиро интихоб бояд кард.



Расми 40. Тарзи дӯхтани кӯки зарбӣ: а) намуди нақша; б) аз рӯйи нақша бо кӯки зарбӣ дӯхтани нақша



*Расми 41. Мавод барои дӯхтани кӯкҳои зарбӣ*

### **Кори амалии №24**

#### **Иҷрои кӯки зарбӣ**

**Асбоб ва таҷҳизот:** матои канва (тӯр)-и андозааш 20x30 см, риштаҳои абрешимӣ, қасқон, сӯзани борик бо гӯшаки калон.

#### **Иҷрои кӯки зарбӣ.**

1. Аз матои канва (тӯр) як чузъро бурида гиред, ки андозааш ба нусхаи расми интиҳобкарда бо назардошти ҳаққи чок (барои ҳаққи чок 1 см кифоя аст) мувофиқ бошад.
2. Нақшаро ба канва (лӯр) ё матои сафед бигузаронед.
3. Канваро ба матоъ кӯк бизанед.
4. Риштаҳои мӯина ва абрешимии 3-қабатаро истифода баред ва расмро мувофиқи нақша иҷро кунед, аз рӯи нақши мувофиқ ранги риштаро интиҳоб кунед, мисол нақшаи расми қахрамонони афсонавӣ.
5. Кӯкҳои иловагиро қанда партоед.
6. Маснуоти дӯхташударо аз тарафи чаппа дарзмол кунед.



- 1. Риштаро бо дандонатон наканед, зеро он сири дандонатонро меравонад ё лабатонро мебурад.*
- 2. Чокҳои маснуот ё ҷойи ангулаи тугмаҳоро бо теги ришигирӣ (алмос) набуред, зеро он дастатонро мебурад.*
- 3. Дарзмол (уту)-ро ба мизи дарзмол гузоред, вагарна он афтида поятонро месӯзонад.*

## Кӯки занчира

Кӯки занчира барои дӯхтани хошияи кашида, шохчаи гулу барг ва хамин қабил нақшҳо истифода мешавад.

Ин намуди гулдӯзӣ бо дарафши чангакдор ё сӯзан дӯхта шуда, дар аснои он дар тарафи рости матоъ занчири ҳалқаҳо ва дар тарафи чаппаи он хатҳои рост ҳосил мешаванд.

Ҳангоми дӯхтан бо сӯзан нақш аз боло ба поён дӯхта мешавад. Риштаи аз сӯзан гузаронидашударо бо дасти чап дошта меистанд, баробари хастану баровардани сӯзан ҳалқа ҳосил мешавад.

## Хомкӯк

Хомкӯк барои дӯхтани рӯймол, куртаи чакан, рӯйчо, тоқӣ, болишт ва навҳои сӯзани истифода мешавад. Хомкӯк дутарафаю ҳамвор буда, ришта рост ё андаке уреб бо риштаи хом дӯхта мешавад.

Дар дарздӯзӣ боз бисёр кӯку дарзҳои дигар истифода мешаванд.



- 1. Намуди асбобҳои дар вақти гулдӯзӣ истифодашавандаро номбар кунед*
- 2. Сӯзанҳо чанд рақам доранд?*
- 3. Қоидаҳои дӯхти ироқиро бигӯед.*
- 4. Кӯкҳои оройиширо бо хошиши худ интиҳоб ва онро амалан иҷро кунед.*
- 5. Маснуоти дилхоҳро интиҳоб кунед ва бидӯzed.*

## БОБИ 6. УНСУРҲОИ МОШИНШИНОСӢ

### § 17. ТАӢЙИНОТ ВА СОХТИ МОШИНИ ДАРДӢЗӢИ ДАСТӢ

Дар замонҳои қадим либосро дастӣ медӯхтанд. Ин кор вақти зиёдро мегирифт. Ҳамчунин дарз на ҳамеша баробар, мустаҳкам ва шинам дӯхта мешуд. Барои осонии дарздӯзӣ ва тезонидани муҳлати омода кардани либос фикри сохтани мошини дарздӯзӣ пайдо шуд.

Аввалин мошини дарздӯзӣ соли 1765 дар Англия ба истифода пешниҳод шуд. Дар кишварҳои дигар устохонаҳои мавҷуд буданд, ки қисмҳои аз Англия оварда, мошини дарздӯзӣ месохтанд.

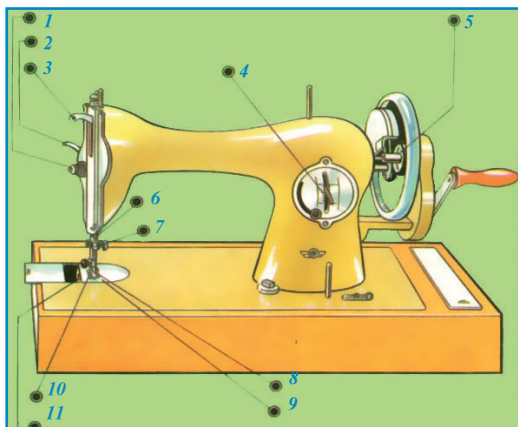
Нахустин лоиҳаи мошини дарздӯзиро дар охири асри XV Леонардо да Винчи тартиб додааст. Дар соли 1834 олими амрикоӣ Уолтер Хайт сӯзани гӯшакдор (сӯроҳдор)-и нӯгаш тез ва мокуро ихтироъ кард. Ин аввалин мошини дарздӯзӣ буд, ки риштаҳои болоӣ ва поёниро истифода мебард. Дар соли 1850 Алена Вилсон ва маҳсусан Исаак Зингер тарзи кори мошинҳои дарздӯзиро ба ҳолати ҳозира расонданд. Мошинҳо ба ғайр аз ҳаракатдиҳандаи дастӣ ба воситаи ҳаракатдиандаи пойӣ (педал) низ кор мекунанд, ки дар ҳолати дувум дасти дӯзанда озод мешавад. Аз соли 1870 фирмаи «Зингер» на фақат дар ИМА, балки дар бисёр давлатҳо, аз он ҷумла дар Русия низ филиалҳои худро ташкил кард. Дар наздикии Маскав, дар шаҳри Подолск фирмаи «Зингер» барои васили қисмҳои мошини дарздӯзӣ корхона сохт, ки он дар як сол 600 ҳазор адад мошини дарздӯзӣ истеҳсол мекунад.



*Мошини дарздӯзии русӣ баъди Инқилоби Октябр дар собиқ Иттиҳоди Шӯравӣ сохта шудааст. Аввалин корхонаи мошини дарздӯзӣ соли 1923 дар шаҳри Подолски вилояти Маскави Русия сохта шудааст. Баъди Чанги Дуюми Чаҳон дар Беларус ҳам корхонаи мошини дарздӯзӣ ба кор даромад.*

Мошини дарздӯзӣ ҳам барои саноат ва ҳам барои рӯзгор истеҳсол карда мешавад. Мошини дарздӯзии саноати-ро дар фабрикаву устохонаҳои дӯзандагӣ ба кор мебаранд.

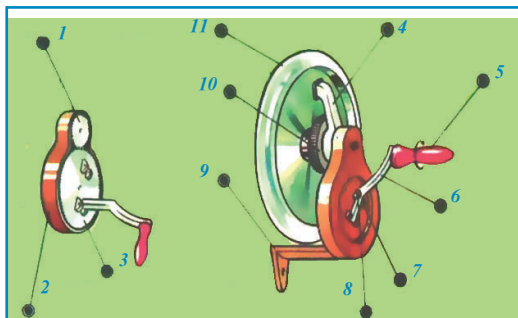




Расми 42. Мошини дарздӯзии дастӣ

А) Сохт ва қисмҳои мошини дарздӯзии дастӣ:

1-танзими риштакаши боло; 2-фишанги болобардорандаи фишордиҳанда; 3-риштакаши; 4-танзими қадами дарз; 5-риштапечон; 6-ҷойи сӯзан; 7-маҳкамкунандаи сӯзан; 8-белчаи матоъдоранда; 9-лавҳачаи сӯзангузар; 10-дандонаи ҳаракатдиҳанда; 11-моқу.



Б) дастаи ҳаракатовар:

1-ҷархи майдаи дандонадор; 2-баданаи ҳаракатовари дастӣ; 3-ҷархи калони дандонадор; 4-гардона; 5-даста; 6-фишанги ҳаракатовар; 7-сӯроҳӣ. 8-тамба; 9-такя; 10-винти фриксионӣ; 11-ҷархи гардона

Вобаста ба тарзи ба ҳаракат дароварӣ мошинҳои дарздӯзӣ якҷанд наваъ мешаванд:

1. Мошини дарздӯзии дастӣ.
2. Мошини дарздӯзии пойӣ.
3. Мошини дарздӯзии барқӣ.
4. Мошини дарздӯзии ҳамақора (универсалӣ).
5. Мошини дарздӯзии махсус.

Дар мошини дарздӯзии универсалӣ амалиёти гуногуни дӯзандагӣ иҷро карда мешавад, яъне дарзро аз аввал то охир медӯзанд. Онҳо сатҳи дарзро сарақдӯзӣ (оверлок) мезананд, чок медӯзанд, тугмаро мечаспонанд, гулдӯзӣ мекунанд ва ғайра. Мошинҳои махсус танҳо як амалро иҷро мекунанд, яъне тугма мечаспонанд, бахия ва ё танҳо чок медӯзанд.

Сифати кори мошини дарздӯзӣ ба қоидаҳои дурусти нигоҳубин ва истифодаи он вобастагии калон дорад. Аз ин рӯ қоидаҳои гузаронидани риштаҳои боло ва поён, бо ришта пур

кардани найча, дуруст гузоштани найча ба моку, чобачогузорию моку, иваз кардани сӯзан, риояи захми чок, тозакунӣ, равғанмоли ва ғайраро доништан зарур аст. Тарзи дурусти нишастан дар назди мошин, ташкили ҷойи кор ва тартиби кор дар мошини дарздӯзи вазифаи асосии дӯзанда мебошанд.

### Қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва кор дар мошини дарздӯзии дастӣ

1. Барои нигоҳ доштани саломатӣ ва баланд бардоштани самарайи кор, тарзи дуруст ва мувофиқ нишастан дар сари мошин роли муҳим мебошад.

2. Курсии назди мошинро муқобили риштаравонак (аз канори он 15-20 см дуртар) гузоштан лозим аст.

3. Ҳангоми кор ба курсӣ дуруст нишинед, тахтапуштро ба пуштаки он, пойҳоро ба сатҳи фарш ё тиргак тақия диҳед. Танаро андак қач намуда, сарро ба пеш ҳам кунед. Ҳангоми нодуруст нишастан кори муътадили организм вайрон мешавад.

4. Масофаи байни дӯзанда ва мошини дарздӯзи бояд 35-45 см бошад.

5. Мошини дарздӯзиро дар назди тиреза тарзе гузоред, ки равшанӣ аз тарафи чап ба он афтад. Риоя накардани қоидаҳои нишаст дар назди мошини дарздӯзи метавонад боиси қачшавии тахтапушт ва сутунмуҳра, тез мондашавӣ ва бемориҳои узвҳои дарунӣ шавад. Барои он ки ҳангоми кор бо мошини дарздӯзи ҳодисаҳои нохуш рух надиҳад, қоидаҳои зерини техникаи бехатариро риоя кунед:



1. Мӯйи сарро зерини сарбанд гиред ва тугмаи остипи либосро ҳатман гузаронед.

2. Дар хона фақат бо иҷозати калонсолон мошини дарздӯзиро истифода баред.

3. Пеш аз кор аз болои мизи корӣ асбобҳои нолозим (қайчӣ, ангуштигона, мурваттоб, равғандон ва ғайра)-ро гундоред.

4. Аз назар гузаронед, ки сӯзан дар мошин мустаҳкам бошад.

5. Пеш аз кор дар мошини дарздӯзи аз назар гузаронед, ки дар матоъ сӯзан ва сӯзанақ мавҷуд набояд.

6. Ҳангоми кор дар мошини дарздӯзӣ сарро ба қисмҳои ҳаракаткунанда, навардҳои чарҳзананда, сӯзан, найчапуркунак, гардона (маховик) бисёр ҳам қардан мумкин нест.

7. Ба лавҳача аҳамият диҳед, ки он пӯшида бошад. Ҳангоми кор ба ҳолати даст назорат бояд қард, то ки ба ангушт сӯзан нахалад.

8. Ангуштони дастро ба фишордиҳанда (лапка) ва сӯзан наздик нагузored, ҷойҳои гафси маснуотро оҳиста дӯзед.

9. Ҳангоми кор ба назди якдигар омада, диққати шахси қорқардаистодаро ба худ ҷалб қардан ва ба якдигар асбобҳои дароз қардан манъ аст.

10. Мошинро дар ҳолати поён фаровардани фишордиҳанда бе матоъ ба ҳаракат надарored.

11. Махсусан ба қисмҳои муҳаррики мошин эҳтиёткорона муносибат кунед, дар назди онҳо қайҷӣ, сӯзан ва дигар ашёро нагузored.

12. Ҳангоми истифодаи мурваттоб эҳтиёт кунед, ки нӯги тези он аз мурват гечида, дастро захмӣ накунад.

13. Ҳангоми ҳаракати мошин тоза қардани он манъ аст. Баъд аз раванг молидани мошинро дарҳол қор нафармояд.

Мошини дарздӯзӣ барои дӯхтани маснуот хизмат мекунад. Истифодаи мошини дарздӯзӣ қори дӯзандаро осон, суръату сифати қорро баланд мебардорад.

## Қори амалии №25

### Қор дар мошини дарздӯзӣ

**Таҷҳизот:** мошини дарздӯзӣ, пораи матоъ ва қоғаз.

**Рафти қор.** Барои он ки мошини дарздӯзӣ дастӣ ба ҳаракат дароварда шавад, бо дасти рост чарҳашро оҳиста ҷониби худ тоб дода, баъд ба тарафи муқобил давр занонед. Дар ин ҳолат механизмҳои дарздӯзӣ ба қор мебароянд ва дарз дӯхта мешавад.

Барои омӯхтани қор дар мошини дарздӯзӣ аввал даврзанонии чархро ёд гирифтани лозим аст. Барои ин пайванди байни чарҳ ва муҳаррикро қушодан лозим аст. Дар ин ҳолат чархи мошинро бо

дасти рост аввал ба тарафи худ давр занонда, баъд дархол аз дастааш дошта, муқобили худ давр занондан лозим аст. Ин корро якчанд маротиба амалан такрор намуда, малакаю маҳорат пайдо кардан зарур аст.

Баъд аз ёд гирифтани даврзанонии чарх тири онро маҳкам карда, ба зери пошна пораи коғаз ё матоъро, ки дар рӯи он хатҳо кашида шудаанд, гузошта, бе ришта якчанд маротиба дӯзед. Ин корро ҳам амалан такрор ба такрор иҷро кардан шарт аст.



- 1. Ҷойи корро чӣ тавр ба тартиб меоваранд?*
- 2. Ҳангоми кор дар мошини дарздӯзӣ чӣ тавр нишастан лозим аст?*
- 3. Ҳангоми кор дуруст ё нодуруст нигоҳ доштани бадани одам ба чӣ натиҷа меорад?*
- 4. Қоидаҳои санитарияи гигиенӣ ва техникаи беҳатариро ҳангоми кор бо мошини дарздӯзӣ биғӯед ва ҳатман риоя кунед.*

## §18. ҚОИДАИ БА КОР ОМОДА КАРДАНИ МОШИНИ ДАРЗДҶҶ

Ҳангоми кор дар мошини дарздӯзӣ ҳатман тарзи гузаронидани риштаҳои болоӣ ва поёнӣ, ҷо ба ҷо кардани сӯзан, танзими сифати дарзҳо, дарозии дарзро доништан лозим аст. Барои гузаронидани риштаи болоӣ паси ҳам якчанд амалиётро иҷро мекунам.

Аввал сӯзанро дар ҳолати боло кардани дастаи сарчарх мегузорем. Баъд бо фишанг лапкаи пружиниро мебардорем. Ғалтаки риштаро ба тирчае, ки дар болои дастаи мошин ҷойгир аст, мегузорем. Нӯги риштаро аз ғалтак кашида, ба даруни сӯроҳии риштаравонкунак мефарорем ва аз даруни сӯроҳии пружина мебардорем. Баъди ин риштаро ба боло равона карда, аз даруни сӯроҳии риштакашак мегузаронем, ки он дар ин вақт бояд дар ҳолати боло нигоҳ дошта шуда бошад. Сипас, риштаро ба риштаравонкунак дароварда, баъди он аз сӯроҳии сӯзан мегузаронем. Дар ҳолати риштагузаронӣ сӯзан бояд боло бардошта шуда бошад. Нӯги риштаро 10-15 см дарозтар мемонанд, то ки ҳангоми риштаи пудро баровардан аз сӯзан набарояд.

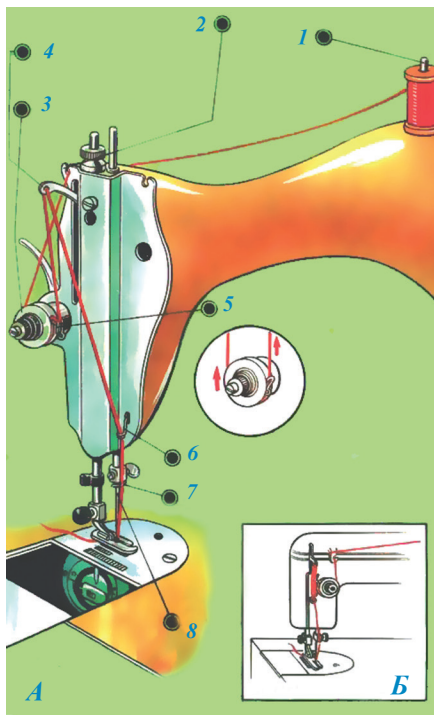
## БО РИШТА ПУР КАРДАНИ НАЙЧА

Пеш аз гузаронидани риштаи пуд аввал найчаро бо ришта пур мекунем, ғалтакро ба ғалтакгузорак мегузорем ва риштаро аз байни шайбаи риштагузорак мегузаронем.

Ҳангоми канда шудани ресмони болой пеш аз хама дурусти риштагузори санчида, баъд тарангии онро суи кардан зарур аст. Барои ин танзимаро 3-4 бор ба чап тоб додан лозим аст. Ҳангоми аз ҳад зиёд таранг будани риштаи поёнӣ танзимаи поёнӣ, фанари сараки найчаро каме холи бояд кард. Ҳангоми аз ҳад зиёд давр задани ғалтак (дар ин маврид аз ғалтак ришта бештар кушода мешавад) ба зери ғалтак як пора матои ғафс мегузоранд. Бо равиши акрабаки соат риштаро якчанд маротиба мепечонем.

Найчаро ба наварди (шпиндели) найчапурунак гузошта, фишораки онро маҳкам мекунем. Сарчархро ба ҳаракат дароварда, найчаро бо ришта пур мекунем. Баъди аз ришта пур шудан найчаро аз ҳаракат боздошта, шпиндели (наварди) найчапурунакро кушода, найчаро мегирем ва риштаро меканем.

**Бо ришта пур кардани найчаро машқ кунед.**



*Расми 43. Пайдарҳамии гузаронидани риштаи болой дар мошини дарздӯзи дастӣ*

*А. 1- меҳвари ғалтак 2-риштаравонкунаки 1-ум; 3-танзимаи риштакашак болой; 4-фишанги риштакашак; 5-фанар (пружин)-и эҳтиётӣ; 6-риштаравонкунаки 2-юм; 7-риштаравонкунаки 3-юм; 8-сӯзан*

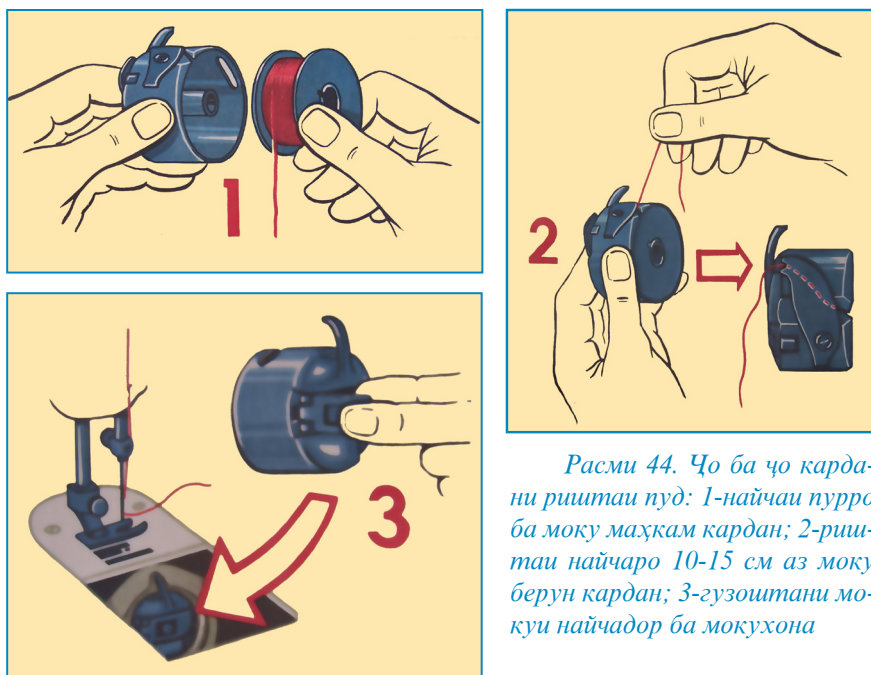
*Б. Пайдарҳамии гузаронидани риштаи болой дар мошини дарздӯзи барқӣ*

## Гузаронидани риштаи поёни (риштаи пуд)

Баъди найчаро пур кардан онро ба моку маҳкам мекунем. Дар ин ҳолат нӯги риштаи найча ба дарозии 10-15 см аз моку берун бароварда мешавад. Сипас, дар ҳолати боло бурдани сӯзан мокуи найча ба мокухона (сархонаи моку) ҷо карда мешавад.

Сарпӯши мокухонаро (мокугузоракро) пӯшида, меҳвари чархро маҳкам карда, нӯги риштаи торро, ки ба сӯзан гузаронида шудааст, бо дасти чап дошта (оҳиста-оҳиста бо дасти рост чархро тоб дода), сӯзанро ба ҳаракат мебарорем, яъне риштаи ба сархонаи моку даровардари мебарорем. Дар натиҷа нӯги риштаи пуд мебарояд. Нӯги ҳар ду ришта (риштаҳои тору пуд)-ро баробар карда, ба пушти пошна мегузаронем, мошин ба дарздӯзи омода мешавад.

Риштаи поёни дар мавриди бад кор кардани риштапечонак канда мешавад ва дар айни ҳол ба найча аз меёр зиёд ришта мебарояд. Риштаро ба найча тавре бояд печонд, ки он дар канори ғалтак аз ҳад зиёд напечад, ба ғалтак ҳамвор ва якмаром печад ва канори найча 1,5-2 мм аз ришта холӣ монад.



Расми 44. Ҷо ба ҷо кардани риштаи пуд: 1-найчаи пурро ба моку маҳкам кардан; 2-риштаи найчаро 10-15 см аз моку берун кардан; 3-гузоштани мокуи найчадор ба мокухона

## Тоза кардани қисмҳои мокугузаронак

Ҳаракати вазнини мошини дарздӯзӣ аз сабаби чиркин шудани роҳи мокугузаронак рух медиҳад. Роҳи чиркиншуда дар натиҷаи риштаҳои кандашуда, нодуруст гузаронидани риштаи моку, патҳои матоъ ва чанг ба амал меояд. Барои тоза кардани роҳи мокугузорак сӯзандоракро ба боло бардоштан лозим аст. Баъд мокуро аз мокугузаронак (қулфи фанарро ба тарафи худ давр занонда) мегирем. Мокухонаро бо чӯтка ё мӯйқалам аз чангу гард ва риштаҳои кандашуда тоза мекунем. Сипас ҳамаи қисмҳоро бо навбат ба ҷояш мегузорем. Мокухонаро доим тоза кардан лозим аст.

### Вазифаи асбобу механизми танзимаи дарозии кӯк ё лаганда

Масофаи байни ду дӯхти сӯзанро кӯк ё лагандачак меноманд. Матоҳои ғафсиашон гуногун кӯк ё лагандаи гуногунро талаб мекунанд. Барои матои тунук кӯки кӯтоҳ (1,5-2 мм), барои матои ғафс кӯки дарозро истифода мекунанд. Кӯки дарозтарин дар мошинҳои дарздӯзии дастӣ 4 мм мебошад.

Барои муайян кардани дарозии кӯк мурвати танзимаро ба тарафи чап тоб дода, гӯшаки онро озод нигоҳ медоранд, баъд рақамҳои ҷадвалро ба ҳисоб гирифта, гӯшаки танзимаро муқобили рақами зарурӣ мегузоранд ва мурватро ба тарафи рост тоб медиҳанд.

Ҳангоми аз аввалу охир мустаҳкам кардани дарз ва аз тарафи акс кӯк задан забончаи танзима ба боло тела дода мешавад.

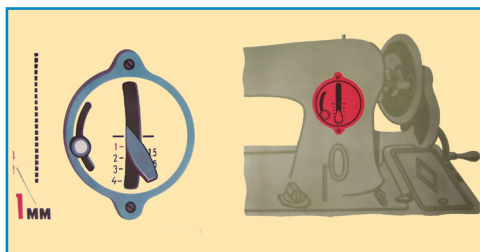
Ҳангоми дӯхтани дарзи чин-чин забончаи танзима муқобили рақами 4 (поён) бурда мешавад. Дар ин ҳолат риштаи тор бештар ҳолӣ ва риштаи пуд осон кашида мешавад. Чин-чин дар натиҷаи то қадри ҳол кашидани риштаи пуд ба вучуд меояд.

Вобаста ба навъу гурӯҳи мошинҳо танзимаи онҳо низ гуногуншакл мешавад.

**Ҷобачогузории сӯзани мошини дарздӯзӣ.** Сӯзан яке аз қисмҳои асосии мошини дарздӯзист. Вобаста ба ғафсии матоъ ва ришта сӯзанҳои гуногун (аз рӯйи рақам) истифода мешаванд. Барои матои ғафс сӯзани борик гузоштан мумкин нест, зеро сӯзан тез мешиканад.

Агар бо сӯзани ғафс матои тунукро дӯзем, матоъ сӯроҳ мешавад. Дарозӣ ва шакли сӯзани интихобкарда ба намуди кори иҷрошаванда вобаста аст. Колбаи сӯзан аз як тараф суфта ва аз

дигар тараф барҷаста мебошад. Ба тарафи суфташудаи сӯзан рақам гузошта мешавад. Колба-сарпӯши сӯзан барои мустаҳкам кардани сӯзан дар сӯзангузораки мошин хизмат мекунад. Мустаҳкам кардани сӯзан бо чунин тарз иҷро мешавад: чархи мошинро бо дастии рост оҳиста ба ҳаракат



*Расми 45. Танзимаи ҳаҷми кӯк ё лағандаи мошини дарздӯзии дастӣ*

дароварда, тоб медиҳем ва сӯзангузоракро боло мебардорем. Суръати сӯзанмонакро камтар мекунем ва сӯзанро ба дохили он мегузорем, ки тарафи чӯякдори он ба ресмонкашак нигаронида шавад ва мурватро саҳт мекунем. Баъд тарзи мустаҳкам шудани сӯзанро месанҷем, сӯзанро ба боло ва ба поён ба дохили сӯроҳии лавҳа мефарорем. Шикастан ва қач шудани сӯзан дар натиҷаи нодуруст истодани дастаки танзима руҳ медиҳад. Дар чунин мавридҳо мурвати саракдори дастаи танзимаро тавре бояд маҳкам кард, ки он нисбат ба сӯзан ва сӯроҳии сӯзангузорак мавқеи дурустро ишғол кунад. Сӯзани борик дар сурати дӯхтани матои ғафс, дар аснои чокдӯзӣ кашидани матоъ, ба тарафи худ кашида гирифтани матои дӯхташуда ҳам шикастанаш мумкин аст. Сӯзани мошини дарздӯзиро фақат аз рӯйи ғафсиаш фарқ мекунамд ва мувофиқи он рақам мегузоранд. Сӯзани дарздӯзӣ бояд рост (сӯзан андаке қат бошад ҳам, чок қач мешавад), сатҳаш хеле хуб сайқалдода ва нӯғаш тез бошад.

Сӯзанҳои мошинро дар ҷойи хушк нигоҳ бояд дошт. Ҳангоми номунтазам (фосиланок) шудани кӯк дурустии мавқеи сӯзан, мувофиқати рақамҳои сӯзан ва риштари санчидан, сӯзани кунд ё қачшударо иваз кардан лозим аст.

### **Танзимаи риштакашак**

Риштаҳои дарзи мошинӣ ҳамон вақт зебо, мустаҳкам ва рост мешаванд, ки агар ришта аз ғалтак ва моку муътадил гузарад; ин ба тарангии риштаи болоӣ ва поёни вобаста аст. Нодурустии тарангии ришта боиси камбудҳои дарз мешавад, яъне дарз халта, суст гиреҳ шуда, боиси кашиши матоъ мешавад. Ҳамаи ин ба танзимаи риштакашак вобаста аст.

Тарангии риштаи болоиро бо гардиши танзимаи риштакашак болоӣ бартараф менамоянд. Риштаи поёниро тавассути фанари кашиши моку танзим мекунамд. Барои танзим кардани таран-



гии риштаи поёни мурвати мокуро таранг ё суст кардан лозим аст.

Барои дуруст кор кардани мошин, сабук ҳаракат кардани механизмҳои он ва рост будани дарз онро мунтазам тоза ва равшан кардан лозим аст. Агар ҳаракати мошин вазнин бошад, он гоҳ корҳои зеринро иҷро кунед: мокуро аз риштапораҳои кандашуда ва чанг тоза кунед; мошинро оҳиста ба ҳаракат дароред, баъд қисмҳои муҳаррики мошинро тоза ва ҷойҳои серҳаракатро бо равшани мошин равшан кунед. Агар тасмаи ҳаракатовар суст шуда лағжад, онро кӯтоҳтар кунед.

Агар ҷораҳои дар боло зикршуда барои бартараф кардани нуқсони мошини дарздӯзи натиҷаи дилхоҳ надиханд, дар он сурат ба муаллим ё дар хона ба калонсолон хабар диҳед, то ки ба устохонаи хизмати маишӣ муроҷиат кунанд.

### Кори амалии №26

#### Гузaronидани ришта ба мошини дарздӯзи дастӣ

**Таҷҳизот:** Мошини дарздӯзи дастӣ, риштаи рақами 40, қайчӣ.

**Рафти кор.** Гузаронидани риштаи болоӣ ва поёниро якҷанд маротиба аз рӯи қоидаҳои гузаронидани риштаи болоӣ ва поёнии матн бо ҳамроҳии омӯзгор машқ кунед.



Расми 46. Гузаронидани ришта ба мошини дарздӯзи дастӣ



1. Вазифаи танзими дарози қӯк ё ҷок аз ҷӣ иборат аст?

2. Сабабҳои шикастани сӯзани мошинро бигӯед.

3. Тарзи тоза кардани чанги мокухонаро бигӯед.

## §19. УСУЛҲОИ КОР БО МОШИНИ ДАРЗДҶҶҶ

### Кори амалии №27

#### Дӯхтан дар мошини ба кор омодашуда

*Таҷҳизот ва масолеҳ:* мошини дарздӯзӣ, риштаи рақами 40, як порча матои андозааш 30x30 см, қайчӣ.

*Рафти кор.* Мошинро бо латта тоза карда, чархашро бо дастӣ рост оҳиста ҳаракат дода, сӯзанро боло мебардорем, тазйикдихандаро ба боло бардошта, матоъро зери он гузошта, сӯзанро рӯйи матоъ мефарорем. Месанчем, ки бари дарз оё дуруст муайян шудааст. Бари дарз аз кӯки сӯзан то буриши матоъ чен карда мешавад. Баъди он ки бари дарз аниқ карда шуд, тазйикдихандаро поён, ба рӯйи матоъ фароварда, чархро тоб дода, ба дӯхтан шурӯъ мекунем. Ҳангоми дарздӯзӣ матои дӯхташавандаро ба зери тазйикдиханда тела додан ё баръакс ба тарафи худ кашидан мумкин нест, танҳо онро андаке доштан кифоя аст. Наққола (транспортёр) худ матоъро пеш мебарад. Барои он ки дарз рост шавад, ҳангоми дӯхтан на ба ҳаракати сӯзан, балки ба масофаи байни буриши матоъ ва канори чангак бояд назар кард. Вақте ки дарз дӯхта шуд, маснуот аз зери тазйикдиханда бароварда мешавад. Барои ин ҳаракати мошинро нигоҳ дошта, сӯзан ва тазйикдихандаро боло мебардорем, риштаҳои тору пудро ба дарозии 10-15 см кашида, онҳоро аз беҳи канори матоъ ба пушти тазйикдиханда мебарем. Дар ин ҳолат риштаро ҷониби худ саҳт кашидан мумкин нест, зеро сӯзан мешиканад.

Барои пайдо кардани малакаю маҳорати дарздӯзӣ дар як пора матоъ якчанд қатор хати рост кашида медӯзем. Танзимаи дарозии чокро аввал ба рақами калонаш гузошта 2 қатор ва дар охир ба миёнааш, яъне ба адади 3-3,5 гузошта медӯзем, фарқи ин дарзхоро месанчем, ки кадомаш дуруст аст. Баъди анҷоми кор зери тазйикдихандаи (пошнаи) мошин мағзӣ гузошта, онро дар ҳолати пештара нигоҳ медорем. Мағзӣи зери тазйикдиханда як пора матои якчанд қабат дӯхташуда аст. Онро пеш аз кор аз зери тазйикдиханда гирифта, ба ҷойи муайян монда, баъди кор боз зери тазйикдиханда мегузорем.

Дарзҳои мошинӣ ниҳоят зиёданд. Намудҳои асосии дарзҳои мошинӣ инҳоанд: дарзҳои одӣ, дукарата, изофадӯхт, домандӯхт, дарзи чудо-чудо, болоиҳам, баҳия ва ғайра.

## Кори амалии №28

### Технологияи коркарди дарзҳои мошинӣ Дарзи одӣ (дарзи рост)

*Таҷҳизот:* мошини дарздӯзӣ, риштаи рақами 40, ду пора матои андозаашон 30x30, қайчӣ.

*Рафти кор.* Машхуртарин дарз дарзи одӣ мебошад. Ичрои ин дарз вобаста ба номаш осон буда, барои пайваст кардани пораҳои асосии маснуот истифода мешавад.

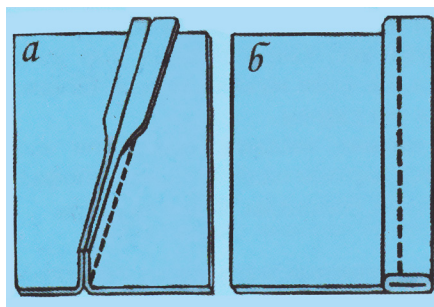
Тарзи ичрои он чунин аст: Ду пораи рости матоъро болои ҳам рӯ ба рӯ, аз канор 0,5-0,7 см гузошта медӯзанд. Пеш аз ичрои дарзи одӣ (ҳангоми навмашқӣ) аввал пораҳоро бо сӯзан (бо кӯки калон) пайваст карда, баъд бо мошин медӯзанд. Ғафсии дарз ба матоъ ва таъиноти маснуот вобаста аст.

### Дарзи домандӯхт (кӯки ноаён)

Барои қат карда дӯхтани либоси тағ, куртаи мардона, ҷиҳози бистар, баъзан лаби доман, остин, пешдоман, гирди рӯймолҳо ва ғайра истифода мешавад. Канори пораи буридашударо аввал 0,5 см, бори дуум 0,5-1 см қат карда медӯзанд. Дар баъзе ҳолатҳо вобаста ба матоъ ва таъиноти маснуот каме зиёдтар қат мекунанд ва аз ҷойи қатшавӣ 0,1 см монда мошин мезананд.

Ин дарзро низ аввал бо сӯзан дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ дӯхтан мумкин аст. Бо тартиби дӯхтани дарзҳои дигар дар синфҳои минбаъда шинос мешавем.

Дар айни ҳол дарзҳои одӣ, дукарата, домандӯхтро ичро карда, дарзмол мекунем ва ба албоми корӣ мечаспонем.



Расми 47. Намуди дарзҳо:  
а-дарзи одӣ; б-дарзи домандӯхт



1. Номи дарзҳо ва тартиби ичрои онҳоро дар хотир доред.
2. Дарзи одиро чӣ гуна медӯзанд?

## БОБИ 7. ТЕХНОЛОГИЯИ ЧОКБУРӢ

### § 20. БАНАҚШАГИРИИ ЛИБОСИ МАХСУС БО УНСУРҲОИ АМСИЛАСОЗӢ

Номи умумии чизҳоеро, ки инсон мепӯшад, либос мегӯянд. Ба мафҳуми либос каллапӯш, курта, пойчома, пойафзол, шиму доман ва ғайра дохил мешаванд.

**Пайдоиши либос.** Ҳафриёти бостоншиносӣ нишон медиҳад, ки либос ҳанӯз дар давраи палеолит (40-25 ҳазор сол пеш аз милод) пайдо шудааст. Барои каллапӯш маводди табиӣ (кадуҳои дарунхӯли, пӯстлохи чормағзи какао, косахонаи сангпӯшт)-ро истифода мебарданд. Пойафзол баъдтар пайдо шуд.

Либос бадани инсонро қисман мепӯшонад.

Либос ҳамчун василаи муҳофизати инсон аз таъсири гуногуни беруна (гармою сармо, обу оташ, гарду чанг ва ғайра) пайдо шудааст. Либоси аввалини одамони қадим аз пӯсти ҳайвонот, баргу пӯстлохи дарахтон, пару пӯсти парандагон ва ғайра буд.

Баъдтар одамон барои худ аз пашм, пахта, канаб, катон, абрешим либос омода мекардагӣ шуданд. Либосҳо аввал танҳо миёну ронро мепӯшонданд. Баъдтар намудҳои гуногуни либос, аз ҷумла куртаҳои кӯтоҳу дароз, чакман, яктах, пойчома, пешдоман ва ғайра пайдо шуданд.

Дар зиндагии рӯзмарраи одамон либос низ чун хӯрокворӣ ва манзил нақши бузург мебозад. Либос гуфта маҷмӯи ашӯро меноманд, ки бо онҳо одам бадани худро пурра ё қисман мепӯшонад.

Либос нишони маданияти модии одам буда, дар худ хусусиятҳои миллӣ, махсусиятҳои инфиродии эҷодиро таҷассум мекунад ва аз ин рӯ, ҳамеша объекти дарки эстетикӣ мебошад.

Либос аз замонҳои қадим пайдо шуда, вобаста ба инкишофи инсоният аз ҷиҳати зоҳирӣ тағйир меёфт.

Барои нигоҳ доштани ҳаракати озод либосро бо камарбанд мебастанд. Пораи ҳамвори матоъ ба чилди ҳаҷмдор табдил меёфт ва бадани одамро мепӯшонд. Ин намуди либос ба тарзи сода тарроҳӣ мешуд.

Тарроҳии либос раванди аз матои ҳамвор омода кардани чилди ҳаҷмдор аст, ки бадани одамро мепӯшонад. Раванди ҷенкунии бадани одамро бо мақсади тарроҳ андозагирӣ меноманд.

Либос, одатан, ба бадани одам зич намечаспад, ҳамеша байни онҳо каме фосила мемонад. Дар баъзе ҷойи бадан ин фосила зиёд

асту дар чойи дигар камтар. Фарқи байни ченкунии бадани одам ва андозаи либосро илова меноманд. Илова дараҷаи шинамии либосро дар чойҳои мухталифи бадани одам муайян мекунад ва шаклу тарзи либосро хеле тағйир медиҳад.

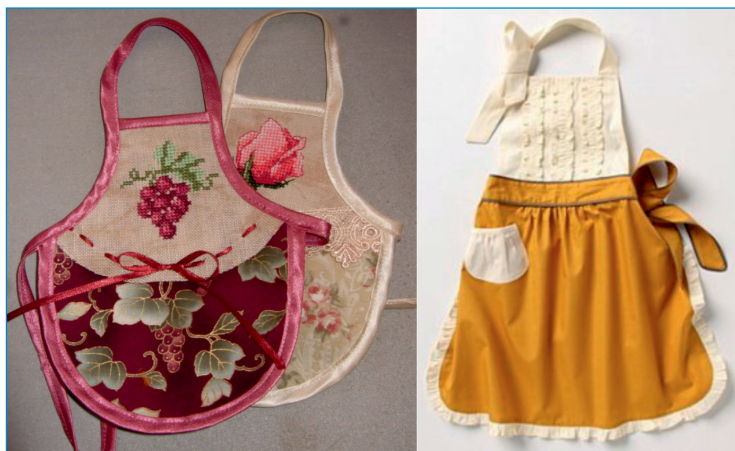
Либос мувофиқи фаслҳои сол, машғулияти касбу кор, синну сол, ранги рӯю мӯю абру, ҳусса омода карда мешавад. Ғайр аз ин, либос аз рӯйи таъйинот ба корӣ ва ҷойравӣ чудо мешавад.

Либоси кории одамон вобаста ба касбу кор ва машғулияти онҳо дӯхта мешавад. Масалан, либоси кории табибон, ошпазҳо, фурушандаҳо хилғати сафеду қулоҳ (рӯймол)-и махсус буда, либоси сохтмончиёну коркунони кону шахтаҳо аз матои махсуси дағал дӯхта мешавад.

Мактабиён низ либоси махсусдоранд. Ин либос барои духтарон куртаю пешдомани мактабӣ ё нимкуртаю доман (юбка), кофтаю сарафан, барои писарон шиму костюми сиёҳ ё кабуд, куртаи сафед аст.

Либоси хонагиро мувофиқи номаш дар хона, ҷамъиятиро дар корхона ва дар мактаб мепӯшанд.

Либоси хонагӣ бояд тавре дӯхта шавад, ки дар он одам худро ҳангоми шину хез, иҷрои кори рӯзгор ва фароғат озоду бароҳат эҳсос карда тавонад. Либоси ҷойравӣ – либоси идона, меҳмониравӣ, маҷлису маърака буда, ҳамеша хушнамурад, шинам, бо ороишоти иловагӣ дӯхта мешавад. Ба тартиби либоспӯширию кардан лозим аст. Пӯшидани либос мувофиқи таъйиноташ зебанда аст.



*Расми 48. Намуди пешбанд.*

Яке аз либосҳое, ки ҳангоми иҷрои кори рӯзгор мепӯшем, пешдоману сарбанд аст. Пешдоману сарбанде, ки ҳангоми корҳои рӯзгор мепӯшем, асосан аз матои пахтагии якранг ё гулдор дӯхта мешавад. Пешдоманро барои ифлос нашудани либос, сарбанд ва каллапӯшро барои парешон шуда ба хӯрок наафтидани мӯйи сар истифода мебаранд.

Микдори матоъ вобаста ба бари он ва ҷусса муайян мешавад. Матоъҳо гуногунбар, яъне аз 60 см то 1 метр, аз 60 см то 2 м мешаванд.

### Кашидани нақшаи либос

Барои кашидани нақшаи либос даставвал андозаи ҷуссаро гирифтани лозим аст. Ҳангоми андозагирӣ дар ҳолати муқаррарӣ бо либоси сабуки якҷабата истода, миёниро мебандем. Барои муқаррар кардани хати миён он бо тасмача, резина ё ришта баста мешавад. Андоза аз тарафи рост гирифта мешавад. Ҳангоми андозагирӣ ченактасмаро таранг кашидан ё сусти (халта) доштан мумкин нест. Ҳангоми андозагирӣ ченакҳои дарозиро пурра ва ченакҳои барро ним баробар менависанд. Зеро нақшаи андоза ба ними ҷусса сохта мешавад. Андозаҳо дар тарафи рости албом (дафтар)-и корӣ навишта мешаванд.









Барои кашидани нақшаи маснуот хатҳои махсуси ишоратӣ истифода мешаванд, ки онҳоро доништан зарур аст.

Баъд аз гирифтани ченак барои кашидани нақшаи маснуот чунин таҷҳизот ва асбобҳои ёрирасон лозиманд: чадвали рост (30 см), чадвали микёсӣ (1:4), секунҷа, чадвали кунҷак, қалами сиёҳи ТМ, мулоим, 2 М ва саҳт, варақи албом.

Пеш аз дӯхтани маснуот таҷҳизот ва асбобҳои ёрирасонро омода кунед, ба хатҳои дар рафти кашидани нақша истифодашуда (хатҳои яклухти муқаррарӣ, канда-канда, ғафсу борик ва ғайра) аҳамият диҳед. Ғайр аз хатҳои мазкур дар кашидани нақшаи либос аломатҳои ишоратӣ низ истифода мешаванд. Хатҳо ва аломатҳои ишоратии зеринро аз худ кунед.

Пеш аз кашидани нақша варақи албомро ба назар бояд гирифт, ки бо андозаи муайяншуда тасвир шуда бошад. Дар чунин ҳолат нақшаро бо микёси 1:4 мекашед.

**Хатҳо ва аломатҳои ишоратӣ**

Номгӯии аломатҳо	Тасвири графикӣ
Нақшахати яклухти сиёҳ (ғафсиаш то 1 мм)	
Хати яклухти борики муқаррарӣ(ғафсиаш 1/2-1/3 мм)	
Хати канда-канда (ғафсиаш 1/2-1/3 мм)	
Аломатҳои баробар, хурд ва калон	
Тахминан баробар	
Аз ..... то .....	
Кунҷ	
Хати мувозӣ	

**Андозагирӣ барои нақшаи пешдоман**

Либоси корӣ барои аз ифлосихои гуногун нигоҳ доштани либоси тоза бояд шароит муҳайё намояд. Барои он ки либоси корӣ зебо, озода бошад ва дар бадани одам нағз шинад, андозаро аниқ мегиранд. Барои дуруст гирифтани андоза ҳолати хатҳои асосии онро доништан лозим аст.

Ченакҳои асосӣ барои гирифтани андозаи пешдоман дарозии назди сина, дарозии қисми поёнии пешдоман, хати миён, хати рон ва ғайра ё масофаи байни онҳо мебошанд. Қоидаҳои асосӣ ҳангоми андозагирӣ:

1. Пеш аз андозагирӣ миёнро бо тасма ё ришта бастан лозим аст.

2. Вақти гирифтани андоза қомат бояд рост бошад ва шахс рост истад, худро озод ҳис кунад.

3. Андозаро бо ченактасма мегиранд. Ҳангоми гирифтани андоза ченактасмаро таранг набояд кашид ва аз ҳад озод гирифтани ҳам лозим нест.

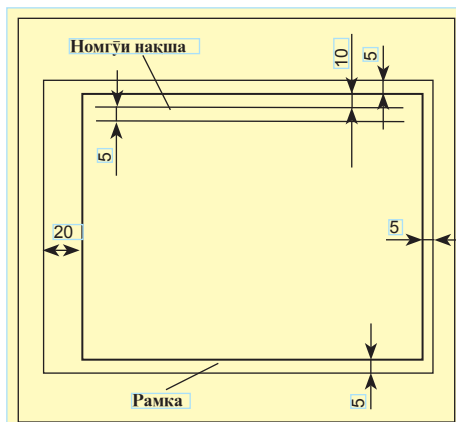
4. Андозаи дарозиро пурра чен карда, андозаи барро (гирди ҷуссаро) пурра чен карда, нимаширо менависанд, чунки нақшаро ба ними ҷусса мекашанд.

Баъди интихоби модели пешдоман ва матоъ бояд андозаи худро

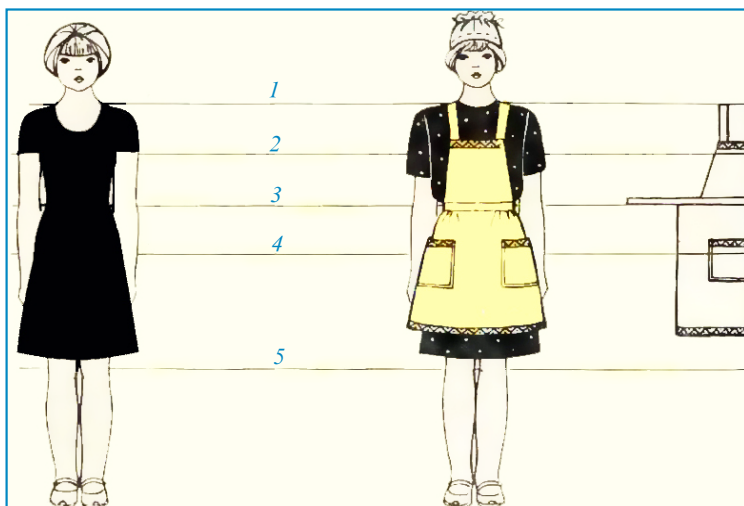
гирем. Зебоии маснуот ба андозагирӣ вобастагии калон дорад. Ҳар қадар андозаро саҳеҳтар гирем, ҳамон қадар маснуоти дӯхташавандаи мо хушсифаттар мешавад. Ҳар қадоми шумо аз ҷуссаи худ андоза гиред ва ба қаду бари худ мувофиқ маснуот бидӯзед.

Барои он ки ҳар яки шумо ба асоси андозагирӣ сарфаҳм равед ва зарурати онро муайян кунед, чӣ бояд кард?

Мисол, ба ду духтараки ҷуссаи гуногундошта, яъне қаду барашон фарқдошта, ду пешдомани андозаашон яхселаро мепӯшонем ва мебинем, ки як пешдоман дар тани ду духтар ҳар хел меистад. Аз ин маълум мешавад, ки пешдоман ба андозаи яке аз духтарҳо мувофиқ буда, барои дигараш васеъ аст. Аз ин хулоса бароварда мешавад, ки ба ҳар як хонанда дар алоҳидагӣ андоза гирифта, ба ин андоза мувофиқ пешдоман ё маснуоти дилхоҳ дӯхтан лозим аст.



Расми 49. Оройиши рамкаи корӣ



Расми 50. Намуди андозагирӣ: 1-хатти гирди гардан, 2- гирди сандуқи сина, 3-хатти гирди миён, 4-хатти гирди нишемангоҳ, 5- дарозӣ аз миён то зону.



Андозагириро бо усули бригадавӣ, гурӯҳӣ, ки аз 3 нафар хонанда иборат аст, гузаронидан беҳтар аст. Як хонанда андозаро аз хонандаи 2-юм мегирад ва хонандаи 3-юм онро ба дафтар менависад. Ин раванди корро баробари муаллима иҷро менамоянд. Муаллима бо ченактасма ҳамаи ченақҳоро аз манекени мактаб мегирад. Дар ҳар як амалиёти андозагири духтарони гурӯҳ метавонанд чояшонро иваз кунанд. Бо ин усул ҳамаи хонандагон раванди андозагириро зутар аз худ мекунанд.

Барои мустаҳкамкунии дониши хонандагон шумо метавонед аз чунин варақаҳо истифода баред.

#### *Варақаи 1*

1. Асоси андозагири дар чист?
2. Ишоратҳои ченкуни ё аломатҳои шартии ченақҳоро гӯед?
3. Ченақҳои дарозӣ аз бар чӣ фарқ доранд?

#### *Варақаи 2*

1. Ба либосҳои корӣ кадом намуди либосҳо дохил мешаванд?
2. Андозаро аз чуссаи одам бо чӣ мегиранд?
3. Барои дӯхтани пешдоман кадом матоъҳоро истифода мекунанд?

### **Чадвали 11**

#### *Номгӯии ченақҳои андозагири барои нақшаи пешдоман*

№	Номгӯии ченақҳо	Аломатҳои шартӣ	Тарзи андозагири	Таъиноти ченақ
1	Гирди гардан	Гг	Гирди гардан чен карда мешавад.	Андозаро барои кашидани хати гардан мегирием.
2	Гирди сандуқи сина	Гсс	Ченактасма гирди сандуқи сина гузаронида мешавад.	Андоза барои буридани ҷойи гиребон кашада, болои пешдоман гирифта мешавад.

3	Гирди миён	Гм	Андоза аз хати миён гирифта мешавад.	Барои муайян кардани ҷойи бандак ва тасма, миён зарур аст.
4	Гирди рон (нишеман-гоҳ) (нишеманго)	Гр	Андоза аз хати миён поён, гирди нишемангоҳ гирифта мешавад.	Ин андоза барои муайян кардани васеии қисми доман зарур аст.
5	Балан-дии сан-дуқи сина	Бсс	Андоза аз хати сандуқи сина то миён чен карда мешавад.	Баландии сандуқи сина то миён.
6	Дарозии либос	Дл	Дарозии миёну рон (нишемангоҳ), то зону.	Аз хати миён то хати нишемангоҳ, ё аз зону то дарозии дилхоҳ чен карда мешавад.
7	Гирди сар	Гс	Андозаи гирди сар, аз болои пешонӣ то пушти сар чен карда мешавад.	Андозаи дарозии рӯймол ё каллапӯш.

Вобаста ба намуна (модел)-и либос андозаҳо илова карда мешаванд.

Андозаи иловагӣ барои озод истодани маснуот, ороиш ва хаворо нағз гузарондан ёрӣ мерасонад.

Андозаи иловагиро хангоми кашидани нақша ба назар мегиранд ва дигаргуниашон ба ҳуссаи одам вобаста аст. Матоъ ҳар қадар гафстар бошад, ҳамон қадар ба ҳуссаи чоки иловагӣ зиёдтар гузошта мешавад.

Андозаи иловагӣ фақат ба ҳуссаи чок дода мешавад.

1. Иловагӣ ба гирди рон (нишемангоҳ) то 3 см
2. Иловагӣ ба гирди китф то 7 см

Ҳуссаи чокро асосан дар маснуоти яклухт дӯхташуда истифода мебаранд. Пешдоманро асосан барои иҷрои кори хона, ё ки хангоми омода кардани хӯрок истифода мебаранд. Он бояд сарбанд, рӯймол ё каллапӯш ҳам дошта бошад.

Пешдоманҳоро асосан аз матоъҳои пахтагӣ, катонӣ, ё аз матои дилхоҳ, ки шустан ва дарзмол карданаш осон бошад, медӯзанд. Пешдоманҳоро бо якчанд намуд амсиласозӣ меку- нанд ва бо аппликатсия, марҷон, тасмаи гулдӯзӣ, чинҳо, ҳошия, тасмаҳои гуногуни пар-пар, кисаҳои гуногуншакл ва ғайра оро медиҳанд.

## Кори амалии № 29

### Гирифтани андоза барои пешдоман

*Таҷҳизот:* ченактасма, қалам, дафтар, тасма ё ришта барои бастанӣ миён.

*Рафти кор.* Барои гирифтани андоза қоидаҳои андозагириро ба назар гирифта, андозаро барои пешдоман мегирем. Ҳангоми гирифтани андоза чунин талаботро иҷро кунед:

а) гирифтани андоза аз якдигар барои пешдоман ва сарбанд (рӯймол).

б) нақшаи дастурии пешдоманро дар сутуни андозагирӣ пур кунед.

### Нақшаи дастурии №1 Андозагирӣ барои пешдоман

№	Аломати ченакҳо	Номи ченакҳо	Чуссаи намунавӣ	Андозагирӣ аз худ
1	НГсс	Нимченаки гирди сан-дуки сина	36	
2	Дс то м	Дарозии сина то миён	16	
3	Нчм	Нимченаки миён	30	
4	Дл	Дарозии либос	45	
5	Нчр	Нимченаки рон (нише-мангоҳ)	40	
6	Нвс	Нимченаки васеии сина	8	



1. Ба саволҳои варақҳо ҷавоб диҳед.
2. Сутуни андозагириши нақшаро хонапурӣ кунед.

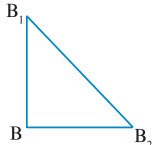
## § 21. КАШИДАНИ ТАРҲИ МАСНУОТ

### Кашидани нақшаи рӯймол (сарбанд) ва пешдоман

#### Нақшаи дастурии №2

#### Рӯймол (сарбанд)

*Таҷҳизот:* чадвали миқёсии М 1:4, чадвали калон, қалами ТМ ва 2 М, хаткӯркунак, дафтар, қоғази сафеди албоми андозааш 60х60.

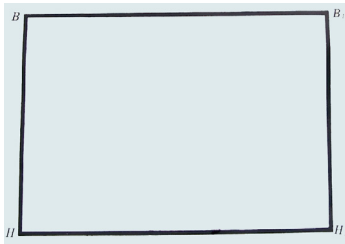
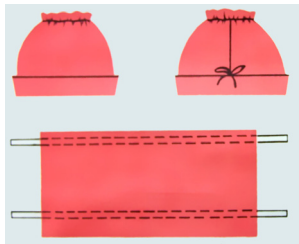
№	Аломати шартӣ	Равиши кор ва номи қисмҳо	Ченак ба ҳисоби см
1	В	Соختани кунчи рост дар нуқтаи В	
2	$ВВ_1=ВВ_2$	Дарозии тарафҳои аз 60х60 нуқтаи В пайдошуда	
3	$ВВ_1В_2В$	Соختани секунҷа бо хати бофосила ва баъд бо хати яклухт	

Нақша аввал дар дафтари корӣ (албом) бо миқёси М 1:4, баъд дар варақи калон кашида мешавад. Бо андозаи чадвали М1: 1.

#### Варианти 2. Соختани нақшаи каллапӯш

*Таҷҳизот:* чадвали миқёсии М1:4, чадвали калон, қалами ТМ ва 2 М, албом, хаткӯркунак.

№	Номи ченакҳо	Аломати шартӣ	Андозаи ченакгирӣ
1	Гирди сар – аз пешонӣ то пушти сар	Гс	54
2	Илова ба гирди сар	Илова ба Гс	2...4



*Расми 51. Нақшаи каллапӯши*

**Нақшаи дастурии №3**  
**Каллапӯш**

№	Аломатҳои шартӣ	Номи ченакҳо	Тасвири графикӣ
1	В	Соҳтани кунҷи рост дар нуқтаи В <sub>1</sub>	
2	ВВ <sub>1</sub>	Васеии каллапӯш (Гс +2 иловагӣ) $(54+2):2=28$	Иловагӣ =2
3	ВН	Баландии каллапӯш, адади доимӣ 20.	
4	ВНН <sub>1</sub> В <sub>1</sub>	Соҳтани тарафҳои росткунҷа бо ду тараф – ВВ <sub>1</sub> ва ВН.	
5		Хатҳои асосиро яқлӯхт кашед.	

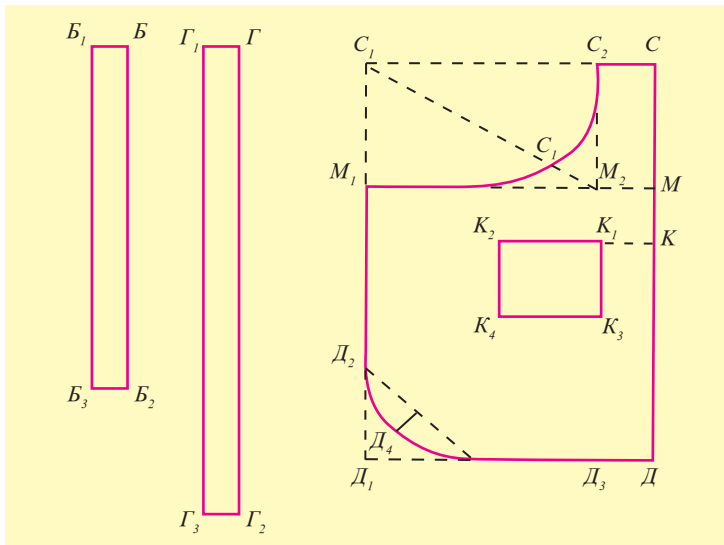
**Нақшаи дастурии №4**  
**Формулаи ҳисобкунӣ барои пешдоман (яқлӯхт)**

№	Аломати шартӣ	Номи буриши хатҳо ва нуқтаҳо	Ҳисобкунӣ ба андозаи 36	Ҳисобкунӣ ба андозаи худ
1.	СД	Аз нуқтаи С хати ростро кашед, нуқтаи Д-ро ҳосил мекунем.	СД=51	
2.	МД	Барои ёфтани дарозии қисми поён аз ченаки дарозии миён то зону 10-ро тарҳ мекунем.	$45-10=35$	
3.		Аз хати миён хатҳои уфуқӣ мегузаронем.		

4.	$ДД_1 = ММ_1$ $ММ = СС_1$	Барои ёфтани хати миён нимченаки ронро ба 2 тақсим ва ба 6 чамъ мекунем. Ин васеи қисми поёни пешдоман аст.	Нчр: $2+6$ $40:2+6=26$	
5.	$C_1D_1$	Хатҳои амуди ро гузаронида, аз нуқтаи $C_1$ хати гузариши нуқтаи $D_1$ -ро мепайвандем.	51	
6.	$СС_2 = ММ_2$	Васеи назди синаро муайян мекунем.	ҳиссаи чок+7 $7+1,5=8,5$	
7.	$C_2, M_2$	Хатҳои паҳлуиро бо хати нуқтаи $C_2$ ва $M_2$ мепайвандем.		
8.	МК	Соختани киса Масофаи аз хати миён то киса, нуқтаи К-ро мегузорем.	7	

9.	$КК_1$	Аз нуқтаи К хати уфуқӣ мегузоронем	7	
10.	$K_1K_2,$ $K_1K_3,$ $K_3K_4, K_4K_2$	Васеи киса ва дарозии тарафҳои кисаро муайян карда, нуқтаҳоро ҳосил мекунем.	15x15	
11.	$M_2C_1$	Аз хати марказии $M_2$ бо хатҳои нуқтаи $C_1$ хати ростро мепайвандем.		
12.	$M_2C_3$	Масофаи аз хати миён то хати нуқтаи $C_1$ хати паҳлуии $C_3$ -ро ҳосил мекунем.	5-6	

13.	$M_1 C_3 C_2$	Аз хати миён $M_1 C_3 C_2$ -ро моил аввал бо хати бофосила ва баъд бо хати яклухт мепайвандем.		
14.	$D_1 D_2$ $D_1 D_3$	Аз хати марказии поёни пешдоман, нуктаи $D$ , адади 6-ро мегузorem, нуктаи $D$ , $D$ -ро ҳосил мекунем.	6	
15.	$D_2 D_3$	Нуктаҳоро бо хати рост мепайвандем, миёна-чоҷро ёфта, 3 см хати амудӣ гузаронида, нуктаи $D_4$ -ро ҳосил мекунем. Нуктаҳои $D_2 D_4 D$ -ро бо хати моил бо ҳам мепайвандем, аввал бо хати бофосила, баъд бо хати яклухт.	3	
16.	$ГГ_1$	Сохтани миёнбанд, васеии миёнбанд	5	
17.	$ГГ_2$	Дарозии миёнбанд.	Нимчанаки миён+30 30+30= 60	
18.	$Г Г_2 Г_3 Г_1$	Росткунҷаро месозем ва хатҳои асосии яклухтро мепайвандем.	5x60	
19.	$ББ_1$	Сохтани гарданбанд, васеии гарданбанд.	5	
20.	$ББ_2$	Дарозии гарданбанд.	50	
21.	$ББ_2 Б_3 Б_1$	Росткунҷаро месозем ва хатҳои асосии яклухтро мепайвандем.	5x50	



Расми 52. Нақшаи пешдомани яклухт

### Амсиласозии маснуот

Дигаргунии намуди чузъҳои либос ва ороишу зебоии он (ороишҳои гуногун, гулдӯзӣ, кашидадӯзӣ, аппликатсия бо рангҳои гуногун, шероза)-ро амсиласозии либос меноманд. Ҳангоми амсиласозӣ рангҳо ва ҳангоми дӯхтан риштаҳо бояд мувофиқи матоъ бошанд.

Амсиласозӣ ва тарроҳии (конструксия) либос ба тарзи истифодаи он вобаста мебошад, яъне якчанд намуди истифодаи пешдоман мавҷуд аст. Пешдоман барои омода кардани хӯрок бояд васеътар бошад (яъне қисми болоӣ ва қисми поёнии сандуқи сина васеътар бошад), то ки ду паҳлуи ронро пӯшонад.

Ин пешдоман бояд рӯйи либосро хуб пӯшонад ва онро ҳангоми омода кардани хӯрок аз ифлосӣ, чарахсаи равған муҳофизат кунад. Дар ин ҳолат, ба пешдомани корӣ ороишҳои гуногун шарт нест, барои он ки дарзмолкуниро душвор мекунад. Дар дигар ҳолатҳо, ҳангоми омода кардани мизи идона он бояд майдатар, зебо ва назаррас бошад. Дӯхтани пешдоман хеле осон аст. Матоъро барои пешдоман харидан шарт нест. Аз либосҳое, ки барои шумо хурд шудаанд (доман, курта, ё ки аз куртаи кӯҳнаи мардо-



наи гулдор, рахдор, бегули якранг ё рангаш ҳархела) пешдоман сохтан мумкин аст. Либосҳои аз матоҳои сунӣ дӯхташуда зиёдатар хизмат мекунад ва шустанашон осон аст, онҳоро дарзмол кардан шарт нест, онҳоро бо шерозаҳои рангоранг ё аппликатсия нав кардан мумкин аст. Аз рӯймолҳои ҳархела, аз матоҳои пахтагӣ пешдомани хурди зебо дӯхтан мумкин аст, канори онҳо барои дӯхтани гарданбанд ва миёнбанд мувофиқ мебошад.

Ба матоҳои полиэтиленӣ (плёнка, клеёнка) ё матоҳои шаффоф қолаби пешдоманро гузошта, онро бо қайчӣ буред, онро дӯхтан шарт нест. Ин хел пешдоманҳо зиёд хизмат намекунад, аммо сохтани онҳо ҳам вақти камро мегирад. Ин гуна пешдоманҳо бештар барои чомашӯӣ, шустани асбобҳо ва дигар корҳои хочагӣ мувофиқанд.

Агар хоҳед, ки аз матои зичбофтаи титнашаванда, плаши кӯхна пешдоман дӯзед, онро 20-25 см дарозтар буред ва поёнашро катъ карда, қисми паҳлӯиро ҳам дӯзед, аз мобайни чоки амудӣ чоки қатқарда гузоред ва дар ду тарафи ин чок амудӣ ду киса (барои асбобҳо ва матоҳои дар даст буда) дӯзед. Ин пешдомани қулай барои корҳои хочагӣ (рӯбучини ҳавлӣ, таъмири хона ва ғайра) истифода мешавад.

Амсиласозӣ ба сохти маснуот вобаста аст. Бо ин усул асосан хатҳои сандуки сина, хати миён, хати боло ва поёни пешдоманро дигаргун месозанд.



*Расми 53. Намуди оройишҳо барои дӯхтани пешдоман: намуди шерозаҳои оройишӣ; намуди аппликатсияҳо*

## ҲАНГОМИ АМСИЛАСОЗӢ ЯКЧАНД НАМУДИ ОРОИШӢОРО ИСТИФОДА МЕБАРЕМ

### Тарзҳои ороиши пешдоман

**Мағзӣ.** Мағзӣ аз ду тараф қат карда, дӯхта мешавад, онро якбора дарзмол мекунад.

Мағзиро ба матои асосӣ мепайвандем. Дигар намуди амсиласозӣ дӯхтани хошия мебошад. Хошияро мувофиқи матои асосӣ интихоб мекунад. Ҳангоми интихоби хошия матоъҳои нафисро ба эътибор мегиранд. Хошияро дар ду пахдуи киса истифода мебаранд, онро оро медиҳанд ё ба намуди пар-пар медӯзанд.

**Гулдӯзӣ, кашададӯзӣ.** Гулҳоро аз риштаҳои якранг медӯзанд. Ҳангоми гулдӯзӣ шаклҳои хандасавӣ, гулу барги рустанӣ, тасвири ҳайвонот, парандаҳо, хомкӯк, юрмадӯзӣ, тӯрдӯзиҳои гуногунро истифода мебаранд.

Аппликатсия аз матоъҳои зебои якранг, рангу бофташон ва коркардашон гуногун бурида ва дӯхта мешавад. Барои он ки каноори матои буридашуда тит нашавад, онро аз тарафи чаппааш пешакӣ дар маҳлули оҳар тар мекунад, баъди хушк шудан онро дарзмол мекунад, ё ин ки ба тарафи чаппаи нақши буридашуда бо роҳи дарзмолкунӣ флизилин мечаспонанд. Нақши буридаи оmodаро ба пешдоман бо риштаҳои ҳамранги матои асос дастӣ ё бо мошини дарздӯзӣ медӯзанд.

**Чин-чин.** Пеш аз он ки ба пешдоман намуди чин-чин диҳанд, аввал қисми асосии чиншавандаро чен карда, баъд барои зебо шудани чинҳо тасма ва хошияҳои ороиширо 1,5 - 2 баробар зиёдтар мегиранд.

### Амсиласозии пешдоман

**Тачҳизот:** чадвал, чадвали миқёсии М 1:4, секунча, қалам, албом, хаткӯркунак.

Агар амсилаи пешдоманро сохтанӣ бошад, аввал онро ба матоъ мувофиқ кунед. Барои амсиласозии пешдоман дар фасони нақшаи аввалаи либос хату буришҳои иловагӣ дохил карда, онро мувофиқи таъби худ оро диҳед. Агар бо ин роҳ либосро оро доданӣ бошад, аввал ба нақшаи асосӣ тағйироти дилхоҳ дохил кунед.

**Нақшаи дастурии №5**  
**Формулаи ҳисобкунӣ барои пешдоман (миёндор)**

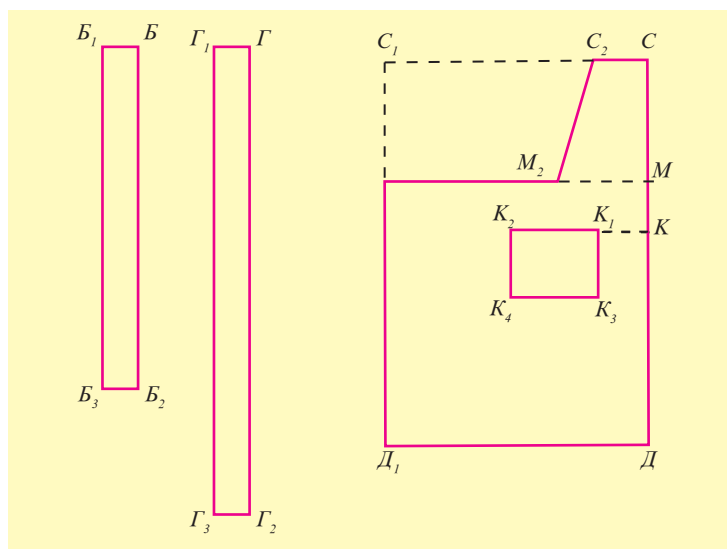
№	Аломати шартӣ	Номи буриш, хатҳо ва нуқтаҳо	Ҳисобкунӣ
1	СД	Аз нуқтаи С хати ростро кашида, нуқтаи Д - ро ҳосил мекунем.	51
2	МД	Барои ёфтани дарозии қисми поён ченаки дарозии миён то зонуро тарҳ мекунем.	$45-10=35$
3		Хати уфуқӣ мекашем.	
4	$ММ_1ДД_1$ $ММ_1=СС_1$	Барои ёфтани хати миён нимченаки ронро ба ду тақсим ва ба 6 чамъ мекунем, ин васеии қисми поёни пешдоман аст.	Нчр: $2+6$ $40:2+6=26$
5	$С_1Д_1$	Хати амуди ро кашида, нуқтаҳоро мепайвандем.	51
6	$СС_2$	Васеии назди сандуқи синаро дар нуқтаи С муайян мекунем.	Хдкки чок $+7$ $1,5+7=8,5$
7	$ММ_2$	Васеии қисми поёни назди сандуқи сина.	11
8	$С_2М_2$	Хатҳои паҳлуи нуқтаҳои $С_2$ ва $М_2$ -ро мепайвандем.	
9	МК	<b>Соҳтани киса</b> Масофаи аз хати миён то киса.	7
10	$КК_1$	Аз нуқтаи К ба $К_1$ хати уфуқӣ мекашем.	7
11	$К_1К_2, К_1К_3,$ $К_3К_4, К_4К_2$	Соҳтани киса, пайвастании нуқтаҳои $К_1$ ва дохилии он, то гузориши киса 15 см нуқтаҳоро мепайвандем.	Дарозии тарафҳояш - 15 см $15 \times 15$

12	$\Gamma\Gamma_1$	Васеи тасмаи миёнбанд.	6 см
13	$\Gamma\Gamma_2 \Gamma_3 \Gamma_1$	Дарозии тасмаи миёнбанд, нуктаҳоро мепайвандем.	80 см
14	$\begin{matrix} \text{ББ}_1 \\ \text{ББ}_2 \\ \text{ББ}_2, \text{Б}_2\text{Б}_3, \\ \text{Б}_3\text{Б}_1, \text{Б}_1\text{Б} \end{matrix}$	<b>Сохтани гарданбанд</b> Васеи гарданбанд. Дарозии гарданбанд. Сохтани росткунча.	8 см 45 8x45

**Эзоҳ:** Ба ҷойи ороиши чин-чин лентаҳои оmodаро истифода бурдан мумкин аст. Агар лента мавҷуд набошад, лахтапораҳои дарозиишон 100 см ва барашон 6 см аз худӣ матоъ боқимондари истифода бурда метавонед. Гирди маснуоти буридашударо дар мошини дарздӯзӣ бо дарзи ороишӣ дӯзед.



1. Барои гирифтани андоза ва кашидани нақшаи пешдоман аз кадом ченакҳо истифода бурдед?
2. Барои оройиши пешдоман кадом намуди оройишхоро истифода бурдед?
3. Дарозии қисми поёни пешдоманро чен кунед.



Расми 54. Нақшаи пешдомани миёндор

## § 22. ОМОДА КАРДАНИ АНДОЗА ВА СОХТАНИ ҚОЛАБ

Барои гирифтани ченаки васеии қисми поёнии пешдоман ба ченаки Нчр (нимченаки рон) ҳиссаи чок дода мешавад, то ин ки пешдоман озод истад ва паҳлуҳои ронро пурра пӯшонад.

Барои он ки хонанда нақшаро хонда тавонад, ин чизҳоро до-нистанаш лозим аст:

1. Ҷузъҳои пешдоман аз якдигар фарқдоранд, қисми болоии пешдоман нисбат ба қисми поёнии он хурдтар буда, ба бадан каме часпида меистад.

2. Қисми он ба чоркунча, қисми поёнии пешдоман ба росткунча монандӣ дорад.

3. Ном ва аломатҳои шартии хатҳои ронро муайян карда, онро аз ҷусса ёфтагон осонтар аст.

4. Муайян кардани ҳолати буришҳо ва нуқтаҳои нақша дар маснуот. Аввал дар маснуоти омода ва баъд аз ҷусса нишон додан мумкин аст.

5. Муайян кардани бузургҳои ченкунӣ, ки аз рӯйи онҳо дигаргунии нақшаро дидан мумкин аст.

Агар хонанда нақшаро нағз хонда ва хатҳои асосиро фарқ карда тавонад, барои андозаи худ аз ченаки гирифтааш қолаб сохта метавонад.

### Сохтани қолаби рӯймоли (сарбанд) ва пешдоман

Барои буридан ва дӯхтани маснуот, албатта, қолаб лозим аст.

Қолаб – нақшаи ҷузъӣ буда, ба андозаи асли баробар аст. Як маснуот аз якчанд ҷузъ иборат мебошад.

Қолабро бе назардошти ҳиссаи чок асосан ба ними маснуот омода мекунанд. Ба қолаб номи ҷузъҳоро мегузоранд ва самти равиши риштаҳо, ҷойи қаткунӣ, миёнаҷойи матоъ ва шумораи қолабҳоро муайян мекунанд.

Қолабҳоро аз қоғази ғафс ё борик (қоғази нусхагирӣ, клеёнка, селофанҳои ғафс) месозанд. Қолабҳои асосиро аз рӯйи нақшаҳои асосӣ, ки дуруст андоза гирифта шудаанд, омода мекунанд. Намуди фасонҳои гуногуни мураккабро аз рӯйи қолаби асосӣ бо ҷадвали секунча (лекало), қалам, хаткӯркунак ва ғайра тағйир додан мумкин аст.

Таҳияи фасонҳои гуногуни одӣ аз рӯйи қолаби асосӣ

чаҳонбинӣ ва тафаккури хонандаро васеъ намуда, бодикқатӣ, фаҳмиши амиқи зебоипарастӣ, майлу рағбат, маҳорату малакаи онҳоро оид ба дӯхтани маснуот ташаккул медиҳад ва онҳо дар айни замон дуруст интиҳоб кардани фасонҳои гуногунро ёд мегиранд.

Пеш аз он ки қолабро ба андозаи худ омода кунед, дар дафтар бо чадвали миқёсии М 1:4 якчанд маротиба кашидану буридани онро машқ кунед, то ки нисбати буридани қолаб малака пайдо шавад.

Барои дӯхтани либос ва сохтани қолаб хонандагон асосан миқёси 1:4-ро истифода баранд беҳтар аст. Агар чадвал набошад, хонандагон метавонанд аз варақи дафтари катаки дафтари одӣ истифода баранд. Барои мустаҳкамии варақ ба пушти он картон ё фанер часпондан мумкин аст.

Дар нақша хатҳои асосиро яклухти ғафс кашида, якчанд маротиба чен карда, баъди боварӣ ҳосил кардан онро буридан лозим аст. Қабл аз буридани қолаб хонандагон бояд аввал онро ба муаллима нишон диҳанд ва хатоҳои содиршударо ислоҳ намоянд.

Баъд аз буридани қолаб онро боз як бор санҷед, ки дар андоза тағйироти калон нашуда бошад.

Қолаби оmodаро бо нақшаи асосӣ мувофиқ мекунанд, ки он як хел аст ё не, яъне аз гирифтани ченаки дуруст қолаб саҳеҳтар омода мешавад.

Ҳангоми буридани қолаб ба қайчизанӣ аҳамият диҳед, ки хатҳои буридашудаи қолаб рост, ҳамвор ва бенуқсон бошанд. Қоидаҳои буридан ва қор бо қайчиро доништан лозим аст.

Баъд аз машқ кардан бо чадвали миқёсии М 1:4 бо чадвали метрӣ андозаи қолаби асосиро омода мекунем.

## Кори амалии №30

### Сохтани қолаби пешдоман

**Тачҳизот:** чадвали метрӣ, тасмаи ченакириӣ, қоғаз, қалам, нақшаи асосии пешдоман, қайчӣ.

**Рафти қор.** Аз рӯйи нақшаи асосии пешдоман ва андозаи гирифтаи худ аввал нақшаи сарбанд ё каллапӯш ва пешдоманро кашида, баъд қолаби онро месозем ва онро бо қайчӣ мебузем. Пеш аз буридани қолаб андозаи қолабро ба муаллимаатон нишон диҳед, камбудӣ ва норасоихоро баргараф намуда, қолабро буред. Қолаби рӯймол (сарбанд) ё каллапӯшро интиҳобӣ ва пешдоманро ба андозаи худ соzed.



*Қолаб, ки барои буридани матоъ лозим буд, ҳанӯз дар асри X истифода бурда мешуд. Қолабро чеварҳо эҳтиёткорона нигоҳ медоштанд, ки аз рӯйи қолаб нусхабардорӣ накунад. Аз соли 1860 истеҳсоли қолаб дар корхонаҳо ба роҳ монда шуд. Асосан фирмаи Е. Бавттерика дар солҳои 1826-1903 қолабҳоро мебаровард.*



- 1. Барои сохтани қолаб чиҳоро ба назар мегиранд?*
- 2. Ҳангоми кашидани нақшаи қолаб кадом қадвалро истифода мебаранд?*
- 3. Қолаби пешдоман ва рӯймол (сарбанд)-ро ба андозаи худ омода кунед.*

## **§23. ТЕХНОЛОГИЯИ ЧОҚБУРӢ ВА ДӢХТАНИ ЛИБОСИ МАҲСУС**

Либос бо пайдарҳамии гуногун омода карда мешавад:

1. Омодагӣ ва интиҳоби матоъ.
2. Омода кардани пораҳои матоъ ва буридани онҳо.
3. Дӯхтани маснуот.

Пеш аз буридани пора кардани матоъ онро хуб аз назар гузаронидан лозим аст, ки ягон ҷойи он доғдор, дарида ва ё қачу қилеб набошад; ҷойҳои нуқсондорро бо бўр ишорат мекунанд.

Пеш аз буридани дӯхтани матоъ дарозӣ ва бари он, равшани рахҳои риштаҳо, хусусияти нақша ва коркарди гармию намии онро ба назар гирифтани лозим аст.

Пешдоманҳое, ки барои пухтани хӯрок ва дигар корҳо дар ошхона лозиманд, бояд аз матоъҳои рангашон кушод, якранг, пахтагӣ ё катонӣ (чит, суф, сандуф) дӯхта шаванд. Пешдоманҳое, ки барои рӯбучини хона истифода мебаранд, аз матоъҳои пунакшунигор ва саҳт дӯхта шаванд, беҳтар аст.

Бари матоъҳое, ки истеҳсол мешаванд, аз 60 см то 1 м 60 см мешавад.

Ба эътибор гирифтани бари матоъ ҳангоми дӯхтани маснуот барои сарфаю сариштакорӣ ва роҳ надодан ба исрофкориҳои беҳудаи матоъ аҳамияти калон дорад. Барои дӯхтани пешдоман

матоъҳои барашон аз 75 то 90 см-ро интихоб намоед, бехтар аст. Исрофи матоъ ба дарозии матоъ ва интихоби намуди фасон вобастагӣ дорад. Пеш аз он ки матоъро интихоб ва ба буридан омода кунем, матои сарфмешударо ҳисоб кардан лозим аст. Агар матоъ васеъбар (бараш 140 см) бошад, дарозии онро ба дарозии маснуот баробар гирифтани лозим аст. Дарозии либосро муайян карда, киса, миёнбанд (тасма) ва гарданбанд ба назар гирифта мешавад. Ҳиссаи чокро барои қисми болоӣ 1,5 см, барои қисми болоии пешдоман 2 см, паҳлу ва қисми поёни 1,5 см мегузоранд.

### **Буридани нусхаи пешдоман**

Пеш аз буридани нусхаи пешдоман матои интихобкардари аз назар гузаронидани лозим аст:

1. Матоъро дарзмол карда, ҷойи қачу қилеб ва милкашро бурида, дуқат карда, бо сӯзанак кӯк мекунем.

2. Ҳангоми қат кардан риштаҳои тору пуди матоъ, гули матоъ ва ҷойҳои нуксондорро ба назар мегирем.

3. Ҳангоми густурдани матоъ мизи қорӣ бояд тоза ва ҳамвор бошад; қолабҳоро ҷо ба ҷо карда, аввал ҷузъҳои қалон ва баъд ҷузъҳои хурдро тавре ҷо ба ҷо мекунем, ки сарфақории матоъ ба назар гирифта шавад.

4. Қолабҳоро ба риштаю рахҳо ва қаду бари матоъ мувофиқ карда, баъд сӯзанакҳоро маҳкам мекунем; равиши сӯзанакҳо бояд ба як самт нигаронида шавад.

5. Ба ҷойи дарз аз қанори қолаб 0,8-1 см гузошта, бо бӯри дӯзандагӣ ё собуни маҳсус хат мекашем. Қолабро аз матоъ ҷудо накарда, аз рӯйи хатҳои матоъ низ буридан мумкин аст.

6. Пеш аз буридани матоъ рафти қорро аз назар мегузаронем, рахҳо ва гулҳои матоъ бояд мувофиқат кунанд. Чи тавре ки дар урфият мегӯянд: «Ҳафт бор чен куну як бор бур».

### **Талаботи асосӣ ҳангоми буридани маснуот**

Ҳангоми буридан кашишхӯриву кӯтоҳшавии матоъро баъди шустан ба назар бояд гирифт.

1. Пеш аз буридани матоъ онро дарзмол кардан лозим аст.

2. Пайдарҳамии гузоштани қолабҳо: хатҳои кӯндаланг ва барқади матоъ ва ҷойи нуксондори онро ба назар гирифтани лозим аст.

3. Ҷузъҳои қолабро танҳо бо бӯри дӯзандагӣ, собун ё бо қалам



гирддавон мекунанд.

4. Ҳангоми буридан ҳиссаи чокро мувофиқи чузъҳо ва .наму-ди онҳо ба назар гиред.

5. Матоъро рост буред. Барои он ки маснуоти бурида рост ва сахҳ бошад, ба ҳолати даст аҳамият диҳед.

6. Ҳангоми буридани матоъ ба сарфаю сариштакорӣ аҳамият диҳед, то ки лахтакпораҳо камтар шаванд (лахтакпораҳо бояд то пурра дӯхтани маснуот эҳтиёт кунед ва баъд аз он лахтакпораҳо маснуоти барои рӯзгор заруриро дӯзед).

7. Ҳангоми буридани матоъ қоидаҳои техникаи бехатарии кор бо қайчӣ, дарзмол, сӯзан ва сӯзанакро ба назар гирифтани лозим аст.

### Кори амалии №31

#### Нақшаи технологии №1

#### Буридани нусхаи пешдоман

**Таҷҳизот:** қуттии сӯзанҳо, қайчӣ, сӯзанак, бӯр, ченактасма, қолаби пешдоман ва матоъ

№	Тартиби иҷрои кор
1	Омода кардани матоъ ба буриш.
2	Аз назар гузаронидани сифати матоъ, ҷойи кандашавии риштаҳои тору пуд, доғҳо, нуқсонҳои рангубор, дуруст ҷойгиршавии нақшҳо.
3	Муайян кардани тарафи ростаю чаппаи матоъ.
4	Дарзмол кардани матоъ.
5	Чен кардани дарозию бари матоъ, буридани милки он.
6	Дуқат кардани матоъ (тарафи роста ба дарун қат карда, бо сӯзанак маҳкам карда мешавад).
7	Баробар кардани канорҳои матоъ (буридани қачу килебии матоъ), чудо кардани миёнбанд (бараш 7 см).
8	Гузоштани пораи асосии қолаб ба рӯи матоъ (қолаб тавре гузошта мешавад, ки хати марказ ба тарафи қатшудаи матоъ афтад ва аз тарафҳои дигар барои бари дарз 2 см гузошта шавад), бо сӯзанак ба матоъ часпондани қолаб. Ҳаминро ҳам ба эътибор гирифтани лозим аст, ки сӯзанакҳо амудӣ ва як хел равиш дошта бошанд. Техникаи бехатарии корро риоя намоед.

9	Гузоштани қолаби киса, бандакҳо ва миёнбанд ба матои боқимонда.
10	Ҷойи рӯймол (сарбанд)-ро ҳам ба назар гирифтани лозим аст.
11	Кашидани хатҳо бо гузоштани ҳиссаи чок: 1. Чокҳои китф – 1,5 см 2. Чокҳои паҳлӯй – 1-1,5 см 3. Чокҳои поёни – 3 см 4. Ҷойи қати поёни пешдоман – 1,5-3 см 5. Ҷойи қати қисми болоии киса – 1,5-3 см, қисми поёни – 1,5 см
12	Мувофиқи қолаб хатхоро бо бӯр ё собуни махсус (чузъхоро паиҳам гузошта) мекашем.
13	Санҷиш, буридани нусхаи пешдоман ва қисмҳои он (сарбанд). Кори иҷрокардари боз як маротиба санҷида, баъд нусхаи пешдоман ва рӯймолро мебурем.
14	Кашида гирифтани сӯзанақҳо, гирифтани қолаб.
15	Худсанҷӣ: Баҳо додан ба сифати кор: 1) тарзи гузоштани қолаб; 2) тарзи буриши тарафҳо ва тозагии ҷойи буриш; 3) ҷойи хатҳои бӯркашида; 4) баназаргирии ҳиссаи чок.



а)



б)

*Расми 55. Тарзи гузоштани қолаб ба матоъ ва буридани нусхаи пешдоман: а) пешдомани яклухт бо рӯймол (сарбанд); б) пешдомани миёндор бо каллапӯш.*



*Ҳангоми буридан матоъ бояд қаду бари муайян дошта бошад. Барои он ки ҳангоми буридани ҷузъҳо ҷои нуқсондор рост наояд, дар он ҳаққи чокро ба назар мегиранд.*

*Матоъро бо қайчиҳои махсус ё мошинҳои махсуси бурранда мебуранд.*



*1. Барои чӣ пеш аз буридани матоъ тарафҳо ва бари матоъ муайян карда мешаванд?*

*2. Барои буридани матоъ кадом қоидаҳоро ба назар бояд гирифт?*

*3. Матои барои пешдоман интихобкардари аз назар гузаронед, ки нуқсондор набошад.*

## § 24. БАРОИ ДҶҲТАН ОМОДА КАРДАНИ ҶУЗЪҲОИ БУРИДАШУДА

Технологияи дҷҲтани маснуотро дида мебароем. Он талаботи ба худ мувофиқро дорад.

### **Омода кардани пораҳо барои дҷҲтан**

Пораҳоро аввал бо сӯзан бо дарзи одӣ, баъд бо мошини дарздӯзи дҷҲтан лозим аст.

Ҳангоми дарздӯзии мошинӣ шартҳои зеринро ба инобат бояд гирифт:

1. Дарзҳои дастӣ бояд бо чокҳои баробар дҷҲта шаванд.

2. Дарзҳои мошинӣ бояд аз паҳлуи кӯкҳои дастӣ рост ва шинаму зебо иҷро карда шаванд.

3. Пас аз иҷрои ҳар дарз онро дарзмол кардан лозим аст.

4. ДҷҲтани маснуот, дарзмол кардани он. Пораҳои омодашуда бо тартиб пайваस्त карда мешаванд. Кӯкҳои дастиро қанда, маснуотро дарзмол мекунем.

5. Баъди иҷрои қор онро месанҷем. Маснуот бояд мувофиқи намуна хушнаму, қисмҳои чуфташ баробар ва дуруст ҷой гирифта бошанд. Баъди дарзмол ягон ҷойи қатшуда набояд бошад.

6. Ҳангоми дҷҲтани кӯкҳои дастӣ захми чокҳо бояд рост ва дар масофаи муайян аз ҷойи буриш ва ҷойи қати матоъ ҷойгир шуда бошанд, қунҷҳои ҷойи буриш бояд ҳамвор бошанд, кӯкҳои нухагирӣ ва сӯзанақҳо бояд баъди иҷрои кӯкҳои дастӣ гирифта шаванд, баъди дарзҳои мошинӣ кӯкҳои дастӣ бояд гирифта шаванд.

## Кори амалии №32

### Нақшаи технологии №2 Дӯхтани рӯймол (сарбанд)

**Таҷҳизот:** куттии сӯзанхо, ришта, қайчӣ, чадвал, ченактасма, сӯзанак, бўр, ангуштпона, рӯймол ва шероза (1 м) ё тасмаи ороишӣ

№	Тартиби иҷрои кор
1	Хатҳои буриши ду тарафи кунҷи рост бо дарзи одӣ дӯхта мешаванд. Қойи буриши рости сарбанд (рӯймол)-ро аввал 0,5 см ба тарафи чаппа қат карда, кӯк мекунем. Баъд аз тарафи чаппа боз 0,8 см- 1 см қат карда, кӯк ва дарзмол мекунем.
2	Қисми зиёдагии матоъро аз гӯшаҳои сарбанд бурида мепартоем.
3	Аз тарафи чаппаи матоъ бо бўр 1 см хат кашида, аз қойи буриш миёнаҷои онро муайян мекунем.
4	Аз қойи буриши рӯймол (сарбанд) 1 см гузошта, аз тарафи чаппааш бо бўр хат мекашем. Миёнаҷойи тасмаро ёфта, бо бўр ё қалам нишона мегузorem.
5	Шерозаро ба тарафи чаппаи рӯймол тарзе мегузorem, ки канори шероза (тасма) қад-қадӣ хати кашидашуда қойгир шавад ва миёнаҷояш бо қойи нишонакарда мувофиқ ояд. Баъд бо даст кӯк мекунем.
6	Аз канори тасма 0,1 -0,2 см гузошта, бо мошини дарздӯзӣ дӯхта, охири чокро маҳкам мекунем. Кӯкҳои дастиро меканем.
7	Тасма (шероза)-ро аз тарафи рости рӯймол қат карда, аввал дастӣ кӯк мекунем, баъд бо мошини медӯзем ва дар охир кӯкҳои дастиро меканем.
8	Қойи дӯхташударо дарзмол мекунем.
9	Канорҳои шерозаро қат карда, бо чоки ноаён дастӣ медӯзем.
10	Кӯкҳои дастиро канда, рӯймоли омодашударо дарзмол мекунем.
11	Худсанҷӣ: 1. Ба сифати чоки канорҳои рӯймол диққат диҳед. 2. Баробар будани тарафҳои рӯймолро санҷед. 3. Сифати дарзмол кардани маснуотро санҷед.



Расми 56. Дӯхтани рӯймол бо шерозаи орошиӣ: а) дӯхтани рӯймол бо кӯкҳои дастӣ; б) дӯхтани рӯймол бо мошини дарздӯзи дастӣ ва часпондани шерозаи орошиӣ; в) нурра дӯхтани рӯймол.

### Кори амалии №33

#### Нақшаи технологияи №3

#### Технологияи дӯхтани каллапӯш

**Таҷҳизот:** қуттии корӣ, қолаби каллапӯш, матоъ, тасма – 60 см, тасмаи борик ё шероза - 1 м 70 см

№	Пайдарҳамии кор
1	Омода кардани қолаб мувофиқи номгӯи чузӯҳо: тарафҳои рӯстаю чаппа ва равиши ресмонҳои барқад.
2	Ҷо ба ҷо кардан бо назардошти ҳиссаи чок, бо сӯзанак маҳкам карда, бо бӯр гирдавон кардан.

3	Дурустии чобачогузории қолабро ба назар гирифтан.
4	Технологияи дӯхтани канорҳои каллапӯш. Канорҳои каллапӯшро бо чоки қаткунӣ (васеии чок 1 см) аввал дастӣ 0,5 см, баъд бо мошин ба дарозии 0,2 см медӯзем. Дарзхоро дарзмол мекунем.
5	Дӯхтани қисми поёнии каллапӯш. Дӯхтани қисми поёнии буриши каллапӯш бо дарзи қаткунии рост, бо дарзи васеяш 2 см маҳкам кардани охириҳои дарз. Дарзмол кардани дарзо.
6	Дӯхтани буриши қисми болоӣ. Буриши қисми болоии каллапӯшро каме қат карда медӯзем. Васеии дарз 4 см, маҳкам кардани дарз.
7	Кӯкҳои дастиро аз канори қисми боло 2 см мегузорем, бо кӯки дастӣ 0,5 см медӯзем.
8	Дарзи мошиниро дар масофаи 0,2 см аз кӯки дастӣ медӯзем.
9	Кӯкҳои дастиро қанда, дарзмол мекунем.
10	Коркарди охириин ва ороиши каллапӯш. Пурра дӯхтани маснуот. Каллапӯшро бо шероза ороиш медиҳем.
11	Коркарди бандаки каллапӯш (нигаред ба кори амалии №36). Тасмаи борикро аз ҷойи сӯрохиҳои каллапӯш гузаронида, маснуотро дарзмол мекунем.
12	Ҳангоми пӯшидани каллапӯш бандакашро мекашем ва мебандем.
13	Худсанҷӣ: А) санҷидани сифати чокҳо; Б) баробарии васеӣ ва баландии каллапӯш; В) дуруст гузаронидани шерозаҳо.



Расми 57. Дӯхтани каллапуш: а) технологияи дӯхтани каллапӯш бо кӯкҷҳои дастӣ; б) дӯхтани каллапӯш ва шерозаи орошиӣ бо дарзҳои мошинӣ; в) технологияи дӯхтани бандак; г) пурра дӯхтани каллапӯш бо дарзҳои мошинӣ



Ҳангоми омода кардани маснуот риояи қоидаҳои дурусти дарзмолкунии маснуот роли асосиро мебозад. Он ба намуди зоҳирии маснуот ва сифати он таъсир мерасонад. Баъди иҷро кардани ҳар як дарзи мошинӣ ба рӯйи онҳо матоъ ё доқа гузошта дарзмол кардан лозим аст. Кӯкҷҳои дастиро канда, ҷойҳои чинишуда ва қатишудаи маснуотро дарзмол кунед. Ҳангоми дарзмол кардан ба ҳарорати дарзмол аҳамият диҳед.



1. Ҳангоми дӯхтани маснуот кадом шартҳоро ба назар гирифтани лозим аст?
2. Тарзи дӯхтани тасмаро шарҳ диҳед.

## §25. ТЕХНОЛОГИЯИ ДҶҲТАНИ ПЕШДОМАН

### Кори амалии №34

#### Нақшаи технологию № 4 Дҷҳтани пешдомани яклухт

**Таҷҳизот:** куттии корӣ, пешдоман, чузъҳои пешдоман, мошини дарздӯзӣ, дарзмол.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Дҷҳтани буришҳои канорӣ. Буришҳои канорӣ ва қисми болоии чузъи пешдоманро аввал 0,5 см, баъд 1 см ба дарун қат карда кӯк мезанем.
2	Канорҳои пешдоман ва қисми болоиро аз ҷойи қатшуда бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
3	Дҷҳтани қисми поёнии пешдоман. Қисми поёнии буришро аввал 0,5 см, баъд 1 – 2,5 см қат карда кӯк мезанем, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
4	Қисми охири чокро мустаҳкам мекунем.
5	Кӯкҳои дастиро меканем.
6	Ҷойҳои дҷҳтаи пешдоманро дарзмол мекунем.
7	Худсанҷӣ: 1. баробарии васеии чокҳо хангоми кӯк задан; 2. роста ва ҳамвории чок; 3. дарзмол кардан.

### Дҷҳтани гарданбанд

Гарданбандҳоро ду қати баробар карда, аввал бо сӯзан дасти ва баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзанд, кӯкҳои дастиро канда, рост ва дарзмол мекунанд.

Ба ҷойи ишорашуда ду кунҷи қисми болоии пешдоманро мечаспонем. Ба ҷойи гарданбандҳои матой тасмаҷаҳои махсуси оmodаро низ часпондан мувофиқ аст.





Расми 58. Дӯхтани гарданбанд      Расми 48. Дӯхтани пешдомани яклухт

### Кори амалии №35

#### Нақшаи технологии №5

#### Дӯхтани гарданбанд

**Таҷҳизот:** куттии афзорҳои дарздӯзӣ, чузъҳои гарданбанд, мошини дарздӯзӣ, дарзмол

№	Тартиби иҷрои кор
1	Чузъи гарданбандро гирифта, барқад гузошта, тарафи ростай онро ба дарун гузошта, аз ҷойи буриш 0,7 см монда, дастӣ кӯк мезанем.
2	Дарзхоро рости ҳамвор карда, ду тарафи гарданбандро (канор ва як тарафи кунҷи онро) бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
3	Кӯкҳои дастиро меканем ва охири гарданбандро бо ёрии қалам рости меканем.
4	Кунҷҳои гарданбандро рости карда, 0,8 см ба дарун қат намуда, аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.

5	Кӯкҳои дастиро меканем ва онро дарзмол мекунем.
6	Гарданбанди оmodаро ба қисми болоии пешдоман дар масофаи 0,8 см аз ҷойи коркарди маснуот аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
7	Худсанҷӣ: 1. санҷидани сифати чок; 2. ба сифати кунҷҳои гарданбанд аҳамият диҳед; 3. дуруст пайваст шудани гарданбанд ва қисми болоии пешдоманро санҷед.



1. Тарзи дӯхтани қисми поёнии пешдоманро гуфта диҳед.

2. Гарданбандро дар кадом масофа ба қисми болоии пешдоман мепайванданд?

## § 26. ДҶҲТАНИ КАМАРБАНД Ё МИЁНБАНД (ТАСМА)

Дар тӯли солҳои зиёд либос чун объекти мӯд ба бисёр дигаргунӣҳо дучор шуд. Дар Рим ба ороиши либос бештар аҳамият меоданд ва камарбанд ҳам ба яке аз ҷузъиёти ороишӣ мубаддал шуд. Камарбандро бо маводи қимат, марвориди хиндӣ, сангҳои қиматбаҳои суфта, ёқут ва ғайра оро меоданд.

Дар давраҳои пеш аскарони дар муҳориба тарсончаку ноухдабароро дар сафи аскарон бо шармандагӣ аз камарбанд маҳрум мекарданд.

Дар асрҳои миёна, ки кеса он қадар маъмул набуду борхалтаҳо кам истифода мебуданд, корд, шона, қайчӣ ва ғайраҳо бо ришта ё занҷирак ба камарбанд меовехтанд. Аскарон дар камарбандашон шамшер, ханҷар, баъзан зангӯларо меовехтанд. Ҳатто гуфторе ҳам вучуд дошт, ки «Дар кучое, ки сарбоз ва амалдор ҳаст, дар ҳамон ҷо садо вучуд дорад». Бинобар ҳамин дар баъзе либосҳо камарбанд (тасма)-ро ҳоло ҳам то ҳади имкон ба тарзҳои гуногун ороиш медиҳанд.

**Кори амалии №36**  
**Нақшаи технологии №6**  
**Духтани камарбанд (тасма)**

**Таҷҳизот:** куттии корӣ, чузъҳои камарбанд (тасма), мошини дарздӯзӣ, дарзмол.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Чузъҳои камарбанд (тасмаро) гирифта, барқад гузошта, тарафи ростай онро аз қисми буриши он 0,7 см – 1 см ба дарун қат карда, бо кӯки дастӣ медӯзем.
2	Дарзхоро ҳамвор намуда бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
3	Миёнбандро роста карда, 2 тарафи охири онро ба дарун 0,8 см қат карда, 0,5 см аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
4	Камарбанди оmodаро дарзмол мекунем.
5	Худсанҷӣ: 1. ба сифати чокҳо назорат намоед, васеъии камарбанд бояд як хел бошад. 3. ба кунҷи миёнбанд эътибор диҳед



*Расми 59. Духтани миёнбанд*



1. Тарзи дӯхтани тасмаро гуфта диҳед.
2. Тасмаро ба пешдоман чӣ тарз мепайванданд?  
Эзоҳ: Бо ҳамин пайдарҳамӣ чузъи дигари миёнбандро (тасмаро) дӯзед.

## § 27. ДҶҲТНИ КИСА

Асосан ду намуди киса маълум аст: кисаи берун ва кисаи дарунӣ. Онро аз чузъҳои асосии маснуот омода карда, дар болои дарз ва ё чин мешиноманд. Вобаста ба ҷойи дӯхт кисаи берун (кисаи боло) аз дарунӣ фарқ мекунад.

Кисаи берун одӣ, рост, хошиядор, хошияш муқарнас, сарпӯшдор, бесарпӯши бахиядор, чиндор ва ғайра мешавад. Кисаи берунро бо ҳар хел чину гулдӯзӣ, аппликатсия ва ғайра оро медиҳанд. Ҳангоми омода кардани киса усулҳои пайвастанӣ минбаъдаи онро (вобаста ба шакли киса ва хусусиятҳои мато, ки аз он киса дӯхта мешавад) ба эътибор гирифтани даркор аст.

Барои дӯхтани пешдоман асосан кисаи беруниро интихоб мекунанд.

Ҷой ва андозаи кисаро аз рӯйи намунаи гирифташуда ҳангоми пӯшида дидани пешдоман муайян мекунанд. Бо ин мақсад мувофиқи андоза шакли кисаро аз қоғаз мебуранд.

### Кори амалии №37

#### Нақшаи технологии №7

#### Дӯхтани кисаҳо

**Таҷҳизот:** қуттии афзорҳои дӯзандагӣ, чузъҳои киса, мошини дарздӯзӣ, дарзмол.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Аз тарафи рости киса дар масофаи 0,5 см ва 2 см аз буриши болои чузъи киса бо бӯр хати рост мекашем
2	Хати буриши даҳони кисаро 0,5 см кӯк мезанем ва бо мошини дарздӯзӣ медӯзем
3	Баъди 2 см боз чаппа қат карда, ду тарафи кисаро низ медӯзем ва роста мекунем
4	Кӯкҳои дастиро қанда, дарзмол мекунем
5	Канори кисаро аз тарафи роста 0,8 см ё 1 см қат карда медӯзем

6	Се тарафи дигари кисаро низ як маротиба 0,8 ё 1 см қат карда медӯзем
7	Дарзмол мекунем
8	Бо ҳамин пайдархамӣ ҷузъи дигари кисаро медӯзем
9	Худсанҷӣ: 1. назорат кардан ба сифати чокҳо: ба андоза ва шакли киса, васеъгии чок ва захми он. 2. дарзмол кардани маснуот.



*Расми 60. Дӯхтани киса*

### **Ҳангоми дӯхтани киса шартҳои зеринро риоя кунед:**

Баробарии кисахоро санчида, онро оро дода, ба қисми асосӣ (ба пешдоман) мечаспонем.

Гирди кисаро бо тасмаи ороишӣ, тӯр ё мағзӣ оро додан мумкин аст.

1. Ҳангоми кӯкҳои дастӣ чокҳо бояд якхела ва рост дӯхта шуда бошанд.

2. Васеи чокҳо мувофиқи нишондод ба дарозии маснуот як хел бошад.

3. Чокҳои мошинӣ бояд якхела, рост бошанд ва аз болои кӯкҳои дастӣ нагузаранд. Онҳо дар масофаи муайян аз хати буриш ё ҷойи қати маснуот дӯхта шаванд.

4. Ба кунҷҳои киса аҳамият диҳед, ки онҳо якхела бошанд.

5. Кӯкҳои дастӣ бояд баъд аз дарзи мошинӣ канда шаванд.

6. Васеи ва бари киса мувофиқи андозаи додашуда бошад.

7. Ба дарзмолкунии маснуот аҳамияти ҷиддӣ диҳед.



1. Кадом намуди кисаҳоро медонед?
2. Ҳангоми дӯхтан ба кадом шартҳо аҳамият додан лозим аст?

## § 28. ПУРРА ДҶҲТАНИ МАСНУОТ

### Кори амалии №38

### Нақшаи технологии №8

### Технологияи пайваст кардани чузъҳои пешдоман

**Тачҳизот:** куттии афзорҳои дӯзандагӣ, чузъҳои киса, гарданбанд, камарбанд (миёнбанд), пешдоман, мошини дарздӯзӣ, дарзмол.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Пайваст кардани киса ба қисми поёнии пешдоман, тарафҳои кисаро муайян мекунем, ҷойи пайвастани гарданбанд ба қисми болоии пешдоман, миёнбанд ба қисми паҳлуии пешдоманро муайян мекунем, хати миёнро бо бўр ишора намуда, ҷойгиршавии чузъҳоро дар маснуот муайян мекунем.
2	Тарафи чаппаи чузъи кисаро ба тарафи рости маснуот гузошта, тарафҳои болоӣ ва паҳлуии маснуотро ба назар мегирем.
3	Ҷойи кисаро хат кашида ё муайян намуда, кӯкҳои нусхагирӣ мегузаронем.
4	Аз канори киса 0,1-0,2 см гузошта, аввал дастӣ кӯк мезанем, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем, кунҷҳои болоиро ба шакли секунҷа маҳкам мекунем.
5	Кӯкҳои дастиро канда, маснуот ва кисаро дарзмол мекунем
6	Миёнбанди оmodаро ба маркази ду паҳлуи пешдоман дар масофаи 0,8 см аз канорҳои он дастӣ ва баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем. Маснуоти оmodаро дарзмол мекунем.
7	Худсанҷӣ: 1. сифати шинондани киса, миёнбанд ва гарданбандро санҷед; 2. сифати дарзи мошиниро аз назар гузаронед. 3. ба дарзмолкунии маснуот аҳамият диҳед.

Баъди ба итмом расонидани коркарди чузъҳо пешдоман омода мешавад.

### *Ҳангоми дӯхтан талаботи зеринро риоя кунед:*

1. Кӯкҳои дастӣ як хел дӯхта шаванд ва дар масофаи якхела ҷойгир бошанд.

2. Васеи чокҳо як хел бошад.

3. Кӯкҳои дарзи мошинӣ бояд ҳамвору рост бошанд ва ҳангоми дӯхтани маснуот ҳалқапартоии чок рух надихад.

4. Дарзҳои мошинӣ бояд аз ҷойи кат ё буриши маснуот дӯхта шаванд. Сӯзанақхоро аз маснуот гирифта лозим аст.

5. Баъди дарзи мошинӣ кӯкҳои дастиро бояд канд.

6. Васеи ва дарозии чузъҳои гарданбанду киса мувофиқи андозаҳои додашуда бошанд.

7. Баъди иҷрои ҳар як дарзи мошинӣ онро дарзмол кардан лозим аст.

8. Намуди зоҳирии маснуот бояд зебо, ба модели интиҳобкарда мувофиқ ва ба организм ғайдаовар бошад, ба талаботи гигиени мувофиқат кунад.

9. Маснуоти оmodаро дарзмол бояд кард.

10. Кисаҳо дар масофаи якхела ва баробар ҷойгир шаванд.



*Расми 61. Пурра дӯхтани пешдоман*

### **Дарзмолкунӣ**

Дарзмоли барқӣ тавассути унсури гармибахши дохилӣ пас аз васл кардан ба шабакаи барқ метафсад.

Танзими ҳарорат бо рақамҳои римии I, II, III, ё тақсимои шёлк (абрешим), шерсть (пашм), лён (матои катонӣ) ишора шудааст. Тавассути он ҳарорати дарзмолро ба навъи матоъ мувофиқ мекунад.

Дарзмол барои ҳамвор кардани либос, матои ғичимшуда, дарзмол кардани дарз, гулдӯзӣ истифода мешавад. Ҳангоми дарзмол кардани рӯймол (сарбанд) ва пешдоман қоидаҳои зеринро риоя бояд кард:

1. Дарзмолро аз назар гузаронед, ки тагаш ифлос ё ягон ҷояш канда нашуда бошад.

2. Дарзмолро бо дастони хушк васл ва қатъ кунед. Бо дасти тар иҷро кардани ин амалҳо қатъиян манъ аст.

3. Ҳарорати дарзмолро тавассути танзимаи ҳарорат ба навъи матои дарзмолшаванда мувофиқ кунед.

4. Ашёро аз рост ба чап дарзмол кунед.

5. Ашёи дарзмолкардаро дарҳол таҳ кардан мумкин нест. Маснуотро дар рӯи тахтаи махсус дарзмол кунед.

Технологияи коркарди пешдомани яклухтро ба назар гирифта, мо якчанд намуди пешдоманро дӯхта метавонем.

Тарзи дӯхтани пешдоманҳои амсилашон гуногун аз рӯи коркарди ҷузъҳои алоҳида фарқ мекунад. Бинобар ин технологияи коркарди пешдомани яклухтро ба эътибор гирифта, мо пешдомани камарбанддорро дӯхта метавонем.

Коркарди гарданбандро монанди гарданбанди пешдомани яклухт иҷро кунед.

### Кори амалии №39

## Дӯхтани пешдомани камарбанддор

### Нақшаи технологии №9

**Тачхизот:** қуттии афзорҳои дарздӯзӣ, бандакҳо, мошини дарздӯзӣ.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Қисми болоии пешдоманро дар назди сандуқи сина аз се тараф аз тарафи буриши паҳлӯӣ дар масофаи 0,7 см кӯк мезанем.
2	Кӯкҳои дастиро меканем, ҷойи буриши тасмаи ороширо қат мекунем ва кӯк мезанем.
3	Чокҳоро рости ҳамвор карда, 0,2 см кӯк мезанем. Бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
4	Қисми болоии пешдомани омодашударо дарзмол мекунем ва кӯкҳои дастиро меканем.
5	Гарданбанди оmodаро ба қисми болоии пешдоман дар масофаи 0,8 см аз канори маснуот дастӣ ва баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.



6	<p>Худсанҷӣ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. сифати корро санҷед;</li> <li>2. мувофиқи талабот дӯхта шудани пешдоманро санҷед;</li> <li>3. санҷидани сифати чокҳо.</li> </ol>
---	---



*Расми 62. Коркарди қисми болоӣ ва пайваст кардани гарданбанди пешдомани камарбанддор*

## Кори амалии №40

### Нақшаи технологии №10 Дӯхтани гирди пешдоман

**Таҷҳизот:** куттии афзорҳои дӯзандагӣ, қисми поёнии пешдоман, мошини дарздӯзӣ, дарзмол.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Қисми поёнии пешдоманро бо тасмаҳои ороишӣ ва ғайра ҳам дӯхтан мумкин аст.
2	Чин-чин кардани қисми болоии пешдоман. Дар пешдоман дар масофаи 1 см бо бӯр ду хати рости мувозӣ (масофаи байни хатҳои мувозӣ 0,7см) мекашем. Барои ин дарзҳои мошиниро ба 4 мегузорем ва бо дарзҳои мошинӣ меदӯзем, дар охир риштаро ба дарозии 5 см боқӣ мегузорем.
3	Барои чин-чин кардан риштаҳои поёнии чокро аз як тараф мекашем ва то дарозии муайян онро чин-чин мекунем
4	<p>Худсанҷӣ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. баробарии васеи чокҳо ҳангоми кӯк задан;</li> <li>2. рости чок;</li> <li>3. сифатнокии чинҳо ва тақсимооти баробари онҳо;</li> <li>4. дарзмол кардан.</li> </ol>



Расми 63. Дӯхтани гирди пешдоман



1. Қисми поёни пешдоманро чӣ тарз меӯзанд?
2. Кадом қисми пешдоманро чин-чин мекунем: паҳлу ё қисми болои пешдоманро?
3. Агар тасмаи оройишӣ ё шероза дошта бошед, метавонед бо он пешдоманро оройиш диҳед.

## ТЕХНОЛОГИЯИ БА ҲАМ ПАЙВАСТАНИ ҚИСМҲОИ ПЕШДОМАН

### Кори амалии №41

#### Нақшаи технологи №11 Дӯхтани камарбанд ва киса

**Таҷҳизот:** куттии афзорҳои дарздӯзӣ, қисми болои пешдоман, киса, қисми поёни пешдоман, камарбанд, мошини дарздӯзӣ.

№	Тартиби иҷрои кор
1	Дӯхтани камарбанд (миёнбанд) Ҷузъҳои камарбандро барқад гузошта, тарафи рости онро ба дарун қат мекунем ва охири камарбандро дар масофаи 35 см кӯк мезанем.

2	Охири камарбандро аз ҷойи буриш 1 см медӯзем.
3	Кӯкҳои дастиро меканем, қисми изофагии ҷокро аз кунҷо дар масофаи 0,2 см аз ҷок медӯзем
4	Охири камарбандро роста карда, кунҷояшро рост мекунем ва дар масофаи 0,2 см аз ҷок медӯзем.
5	Камарбанди дӯхташударо дарзмол мекунем ва кӯкҳои дастиро меканем.
6	Худсанҷӣ: 1. ба сифати ҷокҳо назорат кунед; 2. васеии тасма бояд як хел бошад; 3. ба кунҷҳои камарбанд аҳамият диҳед.

**Эзоҳ:** Кисаро монанди технологияи дӯхтани кисаи пешдомани яклухт иҷро мекунем, баъд ҷойи кисаро муайян намуда, кисаи оmodаро ба пешдоман мепайвандем.

### **Кори амалии №42**

#### *Нақшаи технологияи №12*

#### **Пайваст кардани тасма ба қисми болоӣ ва поёнии пешдомани камарбанддор**

**Таҷҳизот:** қуттии афзорҳои дарздӯзӣ, қисми болоии пешдоман, киса, қисми поёнии пешдоман, камарбанд, мошини дарздӯзӣ.

№	Тарғиби иҷрои кор
1	Қисми болоии пешдоманро бо қисми поёнии он мувофиқ карда мегузorem, аз тарафи чаппааш миёнаҷойи ҷузъҳоро ёфта кӯк мезанем.
2	Ба қисми болоии пешдоман миёнаҷойи тасмаро (аз тарафи ростааш) кӯк мезанем, канори поёнии пешдоманро ба хатҳои санҷиши тасма мегузorem ва ҳамаи ҷузъҳоро бо кӯкҳои дастӣ мепайвандем.
3	Ҷойи изофагии матоъро чин-чин карда, буриши болоӣ, қисми поёнии пешдоманро кӯк мекунем ва сӯзанакҳоро мегирем.
4	Ҷузъҳои пешдоманро аз тарафи қисми поёни дар масофаи 1 см аз хати буриш медӯзем.

5	Кӯкҳои дастиро меканем ва чокхоро ба дарун дохил карда, тасмаро қат мекунем.
6	Ҷойи буриши озоди тасмаро 1 см ба дарун қат мекунем, баъд бо чоки 0,1-0,2 см аз ҷойи қатшуда медӯзем ва ҳамаи кӯкҳои дастиро меканем.
7	Агар шерозаи ороишӣ бошад, онро ба қисми болоӣ ва поёнии пешдоман аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ дӯзед.
8	Баъди пурра дӯхтан пешдоманро дарзмол кардан лозим аст.
9	Худсанҷӣ: 1. ба сифати пайвастанӣ тасма аҳамият диҳед; 2. чокҳои аз рӯ дӯхта ноаён бошанд; 3. ба сифати дарзмолкунӣ аҳамият диҳед.



*Расми 64. Пурра дӯхтани пешдоман: а) ба ҳам пайвастанӣ қисмҳои пешдоман; б) пурра дӯхтани пешдоман*

**Эзоҳ:** Шумо метавонед маснуот (як намуди пешдоман, рӯймол ё каллапӯш)-ро интихоб намуда, онро дӯзед.

Баъди пурра дӯхтани маснуот ба тарзи дӯхт ва сифати дарзҳои мошинӣ аҳамияти ҷиддӣ диҳед.

Баъди итмоми кор маснуотро бо назардошти риояи қоидаҳои

техникаи бехатарии кор дарзмол кунед.

Ҳангоми дарзмол кардан ба ороишоти маснуот (тасмаи ороишӣ) аҳамият диҳед, бо ҳарорати баланд дарзмол накунад, зеро агар тӯр ё тасмаи ороишӣ аз матои химиявӣ бошад, месӯзад.



1. Тарзи дӯхтани камарбандро бигӯед.
2. Ҳангоми дарзмол кардани маснуоти омода ба чӣ бояд аҳамият дод?

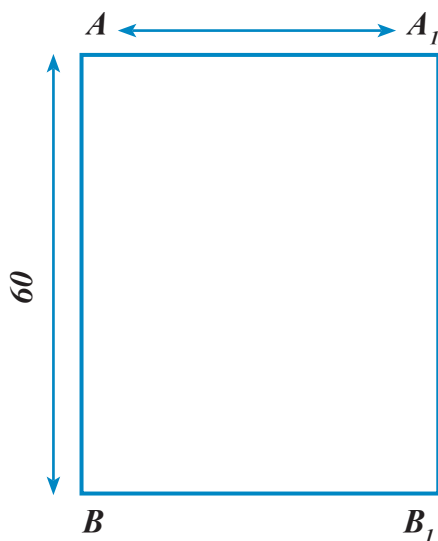
## §29. ТЕХНОЛОГИЯИ ДӢХТАНИ ОСТИНЧА

Остинчаро барои часпонидани санбӯса ва нон дар танӯр истифода мебарем, Танӯрхоро мувофиқи истифода барои санбӯса даҳонашон ба боло, барои нон тарзе мегузоранд, ки даҳони танӯр рӯ ба ҷониби нонпаз бошад. Барои часпондани нон ба дасти рост остинча мепӯшанд. Барои дӯхтани остинча матои зичбофтаи пахтагӣ ва катониро истифода мебаранд. Остинчаро аз матои шиму костюм ва доманҳои (юбкаҳои) аз истифода баромада низ сохтан мумкин аст. Барои рӯй ва дохилаш матоҳои ғафсро ҳам истифода мебаранд. Ба қабати матоҳои пахта мегузоранд.

Аз рӯйи нақша қолаб сохта, баъд қолабро ба матоҳои гузошта, қоидаҳои буридан ва дӯхтани маснуотро бо назардошти риояи техникаи бехатарӣ иҷро намоед.

### Нақшаи дастурии №6

№	Аломати шартӣ	Таҳлили кор, номгӯи порчаҳо	Ҳисобкунӣ бо см
1	<A	Кунҷи рости аз нуқтаи А-ро созад.	Хати рост
2	AA <sub>1</sub>	Васеии остинчаро дар хати уфуқӣ гузоред.	AA <sub>1</sub> =30 см
3	AB	Дарозии остинча дар хати амудӣ.	AB=60 см
4	AA <sub>1</sub> =BB <sub>1</sub> AA <sub>1</sub> B <sub>1</sub> B	Нуқтаҳоро ба ҳам мепайвандем, росткунҷаро ҳосил мекунем.	30x60



Расми 65. Нақшаи остинча:

### Кори амалии №43

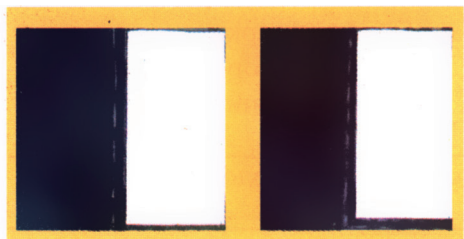
#### Нақшаи технологии №13

#### ДҶХТАНИ ОСТИНЧА

*Таҷҳизот:* куттии афзорҳои дарздӯзӣ, матоъ, чадвал, қайчӣ, қолаб, қалам, бўри дӯзандагӣ.

№	Тартиби иҷрои кор
1.	Аз матои пахтагии ғафс ё катонии якранги зичбофт росткунҷаи тарафҳояш 30x60 омода мекунем (астар ва абраи маснуот).
2.	Пеш аз буридан матоъро аз назар мегузаронем, сифати онро муайян мекунем. Баъд матоъро чоркат карда, ба ҷойи қатшудаи матоъ қолаби оmodаро мегузорем, қолабро бо сӯзанак маҳкам мекунем. Қоидаҳои техникаи бехатариро ба назар гиред.
3.	Баъд ҷойи буриши онро бо бўр, бо назардошти ҳиссаи чок, гирдадон мекунем.
4.	Баъд бо қайчӣ онро мебузем ва аз он ду ҷузъ ҳосил мешавад

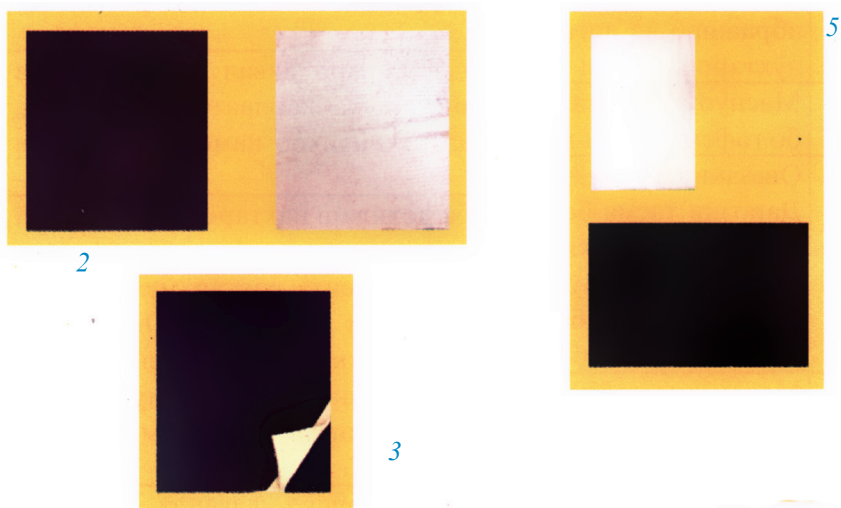
5.	Астари остинчаро кушода, абраро аввал 1 см бо кӯки дастӣ медӯзем. Агар матои интихобкардаатон кам бошад, абрашро аз дигар хел матоъ интихоб намоед. Маснуоти дӯхтаро дарзмол кунед.
6.	Маснуотро роста карда, ба дохилаш пахтаро аз ҷойи сӯроҳӣ бо ғафсии 2-3 см мегузorem.
7.	Овезаки остинчаро аз тасма ё лента сохтан мумкин аст. Дарозии тасма бояд 12 см, бараш 1 см бошад. Онро тавре омода мекунем, ки дар миёнаҷойи қати тасма шакли секунҷа ҳосил шавад. Нӯғҳои тасмаро дар пушти маснуот аввал дастӣ кӯк карда, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем. Дарозии тасма бояд 5 см бошад.
8.	Маснуоти омаро ҳамчун кӯрпача лаганда мекунем, масофаи лаганда ба таъби дӯзанда вобаста аст.
9.	Баъд аз лаганда тарафи росташро ба дарун дуқат мекунем ва ду тарафи гирдашро ба дарозии чок аз канори маснуот 0,7 см аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем.
10.	Маснуотро аз ҷойе, ки даст дароварда мешавад, рост намуда, истифода мекунем.
11.	Шумо метавонед ду тарафи маснуотро дӯхта рост кунед, ду тарафи дӯхташударо бо кӯкҳои ороишӣ, кӯки ҳарак ё кӯки одӣ, бо матои якранг гирдашон карда дӯзед.
12.	Худсанҷӣ: 1. дарзҳои мошинӣ рост ва ҳамвор бошанд; 2. лаганда бо хати муайян ва масофаи муайян дӯхта шавад; 3. ороиши маснуот зебо ва ба таъби худ мувофиқ бошад.



1



4



*Расми 66. Технологияи коркарди остинча: 1-тарзи гузоштани қолаб ба матоъ; 2-дӯхтани остинча ва ба дохили он гузоштани пахта ё ватин; 3-гузоштани пахта ва абраю астар; 4-лаганда кардани остинча; 5-пурра дӯхтани остинча бо астарчаи сафед.*

Шаклҳои остинча гуногунанд. Онҳоро аз рӯи қолаб амсиласозӣ мекунанд. Асоси остинча дароз, рафидашакл, мудаввар ва андозаҳои хурд, миёна, калон ва ғайра мешаванд.



а)

б)

*Расми 67. Намуди остинчаи рафида: а) намуди тарафи рости маснуот; б) намуди тарафи чапи маснуот.*



**Эзоҳ:** Бар ва дарозии остинчаро каме хурд карда, дарозиаширо 20 см кӯтоҳ карда, дастпӯшак, чойникпӯшак сохтан мумкин аст. Агар ба он пахта наандохта, як қабат карда, чойи аз ду тараф даст медаромадагиरो кушода монем, нимдастпӯшак ҳосил мешавад.

Нимдастпӯшак либосҳои остиндарозро аз ифлосшавӣ нигоҳ медорад. Дарозии онро аз оринчи хурд то оринчи калон чен меку- нанд. Васеии он бояд аз мушти даст 4 см зиёдтар бошад.

Шумо метавонед барои остини либосатонро аз ифлосӣ нигоҳ доштан нимдастпӯшакро истифода баред.



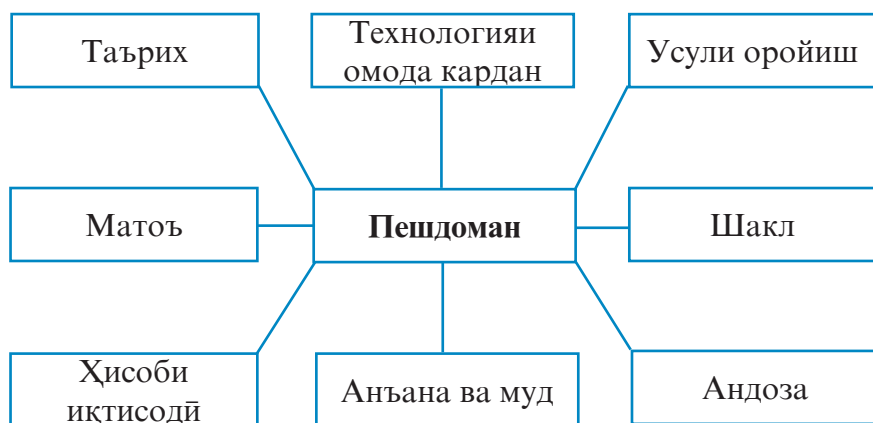
1. Чанд намуди остинчаро медонед?
2. Барои дӯхтани остинча ба гайр аз матоъҳои пахтагию катонӣ боз кадом навъи матоъро истифода мекунанд?
3. Шумо дар хонаатон бо кадом навъи остинча нон мепазед, маълумот диҳед.
4. Шумо метавонед дар дарси амалӣ намуди дилхоҳи остинча, нимостинча, дастпӯшакро интихобӣ бидӯзед.

## БОБИ 8. ЛОИҲАИ ЭҶОДӢ

### § 30. ЛОИҲАИ ЭҶОДӢ ДОИР БА ДӢХТАНИ ПЕШДОМАНИ ОРОЙИШӢ (КУНҶАҚДОР)

Интиҳоб ва асоснок кардани маснуот. Хона ва ошхонае, ки мо зиндагӣ мекунем ва хӯрок мехӯрем, бояд тоза, ботартиб, бо таъби баланд оройишдода, аз ҷиҳати гигиенӣ тоза ва озода бошад. Барои ин маблағи зиёд сарф кардан шарт нест. Ба ҳар як соҳибхоназан барои кор дар ошхона, барои тоза нигоҳ доштани сарулибоси асосӣ либоси махсуси корӣ, ба монанди пешдоман, сарбандак ё каллапӯш, нимостинча ва ғайра лозим аст. Ҳар як соҳибхоназан онро худаш мувофиқи таъби худ дӯхта метавонад. Ҳангоми дӯختани пешдоман, барои он ки он арзону камхарҷ, аз ҷиҳати экологӣ безарар ва ба талаботи санитарияю гигиенӣ мувофиқ бошад, шартҳои зеринро, ки дар нақша нишон дода шудаанд, ба назар гиред.

ҷадвали 12



#### *Таърихи пайдоиши пешдоман*

Дар давраҳои қадим, замони ҳукмронии подшоҳӣ (солҳои 3000-2400 пеш аз милод) пешдоман либоси асосии мардҳо ҳисобида мешуд. Онро аз матоъҳои катонӣ ва чармӣ дӯхта, бо камарбанд маҳкам карда мебастанд.

Ин либос «схенте» ном дошт. Дар ҳайкали Ранефера оро-

йиши канори пешдоман пар-пар дошт, ки ин фарқияти либоси фиръавнҳо (шахсони давлатманд)-ро аз либоси одамони одии Миср нишон меод. Аз ҷиҳати тарзи дӯхт пешдоман фарқ мекард.

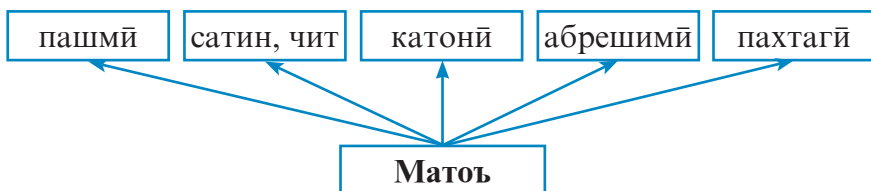
Барои он ки пешдоманҳои гуногунро дӯзем, мо бояд лоихаи эҷодиро аз бар намоём.

### Дӯхтани пешдоман

Пешдоманро аз матои пахтагии гулдор медӯзем. Барои ороӣ қисми поёнии пешдоманро ба 5-кунҷа монанд карда, қисми болоиашро ба боло васеъшуда мебарем. Барои боз ҳам зебо намудан ба пешдоман аппликатсияро мечаспонем, гирди пешдоманро бо шероҳои ороӣ ороӣ медиҳем.

Аз рӯи нақшаи асосӣ аз картон ё қоғаи ғафс қолабро месозем, ки он аз 5 ҷузъ иборат мебошад: қисми поёӣ ва болоии пешдоман, тасма, гарданбанд ва кеса. Ҳангоми дӯхтани пешдоман масолеҳи зерин истифода бурда мешаванд.

#### ҷадвали 13



Пешдоман аз матои пахтагӣ буда, қисмҳои он - қисми болоӣ - ба боло васеъшуда, қисми поёӣ - кунҷшакл (панҷкунҷа), миёнбанд, кеса ва гарданбанд мебошанд.

### Кори амалии №44

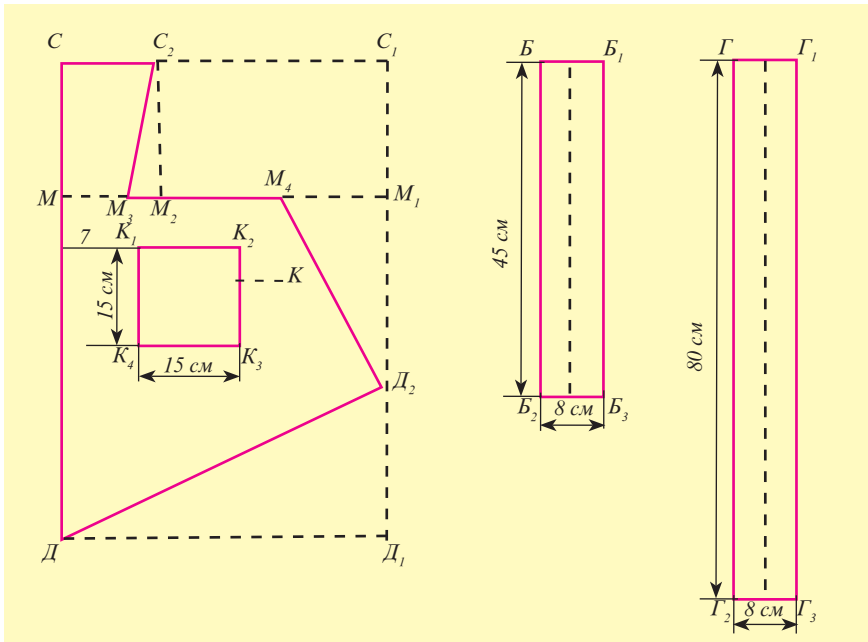
#### Андозагирии пешдомани ороӣ (кунҷшакл)

1. Нимченаки гирди сандуқи сина (НГсс) - 36
2. Нимченаки миён (Нчм) - 30
3. Нимченаки рон/нишмангоҳ (Нчр) - 40
4. Дарозии аз сина то миён - 16
5. Васеии қисми болоии сандуқи сина - 11
6. Нимченаки васеии сина (Нвс) - 8
7. Дарозии либос - 45 см

**Нақшаи дастурии №7**  
**Пешдомани кунҷшакл (ҳисоби формулаи пешдоман)**

№	Аломати шартӣ	Номи буриш, хатҳо ва нуктаҳо	Ҳисобкунӣ
1	СД	Аз нуктаи С хати ростро кашида, нуктаи Д-ро ҳосил мекунем.	51
2	МД	Барои ёфтани дарозии қисми поёнӣ ченаки дарозии миён то зонуро тарҳ мекунем.	$45-10=35$
3		Хати уфуқиро мегузаронем.	Хатҳоро мепайвандем
4	$MM_1=DD_1$ $MM=CC_1$	Барои ёфтани хати миён нимченаки ронро ба 2 тақсим ва ба 6 ҷамъ мекунем. Ии васеии қисми поёнии пешдоман аст.	Нчр: $2+6$ $40:2+6=26$
5	$C_1D_1$	Хати амуди ро гузаронида, нуктаҳоро мепайвандем.	51
6	СМ	Муайян кардани дарозии назди сандуқи сина, ки ба дарозии аз хати сандуқи сина то хати миён баробар аст.	16
7	$CC_1=MM_1$	Муайян кардани васеии бари қисми болоии пешдоман (назди сандуқи сина).	11
8	$C_2M_2$	Нуктаҳои $C_2$ ва $M_2$ -ро мепайвандем.	Пайвастании нуктаҳо
9	ММ,	Васеии пешдомани назди сандуқи синоро дар хати миён ҷудо мекунем.	8

10	$C_2, M_3$	Нуктаҳои $C_3$ ва $M_3$ -ро бо хати рост мепайвандем.	Пайвастанӣ нуктаҳо
11	$MM_4$	Аз хати миён ҷудо кардани васеии нави қисми поёнии пешдоман, нимченаки ронро ба 2 тақсим мекунем.	Нчр:2 40:2=20
12	ДА	Кунҷи поёниро аз канори пешдоман боло мебарорем.	18
13	$M_4D_2D$	Нуктаҳои $M_4D_2$ ва $D$ ,-ро мепайвандем.	
14	МК	Соختани киса. Аз хати миён то киса хат кашида, нуктаи $K$ -ро мегузорем.	7
15	$KK_1$	Аз нуктаи $K$ хати уфуқӣ мегузорем.	7
16	$K_1K_2, K_2K_1, K_3K_4, K_4K_1$	Барои киса чоркунҷаи баробартараф месозем, тарафҳои 15 см.	15x15
17	$ГГ_1$	Соختани камарбанд. Васеии камарбанд.	8
18	$ГГ_2$	Дарозии камарбанд.	80
19	$ГГ_2, Г_3Г_1$	Дарозӣ ва бари камарбандро мепайвандем ва росткунҷа месозем.	8x80
20	$ББ_1$	Соختани гарданбанд. Васеии гарданбанд.	8
21	$ББ_2$	Дарозии гарданбанд.	45
22	$ББ_2Б_3Б,$	Нуктаҳоро пайваст карда, росткунҷа месозем.	8x45



Расми 68. Нақшаи пешдомани оройишӣ

## Кори амалии №45

### Нақшаи технологии №14

#### Пайдарҳам дӯхтани чузъҳои пешдомани оройишӣ

**Тачхизот:** куттии афзорҳои дарздӯзӣ, қолабҳои чузъҳои пешдоман, матоъ, кайчӣ, дарзмол, мошини дарздӯзӣ.

#### Тартиби иҷрои кор

1. Омода кардани аппликатсия.
2. Коркарди гарданбанд ва қисми болоии пешдоман.
3. Коркарди қисми болоӣ ва поёнии пешдоман.
4. Пайваст кардани қисми болоӣ ва поёнии пешдоман.
5. Коркарди камарбанд (тасма) ва пайваст кардани он ба пешдоман.
6. Коркарди кеса ва пайваст кардани он ба пешдоман.
7. Дарзмолкунӣ.



а)



б)

в)



Технологияи коркарди пешдоман: а)гузоштани қолаб ба матоъ; б) коркарди гарданбанд; в) коркарди қисми болоӣ ва пайваст кардани гарданбанд

№	Тартиби иҷрои кор
1	Матоъро интихоб карда, ба он қолабро ҷо ба ҷо гузошта, бо назардошти ҳиссаи ҷок мебурем. Қисми болои пешдоманро коркард менамоем.
2	Тасмаи оройиширо ба қисми болоӣ ва канорҳои пешдоман 0,7 см дарунтар аз канор меҳузем.
3	Гирди гарданбандро аз тарафи чаппа дар масофаи 0,7 см аз канор меҳузем, тарафи поёни гарданбандро 6 см надӯхта мемонем.

4	Кунҷхоро рост намуда, гарданбандро роста мекунем. Ҷойи надӯхта мондари медӯзем, онро дарзмол мекунем.
5	Гарданбанди оmodаро ба тарафи чапайи қисми болоии пешдоман пайваст менамоем.
6	Аппликатсияро мечаспонем. Барои омода кардани аппликатсия матоъҳои гуногун, лахтакпораҳои рангаро интихоб намоед. Аз қолаби омодакарда матоъро буред, онро омода намуда, канори ҷузъи интихобшударо бо дарзи мошинии оройишӣ дӯзед. Агар аппликатсия гузоштан нахоҳед, гулдӯзӣ ё ягон оройишро истифода баред.
7	Худсанҷӣ: 1. санҷидани сифати дарзҳои мошинӣ; 2. санҷидани дарзи гирди гарданбанд; 3. санҷидани дуруст шинондани гарданбанд

*Эзоҳ: Агар дар синфхонаи таълими меҳнат мошини дарздӯзии оройишӣ набошад, он гоҳ канори маснуотро дастӣ бо дарзи печон дӯхтан мумкин аст.*



*Барои омода кардани аппликатсия идро ба назар гирифташ лозим аст:*

*1. Барои аппликатсия расмро интихоб намуда, ҷузъҳои онро аз картон ё қоғаз буред.*

*2. Матои ба расм ва ба матои асосӣ мувофиқро интихоб намоед.*

*3. Ба зери ҷузъҳои омодакарда матоъ (флизилин) гузошта, бо сӯзанак маҳкам намуда кӯк занед. Агар ҷузъҳо мураккаб бошанд, он гоҳ ҷузъҳои расмро дар алоҳидагӣ кӯк занед.*

*4. Канорҳои ҷузъи интихобнамударо бо дарзи оройишӣ мошинӣ дӯзед.*

*Шумо метавонед аппликатсияи оmodаро аз магоза дастрас намуда, онро ба маснуот часпонед.*



**Кори амалии №46**  
**Нақшаи технологии №15**  
**Коркарди киса**

№	Тартиби иҷрои кор
1	Қисми болоии кисаро коркард намуда, канорҳо ва қисми поёнии кисаро аз тарафи чап аз канор меҳӯзем ва баъд онро дарзмол мекунем
2	Ҷузъи кисаро коркард намуда, аппликатсияи омодакардaro мечаспонем.
3	Кисаи омодашударо ба қисми поёнии пешдоман пайваст мекунем, 0,2-0,3 см дарунтар аз канори киса бо мошин меҳӯзем
4	Маснуоти оmodарo дарзмол мекунем
5	Худсанҷӣ: 1. санҷидани сифати дарзҳои мошинӣ; 2. санҷидани ҷобачогузори киса, гарданбанд, камарбанд. ва сифати дарзҳо; 3. санҷидани сифати дарзмолкунӣ.

*Эзоҳ:* Қисми поёнии пешдоман ва коркарди кисаро ба монанди киса ва қисми поёнии пешдомани яклухт аввал дастӣ кӯк карда, баъд бо дарзи мошинӣ меҳӯзем.





Расми 69. Коркарди қисмҳои пешдоман: а) коркарди қисми поёнии пешдоман; б) коркарди кеса; в) пайвасти кардани кеса ба қисми поёнии пешдоман

## КОРИ АМАЛИИ №47

### Нақшаи технологияи №16

#### Интиҳоби оройиш ва коркарди камарбанд

№	Тартиби иҷрои кор
1	Тасмаи оройиширо чин-чин намуда, ба рӯи тарафи рости қисми болоӣ ва поёнии пешдоман гузошта, 1 см дарунтар аз канор медӯзем. Баъд аз дарзи мошинӣ онро бо дарзи оройишӣ (каҷмокаҷ) медӯзем.
2	Қисми болоӣ ва поёниро мепайвандем. Масофаи байни чинҳои қисми болоии поёни пешдоман бояд ба 40-45 см баробар шавад
3	Қисми болоӣ ва поёниро ба рӯи тарафи рости маснуот гузошта, бо сӯзанак маҳкам намуда, миёначояшро муайян мекунем

4	Бо кӯки дастӣ 1 см дарунтар аз канор ва бо дарзи мошинӣ 0,7 см дарунтар аз канор медӯзем, бо дарзи оройишӣ маҳкам менамоем ва дарзмол мекунем.
5	Камарбандро омода мекунем, дарзҳои пахлуиро 0,7 см дарунтар аз канор дӯхта, қисми поёнии тасмаро (камарбандро) ба масофаи 6 см надӯхта мемонем.
6	Тасмаро роста карда, кунҷҳои онро дуруст мекунем, тарафи надӯхтаи онро медӯзем ва дарзмол мекунем.
7	Тасмаи омодашударо ба тарафи ростай маснуот гузошта, хати миёнаҷойи тасмаро ба пешдоман мувофиқ намуда, онро кӯк мекунем.
8	Тасмаро 0,2—0,3 см дарунтар аз канор бо мошини дарздӯзӣ медӯзем. Маснуотро бо лентаи оройишӣ медӯзем.
	Худсанҷӣ: 1. санҷидани баробар тақсимшавии чинҳо дар қисми болоӣ ва поёнии пешдоман; 2. санҷидани дурустии шинондани камарбанд; 3. санҷидани сифати дарзҳои мошинӣ.



*Расми 70  
Камарбанд  
(тасма)*



*Расми 71  
Маснуоти омода*

## Технологияи коркарди каллапӯш

Барои дӯхтани каллапӯш аз нақшаи технологияи №3-и мавзӯи пештара истифода баред.



Расми 72. Коркарди каллапӯш: а) дӯхтани кӯкҳои дастӣ; б) дӯхтани дарзи мошинӣ; пайваст қардани шерокаи оройишӣ; в) пурра дӯхтани каллапӯш



1. Барои омода кардани маснуот кадом шартҳоро ба назар гирифтани лозим аст?
2. Барои дӯхтани пешдоман кадом ченакҳоро гирифтани лозим аст?

## § 31. ҲИСОБИ ИҚТИСОДӢ

Матои интихобкардаи мо пахтагӣ мебошад. Матои пахтагӣ об, ҳаво ва гармиро нағз мегузаронад ва шустану дарзмолкуниаш осон аст. Баъд аз шустан хосияти гигиениашро аз нав барқарор мекунад, ба саломатии инсон безарар ва арзон мебошад.

Барои буридани нусхаи пешдоман матои пахтагии бараш 1,40 см-ро мегирем.

Нархи 1 м матоъ 2 сомонӣ. Барои пешдоман 70 см кифоя мебошад.

1.  $S_1 = 70 \text{ см} \times 2 \text{ сомонӣ} = 1 \text{ сомониву } 40 \text{ дирам}$   $S_1$  — 1 сомониву 40 дирам.

2.  $S_2 = 1 \text{ м тасмаи оройишӣ} = 30 \text{ дирам}$

$S_2 = 3 \text{ м} \times 30 \text{ дирам} = 90 \text{ дирам}$   $S_2 = 90 \text{ дирам}$ .

3.  $S_3 = 1 \text{ ғалтак} = 30 \text{ дирам}$ , барои дӯхтани пешдоман 80 м кифоя аст.  $S_3 = 25 \text{ дирам}$

4. Аппликатсияро аз лахтакпораҳо омода мекунем, ки ба он 50 дирам сарф мешавад.  $S_4 = 50 \text{ дирам}$ .

Пешдоманро бо мошини дарздӯзии дастӣ медӯзем ва аз равшаниии табиӣ истифода мекунем. Бинобар ин қувваи барқро ба ҳисоб намегирем.

Нархи аслии пешдоман

$S = S_1 + S_2 + S_3 + S_4 = 140 + 90 + 25 + 50 = 3 \text{ сомониву } 5 \text{ дирам}$ .

#### Ҷадвали 14

##### Асосноккунии маснуот, ҳисоби иқтисодӣ

№	Номгӯи маводи истифодашаванда	Нарх (бо сомонӣ)	Сарфи матоъ барои маснуот	Хароҷоти маснуот (бо сомонӣ)
1	Матои пахтагӣ	1 м - 2 сомонӣ	70 см	1 сомониву 40 дирам
2	Тасмаи оройишӣ	1 м - 30 дирам	3 м	90 дирам
3	Ғалтак	1 дона-30 дирам	80 м	25 дирам
4	Аппликатсияи омода	1 дона -50 дирам	1 дона	50 дирам

Ҳамагӣ

3 сомониву 0,5 дирам

## ЛОИҲАИ ЭҶОДӢ, ВАРИАНТИ 2

### *Лоиҳаи эҷодии*

### *«Дӯхтани болиштча барои диван»*

#### **1. Асоснок кардани масъалаҳои ҳалталаби пайдошуда ва талабот нисбат ба онҳо**

Ба наздикӣ рӯзи таваллуди модаркалонам аст. Ман бояд тухфаи махсусро интиҳоб карда, ба ӯ тақдим кунам.

Мо дар дарсҳои «Технология. Таълими меҳнат» дӯхтан ва амсиласозии маснуотро омӯхта истодаем. Дар хона модаркалонам хамроҳи мо зиндагӣ мекунад ва дар лаҳзаи фароғат дар диван нишаста дам мегирад. Дар хонаи модаркалонам мебел вучуд дорад, бинобар ин ман барои дивани модаркалонам болиштча дӯхта, тухфа кардан мецоҳам.

#### **2. Муайян кардани масъалаҳои аниқ ва тавсияи онҳо**

Ман бояд роҳе ёбам, ки тухфаро бо дастони худам созам, зеро дӯхтанро омӯхта истодаам.

Дар давоми сол ман дӯхтани пешдоман, остинча, дастпӯшак ва гулдӯзиро омӯхтам. Ба ҳамин асос, ман дар назди худ мақсад гузоштам, ки барои диван болиштча дӯзам.

#### **3. Муайян кардани андозаҳои асосӣ ва маҳдудият**

Акнун бояд донам, ки болиштчаҳои интиҳобкарда чӣ гуна бошанд:

а) болиштчаи диван бояд зебо ва ба талаботи мӯди ҳозира мувофиқ бошад;

б) тарҳи болиштчаи диван ба модели интиҳобкарда мувофиқ бошад;

в) болиштчаи диван набояд ҷойи зиёдро ишғол кунад ва он ғайриодӣ бошад;

г) норасоии хангоми дӯхтан бавучудомадаро сари вақт бартараф кардан лозим аст;

ғ) болиштчаи диван бояд тарзе дӯхта шавад, ки онро дар ҳар қучо истифода бурдан мумкин бошад. Масалан, хангоми дамгирӣ, барои меҳмон, барои хоб ва ғайра истифода шавад;

д) болиштчаи диван бояд арзон, босифат ва зебо бошад.

#### 4. Муайян кардани анъанаҳо, урфу одат ва таърихи онҳо

Модаркалонам ба ман пешниҳод карданд, ки болиштчаи диван бо услуби хуб дӯхта шавад. Ман намедонистам, ки услубаш чист ва он чӣ гуна бояд бошад. Ба китобхона рафтам. Ба ман китоберо доир ба таърихи мӯд ва чиҳозу либос доданд, ки он шавқовар буд.

Болиштчаи диван аввалин бор дар мамлакатҳои Осие дар давраи қадим пайдо шудааст. Дар интерьерҳои хонаи туркҳо ягон ҳел таҷҳизот ва мебел дида намешуд. Онҳо дар фарши хона қолину палос ва болиштчаҳои гуногуншаклро истифода мебарданд.

Болиштчаҳои болои диванро «миндер» меноманд. Дар Лубнон дар хонаҳои махсуси меҳмонқабулкунӣ асосан диван мавҷуд буд, ки дар он болиштчаҳои ҳамворро бо рӯйкашҳои зебою ораста истифода мебарданд. Ин болиштчаҳои диванро дар Русия «думка» ё «думочка» меноманд. Ин ҳел болиштчаҳоро тоҷикон ҳам аз қадимулайём истифода мебарданд. Онҳоро «лӯлаболишт» меноманд, чунки дарозрӯя мебошанд. Ҳоло болиштчаҳои гуногуншакли росткунча, чоркунча, дарозрӯя, секунча, ҳамвор ва ғайраро истифода мебаранд.

Барои дӯхтани болишт бояд ягон услубро интихоб кунам ва мафҳуми услубро донам.

Калимаи «стиль» (Stylos)- услуб ба мо аз Юнони қадим омадааст. Маънояш чӯбчаи нӯгтез барои мактубҳои бо мум маҳкамкарда мебошад. Дар замони ҳозира услуб гуфта хислати хос ва кирдору рафтори муаллифи мактуб, хусусиятҳои асарҳои бадеӣ, рассомӣ (наққошӣ)-ро мегӯянд.

Услуб (стил)-ро дар мебел, чиҳози хона, бино, либос дидан мумкин аст. Дар либос се услуб нишон дода шудааст: классикӣ, варзишӣ, романтикӣ.

1. Ба услуби классикӣ базед пӯшидан хос мебошад. Дар тӯли асрҳо ин услуб дигар нашуда, он чизе, ки алҳол дар мӯд нест, боқӣ мондааст.

2. Услуби варзишӣ на фақат барои дарсу машқҳои варзишӣ, инчунин барои озодона ҳаракат кардан, корҳои гуногун ва дамгирӣ мувофиқ аст.

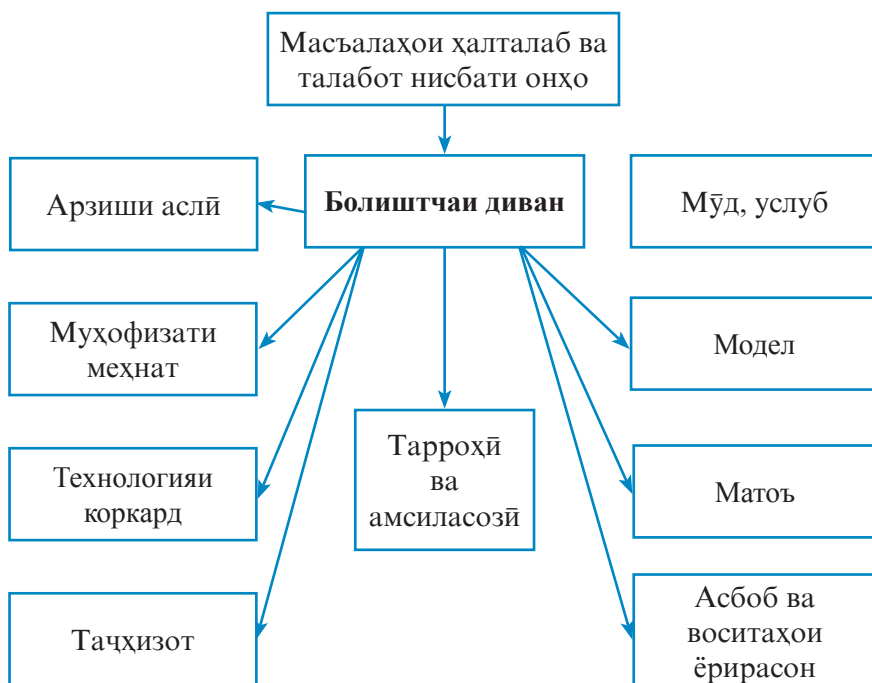
3. Услуби романтикӣ бо тахайюл, чувствӯ ва ёддошту хотира вобаста аст. Ба ин услуб истифодаи унсурҳои таърихии маснуот

ва либоси миллию фолклорӣ дохил мешаванд. Ҳамаи номгӯи услубҳо метавонанд дар як либос ё маснуоти интиҳобкарда дарҷ ёбанд. Аз ин лиҳоз маснуоти интиҳобкардаи ман бештар ба услуби романтикӣ хос мебошад.

## 5. Тартиб додани нақшаи мулоҳизавӣ

### 6. Таҳияи вариантҳо (намунаҳо)

Намунаҳо гуногунанд. Болиштчаҳои диван аз матои мӯинаи сунъӣ бо гулдӯзӣ, кашададӯзӣ, тасмаҳои оройишӣ, атлас, ласҳои гуногун, шоҳиҳои ғафси якрағ, бахмал, духоба, матоҳои пахтагӣ ва катонии гулдор, ба шакли бозичаҳо, мевачот, ҳайвонот ва ғайра дӯхта мешаванд. Ба дохили онҳо пахта ё поролон, лахтакпораҳои матоҳои гуногун ва ғайраро мегузоранд. Аз якҷанд намуна мо бояд яктоашро интиҳоб намоем.





### **Намунаи №1. Болиштчаи диван бо гулдӯзӣ, тасма ва канаб**

Болиштчаҳо аз матоъҳои гафси якранг ё матоъҳои гуногунранг сохта мешаванд. Онҳоро бо расмҳои қолабӣ ё бо роҳи гулдӯзӣ оройиш медиҳанд.

### **Намунаи №2. Болиштчаҳо аз матоъҳои гуногун ва шаклҳои гуногун**

Аз матои оройишӣ дӯхта мешавад. Аз матоъ ба шакли мудаввар, росткунча, чоркунча қолаб месозанд ва ба онҳо нақшҳоро медӯзанд. Намуди ришта (одӣ, зардӯзӣ ва ғайра) ба таъби шахс вобаста аст.

Аз матое қолаб месозанд, ки ранги тарафи рostaаш аз тарафи чаппааш фарқ кунад. Қолаб ба чузъҳои болишт бояд мувофиқ ояд. Болиштчаҳои атласӣ зебо ва рангашон мувофиқ мебошанд.

### **Намунаи №3. Болиштчаҳо ба шакли бозичаҳо**

Болиштчаҳои кати бачагона ё дивани меҳмонхона ба шакли лӯхтак, писарча ё духтарча, тасвири ҳайвонот, мева ё сабзавот оройиш дода мешаванд. Болиштчаҳо бо он фарқ мекунанд, ки ҳар кас по, дастак, шилшила, шоха, барг ва дигар чузъҳои онро мувофиқи таъби худ месозад.

### **Намунаи №4. Болиштчаҳо аз лахтакпора**

Барои омода кардани ин хел болиштчаҳо матоъҳои баъди дӯхтани маснуот боқимондари истифода баред. Чузъҳои ин намуни болиштчаро аз матоъҳои ҳархела медӯзанд. Ин тарзи дӯхтан бо номи қуроқдӯзӣ машҳур шудааст. Қуроқдӯзӣ аз авлод ба авлод гузашта, то замони мо омада расидааст. Техникаи қуроқдӯзӣ ин аст, ки маснуотро аз пораҳои майдаи зиёди матоъ омода мекунанд. Шартӣ асосии он бомуваффақият дӯхтан ва оройиши зебо мебошад. Дар ин ҳолат ба шакли геометрӣ аҳамият додан лозим аст. Раванди омода кардани болиштча аз мо дониш, маҳорат ва малакаи зиёдеро талаб мекунад.

Ҳамин тариқ, тарзи дӯхтан, шакл ва матоъро мувофиқи таъби худ интихоб менамоем.



1)



2)



3)



4)



5)



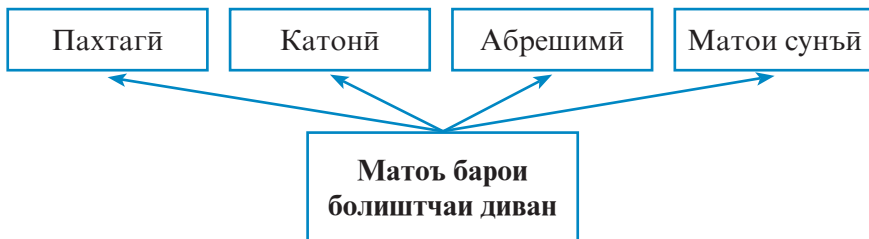
**Расми 73.** Намунаҳои болиштчаҳои диван: 1) болиштчаи диван ба шакли гулдӯзӣ; 2) болиштчаи диван аз матоъҳои гуногун ба шаклҳои ҷандасавӣ (геометрӣ); 3) болиштчаи диван ба шакли бозичаҳо; 4) болиштчаи диван ба шакли себ; 5) болиштчаи диван аз лахтакпора.

## 7. Таҳлили идея ва интихоби варианти беҳтарини лоиҳа

Аз якҷанд намунаи болиштҷаи диван якеашро интихоб намуда, ба модаркалонам нишон додам. Ба ӯ намунаи №4 – шакли мева (себ) маъкул шуд.

## 8. Интихоби матоъ, асбобу воситаҳои ёрирасон, таҷҳизот

### А. Интихоби матоъ



Матоъҳои гуногун барои дӯхтани болиштҷа мавҷуданд.

Ман бо модаркалонам матои бахмалро интихоб кардем ва лахтаҳои дар хона бударо истифода мебарем, чунки бахмал арзон аст.

### Б. Интихоби матоъ, асбобу воситаҳои ёрирасон, таҷҳизот

1. Мошини дарздӯзӣ
2. Тахтаи дарзмолкунӣ, дарзмол, обпошак.
3. Сӯзани №3, сӯзанак, қайчӣ, ангуштпона, куттии корӣ.
4. Риштаҳои пахтагии № 50 барои дарзҳои мошинӣ, риштаи № 60 барои кӯкҳои дастӣ.
5. Ченактасма, чадвал, бӯри дӯзандагӣ, метри чӯбӣ.
6. Китоб, дафтари корӣ, варақи албом, қоғаз барои сохтани қолаб, маводи иловагӣ, маҷаллаҳо, интерйери хона ва ғайра.

### 9. Пайдарҳам омода кардани маснуот

Барои омода кардани болиштҷаи диван матои астари пахтагӣ ё бахмал (ватин ё маҷалка, пахта)-ро мувофиқи табъи худ интихоб мекунем. Онро пеш аз буридан шустан ва дарзмол кардан лозим аст, ки кашиш нахӯрад ва баъд аз буридан аз рӯи қолаб шаклаш тағйир наёбад.

Барои омода кардани болиштҷа андозаи онро муайян мекунем, ки тахминан 45 x 45 мебошад. Қолаб ба шакли болиштҷа бояд

мувофик бошад. Аз рӯйи модели интихобкарда асоси нақшаро мекашем, қолаби маснуотро омода мекунем ва онро мебурем.

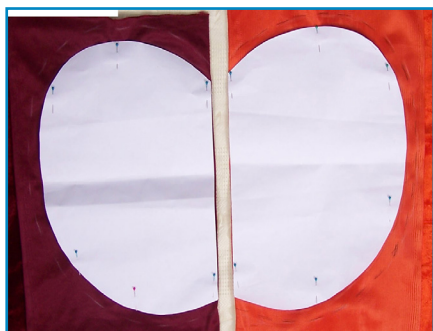
Барои абра матои сунъии бараш 50 см, барои астар матои бараш 50 см-ро интихоб мекунем. Матои астарӣ бояд арзонтар, якранг ва ба ранги абра мувофик, бошад. Ман бахмали дарозиаш 50 см ва бараш 1 м 40 см-ро интихоб намудам. Мо метавонем абра ва астарро аз матоъҳои рангашон гуногун интихоб намоем.

### Кори амалии №48

#### Нақшаи технологии №17

#### Омода кардани болиштчаи диван

№	Пайдарҳамии иҷрои кор
1	Интихоби расм.
2	Қобачогузории қолаб ба матоъ, ҳиссаи чокро гузошта, бо сӯзанак маҳкам кардани он.
3	Буридани маснуот аз рӯйи қолаби омода.
4	Технологияи коркарди ба ҳампайвастанӣ чузъҳо бо кӯкҳои дастӣ қисми пеш, ақиб ва коркарди барги он.
5	Бо дарзҳои мошинӣ ба асос пайваст кардани барг, бо пахта пур кардани дохили он.
6	Пайвастанӣ чузъҳо бо дарзи мошинӣ, гузоштани ҳиссаи ҷойи ангула аз тарафи ақиб ё пахлу, ё қисми поёнии маснуот.
7	Ба қисми дохили маснуот аввал бо кӯки дастӣ ва баъд бо дарзи мошинӣ часпондани занҷирак.
8	Дарзмол кардани маснуот.
9	Ба дохили болиштча гузоштани пахта ё ватин.
10	Худсанҷӣ: 1) санҷидани дурустии интихоби матоъ; 2) санҷидани сифати чок; 3) санҷидани дуруст омадани шакли болиштча баъди ба даруни он гузоштани пахта; 4) санҷидани дарзмолкунӣ.



а)



б)



в)



г)

*Расми 74. Технологияи коркарди болиштчаи диван: а) ҷобачогузориш қолаб ба матоъ; б) гузоишани қолаби барг; в) ҷузъҳои буридашуда; г) коркарди ҷузъҳои буридашуда, пайваст кардани ҷузъҳо ва часпондани занҷирак.*

#### **10. Асосноккунии маснуот**

Ҳисоби иқтисодӣ. Нархи болиштчаи диванро, ки аз матоъҳои ҷиш ва баҳмал дӯхта шудааст, бо чунин тарз ҳисоб мекунем. Матоъ: нархи 1 метр баҳмал – 4 сомонӣ. Барои маснуот 50 см кифоя аст. Он гоҳ нархи матоъ 2 сомонӣ мешавад.

Нархи пахта – 1 сомонику 80 дирам. Ба мо 1 кг лозим аст.  $S_1 = 1 \times 1,80 = 1$  сомонику 80 дирам.

Як дона ғалтак 0,50 дирам – 100 м. Риштаи сарфшуда 50 метр. Нархаш 0,25 дирам.  $S_3 = 0,25$  дирам. 1 дона занҷирак. Нархаш 1 сомонӣ.  $S_4 = 1$  сомонӣ.

$S = S_1 + S_2 + S_3 + S_4 = 2$  сомонӣ + 1,80 + 0,25 дирам + 1с = 5 сомонику 0,5 дирам.

Аз сабаби он ки мошини дарздӯзии дастиро истифода мебарем, сарфи қувваи барқро ҳисоб намекунем.

## Ҷадвали 15

### Асосноккунии маснуот, ҳисоби иқтисодӣ

№	Номгӯи маводи истифодашаванда	Нарх бо (сомонӣ)	Сарфи матоъ барои маснуот	Хароҷоти маснуот бо (сомонӣ)
1	Матоъ: бахмал	1 м - 4 сомонӣ, бараш 1 м 40см	50 см	2 сомонӣ
2	Пахта	1с 80 дирам	1 кг	1,80 дирам
3	Ғалтак	50 дирам	50 м	0,25 дирам
4	Занҷирак	1 сомонӣ	1 дона	1 сомонӣ
	<b>Ҳамагӣ</b>	<b>5 сомониву 0,5 дирам</b>		

#### 11. Назорат ба сифати маснуот

Муҳокима кардани сифати маснуот, баҳо додан ба сифати болиштҷаи дӯхташуда, нишон додани норасоӣ ва камбудии он.

#### 12. Омода кардани маснуот

Ҳама амалиётҳои омода кардани болиштҷаро аз рӯи хариҷаи технологӣ бо назардошти қоидаҳои техникаи бехатарии кор бо асбобҳои дӯзандагӣ пайдарҳам иҷро мекунем.

#### 13. Ислоҳ кардани маснуот

Лоихаи омодакардари бо намунаи интиҳобкарда муқоиса намуда, норасоӣҳоро ислоҳ мекунем.

#### 14. Санҷиш

Коркарди охири болиштҷаро иҷро менамоем. Маснуоти дӯхтаро ба модаркалонам тухфа кардам. Барои дӯхтани маснуот модаркалонам миннатдорӣ баён карданд.

#### 15. Таҳияи василаҳои таблиғоти маснуот

Агар дар оянда хоҳам, ки дӯзанда шавам, ба рӯзнома бо чунин мазмун эълон медиҳам. “Дӯхтани болиштҷа барои диван, бо-

сифат, зуд ва арзон, покизаву бо намунаи ҳозиразамон”.

### 16. Оройиши лоиҳаҳои эҷодӣ

Ба талаботи оройиши лоиҳаи эҷодӣ шинос гардида, онро иҷро мекунем. Гирди болиштчаро бо тасма, шероза ё дигар на-муд метавонем оройиш диҳем.

### 17. Худбаҳодиҳӣ

Ба кори худ ин тарз баҳогузорӣ мекунем:

Шартҳои иҷрошударо таҳлил намуда, ба кори худ баҳо медиҳем. Месанҷем, ки оё лоиҳаи эҷодиро пурра иҷро кардем ва аз кори худ қонеъ ҳастем ё дигаргунӣ даровардан лозим аст. Ба ҳамаи ин саволҳо ҷавоб гирифта, қаноатманд мешавем.

*Эзоҳ: Шумо метавонед дигар намунаи болиштчаро интихоб намуда дӯзед. Матоҳои духоба ё сунъиро истифода баред, ба ҷойи пахта ватин ё дигар масолеҳро гузоред, масолеҳи дар хонаатон бударо истифода баред. Ба ҷойи занҷирак метавонед тугма шинонед.*



1. Лоиҳаи эҷодӣ чист?
2. Ҳангоми иҷро қардани лоиҳаи эҷодӣ кадом пайдар-ҳамиро риоя кардед?
3. Мувофиқи хоҳиши худатон лоиҳаи эҷодии дилхо-ҳатонро иҷро кунед.

## БОБИ 9. НИГОҲУБИН ВА ТАЪМИРИ ЛИБОС

### § 32. ТАЪМИРИ ЛИБОС

Сари вақт таъмир кардан ва нигоҳубин кардани либос муддати истифодаи онро дароз мекунад. Инсон нисбат ба либоси дарида бо либоси ботартиб зебо менамояд.

Барои истифодаи дурударози либос онро эҳтиёт ва нағз нигоҳубин кардан лозим аст. Барои ин. сари вақт тугма, чангак, ангулаҳоро таъмир кардан, чокҳои кандашударо дӯхтан, ҷойи дарида ва сӯрохшудаи либосро дарбех кардан зарур мебошад.

Агар ҷойи сӯрохӣ ё ҷойи беҳад калон дарида дарбех карда нашавад, ба рӯйи маснуоти дарида ва сӯрохшуда ё аз таги он матои дарбехӣ гузошта, ҷойи даридаро дарбех кардан мумкин аст.

Вобаста аз дараҷаи фарсудашавии ҷузъҳои маҳсулот ҳамаи либосҳои барқароршаванда ба таъмири хурд, миёна ё калон дучор мешаванд.

**Таъмири хурд** – корҳои марбут набуда бо тағйири соз ва фасони маҳсулотро дар бар мегирад. Дӯхтани тугмаҳои кандашуда, чангак ва ангулаи фулузӣ, барқароркунии фарсудаҳо маҳкамкунии нӯгҳои кисаҳои дарун, таъмири гӯшаҳои поёни шим ва ғайра.

**Таъмири миёна** – дарбехкунии ҷойҳои фарсуда, иваз кардани ҷузъҳо, тағйироти андаки андозаи маҳсулот ё ҷузъҳои асосии онро дар бар мегирад.

**Ба таъмири калон** – корҳои алоқаманд ба тағйирдиҳии андоза ва фасони ҷузъҳои ҷудоғона тааллуқ доранд.

Дарбех дастӣ ё бо ёрии мошинаи дарздӯзӣ дӯхта мешавад. Дарбехро агар аз болои маснуот иҷро кунанд, он гоҳ матои дарбехшавандаро ба табъи худ интихобӣ гирифтани мумкин аст. Матоҳо ва маводи ороишӣ бояд бо маводи асосӣ тибқи ранг ҳамоҳанг карда шаванд, тибқи зичӣ ва тобиш муносиб оянду ба қонун ва қоидаҳои сохти либос ҷавобгӯ бошанд.

Таъмири либос, агар дар матоъ сӯроҳии калон пайдо шуда бошад, (асосан дар ҷӯроб, намудҳои либос, либоси таг, лавозимоти хоб ва ғайра) он дарбех карда мешавад. Ҳангоми дарбех кардани матоъ риштаҳои мулоим, якранг аз ҷиҳати сифати маснуот, ба ғафсии риштаи матоъ мутобиқро бояд интихоб намуд.



Усулҳои таъмир метавонанд гуногуншакл бошанд: рифукуни, яккакӯк, бофти хунарӣ ё даврадӯзии дарбех.

Дар роҳи дарбех кардани маснуот вучуд дорад:

1. Дарбехкуни бо тарзи оддӣ.
2. Дарбехкуни бо тарзи оройишдихӣ.

Либоси зиёд фарсудашуда ё чузъҳои сустшударо набояд таъмир кард, зеро ки арзиши таъмир мудовимати пӯшидани онро талофӣ намекунад (намепошонад).

### Тугмаҳо ва таъмири он

Тугмаҳоро, одатан, ба матои дуқабата, баъзан ба як қабати он (масалан, палтои беастар) медӯзанд. Дар мавриди охирин аз тарафи чаппаи бари либос як порча матоъ ё тугмаи қутраш майда мешинонанд. Умуман тугмаро тарзе мешинонанд, ки он аз кано-ри маснуот баромада истад. Тугмаро ба риштаи ҳамранги матоъ медӯзанд. Азбаски ангуларо аз мобайни бар (ё пушт) ба масофаи муайян (0,2- 0,3 см) ишора мекунад, тугмаҳоро аз рӯйи хати мобайни бар (ё пушт) дӯхтан лозим аст.

Тугмаҳои барҷастаи бесӯрох (ҳалқадор)-ро ба либос ҷафс медӯзанд. Ҳангоми дӯхтани тугмаи сӯрохаш дутарафаи риштаро саҳт кашида намедӯзанд, чунки байни ришта ва тугма боз ришта печонидан лозим меояд. Дар акси ҳол агар тугмаро ба маснуот зич дӯзанд, гузаронидани ришта мушқил ва маснуот ғичим мешавад. Матоъ ҳар қадар ғафс бошад, риштаи тугмаро ҳамон қадар суст монда медӯзанд. Барои дӯхтани тугмаи барҷастаи қафояш ҳалқадор аз матои ҳамон маснуот тасмача бурида, аз сӯроҳи тугма мегузаронанд ва худӣ ҳамон тасмачаро ба либос медӯзанд. Барои ба либоси мӯина дӯхтани тугма (барои он, ки мӯякҳои он ҳангоми дӯхтан ҳалал нарасонанд) қоғази тунук монда, сипас тугмаро медӯзанд ва баъд қоғазро даронда мегиранд.

Агар дарзи либосҳоятон қанда шавад, онро бо риштаи ҳамранги матоъ кӯк кунед. Баъди дуруст ва ҳамвор будани кӯки дастиро санчидан ҷойи дарзро бо риштаи ҳамранги матоъ дар мошини дарздӯзӣ дӯзед.

Тугмаҳоро ба либос медӯзанд ва барои оройиш ҳам истифода мебаранд.

Тугмаҳо якчанд намуд доранд. Тугмаҳои ҳастанд, ки ду ё чор сӯроҳӣ доранд. Онҳо ба либос ё маснуот дӯхта мешаванд. Тарзи дӯхтани онҳо ҳам гуногун мебошанд.

Тугмаҳои чорсӯроҳаро бо се ё панҷ ҳалқаи кӯк ба ҳар як ҷуфти сӯроҳӣ меӯзанд.

Тугмаҳои, ки пояча доранд, зарурати бо пояча дӯхтан надоранд. Одатан тугмаҳои мувофиқи ранги матоъ интиҳоб меку-  
нанд.

Барои оройиши маснуот тугмаҳои филизии рӯяшон ҳалдодаро истифода мебаранд.

Тугмаҳо бо мошини маҳсус дар либос дӯхта мешаванд, лекин онҳоро бо кӯки дастӣ низ ҳаспандан мумкин аст.

Барои гузаронидан ва зиннатдиҳӣ тугмаҳо дар пояи балан-  
диаш 2-8 мм вобаста ба ғафсии канораи маснуот дӯхта меша-  
ванд.

Тугмаҳои оройишӣ зич дӯхта мешаванд. Интиҳоби матоъ ва тугмаро ба назар мегиранд. Агар тугма ду сӯроҳӣ ё гӯшак дошта бошад, онро бо 5-6 кӯк маҳкам мекунад; теъдоди кӯки печон 4-5 торро ташкил медиҳад.

Тугмаи чорсӯроҳаро бо 3-4 кӯки мувозӣ дар ҳар ҷуфти сӯроҳӣ маҳкам менамоянд.

Тугмаи қирсаки филизӣ (кнопка)-ро низ баъзан ба ҷойи туг-  
ма дар либос истифода мебаранд. Тугмаи қирсаки филизӣ бо 3-5  
кӯк дӯхта мешавад, дар ҳар сӯроҳӣ бо 3-4 кӯк маҳкам мекунад.

Масолеҳи дӯхташаванда, тугмаҳои гуногуншаклу гуногунан-  
доза, чангак, тугмаҳои қирсаки гуногун, ҷузъҳои оройишии  
филизӣ, чармӣ, баҳмалӣ ва пластмассӣ, ки барои либоси зано-  
на истифода бурда мешаванд, ғайр аз вазифаи асосӣ, инчунин  
хусусияти оройишӣ доранд. Барои маҳкам кардани тугмаҳо,  
чангакҳои филизӣ, қирсақҳо дар баробари риштаҳои пахтагӣ ди-  
гар риштаҳоро низ истифода бурдан мумкин аст: риштаҳои на-  
шашон омехтаи №40 истифода бурда шаванд.

## Дӯхтани тугмаи чорсӯроха ба матои тунук

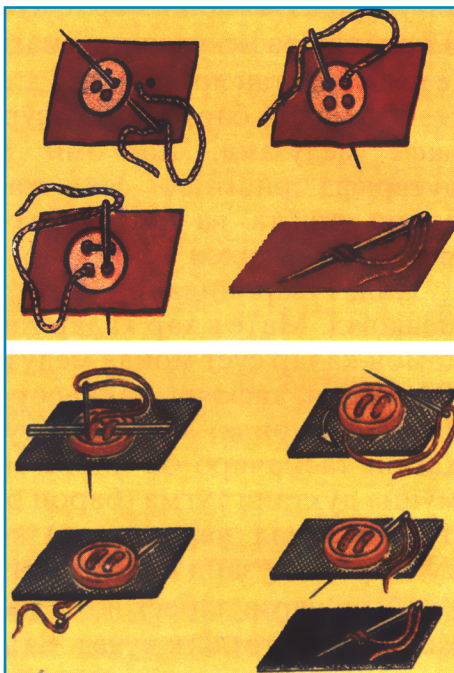
1. Риштаро маҳкам намуда, сӯзанро аз сӯрохии тугма гузаронед.
2. Сӯзанро аз сӯрохии дюум ба тарафи чаппаи матоъ гузаронед.
3. Аз тарафи чаппаи матоъ сӯзанро аз сӯрохии сеюми тугма гузаронед.
4. Аз сӯрохии чорум ба тарафи чаппаи матоъ гузаронед ва ин амалро якчанд маротиба такрор намоед ва риштаро аз тарафи чаппаи матоъ гирех кунед.

### Мустаҳкам кардани ришта

1. Сӯзанро ба тарафи чаппаи матоъ гузаронед, дар зери кӯк риштаро ду-се маротиба дар нӯги сӯзан печонед.
2. Риштаро кашед.
3. Боз як бор сӯзанро аз таги кӯк гузаронед. Риштаро гузаронед ва онро буред.

### Дӯхтани тугма ба матоъҳои гафс

1. Ба рӯйи тугмаи чорсӯроха донаи гӯгирдро гузоред. Тугмаро монанди тугмаи дар матоъҳои тунук дӯзед.
2. Пеш аз риштаро гирех кардан гӯгирдчӯбро гиред. Сӯзанро аз тарафи чаппа аз таги тугма бароред.
3. Риштаро якчанд маротиба гирдогирд дар гирди тугма то ҳосил шудани “пояча” печонед.
4. Сӯзанро ба тарафи чаппаи матоъ гузаронед. Риштаро гирех кунед.



Расми 75. Таъмир ва тарзи шинондани тугмаи чорсӯроха: а) ба матои тунук шинондани тугма; б) ба матои гафс шинондани тугма

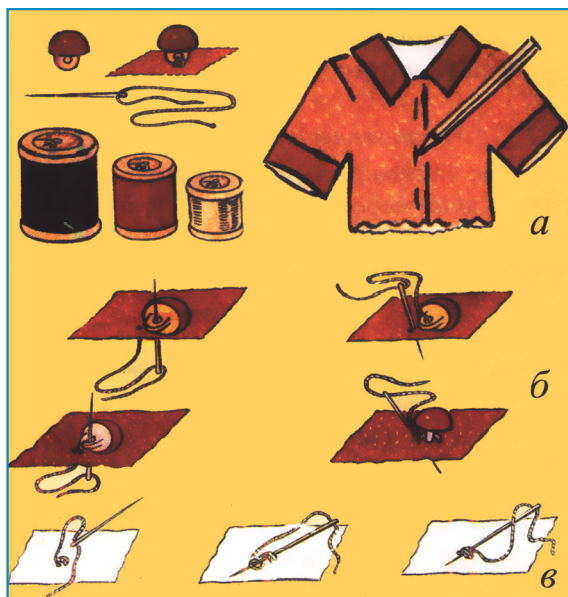
## Кори амалии №49

### Нақшаи технологии №18

#### Тарзи дӯхтани тугма

*Таҷҳизот:* куттии асбобу анҷомҳои дарздӯзӣ, матоъ ё маснуоти диллоҳ, ришта, қайчӣ, тугмаҳои гуногуни ду, чорсӯроҳа ва поядор

№	Тартиби иҷрои кор
1	Муайян кардани ҷойи дӯхти тугмаҳо.
2	Риштаро гиреҳ кунед. Сӯзанро аз сӯроҳии поячаи тугма гузаронед.
3	Сӯзанро ба тарафи чаппаи маснуот гузаронед.
4	Сӯзанро аз тарафи чаппаи матоъ ба тарафи рости матоъ, аз дохили сӯроҳии поячаи тугма гузаронед.
5	Ин амалиётро 5-7 маротиба такрор намоед.



Расми 76. Таъмир ва шинондани тугмаи пояҷадор: а) муайян кардани фосилаи тугма; б) пайдарҳамии дӯхти тугма; в) гиреҳ кардани ришта аз тарафи чаппаи матоъ

Мавкеи ангулахо ва тугмаҳоро ба мавкеи хатҳои кафаси сина, камар ва ронҳо мувофиқ мекунад.

Нақшаи хатҳои ёрирасон, ки дар нусха нишон дода шудааст, ба муқаррар кардани шакл ва таносуби ҷусса, инчунин муайян кардани дарозии либос ёри мерасонад.



*Расми 77. Намудҳои тугма*



*Дарозии либосро умуман бо назардошти мавкеи хати зонуҳо муайян мекунад. Зимни ин ҳатман сатҳи хати камари ҷуссаро ба ҳисоб мегиранд.*



- 1. Таъмири либос чанд хел мешавад?*
- 2. Ба таъмири хурд кадом қисми навъи маснуот дохил мешавад?*
- 3. Кадом тарзи дӯхтани тугмаро медонед?*
- 4. Фарқи дӯхтани тугмаи чорсӯроҳа дар матоъҳои гуногунро биғӯед.*
- 5. Намунаи тугмаи дилхоҳро гирифта, онро шарҳ дода, дар пораи суф дӯхта, ба албоматон часпонед.*

## БОБИ 10. ГИГИЕНАИ ДУХТАРОН

### §34. ТАРЗИ ШУСТАНИ МӮӢ ВА МОЛИДАНИ ӮСМА

**Нигоҳубин ва гигиенаи инсон.** Пӯст мустаҳкаму чандир буда, вобаста ба синну сол, ҳолати организм ва таъсири шароити беруна тағйир меёбад, бинобар ин нигоҳубини он (гигиенаи бадан, тағзия ва муҳофизат) кори ҳар як шахс мебошад.

Барои шустушӯи бадан собунҳои мушкин (хушбӯӣ)-и саҳт, моеъ ва хока истифода бурда мешавад. Собуни мушкини саҳт 74-78 Ҷоиз кислотаҳои ҳаднок (равғани гов, норғил, саломас), моддаҳои хушбӯӣ ва рангкунанда дорад. Баъзе собунҳои мушкин ҳосияти шифобахшӣ ва тамйизӣ доранд. Барои шустушӯи бадан аз собунҳои «Детское», «Малиш», «Чебурашка» ва собунҳои хушбӯӣ ҳозиразамони «Oriflame-Soap», «Dove», «Самуа», «Экзотика», «Луговые травы», гелҳои (барои шустушӯи бадан) «Тысячелетник», «Яблоко», «Крапива» ва ғайра истифода баред.

Маҷмӯи тадбирҳои мавҷуданд, ки барои обутоб додани организм ва ба шароити номусоиди обу ҳаво, иқлим устувор гардондани он равона карда шудаанд.

Организмро асосан тавассути ҳаво, об, нури офтоб обутоб медиҳанд. Агар ба ин омилҳо машқҳои ҷисмонӣ илова шаванд, обутобҳои организм торафт самарабахштар мегардад. Омилҳои асосии обутоби бадан об буда, дар ин бобат нисбат ба ҳаво муфидтар аст. Об нисбат ба ҳаво 28 маротиба зиёдтар гармӣ мегузаронад. Дар хона барои обутоб додани организм ба бадан об рехтан, бо латтаи тар пок кардани он ва оббозӣ дар душ, ванна ва ғайра муфид аст.

Барои шустушӯи бадан чанд навъи ванна (ваннаҳои бӯғӣ, шифоӣ бо қиёми дарахти сӯзанбарг, перманганати калий, хардароб, оҳару сода ва ғайра)-ро истифода мебаранд.

Барои беҳдошти санитарияи гигиениии организм баданро ҳар рӯз шустан лозим аст.

### Шустани мӯӣ

Барои шустани мӯӣ онро нағзакак тар кунед, охишта бо оби равон, душ ё бо асбоби махсус ба шустан омода кунед. Ҳозир бисёр шампунҳои гуногуни кӯдакона мавҷуданд. Ҳар яки онҳо

таркиби хос доранд ва пӯсту мӯйро нарм ва муҳофизат мекунад. Ҳангоми шустан чашро пӯшед. Ҳоло ба ғайр аз шампунҳои кӯдакона шампунҳои ҳозиразамони “Кокос”, “Крапива”, “Берёза”, “Каштан”, “Ромашка”-и истеҳсоли хориҷӣ ва навҳои гуногун мавҷуданд.

Шампунро камтар ба кафи даст гиред, аввал ба болои сар ва баъд ба ақби он ва қисми дигарашро ба кафи дигар гирифта, ба пешонии рости чап бимолед, бо ин роҳ шампунро баробар тақсим кунед ва ба ҳамаи мӯй пурра бимолед. Вақти шустан мӯйро тоза шӯед, ки шампун боқӣ намонад, мӯйро камтар фишурда обашро биравонед. Мӯйро хуш кардан лозим аст. Аввал сарро бо сачок печонед ва камтар (тахминан 10 дақиқа) биистед. Ҳеҷ гоҳ мӯйро тар шона накунад. Дар ин ҳолат он бекуват мешавад ва бисёртар мерезад. Мӯйи хушкро шона кардан осон аст.



Расми 78. Собунҳои хушбӯй ва шампун

Мӯйро ҳеч гоҳ дар назди газ, асбобҳои гармкунанда ё ягон нуктаи гармӣ, дар офтоб хушк накунад. Мӯйро бо фен хушк накунад, ки ба шумо зарар меоварад. Мӯйро дар ҳавои муътадили хона бояд хушк кард.

Шона бояд тез ва дандонҳояш наздик набошад.

Шона бояд доим тоза бошад. Онро дар ду-се рӯз як маротиба бо чӯткачаи махсус (ё бо чӯткаи дандоншӯии кухна) ва собун бишӯед.

Шонаи худро ба ҳеч кас надихед, чунки касалиҳои мӯй тавасути шона ба дигар кас мегузаранд. Дар пӯсти сар касалии шукуфа мавҷуд аст, аз он обила пайдо мешавад ва сар тез шамол мекашад, сабӯсак пайдо мешавад. Аз шукуфа ҳар ҷо-ҳар ҷойи мӯй мерезад. Агар дугонаатон шонаи шуморо пурсад, надихед, ба ӯ хавфи сироятёбии сарро гӯед, то ин ки хафа нашавад.

Мӯйҳо се хел мешаванд: муътадил, равшаннок, хушк.

Мӯйи муътадил доим зебою дароз буда, нағз шона карда мешавад. Мӯи равшаннок баъди ду-се рӯз намудаширо гум карда, равшаннок мешавад. Мӯйи хушк нӯгаш тез шукуфта, борик мешавад.

### *Маслиҳати муфид барои мустаҳкам кардани мӯй*

Ба дегчаи сирдор як литр об андохта ҷӯшонед, се қошуқи хӯрокхӯрӣ решаи дарахти булутро (онро дар дорухона мефурӯшанд) андохта, онро 15 дақиқа ҷӯшонед. Баъд аз хунук шудан онро аз се қабат дока гузаронед ва бо ҳамин оби ширгарм бе собуну шампун сарро бишӯед.

Ҳамин хел маҳлуло аз испанд омода кардан мумкин аст.

Ба мӯйҳои равшаннок кефир, чурғот молида, бо сачоқ 20-30 дақиқа печонед ва баъд бо шампуни махсус барои мӯйҳои равшанӣ бишӯед.

Агар мӯй хушк бошад, бо оби мулоим бишӯед. Онро ин тарз омода мекунад. Оби одиро ҷӯшонда, баъд хунук кунед ва бо он сарро бишӯед. Дар ин вақт бояд калонсолон дар наздатон бошанд.

Шампунро худи одам ҳам омода карда метавонад. Барои ин зардии тухми хомро гирифта (сафедиаширо истифода набаред) лат дихед, ба он як қошуқча равшани офтобпараст ҳамроҳ карда ба



решаи мӯй молед. Баъд бо сачоқ печонда 2 соат нигоҳ доред. Сипас бо оби ширгарм ва шампуни барои мӯйи хушк шӯед.



1. Кадом намуди собунро медонед?
2. Чанд намуди мӯйро медонед?
3. Шумо дар хона аз кадом шампун ва собунҳо истифода мебаред?

### Тарзи молидани ӯсма

ӯсма (васма) гиёҳест, ки занону духтарон баргҳои онро фишурда, оби сабзашро ба абрувон ва пӯсти худ мемоланд. Баландии гиёҳ ӯсма то 25 см расида, поя ва баргҳои ранги сабзи нилгун доранд. Пас а шинондан соли дуюм аз охири моҳи апрел то июл гул мекунад, ранги гулаш зард аст. ӯсма (васма) дар Осиёи Марказ ва Қафқоз бештар истифода бурда мешавад, тухми онро асосан дар заминҳои оби мекоранд.



а)



б)

Расми 79. Тарзи молидани ӯсма: а) тарзи об кардани ӯсма; б) тарзи молидани ӯсма ба абру.

Дар давраи пеш сарватмандон ва дарбориён ӯсмагираки махсусро истифода мебуданд, ки онро косибон аз чинӣ, нукра, мис, тилло месохтанд. Одамони одӣ ӯсмаобкунакхоро аз чӯб ва сафол месохтанд.

Ўсмаобкунакро аз танайи чӯби дарахтон ба шакли мудаввар, чоркунча ва ғайра бурида, дарунашро кофта, дар он ўсмаро об мекарданд. Барои молидани ўсма ба абру (қош) устухонҳои моҳӣ, пати парандагон (қаноташ) ва ғайраро истифода мебарданд.

## Кори амалии №50

### Технологияи молидани ўсма

*Таҷҳизот:* ўсма, пахта, ўсмаобкунак ё пиёла, оина, чӯбчаи нўгтез барои пахтапечонӣ ва молидани ўсма, сачоқ.

*Рафти кор.* Ўсмаро аввал шуста, қоидаҳои санитарии гигиениро риоя намуда, камтар офтоб меदिҳанд. Баъд онро дар ўсмаобкунак ё пиёла об мекунанд.

Ҳангоми молидани ўсма дастро барои он дар об тар мекунанд, ки кабудии ўсма дар даст намонад. Барои молидани ўсма аз гўгирдчӯб, чӯбчаи борик, ки ба як нўгаш камтар пахта печонда мешавад ва бо нўги дигар изи абруро мекашанд, истифода мебаранд.

Ўсмаро ба абру бо чӯбчаи ўсмадор канда-канда пайи ҳам ме-моланд.

Баъди молидани ўсма ўсмамолакро ба ўсма тар карда, фақат аз кунҷи абру об медавонанд. Баъди 2-3 бор об давондан (баъди ҳар 5-8 дақиқа) ўсмаро хушк намуда, бо об оҳиста мешўем ва бо сачоқ саҳт пок намекунанд, то ки сиёҳӣ ва кабудии ўсма наравад. Баъд асбобҳои истифодашуда (ўсмаобкунак, чӯбчаи ўсмакашӣ)-ро нағз шуста, дар селофан гузошта, дар ҷойи муайян нигоҳ ме-доранд.

### Ҳосиятҳои шифобахшии ўсма

Ин рустаниро об карда ё кўфта ба сар моланд ё банданд, бод ва балғами сарро рафъ менамояд. Инчунин ба байза ном дарди сар, ки тамоми сарро фаро мегирад, шифо мебахшад. Ўсмаро сўхта, дудашро нафас бикашанд ё кўфтайи онро ба сар бимоланд, зукомро рафъ ва мӯи сарро мустаҳкам мекунад. Оби баргаш беҳтарин маводест барои ранг кардани мӯй ва сиёҳ шудани (саб-зидани) абру.



Оина панҷ ҳазор сол пеш маълум буд. Ба сифати оина санг, метал, тило, биринҷӣ, булӯри қўҳӣ ва гайраро истифода мебуданд. Дар асри XIII нахустин оинаи мукамал дар Венетсия пайдо шуд, ки қасрҳои боёнро зеб меод. Он замон нархаи беҳад қимат буд. Дар Русия корхонаҳои оинабарорӣ дар давраи Пётри I сохта шуданд ва оинаро васеъ истифода мебуданд.

Оинаро дар меъморӣ, рӯзгор, дар техника, заррабин (заррабин), оройиши мӯй, либос ва гайра истифода мебаранд.



1. Барои чӣ ўсмаро истифода мебаранд ва аҳамияти он дар чист?

2. Барои молидани ўсма синну солро ба эътибор мегиранд ё не, сабаби дар чист?

3. Пеш аз ба мактаб рафтан ҳар рӯз камтар ўсмаро гирифта, об карда ба абрўятон молед, абрўятон нағз меабзад.

## Адабиёт

1. «Энсиклопедияи мухтасари рӯзгордорӣ». Сарредакси-яи илмии Энсиклопедияи Советии Тоҷик, Душанбе, 1988.
2. Добрицкая Е.А., Волчек Н.М., «Современная эн-циклопедия для девочек». Современный литератор, 1999.
3. «Настольная книга для девочек». Зери тахрири докто-ри илмҳои педагогӣ, профессор Калашникова Г.Н., Эксмо, 2004.
4. Лидия Орлова, «Азбука моды». Москва, «Просвеще-ние», 1989.
5. Януш А. «Мы шьём сами», Гизлегпром, 1963.
6. Раҷабалиева, Обидова К. «Меҳнат», синфи 5. Душан-бе, Ирфон, 1990.
7. Вазорати маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон. Пажӯҳишгоҳи илмҳои педагогии Ҷумҳурии Тоҷикистон. «Барномаи касбу ҳунар» барои синфҳои 5-11, Душанбе, 2003.
8. Ходжиев В. «Фирменные блюда и напитки Таджикиста-на», Душанбе, 1988.

## МУНДАРИҶА

Муқаддима .....	3
<b>БОБИ 1. ИНТЕРҶЕРИ ОШҶОНА.....</b>	<b>4</b>
§ 1. Ҷиҳози ошҶона ва хонаи хӯрокхӯрӣ .....	4
<b>БОБИ 2. ТЕХНОЛОГИЯИ ОМОДА КАРДАНИ ХҶУРОКҶОИ МИЛЛӢ .....</b>	<b>13</b>
§ 2. Технологияи пухтани хӯрокҶои миллӢ .....	13
§ 3. Аҳамияти сабзавот барои организми одам ва ..... таркиби ғизоии он .....	15
§ 4. Навҳои сабзавот .....	21
§ 5. Мафҳуми коркарди гарми сабзавот.....	27
§ 6. Тарз ва тариқи реза кардани сабзавот.....	30
§ 7. Одобии нишастан дар сари дастархон.....	38
§ 8. Оройиши дастархон барои хӯрокҶои омода .....	40
§ 9. Тарзи омода кардани хӯроки яқум аз сабзавот.....	48
§ 10. ХӯрокҶои дуҷум аз сабзавот.....	52
§ 11. Хӯроки дуҷуми хӯришаш (гарнираш) аз сабзавот.....	53
<b>БОБИ 3. ЗАХИРА КАРДАНИ МАҶСУЛОТИ ХҶУРОКВОРӢ .....</b>	<b>57</b>
§12. Захира кардани маҳсулоти хӯрокворӢ, консервонӢ ва очоронии сабзавот .....	57
<b>БОБИ 4. УНСУРҶОИ МАТОЪШИНОСӢ.....</b>	<b>61</b>
§ 13. Технологияи омода кардани матоъ.....	61
§ 14. Хосияти матоъҶои пахтагӢ ва катонӢ.....	66

## **БОБИ 5. КАСБУ ҲУНАРИ МИЛЛӢ..... 73**

- § 15. Технологияи корҳои дастӣ – дарзҳои дастӣ ..... 73
- § 16. Маълумоти мухтасар дар бораи таърихи  
кашидадӯзӣ (гулдӯзӣ)..... 84

## **БОБИ 6. УНСУРҲОИ МОШИНШИНОСӢ..... 93**

- § 17. Таъйинот ва сохти мошини дарздӯзии дастӣ ..... 93
- § 18. Қоидаи ба кор омода кардани мошини дарздӯзӣ 97
- § 19. Усулҳои кор бо мошини дарздӯзӣ..... 103

## **БОБИ 7. ТЕХНОЛОГИЯИ ЧОКБУРӢ..... 105**

- § 20. Банақшагирии либоси махсус бо унсурҳои  
амсиласозӣ..... 105
- § 21. Кашидани тарҳи маснуот ..... 113
- § 22. Омода кардани андоза ва сохтани қолаб..... 122
- § 23. Технологияи чокбурӣ ва дӯхтани либоси махсус 125
- § 24. Барои дӯхтан омода кардани чузӯҳои буридашу  
да ..... 129
- § 25. Технологияи дӯхтани пешдоман ..... 134
- § 26. Дӯхтани тасма (миёнбанд ё камарбанд) ..... 136
- § 27. Дӯхтани киса..... 138
- § 28. Пурра дӯхтани маснуот..... 140
- § 29. Технологияи дӯхтани остинча ..... 147

## **БОБИ 8. ЛОИҲАИ ЭҶОДӢ..... 152**

- § 30. Лоихаи эҷодӣ доир ба дӯхтани пешдомани  
оройишӣ (кунҷакдор) ..... 152
- § 31. Ҳисоби иқтисодӣ ..... 162

**БОБИ 9. НИГОҲУБИН ВА ТАЪМИРИ ЛИБОС ..... 173**

§ 32. Таъмири либос..... 173

**БОБИ 10. ГИГИЕНАИ ДУХТАРОН ..... 178**

§34. Гарзи шустани мӯй ва молидани ўсма ..... 178

МАВЛУДА РҶЗИЕВА,  
СУБҲОН ИСЛОМОВ, КЛАРА ОБИДОВА

# ТЕХНОЛОГИЯ

(Таълими меҳнат барои духтарон)

## Китоби дарсӣ барои синфи 5

Муҳаррир	Аҳмадшоҳ Комилзода
Муҳаррири техникӣ	Қобилҷон Саъдуллоев
Тарроҳ ва саҳифабанд	Иқбол Сатторов

Ба матбаа супорида шуд 05.11.2016.

Ба чоп иҷозат дода шуд 15.12.2016.

Андозаи 60x90 1/16. Коғазӣ офсет. Ҷузъи чопӣ 12  
Адади нашр 40000. Фармоиши № 197/2016.

Муассисаи нашриявии «Маориф»-и  
Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон.  
734024, ш. Душанбе, кӯчаи А. Дониш, 50.  
Тел.: 222-14-66 E-mail: najmiddin64@mail.ru

Дар матбааи КВД КТН “Шарқи озод” чоп шудааст.