

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Криворізький державний педагогічний університет
Факультет дошкільної і технологічної освіти
Кафедра педагогіки та методики технологічної освіти

СЕРЬОГІНА ІРИНА ЮРІЇВНА

ТЕХНОЛОГІЯ ПОБУТОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

*Навчально-методичний посібник
для здобувачів вищої освіти
спеціальності 014 Середня освіта*

Кривий Ріг 2020

Серьогіна І.Ю. Технологія побутової діяльності. – Навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Трудове навчання та технології). – Кривий Ріг: КДПУ, 2020. – 186 с.

Укладач:

Серьогіна І. Ю. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та методики технологічної освіти Криворізького державного педагогічного університету.

Рецензенти:

Савченко Л.О., доктор педагогічних наук, професор та завідувач кафедри педагогіки та методики технологічної освіти Криворізького державного педагогічного університету.

Кулінка Ю.С., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та методики технологічної освіти Криворізького державного педагогічного університету.

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри педагогіки та методики технологічної освіти Криворізького державного педагогічного університету

Протокол № 7 від 07 лютого 2020 р.

Затверджено Вченою радою факультету дошкільної і технологічної освіти Криворізького державного педагогічного університету

Протокол № 7 від 20 лютого 2020 р.

Навчально-методичний посібник призначений для студентів напряму підготовки 014 Середня освіта (Трудове навчання та технології) освітньо-кваліфікаційного рівня «магістр» денної та заочної форм навчання.

Видання містить програмний матеріал, психолого-педагогічну, методичну літературу та рекомендації для опрацювання лекційного матеріалу, методичні рекомендації до виконання кожної практичної роботи, тестові завдання та завдання для самоконтролю і самооцінювання, варіанти творчих завдань та індивідуальних проектів, питання та завдання для самостійного опрацювання змісту дисципліни «Основи побутової діяльності», питання до заліку та екзамену тощо.

©Серьогіна І.Ю. –2020 р.

ЗМІСТ

1. Загальний опис навчальної дисципліни	4
2. Пояснювальна записка	4
3. Структура залікового кредиту дисципліни	8
4. Програма навчальної дисципліни	9
5. Методичні рекомендації та завдання до практичних робіт змістовного модулю І «Основні концептуальні положення ведення домашнього господарства»	13
6. Методичні рекомендації та завдання до практичних робіт змістовного модулю ІІ «Практикум з основ домашнього господарювання».....	96
7. Індивідуальна робота	180
8. Методи навчання	182
9. Методи контролю знань	182
10. Розподіл балів, що присвоюються студентам	183
11. Методичне забезпечення	184
12. Література до курсу	184

**СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ
«ТЕХНОЛОГІЯ ПОБУТОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»
1. ЗАГАЛЬНИЙ ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

Найменування показників	Шифр спеціальності, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5 / 10	014 Середня освіта (Трудове навчання та технології) Профіль: конструювання та моделювання одягу.	Нормативна	
Загальна кількість годин – 150 / 300		Рік підготовки:	
		1	1
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4		Семестр	
		1,2	1,2
		Лекції	
		18 год.	8 год.
		Практичні, семінарські	
		66 год.	36 год.
		Лабораторні	
		0 год.	0 год.
		Самостійна робота	
		66 год.	256 год.
Ступінь вищої освіти: Магістр	Індивідуальні завдання: год.		
	Вид контролю: для денної – 2 семестр – екзамен, для заочної – залік у 1 семестрі, екзамен у 2 семестрі.		

2. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Мета курсу «Технологія побутової діяльності»: забезпечити теоретичними знаннями студентів з питань ведення домашнього господарства та набуття практичних навиків по оформленню та естетичному оздобленню виробів для дому.

Сучасний етап розвитку системи підготовки вчителів технології у вищих педагогічних навчальних закладах характеризується процесами модернізації та реформування.

Невід’ємною частиною життя кожної людини є та сфера її діяльності, що пов’язана з житлом, родиною (спількою різних за статтю та віком, але близьких за духом чи рідних за кров’ю людей), власним майном (спільним для родини), тобто домом. Дім завжди займав значне місце в житті окремої людини та суспільства в цілому. Дім – це дах над головою, де кожна людина може сховатись від негараздів зовнішнього середовища, несприятливих погодних умов, небажаних спілкувань тощо. Це місце, в якому людина задовольняє власні найрізноманітніші людські потреби. Це місце бажаного для людини спілкування, відпочинку на самоті та в колі друзів чи родичів, відновлення життєвих сил. Життя в домі – це, як правило, взаємодія багатьох людей з використанням матеріальних ресурсів, що знаходяться в їхньому розпорядженні.

Життя постійно змінюється. Змінюються його стандарти, стиль, темп, якість, пріоритети. Це призводить до незворотних змін в побуті, домашньому господарстві, сім'ї. А отже, немає необхідності доводити, що сучасне домашнє господарство значно відрізняється від домашнього господарства середини ХХ століття. Проте, від уміння вести домашнє господарство багато в чому залежить достаток та щастя окремої родини в будь-якому домі. Так було завжди, так є в наш час, і так буде в майбутньому.

Дім, домашнє господарство, сімейний бізнес - сьогодні все більше стають частиною економіки будь-якої держави. Не стає виключенням в цьому процесі й Україна. Отже, змінюються поняття «дім», «домашнє господарство», зростає кількість різноманітних функцій людини, яка керує домом. У межах сучасного домашнього господарства споживаються кінцеві продукти сфери матеріального виробництва та сфери послуг, які стають об'єктами праці. У такому сенсі праця в побуті є «завершальною» по відношенню до громадської праці, бо будь-який товар в домашньому господарстві стає предметом праці, предметом догляду, об'єктом обслуговування.

Сфера діяльності в домашньому господарстві є багатоплановою та включає в себе широкий спектр функцій людини, яка веде це господарство. Це адміністративна, сервісна, господарська, інформаційна, комунікативна функції.

Велика кількість видів діяльності в домашньому господарстві «перегукується» за змістом з видами професійної діяльності в соціумі, проте задачі їх різні, бо обумовлені інтересами, потребами і мотивами конкретних людей. У домашньому господарстві виконуються такі **види професійної діяльності**, як організаційно-управлінська, психолого-педагогічна, методико-консультативна, медико-валеологічна, соціально-культурна, юридично-правова, науково-дослідна та інші види діяльності.

Праця в домашньому господарстві є економічно відділеною від праці в сфері виробництва, сфери обслуговування, оскільки базується на індивідуальній власності конкретної родини. Специфікою такої праці є її безперервність і нескінченність. Тобто працю з ведення домашнього господарства не можна закінчити, її можна відкласти на деякий час, але повністю виконати неможливо, бо кожну хвилину з'являються нові об'єкти та предмети цієї праці. Загальновідомо, що ефективно керувати державною організацією, підприємством, закладом, виконувати професійні обов'язки може людина з відповідною освітою. Проте домашнє господарство є більш складною організацією. Отже, виникає об'єктивна необхідність у спеціальних знаннях із організації та ведення домашнього господарства в сучасних економічних умовах нашої країни, яка знайшла своє втілення в керівних документах Міністерства світи і науки України.

Дім – це доволі складна соціальна система, яка включає в себе низку ресурсів, поєднаних між собою інфраструктурними зв'язками. **Ресурси**, що входять до соціальної системи дім, можна умовно поділити на:

– *трудові*, тобто члени родини, їх родичі, друзі тих і інших, які постійно або тимчасово мешкають на одній території з їхнім досвідом та кваліфікацією;

– *матеріальні*, тобто всі без виключень предмети побуту, промислові вироби, харчові продукти, сировина, предмети споживання, побутова техніка, власні транспортні засоби, тощо;

– *фінансові* у вигляді грошей, цінних паперів, облігацій;

– *інформаційні* ресурси у вигляді різноманітних інструкцій, методик, рецептів, описань, технологій, тощо.

Інфраструктурою домашнього господарства є сукупність будівель, споруд, технологічних та технічних систем та обладнання, які розташовані на території житла. Вона складається з таких складових:

– *інженерно-технічної* (землі, систем водо-, тепло-, енерго-, газопостачання, каналізації, систем вентиляції, кондиціонування, джерел електроенергії);

– *соціально-побутової* (об'єктів житлового, культурно-побутового, освітньо-виховного, довільного призначення, якими є квартира, дім, дача, господарські будови, побутове радіо-, теле-, аудіо-, відеоапаратура, технічні засоби навчання, спортивне знаряддя, тощо);

– *інституційної* (наявність сімейних юристів, психологів, гувернерів, іміджмейкерів тощо, які виконують науково-дослідну, освітньо-виховну, фінансову та культурно-дозвілєву діяльність);

– *психогромадської* (сукупність сталих дружніх та родинних зв'язків, принципів, традицій, устоїв, культурних та духовних цінностей мешканців дому).

Місцезнаходження, тип домашнього господарства, його демографічна характеристика, майновий потенціал, грошові прибутки членів родини, трудова зайнятість власників господарства, його соціальний статус в кожному конкретному випадку дуже різняться. Ефективне ж ведення домашнього господарства спрямоване на створення комфортних умов праці і життя кожного члена родини в домашніх умовах в незалежності від конкретних умов. Для цього слід **володіти** методами, використовувати засоби та принципи, впроваджувати раціональні форми управління господарством, а отже, слід розуміти базові *основи менеджменту* – мистецтва управління.

Організація самого процесу ведення домашнього господарства безперечно вимагає розуміння та вміле використання *основних менеджерських функцій*, якими є планування, організація, координація, комунікація, мотивація та управління діяльністю, а також процеси розробки та прийняття рішень, контроль, облік, аналіз. І чим краще організоване домашнє господарство, тим легше ним керувати, бо неорганізованою системою керувати не можна. У зв'язку з цим виникають нові вимоги до людини, що керує сучасним домашнім господарством. Такі вимоги можна знайти в *персональному менеджменті*.

Сучасний домогосподар повинен **вміти** досягати поставлених перед собою цілей, уміло керувати домашніми ресурсами, використовуючи власні фізичні та розумові можливості, усвідомлено керувати протіканням власного життя, вміти самовизначатись, з легкістю та позитивними емоціями долати зовнішні обставини в особистому житті та в роботі, бути спрямованим на саморозвиток, самовиховання, самонавчання протягом усього життя. Як будь-який інший вид управлінської діяльності, діяльність в домашньому господарстві здійснюється на основі певних принципів управління, тобто таких важливих вимог, дотримання яких забезпечує ефективність управлінських рішень, управлінської діяльності та управління в цілому. Основними з таких принципів є: соціальна спрямованість діяльності, розумний розподіл праці між членами родини, ініціатива кожного, сімейний дух, дисципліна, підпорядкованість особистісних інтересів загально-родинним, раціональне поєднання оптимальної централізація (розподіл повноважень) та децентралізація (надання можливості самостійно приймати рішення) ведення домашнього господарства.

Організаційні звички виробляються безпосередньо в процесі роботи. Цілісний погляд на організацію діяльності в домашньому господарстві в єдності зі змістом конкретних видів діяльності дає робота по системі НОП (наукової організації праці), яка пов'язана не тільки з перебудовою процесу праці, але і з перебудовою свідомості людини. Вирішення завдань НОП пов'язане, з одного боку, з регламентацією, з розробкою норм, стандартів, алгоритмів дій, бо без нормативної бази неможливо здійснювати управління домашнім господарством, а з іншого – вимагає максимальної творчості, постійного активного пошуку. Це протиріччя діалектичне, воно вирішується успішно при умові опанування науковими методами організації праці, основами сучасного тайм-менеджменту.

Сучасна модель домашнього господарства являє собою систему конкретних функцій по управлінню сучасним домом (в широкому сенсі цього слова). Таким чином, завдання вивчення курсу «Основи домашнього господарювання», це:

– проведення техніко-економічного аналізу технології господарської діяльності, розробка та впровадження пропозицій по удосконаленню цієї діяльності та самого домашнього господарства;

– дослідження та аналіз впливу організаційних, економічних та політичних факторів на ефективність ведення домашнього господарства, розробка пропозицій по використанню, засобів, способів і методів управління домашнім господарством;

– технічне обслуговування інфраструктури дому, житлових та допоміжних приміщень, земельних ділянок, технічних та технологічних систем і агрегатів, прибирання житла, догляд за домашніми речами;

– організація економічного та розумного використання природних ресурсів, води, газу, тепла, електроенергії;

– впровадження сучасних сервісних технологій, автоматизації та механізації робіт у домі;

– вивчення індивідуальних особливостей та потреб кожного члена родини, створення сприятливих умов життя, побуту, праці в побуті;

– формування сприятливих міжособистісних стосунків у родині, розробка та організація соціально-культурної та дозвільної діяльності родини;

– формування та підтримка позитивного іміджу родини, дому, організація дозвілля, впровадження сучасного стилю та образу життя;

– економічне управління сімейним бюджетом, складання, поповнення та економічне витрачання сімейних коштів;

– організація виховних та освітніх процесів кожного члена родини, індивідуальне виховання, самовиховання, освіта та виховання дітей;

– організація домашнього продовольчого сервісу, домашньої кухні та харчування членів родини, заготівля та зберігання продуктів харчування та напоїв;

– розробка та впровадження заходів щодо збереження, примноження, укріплення здоров'я, фізичного та духовного розвитку, оздоровлення, здорового способу життя, безпеки праці, пожежної безпеки, санітарії та гігієни, здійснення долікарської допомоги;

– створення умов для захисту інтересів та прав членів родини та індивідуумів оточуючого середовища;

– благоустрій дому та оточуючого середовища, створення затишку, комфортного інтер'єру житла, технічний благоустрій житла, вивчення та впровадження сучасних дизайнерських розробок інтер'єрів;

– організація процесу споживання товарів та послуг в умовах домашнього господарства;

– володіння різними видами технологій ручної праці та рукоділля (шиття, в'язання, вишивання, плетіння, низання, стругання, точіння, різання, тощо).

Повноцінне виконання зазначених функцій неможливе без опори на сучасні уявлення та наукові досягнення в іміджі, етикеті, етиці, естетиці, культурології, валеології, фізіології, медицині, соціальній психології та педагогіці, конфліктології, економіці, менеджменті, маркетингу, бухгалтерському обліку, дизайні, ергономіці, інформаційних технологіях, товарознавстві, матеріалознавстві, екології, хімії, юриспруденції, соціології, правознавстві, техніці та інших.

3. СТРУКТУРА ЗАЛІКОВОГО КРЕДИТУ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕМА	Кількість годин відведених на:			
	Лекції	Лабораторні роботи	Самостійну роботу	Консультативну роботу
Змістовий модуль І. Основні концептуальні положення ведення домашнього господарства				
Тема 1.1. Основні положення домоведення. Управління домашнім господарством. Практ. роб. №1 «Інституціональні ознаки домашнього господарства»	2	2	2	-
Тема 1.2. Сім'я як соціальний інститут суспільства. Практ. роб. № 2 «Сім'я як суб'єкт домашнього господарства»	2	2	2	-
Тема 1.3. Шляхи формування іміджу сучасної родини. Практ. роб. № 3 «Організація праці у родині»	2	2	2	1
Тема 1.4. Вплив невербальних засобів спілкування на міжособистісні відносини в сім'ї. Практ. роб. № 4 «Культура і естетика побуту сучасної родини»	2	2	2	1
Тема 1.5. Основи споживчих знань. Практ. роб. № 5 «Планування сімейного бюджету»	2	2	2	
Тема 1.6. Організація домашнього продовольчого сервісу Практ. роб. № 6 «Заготівля та зберігання продуктів харчування»	2	2	2	
Тема 1.7. Технологія організації інтер'єру житла. Практ. роб. № 7 «Сучасні помешкання та їх інтер'єр»	2	2	2	
Тема 1.8. Основи дизайну домашнього помешкання Практ. роб. № 8 «Дизайн домашнього помешкання»	2	2	2	
Тема 1.9. Екологічна безпека житла. Практ. роб. № 9 «Вивчення особливостей екологічної безпеки житла»	2	2	2	
Контрольна робота за матеріалами першого модуля	-	2	-	-
Всього годин	18	18	20	2
Змістовий модуль ІІ. Практикум з основ домашнього господарювання				
Практ. роб. № 10 «Технологія виготовлення подарункових упаковок з матеріалів різного призначення»	-	2	2 2	1
Практ. роб. № 11 «Технологія виготовлення виробів з текстильних матеріалів та застосування їх у побуті»	-	4	2 2	-
Практ. роб. № 12 «Технологія дизайну інтер'єру»	-	4	2	1
Практ. роб. № 13 «Культура зовнішнього вигляду»	-	2	2	-
Практ. роб. № 14 «Технологія заготівлі та зберігання продуктів харчування»	-	4	2 2	-
Практ. роб. № 15 «Технологія вирощування квітів та догляд за ними»	-	4	2 2	-
Контрольна робота за матеріалами другого модуля	-	1	-	-

ТЕМА	Кількість годин відведених на:			
	Лекції	Лабораторні роботи	Самостійну роботу	Консульта-тивну роботу
Підсумкова контрольна робота за матеріалами курсу	-	1	-	-
Всього годин	8	22	20	2
Разом годин	18	34	40	4

4. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

БЛОК 1

ОСНОВНІ КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ВЕДЕННЯ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА

Тема 1.1. Основні положення домоведення. Управління домашнім господарством.

Визначення понять «домоведення», «домострой», «домашнє господарювання». Мета і завдання домоведення. Об'єкт і суб'єкт домоведення. Загальні принципи і функції домоведення. Функціональна модель домашнього господарства. Управління домашнім господарством: закономірності та принципи домострою.

Практична робота №1

Інституціональні ознаки домашнього господарства (4 год.)

1. Історичні відомості про домострою.
2. Закономірності та принципи домострою.
3. Особливості побуту та традиції домострою.
4. Розробка міні проектів щодо домострою сучасної родини.

Тема 1.2. Сім'я як соціальний інститут суспільства.

Структура сім'ї (визначення поняття, основні завдання та форми сім'ї). Функції сім'ї. Концепція розвитку родини. Зміни у структурі родини. Сім'я та суспільство, їх взаємозв'язок. Способи регулювання сімейних конфліктів.

Практична робота № 2

Сім'я як суб'єкт домашнього господарства (4 год.)

1. Сутність домашніх господарств (сім'ї), як суб'єкта господарської діяльності, його функції.
2. Функції та основні параметри сучасної сім'ї.
3. Типологія сімей.
4. Напрями та зміст соціально-педагогічної роботи з проблемними сім'ями.

Тема 1.3. Шляхи формування іміджу сучасної родини.

Роль іміджу родини у взаємозв'язку сім'ї та суспільства. Формування іміджу родини: імідж-формуєча інформація. Основні складові іміджу родини. Вплив іміджу родини на тенденції та протиріччя сімейно-родинних відносин.

Практична робота № 3

Організація праці у родині (4 год.)

1. Розподіл обов'язків у родині.
2. Догляд за житлом: прибирання, прання, прасування, виведення плям.
3. Догляд за одягом: дрібний ремонт одягу.

4. Догляд за взуттям.
5. Види обладнання та способи роботи з ним у побуті.

Тема 1.4. Вплив невербальних засобів спілкування на міжособистісні відносини в сім'ї.

Історичний аспект зародження і розвитку наук, які вивчають невербальні засоби спілкування. Вибір невербальної поведінки при створенні психологічного клімату в родині. Основні засоби невербального спілкування у родині. Значення візуального контакту для міжособистісного спілкування.

Практична робота № 4

Культура і естетика побуту сучасної родини (4 год.)

1. Естетика інтер'єру.
2. Культура одягу: стиль та мода.
3. Особливості етикету.
4. Способи оформлення та презентації подарунків.
5. Краса спілкування у родині.

Тема 1.5. Основи споживчих знань.

Домашнє господарство як споживчий суб'єкт. Основні поняття про сімейний бюджет. Фактори, що впливають на добробут сім'ї. Організаційні засади ефективного домашнього господарювання. Місце та роль домашнього господарства в ринкових умовах.

Практична робота № 5

Планування сімейного бюджету (4 год.)

1. Фінансові ресурси домогосподарства.
2. Об'єкти господарського розвитку: матеріальні та нематеріальні економічні блага.
3. Ознаки та основні види економічних законів у родині.
4. Принципи розрахунку сімейного бюджету.
5. Правила ведення сімейного бюджету.

Тема 1.6. Організація домашнього продовольчого сервісу.

Основні способи консервування фруктів, ягід, овочів та грибів в домашніх умовах. Підготовка фруктів, ягід та овочів для консервування. Прянощі та спеції, що використовуються для консервування. Тара та інвентар, що використовується для консервування. Види браку та псування консервів. Зберігання консервів. Використання бракованих консервів.

Практична робота № 6

Заготівля та зберігання продуктів харчування (4 год.)

1. Загальні відомості про консервування: призначення консервування, способи консервування харчових продуктів, тара та упаковка для консервування.
2. Загальні прийоми консервування: підготовка та обробка сировини.
3. Техніка домашнього консервування.
4. Приготування розсолів і цукрових сиропів.
5. Способи пастеризації та стерилізації харчових продуктів.
6. Умови зберігання консервованих виробів.

Тема 1.7. Технологія організації інтер'єру житла.

Визначення та особливості організації інтер'єру помешкання. Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр вітальні, загальної кімнати, дитячої, оформлення шкільного куточку, спальні, кухні, ванної кімнати тощо. Столи в інтер'єрі та їх сервіровка. Кольорове оформлення інтер'єру житла.

Практична робота № 7

Сучасні помешкання та їх інтер'єр (4 год.)

1. Еволюція внутрішнього оздоблення приміщення житла.
2. Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр вітальні, загальної кімнати, кухні, дитячої, шкільного куточку, кабінету тощо.
3. Компоненти оформлення інтер'єру приміщення: композиційні особливості інтер'єру; симетрія та асиметрія; зорові ефекти зміни розміру та структури простору приміщення.
4. Роль світла в інтер'єрі дому
5. Розробка проектів сучасного помешкання.

Тема 1.8. Основи дизайну домашнього помешкання.

Особливості дизайну інтер'єру помешкання. Основи фітодизайну: характеристика форм внутрішнього озеленення; оформлення зимового саду, зеленого куточку; вертикальне озеленення приміщення. Флористика. Ароматерапія вдома: роль ароматерапії у різних функціональних зонах приміщення. Кімнатні рослини у побуті.

Практична робота № 8

Дизайн домашнього помешкання (4 год.)

1. Декорування домашніх помешкань різного функціонального призначення виробами з різних матеріалів.
2. Роль ароматерапії (свічок) у декоративному інтер'єрі жилого простору.
3. Основи флористики. Техніка створення букетів.
4. Технологія розробки та створення ікебан.
5. Розробка портфоліо щодо дизайну домашнього помешкання.

Тема 1.9. Екологічна безпека житла.

Показники екологічної безпеки. Мікроклімат житла та дому, його вплив на здоров'я людини. Інтер'єр житла та його вплив на здоров'я людини. Побудові прилади, їх функціональне призначення. Заходи, щодо покращення екологічного стану помешкання.

Практична робота № 9

Вивчення особливостей екологічної безпеки житла (4 год.)

1. Екологія та планування інтер'єру житла: розміщення меблів. Вплив колірного рішення.
2. Повітря та його забруднювачі у жилих приміщеннях.
3. Фізичне забруднення оточуючого середовища у приміщенні.
4. Заходи щодо покращення екологічної безпеки житла.

КОНТРОЛЬНА РОБОТА ЗА МАТЕРІАЛАМИ ПЕРШОГО БЛОКУ (2 год)

БЛОК 2

ПРАКТИКУМ З ОСНОВ ПОБУТОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Практична робота № 10

Технологія виготовлення подарункових упаковок з матеріалів різного призначення (4 год.)

1. Загальні відомості про технології виготовлення подарункових упаковок.
2. Короткі історичні відомості про виникнення та розвиток декоративних пакувань. Новітні тенденції в пакуванні подарунків.

3. Види декорування (драпірування тканиною, обробка декоративним шнуром, оздоблення квітами з атласних стрічок, намистинами, бісером).
4. Матеріали для декорування, їх властивості.
5. Проектування та виготовлення подарункової упаковки.
6. Презентація та оцінка роботи.

Практична робота № 11

Технологія виготовлення виробів з текстильних матеріалів та застосування їх у побуті (4 год.)

1. Види виробів з текстильних матеріалів у помешканні.
2. Технологічні процеси виготовлення виробів із текстильних матеріалів.
3. Компоненти оформлення інтер'єру житла за допомогою виробів з текстильних матеріалів.
4. Стиль у виготовленні та декоруванні виробів.
5. Використання виробів декоративно-ужиткового мистецтва в інтер'єрі дому.

Практична робота № 12

Технологія дизайну інтер'єру (4 год.)

1. Загальні відомості про художнє конструювання, принципи дизайну, стилістики.
2. Короткі історичні відомості про стилі (стилі стародавніх цивілізацій, відродження, бароко, рококо, класицизм, ампір, модерн). Сучасні стилі: хай-тек, мінімалізм, кіч (еклектика).
3. Принципи дизайну: відповідність змісту, цілісність, єдність форми та змісту.
4. Засоби художнього конструювання: пропорції, повтори, симетрія, контраст
5. Основи колористики.
6. Проектування та виготовлення предметів інтер'єру.
7. Технологія виготовлення та декорування виробу.
8. Компонування портфолію.

Практична робота № 13

Культура зовнішнього вигляду (4 год.)

1. Краса жінки (фізкультура, харчування).
2. Користування косметичними засобами.
3. Догляд за шкірою.
4. Догляд за волоссям.
5. Зачіска сучасної жінки.
6. Створення прикрас у техніці «пастіже».

Практична робота № 14

Технологія заготівлі та зберігання продуктів харчування (4 год.)

1. Домашня переробка овочів та грибів.
2. Технологія соління овочів.
3. Технологія квашення овочів.
4. Технологія консервування грибів.
5. Технологія консервування плодів і ягід.
6. Консервування м'яса і виготовлення м'ясних продуктів.

Практична робота № 15

Технологія вирощування квітів та догляд за ними (4 год.)

1. Технологія вирощування лікарських рослин.

2. Лікарські рослини у народній медицині, їх значення. Види лікарських рослин (нагідки, ехінацея, наперстянка, ромашка лікарська, звіробій, череда, живокість, чорнобривці, меліса, м'ята).

3. Лікарські рослини свого регіону. Біологічні ознаки лікарських рослин. Характеристика лікарських рослин за терміном цвітіння, висотою, розміром та кольором квітів. Умови вирощування лікарських рослин.

4. Інвентар для заготівлі рослин. Терміни заготівлі, способи зберігання. Отруйні квіткові рослини.

5. Технологія вирощування декоративних квітів: пересадка кімнатних рослин; способи догляду; особливості розміщення у помешканні.

6. Дизайн інтер'єру за допомогою кімнатних рослин.

КОНТРОЛЬНА РОБОТА ЗА МАТЕРІАЛАМИ ДРУГОГО БЛОКУ (2 год.) ЗАХИСТ ТВОРЧИХ ПРОЕКТІВ (2 год.)

Теоретичні знання. Студенти повинні знати що являє собою домашнє господарство як суб'єкт ринкових відносин, форми включення його в кругообіг ресурсів, товарів, послуг і доходів у ринковій економіці; домогосподарство як постачальник робочої сили, товарів та послуг для потреб суспільства; домашнє господарство як сфера споживання; структура сімейного бюджету: доходи та видатки, фактори, що впливають на добробут сім'ї; основні форми економічних відносин домогосподарства з державою; організаційні засади ефективного домашнього господарювання; місце і роль домашнього господарства в ринкових умовах; що таке сімейний бюджет; які основні форми економічних відносин домашнього господарства з державою.

Практичні уміння і навички. Студенти повинні вміти аналізувати основні джерела формування сімейного бюджету та структуру видатків сім'ї; дати характеристику основних факторів, що впливають на добробут сім'ї; визначати особливості сімейних відносин та невербального спілкування у родині; складати бюджет родини на різний період; заготовляти та зберігати харчові продукти для родини; оформляти інтер'єр власного помешкання; виконувати дизайн інтер'єру; забезпечувати екологію, санітарію та гігієну житла.

5. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ЗАВДАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ РОБІТ ЗМІСТОВНОГО МОДУЛЮ І «ОСНОВНІ КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ВЕДЕННЯ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА».

Тема 1.1. Основні положення домоведення. Управління домашнім господарством.

Визначення понять «домоведення», «домострой», «домашнє господарювання». Мета і завдання домоведення. Об'єкт і суб'єкт домоведення. Загальні принципи і функції домоведення. Функціональна модель домашнього господарства. Управління домашнім господарством: закономірності та принципи домострою.

Практична робота №1

Інституціональні ознаки домашнього господарства

1. Історичні відомості про домострою.
2. Закономірності та принципи домострою.
3. Особливості побуту та традиції домострою.
4. Розробка міні проектів щодо домострою сучасної родини.

Інформаційний блок

1.Історичні відомості про домострою.

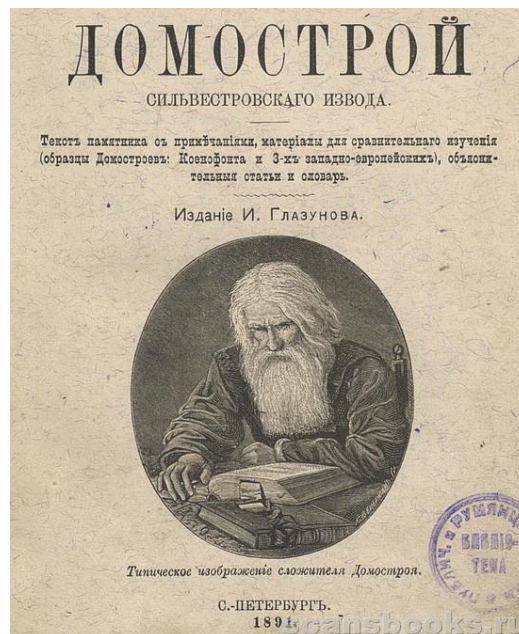
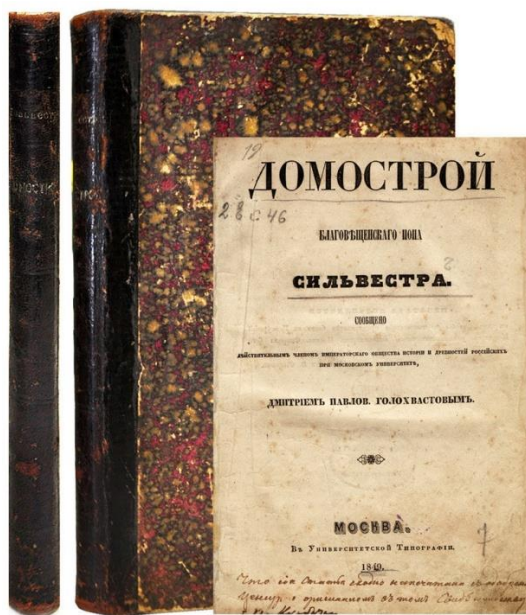
Домашнє господарство, також *домогосподарство*, середньовічна назва *домострой* – господарство окремого дому, окремої сім'ї.

Домашнє господарство або Хатнє господарство, домогосподарство (англ. Household) – суб'єкти економічної діяльності, пов'язані з веденням домашнього господарства, тобто переважно зі споживанням. Вони охоплюють економічні об'єкти і процеси, які відбуваються там, де постійно проживають людина, сім'я.

Домоведення – це вид сервісної діяльності, що включає сукупність засобів, форм і методів організації та надання послуг, спрямованих на задоволення індивідуальних потреб персоналу офісу, членів сім'ї та індивідуумів соціуму.

Господарство, іноді економіка – сукупність всіх чинників (матеріальних і духовних), які є у розпорядженні людини чи людської спільноти (господаря) і використання яких дозволяє отримувати засоби задоволення потреб. Дрібне господарство також називають газдівство чи газдівка. В середньовіччі назва господарства використовувалась також для позначення держави – «государства». В наш час слово «государство» позначає державу в російській мові. Слово «государ» первісно означало «господар». Ведення господарства – це господарська діяльність особи, групи, народу, регіону, держави чи світу загалом з метою задоволення особистих чи суспільних потреб.

«Домострой» - один з відомих пам'ятників російської літератури – представляє собою барвисті замальовки побуту родини у всіх його тонкощах і проявах, характерних для XV-XVI ст.



У «Домострой» представлена багатобарвна картина життя і сімейного побуту, кодекс норм поведінки в стосунках чоловіка і дружини, батьків і дітей і всіх їх разом до Бога і царя. «Домострой» - це свого роду план сімейних і громадських дій. Додаток у вигляді списку страв і весільних чинів підтверджує це. «Домострой» не доводить фактами, а пристрасно переконує проповіддю.

Книга за змістом поділяється на три розділи, має доповнення до них і додатки. У деяких редакціях таких розділів п'ять, наприклад, в 3-му виправленому виданні І. Глазунова (С.-Петербург, 1911 р). «Домострой» складається з 68 глав, включаючи додаткові «Записи на весь рік, що до столу подавати з Великодньої неділі в м'ясоїд», «Весільний чин короткий», «Послання і повчання батька синові» - авторизований виклад «Домострою» Сильвестром. Як додаток дані розділи «Наглядач» і «Лікувальник», які містять практичні поради щодо ведення сільськогосподарських робіт, побудови будинків та дворів, розташуванню садів і городів, а також медичні вказівки.

Перший розділ «Про духовну будову» (релігійні настанови) об'єднує глави з 1 по 15, в яких описані основні церковні правила та обряди: як повинен вірити християнин;

приймати Святе причастя і прикладатися до святинь; молитися і ходити до церкви, прикрашати будинок іконами та ін.

Другий розділ «Про мирські будови», тобто. «Як жити з дружинами і з дітьми і домочадцями» об'єднує глави з 16 по 29. Вони містять інформацію про те, як дочок виховувати; дітей вчити; дітям батька і матір любити і коритися їм; вчити чоловікові свою дружину; людині жити за своїм достатком та ін. По «Домострою» любов батьків проявляється в турботі про моральне виховання, привчанні до праці, матеріальне забезпечення.

З цього розділу «Домострою» видно, що положення дружини як опори чоловіка в домі, визначалося її численними обов'язками. Вона заготовлювала, зберігала продукти і речі, навчала слуг, прибирала, прала, шила, ткала.

Третій розділ «Про домову будову» (господарські рекомендації) об'єднує глави з 30-63: як порядок в хаті навести; всяку одяг дружині носити і зберігати; всяке плаття кроїти і залишки і обрізки зберігати; город і сад розводити; припаси на рік і всякого товару купити, пиво варити, меду ситить і вино курити і ін.

«Домострой» містить численні настанови про те, як слід вести господарство. Побутова повсякденність постає з його сторінок з конкретними подробицями. Крізь господарські розпорядження проступають ділові і життєві поради. «Домострой» відбив домашній побут і моральні статuti людини в епоху середньовіччя. Віра в Бога, вірність царю, шанування влади, ощадливість, працьовитість, терпіння, тверезість, турбота про близьких, гостинність, взаємовиручка, строгість моралі – такий далеко не повний перелік якостей, до яких спонукає «Домострой».

У «Домострої» оповідання відображає рівень мислення XV-XVI ст. Російські люди в середньовіччі найбільше цінували їжу, одяг, речі, домашнє начиння. Наприклад, списки речей і предметів перераховані дуже ретельно в діловій прозі новгородських купців. Також в «Домострої» зазначено понад 130 страв і страв різного роду.

У «Домострої» втілені ідеї і почуття, які спонукають людину середньовічної Росії «жити по совісті і померти гідно»:

- «людина самовладдя» своєю волею здійснює вчинки, що ведуть до добра і зла;
- «діяння» людини визначають оцінку його особистості;
- розум людини краще бачить, ніж зір, краще чує, ніж слух;
- розум відрізняє людину від тварини, його слід розвивати «покаранням» (вченням);
- словом треба користуватися з обережністю, пам'ятати його силу, яка може бути корисна чи шкідлива людині;
- праця - основа життя, звідси засудження ліні, неробства, пияцтва - всього, що відволікає від праці;
- людина має вміти володіти собою, бути щирим, допомагати кожному, хто потребує допомоги.

«Домострой» як історичний пам'ятник є поетизованим зразком загальної гармонії, керівництвом для порятунку сім'ї, суспільства і держави. «Домострой» дозволяє побачити багатобарвний, загадковий, складний, непізнаний світ російського народу в XV-XVI ст. «Домострой» - дзеркало, в якому відбилися моральні статuti і господарські правила, традиції і звичаї російського побуту.

2. Закономірності та принципи домострою.

Термін «економікс», тобто «домоводство» («мистецтво ведення сімейного господарства») започаткував давньогрецький мислитель і державний діяч Ксенофонт, який створив науку, що навчала господарювати людей. Під господарством Ксенофонт розумів управління майном, а під майном – все те, що є корисним для людини (тобто те, чим людина може користуватись, задовольняючи свої потреби). Вчений визначив домогосподарство як науку, «за допомогою якої люди можуть збагачувати господарство, а

господарство, відповідно до нашого визначення, є все без винятку майно, а майном кожного ми назвали те, що корисне людині в житті, а корисне... – це все, чим людина вміє користуватись».

Сучасна фінансова література дає різноманітні тлумачення поняття «домогосподарство», проте найбільш вживаним є визначення, згідно з яким домогосподарством вважають сукупність фізичних одиниць – резидентів, що мають спільні економічні інтереси, функції, побут і джерела фінансування. Демографічний енциклопедичний словник визначив домогосподарство як сукупність учасників розподілу, котрі є членами соціально-економічного осередку, який об'єднує людей відносинами, що виникають при організації їх сумісного побуту (веденні загального домашнього господарства, спільному проживанні тощо).

Принципи домоведення можуть бути сформульовані на основі відомих принципів соціального управління та менеджменту з урахуванням специфіки домашнього середовища.

1. *Соціальна спрямованість домоведення.* Головним пріоритетом управління будинком повинні бути інтереси і потреби членів сім'ї, життя і здоров'я мешканців будинку, їх духовні запити.

2. *Поділ праці.* Розподіл всього обсягу робіт, виконуваних в будинку, між усіма мешканцями будинку з урахуванням їх здібностей, здоров'я і досвіду.

3. *Повноваження і відповідальність.* Повноваження, як відомо, - це право використовувати ресурси сім'ї та спрямовувати зусилля домочадців на виконання певних завдань. Кожному члену сім'ї повинно бути надано право використовувати ресурси будинку (грошові, матеріальні, інформаційні, людські). Поряд з цим встановлюється і форма відповідальності за якісне виконання цього обсягу робіт.

4. *Дисципліна.* Головною умовою вирішення всіх завдань домоведення є суворе дотримання всіма мешканцями будинку взятих на себе зобов'язань, встановлених правил і норм поведінки.

5. *Єдність управління.* Незважаючи на розходження інтересів і потреб кожного з домочадців, всі їхні дії не повинні суперечити місії, головною і конкретним цілям домоведення в цілому.

6. *Підпорядкованість особистих інтересів загальним.*

7. *Єдиноначальність.* У будинку повинен бути один глава, який приймає відповідальні рішення по всіх напрямках діяльності. Двовладдя, або невизначеність в керівництві, завжди веде до зниження ефективності домоведення.

8. *Винагорода.* По кожному з напрямків діяльності для кожного мешканця будинку має бути встановлена система стимулів, що спонукають людей виконувати свої обов'язки найкращим чином. При цьому під винагородою розуміється не тільки, і не в першу чергу, грошову винагороду, в якості винагороди може бути задоволення від виконаної обов'язки перед дітьми і батьками, моральне задоволення від виконаної складної роботи, винагорода увагою іншої людини і любов'ю.

9. *Оптимальна централізація і децентралізація домоведення.* Централізація - це зосередження владних повноважень на одному рівні управління, у одного керівника. Організації, в яких керівництво організації залишає за собою практично всі повноваження, необхідні для прийняття найважливіших управлінських рішень, називаються централізованими. У децентралізованих організаціях повноваження розподілені по нижчим рівням управління. Повністю централізованих, як і повністю децентралізованих організацій, в реальному житті немає. Тому завжди постає питання про ступінь розумної централізації влади.

У сім'ї, будинку оптимальна централізація - це розподіл повноважень щодо прийняття рішень з усіх питань домашнього життя, включаючи і питання сімейного бізнесу, між главою дому та іншими мешканцями будинку. Децентралізація домоведення -

це надання можливості самостійно приймати рішення групам і членам сім'ї, розділеним за різними ознаками: статевим (жіночим, чоловічим), віковим (літні, діти) і т. д.

10. *Справедливість*. У будинку, де дотримується принцип справедливості, панують доброзичливі стосунки, засновані на об'єктивній оцінці кожної людини, її статусу, вчинків і заслуг, відсутні улюбленці і люди другого сорту.

11. *Ініціатива*. Ініціативність мешканців будинку означає наявність у кожному з них спонукання до досягнення нових результатів, до нових форм діяльності, проявів підприємливості. Ефективне домоведення заохочує ініціативу і ініціативних людей.

12. *Сімейний дух*. Управління будинком має затверджувати згуртованість, взаємодопомогу і взаємовиручку мешканців будинку, гордість за свою сім'ю і будинок, розвивати звичаї, традиції, формувати позитивний імідж будинку.

Зміст домоведення розкривається в його загальних і конкретних функціях. Відомо, що функції управління, а отже, і домоведення - це певні види управлінської діяльності, сутність яких полягає в цілеспрямованому впливі на об'єкт управління.

Автором першої розгорнутої класифікації функцій управління є французький промисловець і вчений, керівник класичної школи управління Анрі Файоль.

Загальні функції управління були сформульовані ним як послідовні етапи процесу управління. На основі цієї класифікації, з урахуванням особливостей домоведення, система його загальних функцій може включати на ступні пункти:

1. *Цілепокладання* – усвідомлення і обґрунтування місії, стратегії і цілей домоведення виходячи з інтересів, потреб і цінностей будинку.

2. *Прогнозування* – вироблення обґрунтованого судження, передбачення можливих станів будинку, домашнього господарства та сімейного бюджету, пошук альтернативних шляхів і визначених термінів здійснення цих змін. Результати прогнозування, як правило, багато варіативні.

3. *Планування* – завчасна розробка заходів щодо забезпечення досягнення цілей і рішення задач домоведення із зазначенням конкретних термінів виконання цих заходів, виконавців та відповідальних осіб, а також необхідних ресурсів будинку.

Результати планування, на відміну від результатів прогнозування, носять конкретний і обов'язковий характер.

Сукупність цілепокладання, прогнозування і планування являє собою так звану систему функцій попереднього управління.

4. *Організація* – створення формальної структури трудових ресурсів будинку, системи взаємовідносин окремих елементів цієї структури для забезпечення виконання планів функціонування і розвитку будинку, розробка відповідних графіків і процедур.

5. *Керівництво* – прийняття управлінських рішень. Це функція безпосереднього впливу глави дому на його мешканців з метою досягнення результатів запланованих заходів.

6. *Мотивація* (як уже було сказано вище) – спонукання себе і домочадців для досягнення цілей і рішення задач функціонування і розвитку будинку.

Організація, керівництво і мотивація становлять групу функцій оперативного управління.

7. *Контроль* – отримання достовірної інформації про ступінь виконання заходів в будинку і виявлення відхилень від запланованих показників.

8. *Облік* – спостереження, реєстрація, вимірювання та зберігання інформації про результати діяльності в будинку.

9. *Аналіз* – оцінка облікових даних і розробка пропозицій щодо складання нових і уточнення існуючих планів робіт.

Контроль, облік і аналіз складають групу функцій заключного управління.

3. Особливості побуту та традиції домострою.

В сучасній науковій літературі домогосподарства класифікують за низкою демографічних, територіальних, економічних та соціальних ознак. Важливим чинником, який диференціює домашні господарства, є їхній розмір. Домашнє господарство, членами якого є одна шлюбна пара (чи один із батьків) з неодруженими дітьми (або без них), можна вважати простим домогосподарством.

Складне сімейне господарство складається з декількох кровноспоріднених простих сімей, кожна з яких може бути повною чи неповною і включати інших родичів. Перехідним типом між простими і складними господарствами є розширені домашні господарства. Вони складаються з однієї подружньої пари і окремих близьких або далеких родичів. Такий тип господарства необхідний переважно для виконання значних за обсягом аграрних робіт, коли одній сім'ї не під силу здійснювати певні види господарської діяльності.

Іншим важливим чинником, який диференціює домашні господарства, є тип і характер населеного пункту, в якому проживає сім'я (велике місто, містечко, село). За цим принципом домогосподарства прийнято поділяти на сільські та міські. Залежно від виду діяльності, сільські домогосподарства, в свою чергу, поділяють на селянські фермерські господарства, деякі типи ремісничих господарств і особисті підсобні господарства. Міські домогосподарства можна класифікувати аналогічно, а саме: домогосподарства, що займаються торгівлею чи надомним бізнесом, «човникарством» чи кіосковим бізнесом, комп'ютерним бізнесом чи автоперевезеннями тощо.

Беручи до уваги основні складові підприємницького бізнесу, усі домогосподарства за видами господарювання доцільно поділяти на такі, що здійснюють: виробничу діяльність (фермерське господарство, особисте підсобне господарство, ремісничє господарство); комерційну діяльність (домогосподарства, які займаються «човниковим» бізнесом, кіосковим бізнесом, автотранспортними перевезеннями і т.д.); фінансову діяльність (сімейні ломбарди, обмінні пункти валюти тощо).

4. Розробка міні-проектів щодо домострою сучасної родини.

Практичний блок

1. Розробити міні-проект щодо домострою сучасної родини.
2. Створити відеотеку на тему: «Домашнє господарювання в різних країнах» (країна за вибором).
3. Підготувати доповідь на тему: «Функціональна модель домашнього господарювання в різних країнах» (країна за вибором).

Контроль та перевірка знань

1. Вид сервісної діяльності, що включає сукупність засобів, форм і методів організації та надання послуг, спрямованих на задоволення індивідуальних потреб персоналу офісу, членів сім'ї та індивідуумів соціуму, це:
 - а) Домострой
 - б) Домогосподарство
 - в) Домоведення
2. Всебічний комплексний план, призначений для здійснення місії організації, досягнення її мети:
 - а) Розвиток
 - б) Стратегія
 - в) Завдання
3. Найважливіші вимоги, дотримання яких забезпечує ефективність управлінських рішень, управлінської діяльності та управління в цілому, це:
 - а) Поділ праці
 - б) Принципи управління
 - в) Мотивація

4. Термін «домоводство» започаткував:
 - а) Аристотель
 - б) Платон
 - в) Ксенофонт
 - г) Сократ
5. До принципів домоведення можуть бути виділені такі:
 - а) Соціальна спрямованість, дисципліна
 - б) Винагорода, чесна праця
 - в) Оптимізація виробництва, поділ праці
 - г) Немає правильної відповіді
6. До загальних функцій управління можуть бути віднесені такі:
 - а) Цілепокладання, прогнозування
 - б) Керівництво, організація, планування
 - в) Контроль, облік, аналіз
 - г) Усі відповіді вірні
7. Розкрийте поняття «об'єкт і суб'єкт домоведення».
8. Які функції виконує модель домоведення?

Тема 1.2. Сім'я як соціальний інститут суспільства.

Структура сім'ї (визначення поняття, основні завдання та форми сім'ї). Функції сім'ї. Концепція розвитку родини. Зміни у структурі родини. Сім'я та суспільство, їх взаємозв'язок. Способи регулювання сімейних конфліктів.

Практична робота № 2

Сім'я як суб'єкт домашнього господарства

1. Сутність домашніх господарств (сім'ї), як суб'єкта господарської діяльності, його функції.
2. Функції та основні параметри сучасної сім'ї.
3. Типологія сімей.
4. Напрями та зміст соціально-педагогічної роботи з проблемними сім'ями.

Інформаційний блок

1. Сутність домашніх господарств (сім'ї), як суб'єкта господарської діяльності, його функції.

Під *домашнім господарством* розуміється група людей, яка проживає в одному житловому приміщенні або його частині, спільно забезпечує себе всім необхідним для життя, повністю або частково об'єднує і витрачає свої кошти.

Домашнє господарство – суб'єкт економічної діяльності, пов'язаний з веденням домашнього господарства, тобто переважно зі споживанням. Вони охоплюють економічні об'єкти і процеси, які відбуваються там, де постійно проживають людина, сім'я.

Господарства можна підрозділити на такі види:

1. *Сімейні домогосподарства:*
 - домогосподарства з однією сімейною парою (подружня пара без дітей, з дітьми, з іншими родичами),
 - домогосподарства з двома або більше подружніми парами,
 - домогосподарства без подружньої пари (мати або батько з дітьми, без інших родичів або з родичами);
2. *Несімейні домогосподарства:*
 - домогосподарства, які складаються з осіб, не пов'язаних спорідненістю,
 - домогосподарства, що складаються з однієї людини.

Головними рисами домашнього господарювання є:

– приватна власність на економічні ресурси (трудові, капітальні і деякі види земельних ресурсів);

– здатність самостійно приймати власні рішення;

– прагнення до максимального задоволення своїх потреб.

Домашні господарства використовують доходи, отримані від продажу своїх ресурсів, для придбання товарів і послуг підприємств.

Домашні господарства виконують три групи функцій:

1. Особисте кінцеве споживання товарів і послуг або власного виробництва, або ринкового походження;

2. Заощадження і участь у нагромадженні капіталу такими шляхами:

– відкриття депозитів у кредитних установах;

– купівля акцій підприємств;

– надання позик, зокрема, з використанням боргових документів, наприклад, облігацій;

3. Надання інших чинників виробництва – найманої праці, землі й природних ресурсів, підприємницьких здібностей.

Важливою сутнісною якісною характеристикою домашнього господарства є тісне переплетення в ньому виробничого з особистісним, а економічного із соціальним. Подібне переплетення зумовлене тим, що суб'єктом «виробництва» тут є не окремих індивідів, а родина чи кілька родин, що ведуть спільне господарство. Родина ж аж ніяк не є групою індивідів, з'єднаних контрактними зобов'язаннями. Це тісна надіндивідуальна спільність, пов'язана соціальними нормами і скріплена кровними зв'язками.

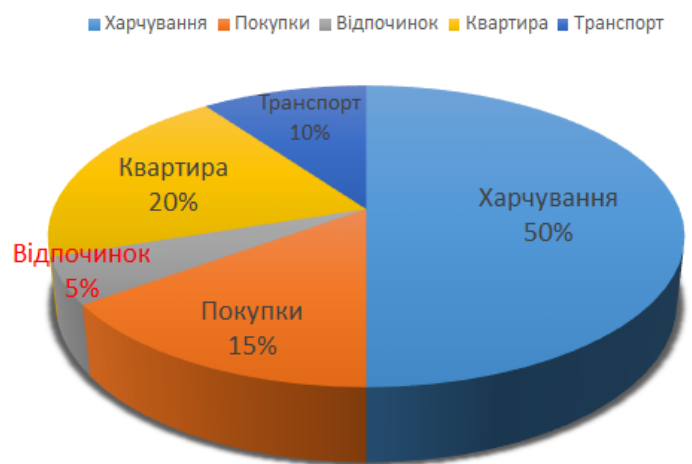
«Спільне господарство», «сімейний бюджет» – це не порожні абстракції. Крім належності до місцевого співтовариства, організації, соціальних груп, «економічна людина» також належить родині (клану) як вузлу «сильних зв'язків». Тут визначаються межі і послідовність доступу до ресурсів домашнього господарства, диференціюються господарські права й обов'язки його членів.

У структурі домашнього господарювання приховано серйозні проблеми, одна з яких пов'язана з взаєминами статей у домашньому господарстві. Різницю тендерних позицій особливо видно саме у поділі функцій у домашнім господарстві, де робота значною мірою лежить на плечах жінки.

Тенденція до зростання кількості працюючих жінок помітно вплинула на домашні обов'язки. Заміжні жінки, що ходять на роботу, виконують менше хатніх обов'язків, хоча майже завжди несуть головну відповідальність за ведення домашнього господарства. Форми організації домашньої роботи у таких жінок дуже відрізняються. Вони більше, ніж домогосподарки, займаються цими справами вечорами та у вихідні.

Результату опитування засвідчують збереження нерівності у розподілі домашніх обов'язків на користь чоловіків. У той же час, коли жінка здебільшого виконує від 41% до 79% всіх домашніх обов'язків за чотирма (прання та прасування, вибір страв, які готуються на обід, вечерю, догляд за хворими членами родини, купівля харчових продуктів) з п'яти складових всіх обов'язків, чоловік домінує лише в одному - дрібний

Статті витрат сімейного бюджету



ремонт в оселі – 74%. В останніх чотирьох складових його особиста участь обмежена – 2-5% обов'язків, а разом із дружиною ця участь перебуває в межах 18-52%.

2. Функції та основні параметри сучасної сім'ї.

Сім'я є одним із найголовніших соціальних інститутів у всіх суспільствах. Оскільки ми живемо у сім'ї і не мислимо себе поза сім'єю, то сприймаємо її існування як щось очевидне і зрозуміле. Тим часом, у соціології сім'я розглядається як один із найважливіших і неоднозначних соціальних феноменів, що перебуває в центрі уваги вчених уже протягом багатьох десятиліть і стосовно якого існують різні, часто суперечливі точки зору. Категорії сім'ї і шлюбу є непротими для строгого визначення через те, що, по-перше, їхнє наукове розуміння і трактування підпадає під вплив традиції побутового сприйняття цих понять, яке не завжди співпадає з науково-теоретичним; а, по-друге, і сім'я, і шлюб вивчаються не тільки соціологією, але й багатьма іншими науками, що породжує множинність підходів до розуміння цих феноменів і, відповідно, звужене, або, навпаки, розширене їх тлумачення.

Сьогодні більшість соціологів пропонують такі дефініції сім'ї, які дозволяють трактувати цей соціальний феномен досить широко. Ось одна з них:

– сім'я – це соціально санкціонована, відносно стійка група людей, яка об'єднана кровною спорідненістю, шлюбом або усиновленням дітей, члени якої проживають разом і економічно пов'язані між собою.

– сім'я є одночасно і малою соціальною групою, і соціальним інститутом.

– малою соціальною групою сім'я є тоді, коли у центрі уваги дослідника перебувають взаємини між індивідами, які складають сім'ю. Проблеми міжособистісної взаємодії тісно пов'язані з існуючими у суспільстві нормами, цінностями та взірцями поведінки, зумовлені соціоекономічними і соціокультурними умовами життєдіяльності групи.

– сім'я – осередок (мала соціальна група) суспільства, найважливіша форма організації особистого побуту, заснована на подружньому союзі і родинних зв'язках, тобто відносинах між чоловіком і дружиною, батьками і дітьми, братами і сестрами, та іншими родичами, котрі живуть разом і провідними спільне господарство на основі єдиного сімейного бюджету. Життя сім'ї характеризується матеріальними і духовними процесами. Через сім'ю змінюються покоління людей, в ній людина народжується, через неї продовжується рід. Сім'я, її форми і функції прямо залежать від суспільних відносин в цілому, а також від рівня культурного розвитку суспільства. Природно, чим вище культура суспільства, отже, тим вище культура сім'ї.

Поняття сім'я не слід плутати з поняттям шлюб. Сім'я являє собою більш складну систему відносин, чим шлюб, тому вона об'єднує не тільки подружжя, але і їхніх дітей, інших родичів.

Шлюб – сімейний союз жінки і чоловіка, зареєстрований у державних органах реєстрації актів цивільного стану.

Найважливішими функціями сім'ї є: репродуктивна, виховна, відновлювальна і господарсько-споживацька (табл.1)

Таблиця 1.

Функції сім'ї

Сімейна сфера діяльності	Суспільні функції	Індивідуальні функції
Репродуктивна	Біологічне відтворення суспільства	Задоволення потреб у дітях
Виховна	Соціалізація молодого покоління	Задоволення потреб у народжуваності, контактах з дітьми, вихованні їх, самореалізації в дітях
Господарсько-	Підтримка соціального здоров'я	Надання господарсько-побутових

побутова	членів суспільства, догляд за дітьми	послуг одними членами сім'ї іншим
Виробничо-економічна	Розвиток дрібного виробництва та сфери послуг, отримання доходу за рахунок використання сімейної приватної власності, сімейних фірм, фермерства тощо	Надання економічної незалежності одними членами іншим, використовуючи сімейні підприємства, фірми, компанії тощо
Матеріального забезпечення	Матеріальна підтримка неповнолітніх та непрацездатних членів суспільства	Надання матеріальної допомоги одними членами сім'ї іншим (у випадку непрацездатності або в обмін на послуги)
Первинного соціального контролю	Моральна регламентація поведінки членів сім'ї у різних сферах життєдіяльності суспільства, а також відповідальності та обов'язку у стосунках між батьками та дітьми, представниками старшого та середнього поколінь	Формування та підтримка правових і моральних санкцій за порушення норм взаємин між членами сім'ї
Духовного спілкування	Розвиток членів сім'ї як особистостей	Духовне взаємозбагачення членів сім'ї, зміцнення дружніх основ шлюбу
Соціально - статусна	Передача певного соціального статусу членам сім'ї в суспільстві, відтворення соціальної структури	Задоволення потреб членів сім'ї у соціальному просуванні, соціальній мобільності
Дозвільна	Організація раціонального дозвілля членів суспільства, соціальний контроль у сфері дозвілля	Задоволення потреб членів сім'ї у спільному проведенні дозвілля, взаємозбагаченні інтересів, пов'язаних з дозвіллям
Емоційна	Емоційна стабілізація членів суспільства та їх психологічна терапія	Надання психологічного захисту й емоційної підтримки членам сім'ї, задоволення потреб в особистому щасті та любові
Сексуальна	Контроль сексуальної поведінки членів суспільства	Задоволення сексуальних потреб членів суспільства

3. Типологія сімей.

Під *структурою сім'ї* розуміється сукупність відносин між її членами, включаючи крім відносин споріднення і систему духовних, моральних відносин, у тому числі відносин влади, авторитету, і т.д. Виділяють авторитарну структуру, де сім'ї поділяються на авторитарні і демократичні. Аналог цьому – розподіл на патріархальні, матріархальні і егалітарний сім'ї. Егалітарний сім'ї в даний момент займають лідируюче положення в розвинутих країнах.

Існує безліч різних варіантів складу, або структури, сім'ї.

Зазвичай сім'ї ділять на такі типи:

- «нуклеарная сім'я» складається з чоловіка, дружини та їхніх дітей;
- «поповнена сім'я» – збільшений за своїм складом союз – подружня пара і їх діти, плюс батьки інших поколінь, наприклад бабусі, дідусі, дядьки, тітки, живуть всі разом або в тісній близькості один від одного і складають структуру сім'ї;

– «змішана сім'я» є «перебудованою» сім'єю, утворилася внаслідок шлюбу розведених людей. Змішана сім'я включає нерідних батьків і нерідних дітей, оскільки діти від попереднього шлюбу вливаються в нову одиницю сім'ї;

– «сім'я батька-одинака» є господарством, яке ведеться одним батьком (матір'ю або батьком) через розлучення, догляду або смерті одного з батьків або тому, що шлюб ніколи і не був укладений.

Існує також поділ сімей на типи відповідно до того, кому належить влада і право прийняття рішень. Тобто:

- Патріархальна – сім'ї, де главою сімейного держави є батько;
- матріархальна, де найвищим авторитетом і впливом користується мати;
- егалітарний сім'ї, в яких немає чітко виражених сімейних глав, і де переважає ситуативний розподіл влади між батьком і матір'ю.



Залежно від форми шлюбу розрізняють *моногамію і полігамію*.

Моногамна сім'я – така, де на одного чоловіка припадає одна дружина, на відміну від полігамії, яка трактується як багатоженство. У залежності від структури родинних зв'язків виділяють різні типи сімей. Найбільш поширеним типом є проста (нуклеарна) сім'я, що представляє собою подружню пару з дітьми, не перебувають у шлюбі.

Розширену (складну) структуру сім'я стоїть у разі, коли хтось, то з дітей вступає в шлюб. Вона включає в себе 3 і більше покоління або ж 2 і більше нуклеарних сімей, які живуть разом і ведуть спільне господарство.

Для типології сімей, зокрема нуклеарних, важлива наявність обох подружжя, які становлять ядро сім'ї. У залежності від цього виділяють повну сім'ю з обома подружжям і неповну, з відсутністю одного з них.

Різноманітність сімейних відносин зумовлює появу багатьох типів сім'ї. У соціологічних дослідженнях їх класифікують за такими критеріями:

1. Характером спорідненості:

– консангвінальна (кровноспоріднена) – тип сімейної організації, в якому основними є відносини дітей з батьками і дітей між собою, тобто відносини, що базуються на кровній спорідненості, а не на зв'язках між подружжям;

– кон'югальна (подружня чи шлюбна) – тип сімейної організації, в якій основним є відносини жінки і чоловіка, а не кровно-родинні зв'язки.

2. Кількістю представлених поколінь:

– що складається з подружньої пари без дітей;

– проста або нуклеарна – подружня пара з дітьми, які ще не одружені. Найбільш розповсюджений тип сім'ї в сучасному суспільстві;

– розширена, що складається з трьох і більше поколінь, які з'явилися внаслідок одруження дітей та онуків і зв'язані спільним господарством;

3. Типом подружжя:

– проста – моногамія;

– складна – поліандрія, полігінія тощо, що виникає, коли кілька нуклеарних сімей об'єднуються через спільного чоловіка чи жінку;

– розширена, що складається із кількох нуклеарних сімей, які живуть разом і ведуть спільне господарство;

4. Наявністю батьків:

– повна, коли є батько і мати;

- неповна, коли відсутній хтось із батьків;
- 5. Кількістю дітей:
 - бездітна – немає дітей;
 - одно дітна – одна дитина;
 - багатодітна – троє і більше дітей;
- 6. Розподілом ролей:
 - партнерська – заснована на взаєморозумінні подружжя і добровільному розподілі ролей згідно з можливостями і схильностями кожного з них;
 - матріцентрична – центральне місце посідає мати через обмежену включеність батька в сімейне життя;
 - патріархальна – центральне місце посідає батько; він піклується про інших членів сім'ї, ставиться до них поблажливо як до слабших;
- 7. Ступенем самостійності:
 - автономна – така, що є самодостатньою, самостійною одиницею;
 - гетерономна – така, котра не є економічно самодостатньою, засоби до життя забезпечує один чи кілька її членів, характеризується чітким розподілом обов'язків, а отже, дотриманням норм, правил, що запроваджені іншими.

4. Напрями та зміст соціально-педагогічної роботи з проблемними сім'ями.

Різні типи сімей, які мають проблеми у взаєностосунках, вихованні дітей, організації своєї життєдіяльності, потребують соціальної допомоги, підтримки, у тому числі матеріального забезпечення, організації побуту, вирішення проблем репродуктивного здоров'я, вільного часу. Існують такі види допомоги сім'ям, які здійснюють соціальні інституції:

1. Соціально-демографічна: сім'ї багатодітні, бездітні, які розлучаються, сім'ї з неповнолітніми батьками.

2. Матеріально-житлові: малозабезпечені сім'ї, які перебувають у поганих житлових умовах; вагітні жінки, матері, на утриманні яких є неповнолітні діти, або які втратили роботу, потребують роботи зі скороченим днем чи вдома тощо.

3. Медико-соціальна: сім'ї з дітьми, батьками – інвалідами з фізичними та психічними захворюваннями, які зловживають спиртними напоями, вживають наркотичні речовини, мають прояви суїциду.

4. Психологічна та соціально - педагогічна:

- неблагополучні сім'ї – неповні, які ведуть аморальний спосіб життя, зі стійкими конфліктами між батьками та дітьми, сім'ї «нових» українців, зовні благополучні, але такі, що систематично припускають серйозні педагогічні прорахунки внаслідок педагогічної неосвіченості, безграмотності;

- діти і підлітки, які знаходяться у несприятливих сімейних умовах; у конфліктних взаєностосунках з батьками, вчителями, однолітками, сусідами; які залишились без опіки батьків;

- вихованці дитячих будинків та шкіл-інтернатів; важковиховувані підлітки, які припускають антигромадські вчинки, хуліганські дії; бродяжать, жебракують, ізольовані в колективі однолітків, мають аморальну, протиправну, агресивну поведінку, вживають алкоголь, наркотики, психотропні речовини, мають спроби самогубства;

- підлітки, які зазнають насильства, негативного впливу за місцем проживання, навчання, мають внутрішньо особистісні проблеми, роздратованість, невпевненість у собі, боязкість, сором'язливість тощо.

5. Соціально-правова: батьки перебувають у суперечності із законами суспільства, криміногенна обстановка в сім'ї, одного з батьків засуджено; молоді люди, які повернулися з місць позбавлення волі.

Кожна із зазначених категорій вимагає адекватної соціально-психологічної допомоги соціальних служб у підтримці та подоланні конфліктних ситуацій. Завдання

полягає в тому, щоб захистити дітей, які зазнають різного роду насильства, від несприятливого впливу середовища, а також допомогти батькам у розв'язуванні складних питань у сімейному вихованні, налагодити взаємостосунки цих батьків зі школою. Тобто допомогти батькам і дітям адаптуватися в оточуючому середовищі, налагодити систему взаємостосунків з державними органами та громадськими організаціями, безконфліктно розв'язувати проблеми.

За масштабом діяльності розрізняють такі *соціальні інституції*:

– міжнародні організації (Дитячий фонд ООН, міжнародна організація праці, Міжнародний альянс з ВІЛ/СНІД та ін.), діяльність яких поширюється на міжнародний простір;

– загальнодержавні організації (Міністерство праці та соціальної політики України, Державний центр соціальних служб для молоді, Всеукраїнська Мережа людей, які живуть з ВІЛ, Союз інвалідів України тощо);

– регіональні організації (районний центр зайнятості населення, міське управління праці та соціального захисту, громадські та благодійні організації, які надають соціальні послуги та зареєстровані на обласному, міському, районному рівнях).

Основними об'єктами соціальної роботи є проблемні сім'ї, які мають проблеми, недоліки в сімейному вихованні, за особливостями своєї життєдіяльності потребують соціальної підтримки, допомоги, і реабілітації.

До проблемних сімей відносяться неблагополучні багатодітні, студентські, мігрантів та біженців, з дітьми або батьками інвалідами, з нестандартною дитиною, бідні і малозабезпечені, самотніх і неповнолітніх матерів. Існують такі напрями роботи соціальних педагогів з проблемними сім'ями.

Соціальна профілактична робота з сім'єю полягає у реалізації системи соціально-психологічних, медико-соціальних і правових заходів, спрямованих на усунення умов та причин виникнення проблем, а також системи заходів з профілактики сімейного неблагополуччя, конфліктів, розлучень, стресових станів; у формуванні відповідального батьківства, збереженні репродуктивного здоров'я молоді; в організації роботи щодо запобігання помилок у системі сімейного виховання.

Соціальна допомога має на меті надання різноманітних соціальних послуг сім'ї в умовах конкретного суспільства, конкретної ситуації. Ці послуги сприятимуть формуванню у сім'ї нормальної життєдіяльності. Соціальні послуги можуть мати інформаційний, консультативний характер, метою їх є надання психолого-педагогічної, правової, соціально-медичної, матеріальної підтримки сім'ям. Завдання полягає у тому, щоб допомогти сім'ї в цілому і кожному з її членів справитися з повсякденними життєвими труднощами, проблемами. Тобто кожна людина і сім'я в цілому мусить продіагностувати проблеми, які з'явилися, і самостійно їх розв'язати.

Соціальний працівник є посередником між сім'єю, державою, громадськими організаціями та законодавчими органами. Соціальні послуги спрямовані на допомогу у створенні й поліпшенні умов життєдіяльності сім'ї, можливостей її самореалізації, на захист її прав та інтересів. Це, насамперед, роз'яснення про пільги, що надаються молодим сім'ям, жінкам, самотнім, неповнолітнім матерям, дітям з неблагополучних сімей і сімей групи ризику, їх батькам, формування їхньої правосвідомості, відповідального відношення батьків до батьківських обов'язків, надання різних видів соціальних послуг дітям і сім'ям-жертвам екологічних, технологічних, політичних катастроф, які опинилися в екстремальній ситуації, а також молоді, яка збирається взяти шлюб. Молодій сім'ї, неповнолітнім та молоді має бути гарантованим надання різною роду інформативних консультацій.

Соціальної допомоги потребують також сім'ї, які мають проблеми у вихованні дитини з будь-яких причин, проблеми у внутрішньо сімейних взаємовідносинах або у стосунках із суспільством, в організації життєдіяльності сім'ї, а також родини соціального ризику з несприятливими умовами існування. Такі сім'ї потребують різних видів

допомоги: з питань планування сім'ї, виховання та догляду за дітьми, адаптації до зміни зовнішніх умов, розробки індивідуальних сімейних стратегій, підготовки молоді до вступу в шлюб, організації вільного часу молодої сім'ї, налагодження сімейного побуту й господарства, удосконалення взаємостосунків у сім'ї тощо.

Практичний блок

1. Підготувати доповідь на тему: «Сім'я та шлюб у мусульманських країнах».
2. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Полігінія і поліандрія в сучасному світі».
3. Створити відео теку на тему: «Конфлікти в сім'ї та способи їх вирішення».
4. Розробити та провести тест-анкету «Готовність молоді до шлюбу».

Контроль та перевірка знань

1. Сім'я відрізняється від будь-якого іншого колективу тим, що її члени:
 - а) Обмінюються результатами діяльності
 - б) Ведуть спільне господарство
 - в) Виконують роботу за фахом
 - г) Перетворюють навколишній світ в інтересах людини
2. Виключите зайве. Сімейні домогосподарства включають:
 - а) Домогосподарства з однією сімейною парою (подружня пара без дітей, з дітьми, з іншими родичами)
 - б) Домогосподарства з двома або більше подружніми парами.
 - в) Домогосподарства, що складаються з однієї людини
 - г) Домогосподарства без подружньої пари (мати або батько з дітьми, без інших родичів або з родичами)
3. Найважливішими функціями сім'ї є:
 - а) Репродуктивна, виховна, господарсько-споживацька
 - б) Відновлювальна, господарсько-споживацька, аналітична
 - в) Навчальна, виховна, репродуктивна
4. За ступенем самостійності сім'я, котра не є економічно самодостатньою, засоби до життя забезпечує один чи кілька її членів, характеризується чітким розподілом обов'язків, а отже, дотриманням норм, правил, що запроваджені іншими, називається:
 - а) Патерпальна
 - б) Гетерономна
 - в) Автономна
 - г) Нуклеарна
5. Полігінія – це:
 - а) Це шлюб одного чоловіка з кількома жінками
 - б) Це шлюб одного чоловіка з однією жінкою
 - в) Це шлюб двох чоловіків з кількома жінками
 - г) Це шлюб однієї жінки з кількома чоловіками
6. Сім'я у якій центральне місце посідає мати, через обмежену включеність батька в сімейне життя, називається:
 - а) Нуклеарна
 - б) Матріцентрична
 - в) Патріархальна
 - г) Автономна
7. Назвіть на які типи поділяють сім'ю.
8. Які існують способи усунення конфліктів у родині?

Тема 1.3. Шляхи формування іміджу сучасної родини.

Роль іміджу родини у взаємозв'язку сім'ї та суспільства. Формування іміджу родини: імідж-формуюча інформація. Основні складові іміджу родини. Вплив іміджу родини на тенденції та протиріччя сімейно-родинних відносин.

Практична робота № 3 **Організація праці у родині**

1. Розподіл обов'язків у родині.
2. Догляд за житлом: прибирання, прання, прасування, виведення плям.
3. Догляд за одягом: дрібний ремонт одягу.
4. Догляд за взуттям.
5. Види обладнання та способи роботи з ним у побуті.

Інформаційний блок

1. Розподіл обов'язків у родині.

Існує три основних орієнтира при розподілі сімейних обов'язків, це:

1. Індивідуальні переваги (хто що сам більше хоче),
2. Уміння і здібності (хто краще вміє робити, той тим і займається)
3. Користь (дитині ми доручимо сім'ї те, що буде для нього корисніше освоїти для його майбутньої дорослого життя).

Індивідуальні переваги – це саме просте і очевидне. Наприклад, комусь подобається мити посуд більше, ніж виносити сміття. А хто-то це сміття може легко захопити по дорозі на роботу. Дружині за важкими покупками на ринок сходити складніше, а чоловікові це легше.

При цьому історично склалося, що чоловіки в сім'ї в принципі більше займаються заробітком грошей, а жінки – веденням домашнього господарства. Певний сенс у цьому є: чоловіки і жінки відрізняються один від одного не тільки зовні, але і за характером та уподобаннями. Чоловікам простіше, приємніше і цікавіше займатися роботою і зароблянням грошей. Жінкам – вихованням дітей і налагодженням затишку. Якщо у такому розподілі ролей щось не влаштовує будь кого з членів сім'ї, це можна обговорити та домовитися про інший розподіл справ і відповідальності.

Розподіл обов'язків між дітьми.

Виховання охайності.

Необхідно, щоб дитина з раннього дитинства звикала прибирати іграшки, книжки та наслідки творчої діяльності у вигляді пластиліну або обрізків паперу. Це допоможе виховати охайність. Якщо дітей кілька і грали вони разом, то й прибирати повинні разом. Встановлювати графік прибирання не варто, так як одного разу ти побачиш, що в «свій день» черговий сидить, як мишка осторонь від ігор. Змусити його прибирати буде непросто.

Виховання відповідальності.

У вихованні дітей відповідальності допоможуть особисті обов'язки. Дитина може стежити, щоб у домашньої тварини завжди була свіжа вода і корм, читати молодшому братику чи сестричці на ніч книгу, виносити сміття або розкладати на столі до обіду виделки, ложки і тарілки. Кожній дитині сподобається відчувати себе незамінним. Обов'язки такого типу не виконують по черзі або одночасно, вони закріплюються за певною дитиною.

Виховання працьовитості.

Діти в самому ранньому віці рвуться допомагати мити посуд, прибирати, забивати цвяхи або різати овочі. Ні в якому разі не треба їх зупиняти. Навіть зовсім маленьким дітям потрібно дозволити покремсати огірок пластмасовим ножом, дати протерти шваброю по підлозі і поплескати в мильній воді з чайними чашками, оскільки відмова раз і назавжди може відрізати у них бажання займатися побутовими справами.

2. Догляд за житлом: прибирання, прання, прасування, виведення плям.

Прибирання – наведення чистоти, порядку, збір сміття в приміщенні або на певній території.

Прибирання квартири ділиться на три категорії:

- щоденне;
- щотижневе;
- генеральне.

Щоденне прибирання. Протирання пилу, прибирання підлоги, витрушування постільної білизни, постілок, вологе протирання підлоги, витирання меблів на кухні і миття посуду, а так само підвіконь – це щоденне прибирання.

Щотижневе прибирання. Воно проводиться раз на тиждень, дуже схоже на щоденне. Тільки робити його необхідно більш ретельно – витирати підвіконня, протирати від пилу люстри, вибивати килими, доріжки. Мити двері, вікна, змити пил зі стелі й стін, протирати від пилу кришталь, фарфор, натирати спеціальними засобами меблі, припилососити і при можливості очистити дивани.

На кімнатних рослинах збирається багато пилу, тому їм теж необхідно влаштовувати вологе прибирання, а ще краще – душ. Якщо є можливість і догляд за кімнатною рослиною дозволяє це робити, то краще рослини віднести у ванну і там змити пил водою або душем.

Генеральне прибирання. Таке прибирання проводиться два-три рази на рік. Зазвичай це роблять, коли відбувається зміна пори року, тобто літо змінюється осінню, і необхідно за літній період випрати килимки, доріжки, палац, щоб вони добре просохли на сонці.

Прання – метод чищення текстильних виробів, який полягає у гідромеханічній обробці очищеної речі з використанням мила або мийного засобу, детергенту. Внаслідок такого чищення водний розчин мийного засобу здатний відокремлювати забруднення від поверхні текстилю при гідромеханічній обробці, переводити їх у розчин, і утримувати в ньому.

Прасування – процес, при якому тканина набуває гладку поверхню шляхом її пресування розігрітою площиною (підшовою праски).

Загальні поради щодо виведення плям з одягу:

- Перед тим, як обробляти забруднення, речі потрібно очистити від пилу;
- Видаляти плями краще з вивороту;
- Якщо ви користуєтеся засобом з видалення плям вперше, краще перевірити його на непотрібному шматочку тканини, особливо потрібно бути обережними при обробці синтетичних і кольорових тканин.

3. Догляд за одягом: дрібний ремонт одягу.

Як через деякий час буде виглядати ваш одяг, залежить, в першу чергу, від якості тканини, з якої він зшитий. Величезне значення для продовження життя речей має також правильний догляд за ними. Купуючи в магазині нову річ, слід звернути увагу на рекомендації з догляду, які зазвичай розмішують на ярличках.

Догляд за виробами з льону та їх властивості

Лляне полотно має гладку поверхню і матовий блиск. Вироби з льону мало брудняться, прекрасно вбирають вологу і при цьому швидко висихають. Лляне полотно відрізняється особливою міцністю. Лляні полотна можна кип'ятити. Температуру прання вибирають в залежності від оздоблення тканини. Кольорове полотно перуть при температурі 60 градусів. Вироби з льону після прання можуть дати усадку. Прасують їх добре розігрітою праскою з зволожувачем.

Догляд за виробами з бавовни та їх властивості

Вироби з бавовни дуже міцні, добре переносять вплив високих температур. Особливість бавовни – його прекрасна здатність вбирати вологу. Недоліками бавовни називають його високе жмакання і сильну усадку при пранні. Бавовна дуже довго сохне

після прання. Білі бавовняні рушники та постільну білизну можна прати в машині при максимальній температурі, кольорове білизна – при температурі до 60 градусів, тонка кольорове білизна – при температурі до 40 градусів. Для прання білої білизни використовують універсальні миючі засоби, для кольорового – м'які миючі засоби та засоби без відбілювача. Бавовняні речі можна сушити і в машинному сушінні, але треба пам'ятати, що при цьому вони можуть дати велику усадку. Прасують бавовняні тканини праскою з зволожувачем.

Догляд за виробами з віскози та їх властивості

Віскозне волокно при різній обробці своїм блиском і щільністю може нагадувати шовк, бавовна або навіть вовна. На віскозних волокні виконують навіть характерні для льону потовщення нитки. Вироби з віскози добре поглинають вологу, але в мокрому стані втрачають міцність. Тому вимагають особливо обережного прання. Вироби з віскози перуть з використанням м'яких миючих засобів вручну або в пральній машині при температурі 30-40 градусів.

Догляд за виробами з шовку і їх властивості

Всі шовкові тканини усмоктують вологу, рівну за кількістю половині власної ваги. При цьому дуже швидко сохнуть. Шкірна волога дуже швидко випаровується з поверхні шовку, але при цьому можуть залишатися плями поту, які рекомендують виводити спиртом. Одяг з шовку приємно носити в будь-який час року, так як в холод вона зігріває, а в спеку створює відчуття прохолоди. Шовкові тканини відрізняються міцністю і легкістю, добре драпірується. Дорогий одяг з шовкових тканин прийнято віддавати в хімчистку, так як натуральний шовк може сильно полиняти при звичайному пранні. Ні в якому разі не можна терти шовкову річ і викручувати руками. Після прання виріб з шовку необхідно прополоскати в холодній воді, додавши трохи оцту для того, щоб повернути яскравість фарб. Після прання виріб сушать далеко від батарей і прямих сонячних променів. Прасують шовк з внутрішнього боку, не зволожуючи, так як від води можуть залишитися плями. Прати шовк вручну можна тільки в трохи теплій воді.

Властивості та догляд за шерстяними виробами

Вовняні тканини дуже добре зберігають тепло, відносно мало бруднитися і не сильно мнуться. Іноді, для того, щоб згини на одязі розгладились, досить повісити її у ванній кімнаті або збризнути водою. Вироби з вовни перуть тільки вручну м'якими миючими засобами для вовни. При пранні виріб з вовни не можна терти і викручувати. Вовна не любить довгого замочування. Випраний виріб не вичавлюють, а акуратно промакують, завернувши в махровий рушник. Вовняні речі в мокрому вигляді розкладають на плоскій поверхні. Прасують їх через вологу тканину.

Поряд з виготовленням модного і сучасного одягу часто доводиться виконувати ремонт і відновлення одягу. Одяг, що виготовлений з дорогих тканин, довго не зношується, але морально старіє за формою та кроєм.

Термін носіння одягу збільшується при ремонті окремих деталей чи ділянок виробу. При ремонті одягу ліквідуються не лише зношені місця, але і приводиться виріб у відповідність із сучасним напрямком моди, використовуючи різні конструктивні і декоративні засоби. Важливе значення має обробка зношених країв деталей і т.п.

Існують наступні види обробки: декоративними деталями; тасьмою; шнуром; бейками; сутажем; гудзиками; пряжками;

Конструктивними засобами: складки; заціпи; аплікації і т.п.

Найбільш прийнятними для відновлення одягу є обробка різними матеріалами, декоративними деталями й обробка фурнітурою.

У якості додаткових оздоблювальних матеріалів використовують: хутро; шкіра; оксамит; трикотаж і т.д.

При цьому слід зазначити, що ефект обробки досягається сполученням обробки тканинами двох кольорів або однакових кольорів різної інтенсивності тонів.

Оздоблювальні тканини і матеріали повинні гармоніювати з основним матеріалом за кольором, підходити за щільністю та фактурою, відповідати законам і правилам композиції одягу.

У залежності від ступеню зношеності деталей виробу, весь відновлюваний одяг підлягає дрібному, середньому чи великому ремонту.

Дрібний ремонт включає роботи, не пов'язані зі зміною конструкції і фасону виробу:

- пришивання відірваних гудзиків, металевих гачків і петель;
- відновлення зношених чи обметування нових петель;
- виготовлення і пришивання вішалки;
- закріплення кінців прорізних кишень;
- прикріплення відірваних кінців листочок кишень до пілочок;
- ремонт, виготовлення і прикріплення різних шлівок і хлястиків, швів верха і підкладки, що розпорились;
- ремонт підкладки рукавів шляхом заміни нижньої частини на ділянці, довжиною 10 – 12см. від низу;
- відкритих дір, шляхом вставки невеликих латок;
- ремонт нижніх країв брюк і пришивання тасьми;
- чищення і прасування виробу.

4. Догляд за взуттям.

Враховуючи наявність різноманітного асортименту, застосування різних матеріалів, технологія догляду за взуттям різноманітна:

Після кожного носіння взуття необхідно очистити:

1. Від бруду і пилу м'якою ганчіркою, змоченою в 1–2% розчині мильного порошку або ж за допомогою спеціальної піни;

2. Після носіння взуття у вологому середовищі (дощ, сніг) чищення його виконується ще мокрим. Мокре взуття сушиться повільно, на відстані в від джерела тепла.

3. Взуття з верхом із велюру, замші, нубуку очищують від пилу, бруду жорсткою щіткою.

4. Лакове взуття слід протирати м'якою ганчіркою і оберігати від дії нафтових продуктів (бензину, дизельного палива і т. д.). Після просушування взуття із шкір з різноманітними покривними плівками і видалення бруду, пилу, п'яті на її лицьову поверхню необхідно нанести взуттєвий крем відповідно кольору. Через 5–10 хвилин за допомогою фетрової, шерстяної ганчірки або м'якої щітки взуттєвий крем розполірується, поверхні взуття надається блиск. Обробка лакового взуття виконується лише чистою ганчіркою або нанесенням спеціального засобу по догляду.

З метою збільшення строку носіння необхідно дотримуватись наступних умов:

1. Правильно підбирати взуття по розміру і повноті.
2. Доглядати за взуттям у відповідності з вищенаведеними рекомендаціями.
3. Не можна носити модельне взуття на шкіряній підшві в сиру сніжну погоду і в мороз.



4. Бережно звертатися з фурнітурою: ременями, пряжками, шнурівками, із застібкою «блискавка».

Правила експлуатації взуття

1. Зберігайте взуття в сухих чистих, добре вентиляваних приміщеннях при температурі +15 -+25°C та відносній вологості повітря 50–70%.

2. Після кожного використання взуття потрібно приводити в порядок (очищати від пилу та бруду, у разі забруднення жирами використовувати 1–2% мильний розчин) завдяки чому зросте термін його використання.

3. Мокре взуття потрібно сушити при кімнатній температурі на віддалі від обігрівальних приладів, джерел тепла, уникаючи прямих сонячних променів, попередньо набивши його газетним папером.

4. Взувайте взуття тільки розшнурованим (розстібнутим), користуйтеся ріжками для взуття, це допоможе запобігти розриву заднього шву та збереже форму взуття.

5. Не знімайте взуття, наступаючи на закаблуки. Це призводить до відривання підошви та осідання задника.

6. Взуття із зовнішніми ременями та гумками має спеціальне місце для захоплення та взування. Не варто тягнути безпосередньо за ремені та гумку.

7. У модельному взутті не можна ходити по гальці, щебеню, засніжених та мокрих покриттях, особливо там, де розсипана технічна сіль, яка роз'їдає поверхню шкіряного взуття та взуття з велюру і нубуку, утворюючи плями, що залишаються на поверхні. Тому шкіряне взуття обробляйте спеціальними засобами проти солі, а взуття з нубуку та велюру взагалі не варто взувати за таких погодних умов.

8. Дуже обережно носіть замшеве взуття, тому що від сильного тертя зовнішні волокна пошкоджуються і матеріал втрачає зовнішній вигляд.

9. Дбайливо поведіться з декоративною фурнітурою модельного взуття, не перетягуйте шнурівки в районі підйому, щоб не допустити розриву шкіри та кріплення.

10. Не носіть в дощову погоду взуття на шкіряній підошві, а також з тканин нових оздоблень, які відповідають сучасному напрямку моди. Взуття на шкіряній підошві для довготривалої експлуатації вимагає встановлення профілактики.

11. Не залишайте на довгий час світле лаковане взуття під прямими променями сонця та електроламп, оскільки при цьому лаковане покриття швидко втрачає товарний вигляд.

12. Для запобігання просідання задника користуйтеся ріжком для взуття

13. Прання будь якого виду взуття забороняється.

14. Не носіть лаковане взуття при температурі повітря нижче –5°C.

15. Для того, щоб взуття довгий час зберігало добрий зовнішній вигляд, використовуйте спеціальні засоби по догляду за взуттям.

5. Види обладнання та способи роботи з ним у побуті.

Побутова техніка – техніка, що використовується в побуті. Призначається для полегшення домашніх робіт, для створення комфорту в повсякденному житті людини. Класифікується за значимістю (необхідна, бажана, можна обійтися), за розміром (мала побутова техніка і велика побутова техніка), цільовим призначенням тощо.

Функціональність – відповідність товару своєму прямому призначенню: досконалість виконуваної функції (склад і структура, функціональна і технічна ефективність), конструктивність (габарити) універсальність застосування, досконалість виконання допоміжних операцій.

Вимірювальні прилади:

– Ваги – найпростіші ваги важелів, які складаються з металевого стержня, на одному кінці якого знаходиться великі потовщення, а на протилежному – гачок і чашка, в яку поміщають зважується товар.

– Годинник, таймер, будильник – годинник зі спеціальним механізмом для подачі звукового сигналу в заданий час.

- Термометри – медичні, кімнатні, зовнішнього повітря.
- Барометр – інструмент, яким вимірюють тиск повітря. Обчислювальна техніка
- Калькулятор – портативний обчислювальний пристрій.
- Смартфон – мобільний телефон з розширеною функціональністю, порівнянної з кишеньковим персональним комп'ютером. Відрізняються від звичайних мобільних телефонів наявністю досить розвинутою операційної системи, відкритої для розробки програмного забезпечення сторонніми розробниками.
- Планшетний комп'ютер – різні типи мобільних пристроїв з сенсорним екраном, якими можна управляти дотиками руки або стилуса.
- Персональний комп'ютер – комп'ютер призначений для експлуатації кінцевим користувачем (декількома користувачами).
- Ноутбук – портативний переносний комп'ютер масою близько 4-х кілограм.



Кухонна техніка:

– Посудомийна машина – електромеханічний пристрій для миття посуду. Може бути промисловий (призначена для закладів громадського харчування) і побутовий. Працює за умови підключення до водопроводу, електрики та каналізації.

– Кухонна витяжка – побутовий пристрій, призначений для очищення повітря від продуктів згоряння, диму, запахів, випарів та інших небажаних домішок, які утворюються при термічній обробці продуктів і скупчуються в приміщенні кухні.

Збереження продуктів:

– Холодильник – апарат, призначений для короткочасного збереження їжі.

– Морозильник – камера холодильника, в якій проводиться заморожування швидкопсувних продуктів.

– Винна шафа – охолоджуваний теплоізолюваний ящик з дверцятами.

Механічна обробка:

– Міксер – електричний прилад, службовець для швидкого змішування холодних напоїв, збивання яєць, приготування коктейлів, кремів, тіста та пюре.

– Блендер – електроприлад, призначений для подрібнення їжі, виготовлення емульсій, пюре.

– М'ясорубка – електричне або механічне пристосування для переробки м'яса у фарш.

– Кухонний комбайн – багатофункціональний електромеханічний побутовий прилад, призначений для обробки різних продуктів. Кухонний комбайн поєднує в собі ряд універсальних функцій: міксер, терка, блендер, м'ясорубка, ломтерезка, шинкування.

– Хліборізка – пристрій для різання хліба.

Термічна обробка:

– Кухонна плита – нагрівальний прилад, призначений для приготування їжі.

– Мікрохвильова піч – електроприлад, що призначений для швидкого приготування або розігрівання їжі або розморожування продуктів, у побуті або на виробництві.

– Хлібопічка – побутовий малогабаритний електромеханічний пристрій, основною функцією якого є автоматизоване виготовлення хліба, починаючи від замісу тіста і закінчуючи випіканням готового хлібобулочного виробу. Час виготовлення – 1-6 годин, в залежності від виду хліба і способу виготовлення.

– Мультиварка – багатофункціональний побутовий кухонний електроприлад з програмним управлінням, призначений для приготування широкого спектру страв в автоматичному режимі. Мультиварка дозволяє варити, смажити, пекти, тушкувати і готувати на пару, підігрівати вже приготовані страви при цьому не вимагаючи постійного контролю.

– Гриль – пристрій для смаження тушок птиці, шматків м'яса і т. п.

– Вафельниця – металева форма для випічки вафель.

– Блинниця – металева форма для приготування млинців.

– Морожениця – прилад для виготовлення морозива.

– Пароварка – пристосування для виготовлення їжі на пару.

– Тостер – пристрій для приготування тостів.

– Фритюрниця – апарат для обсмажування кулінарних і кондитерських виробів шляхом занурення їх у гарячий жир.

– Йогуртниця – побутовий електричний прилад для приготування йогурту в домашніх умовах.

– Електрокип'ятильник – електричний прилад, призначений для нагріву великої кількості води.

Приготування напоїв:

– Кавомашина – спеціальні машини для приготування різного роду кави та кавових напоїв.

– Кавомолка – побутовий прилад для розмелювання зерен кави. Може бути механічним і електричним.

– Кавоварка – побутовий прилад для приготування кави.

– Електричний чайник – побутовий кухонний прилад для швидкого підігріву питної води за допомогою електрики до температури кипіння.

– Соковижималка – пристосування для видавлювання соку з ягід, фруктів і овочів. Може бути ручною, механічною або електричною.

Догляд за одягом:

– Пральна машина – побутова електрична установка для прання одягу, білизни та інших текстильних виробів.

- Сушильна машина – побутове пристосування, складаний портативний стіл, який призначений для прасування одягу.
- Праска – побутовий прилад для прасування білизни та одягу.
- Швейна машинка – технічний пристрій для з'єднання та оздоблення матеріалів методом шиття.



Очищаюча:

– Пилосос, М'ючий пилосос – побутовий електричний прилад, за допомогою якого прибирають пил і забруднення з різних поверхонь потоком повітря методом всмоктування в апарат.

– Пароочисник – побутовий електричний прилад, призначений для ретельної та ефективної дезінфекції та очищення різних поверхонь всередині приміщення, автомобіля, а також одягу та рослин .

Підтримуюча мікроклімат:

– Вентилятор – це механічні пристрої, що служать для переміщення повітря по повітрепроводам, або безпосередньої подачі або відсмоктування повітря з приміщення. Переміщення повітря відбувається через створення перепаду тиску між входом і виходом вентилятора.

– Обігрівач масляний – електроприлад, службовець для опалення приміщень і має проміжний теплоносій – мінеральне масло.

– Кондиціонер – це побутовий прилад, який підтримує оптимальні кліматичні умови в будинках, квартирах, офісах, транспортних засобах, а також очищає повітря в приміщенні, де він встановлений, від небажаних частинок.

Сучасна:

– DVD - програвач – автономний пристрій, що містить оптичний привід для зчитування інформації з оптичного диска.

– Домашній кінотеатр – сукупність електронних побутових приладів у поєднанні з архітектурно-будівельними рішеннями щодо їх розміщення для досягнення «ефекту

присутності» при перегляді кінофільму, концерту, спортивного змагання або телепередачі в домашніх умовах.

– Музичний центр – це технічне рішення на сучасній елементній базі, орієнтоване на роботу з різними типами звукових носіїв і джерел звуку.

– Цифровий фотоапарат – це фотоапарат, в якому для отримання зображення замість фотоплівки використовується масив напівпровідникових світлочутливих елементів на підкладці, званий фотоматрицею, на яку зображення фокусується за допомогою системи лінз об'єктива. Отримане зображення, в електронному вигляді зберігається у вигляді файлів в пам'яті фотоапарата або додатковому носії, що вставляється в фотоапарат.

– Цифрова відеокамера – це пристрій запису зображення та звуку в «телевізійному» форматі, тобто у вигляді, придатному для подальшого перегляду на телевізорі (комп'ютері). Сучасні камери дозволяють знімати відео з високою якістю, легко його обробляти і створювати власні фільми.

– Ігрова приставка – спеціалізований електронний пристрій, розроблений і створений для відеоігор.

– Принтер – це пристрій, призначений для друку інформації з комп'ютера на папір, або інший твердий носій. При цьому сам процес перенесення інформації називається виведенням на друк, а отриманий документ – роздруківкою.

Зв'язок, мовлення:

– Телевізор – електронний прилад, який приймає і відображає звук і зображення, що надходять на нього по кабелю або бездротових каналах.

– Плазмова панель – пристрій відображення інформації, монітор, заснований на явищі свічення люмінофора під впливом ультрафіолетових променів, що виникають при електричному розряді в іонізованому газі, інакше кажучи в плазмі.

– Проектор – оптичний прилад, призначений для створення дійсного зображення плоского предмета невеликого розміру на великому екрані. Поява проєкційних апаратів зумовило виникнення кінематографа, що відноситься до проєкційному мистецтву.

– Телефонні апарати – стаціонарний, радіотелефон, мобільний

Для догляду за зовнішністю і здоров'ям:

– Фен – електроприлад для сушки і укладання волосся. Простий в обігу і забезпечений різноманітними насадками, він дозволяє не тільки швидко висушити волосся, а й укласти волосся, що дозволяє нам кожен день чудово виглядати.

– Щипці, електробігуді – електричний прилад для створення локонів. Завдяки тому, що щипці дуже зручні у користуванні і швидко нагріваються, локони створюються швидко і без допомоги перукаря.

– Масажер – електроприлади, створені для масажу.

– Електробрита – пристрій для гоління складається з різального механізму з гребінчастими або круглими сітчастими ножами, електроприводу, що працює від електромережі змінного або постійного струму, від батарей або акумуляторів, і пластмасового корпусу.

– Праска – прилад, який випрямляє волосся за допомогою їх нагрівання. Завдяки тому, що змінюється структура волосся, такий праску стає єдиним порятунком для тих, у кого неслухняні і кучеряве волосся.

Практичний блок

1. Створити пам'ятку про розподіл обов'язків у родині.
2. Створити відеотеку «Догляд за житлом».
3. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Догляд за одягом: дрібний ремонт одягу».

4. Підготувати доповідь на тему: «Догляд за взуттям (шкіряного, лакового або замшевого)».

Контроль та перевірка знань

1. За допомогою чого можна вивести плями від фруктів і соків з одягу:
 - а) Спирту
 - б) Лимонної кислоти або лимонним соком з сіллю
 - в) Солonoю водою або розчином нашатирного спирту
 - г) Міцним оцтовим розчином
2. Вироби з віскози перуть при температурі води:
 - а) 30–40 °С
 - б) 10–20 °С
 - в) 10–30 °С
 - г) 35–45 °С
3. Взуття потрібно зберігати при відносній вологості повітря:
 - а) 60–75%
 - б) 50–70%
 - в) 20–45%
 - г) 35–40%
4. У кожній кухні основними є такі кухонні предмети:
 - а) Кондиціонер, пилосос
 - б) Набір столового посуду, обладнання для приготування їжі
 - в) Плита, кухонна раковина, холодильник
 - г) Відро для сміття, обладнання для прибирання
5. До вимірювальних приладів відносять:
 - а) Ваги, пральна машина, калькулятор, смартфон
 - б) Медичний термометр, барометр, калькулятор, годинник
 - в) Планшетний комп'ютер, хліборізка, ноутбук, кондиціонер
 - г) Таймер, будильник, фритюрниця, персональний комп'ютер
6. Обладнання побутової техніки, що сприяють збереженню продуктів:
 - а) Барометр, кухонна витяжка, ваги
 - б) Винна шафа, термометр, гриль
 - в) Холодильник, хліборізка, тостер
 - г) Холодильник, морозильник, винна шафа
7. Як відбувається формування іміджу родини?
8. Як потрібно доглядати за взуттям із замші, нубуку і велюру?

Тема 1.4. Вплив невербальних засобів спілкування на міжособистісні відносини в сім'ї.

Історичний аспект зародження і розвитку наук, які вивчають невербальні засоби спілкування. Вибір невербальної поведінки при створенні психологічного клімату в родині. Основні засоби невербального спілкування у родині. Значення візуального контакту для міжособистісного спілкування.

Практична робота № 4

Культура і естетика побуту сучасної родини

1. Естетика інтер'єру.
2. Культура одягу: стиль та мода.
3. Особливості етикету.
4. Способи оформлення та презентації подарунків.
5. Краса спілкування у родині.

Інформаційний блок

1. Естетика інтер'єру.

Сучасний інтер'єр – це простір, який тонко відображає внутрішній світ і характер людини, її стиль життя, цінності і звички. Це оточення, в якому людина відчуває себе щасливо і успішною, відчуває комфорт і затишок. Щоб сформувати сприятливу атмосферу для проживання – організовану і стильну, що володіє яскравою індивідуальністю і відповідає будь-якому життєвому сценарію, при проектуванні житлового простору дотримуються певних основ дизайну інтер'єру.

Дотримання основ дизайну при розробці дизайн проекту інтер'єру сприяє створенню функціональних і гармонійних просторів-приміщень з зручним плануванням, цільним композиційним рішенням, єдиною стилістикою, виразною кольоровою гамою, практичним оздобленням і обстановкою.

Планувальне рішення, функціональність і ергономіка.

Розробка дизайн проекту сучасного інтер'єру починається з пошуку такого планувального рішення приміщення, яке буде функціональним і ергономічним, комфортним і лаконічним. Основні ергономічні стандарти для проектування інтер'єрів сформовані на базі модельєра Ле Корбюзьє що дає розуміння про усереднені пропорції людського тіла. Дотримання норм ергономіки полягає в такому плануванні інтер'єрного простору, який буде максимально зручним для перебування людини – це стосується висоти стель і площ функціональних зон. ширини проходів і прорізів, рівнів розміщення підвісних меблів і місць розміщення обладнання, і т.д. Ергономічні норми завжди враховуються при розробці планування і просторової композиції інтер'єру.

Композиційне рішення інтер'єру.

Композиція - основа основ в дизайні інтер'єру, вона передбачає побудову цілісного простору, всі елементи якого пов'язані між собою, підпорядковуються композиційному центру і знаходяться в гармонійній єдності. Гармонія в дизайні інтер'єру досягається завдяки пропорційності, домірності і врівноваженості всіх його частин, згрупованих в симетричну або асиметричну, статичну або динамічну, метричну або ритмічну композицію, а також взаємодіючих між собою за принципом подібності чи контрасту. Естетичні якості інтер'єру багато в чому залежать від узгодженості всіх складових композиції між собою за формою, габаритами, кольором, фактурою і підпорядкованості об'єднуючій ідеї.

Стилістика

інтер'єру.

Важлива умова створення цілісного і гармонійного інтер'єру – відповідність усіх елементів дизайну приміщення єдиному стилю, обраного для ідейного рішення простору. Сукупність ознак стилю, присутніх в формоутворенні, кольоровій гамі, матеріалах, оздобленні поверхонь і т.д. дозволяє впорядкувати інтер'єр і надати йому



стильову єдність. Рішення про те, в якому стилі буде витриманий інтер'єр, задає напрямок для роботи над дизайн проектом і окреслює рамки для вибору всіх складових дизайну.

Кольорова гама.

Колір – один з основних засобів дизайну інтер'єру, за допомогою якого досягається художня виразність, а також емоційна і психологічна комфортність інтер'єрного простору для людини. Розробляючи дизайн проект і підбираючи колірну гама інтер'єру, в першу чергу враховують уподобання щодо кольору людини, підбираючи такі поєднання відтінків, які б тонко відбивали його внутрішній світ, цінності і характер, не викликали роздратування і створювали затишне середовище для проживання, а крім того, надавали приміщенню індивідуальність, відповідали стилістиці і гармоніювали між собою. Колірні гамма інтер'єру може підкорятися принципам нюансної або контрастної гармонії, включати в себе пастельні або насичені, теплі або холодні тони і, в залежності від завдань, які необхідно вирішити за допомогою дизайну, надати простору легкість або драматичність, відкритість або камерність, шляхетну строгість чи ексцентричність.

Освітлення інтер'єру.

Нарівні з композиційним рішенням і стилістикою, кольоровою гамою і іншими складовими дизайну інтер'єру, освітлення виступає одним з ключових факторів, що впливає на функціональність і гармонійність сприйняття інтер'єрного простору. У сучасному інтер'єрі освітлення виконує не тільки утилітарні функції але і служить декоративним цілям: створює візуальні ефекти і змінює сприйняття форми предметів, окреслює функціональні і акцентні зони інтер'єру, а також моделює простір, виділяючи його достоїнства і приховуючи недоліки. При грамотній розстановці і угрупованню освітлювального обладнання в поєднанні з продуманим підбором кількості, виду і потужності джерел світла, одне і те ж приміщення здатне видозмінюватися і перетворюватися у середу, комфортну для відпочинку або роботи, прийому гостей або усамітнення. Комбінація м'якого фонового світла з локальним, спрямованим і акцентним видом освітлення, а також використання димерів для регулювання інтенсивності світла – такі прийоми дозволяють сформувати найбільш затишну атмосферу, відповідну конкретному життєвому сценарію.

Дизайн освітлювальних приладів грає чималу роль в реалізації стилістичної концепції інтер'єру, підтримуючи просторові, формотворчих і колірні рішення, використані при розробці дизайн проекту. Розмір, конфігурацію, матеріал і колір плафонів світильників підбирають так, щоб елементи освітлення гармоніювали з усім інтер'єрних оточенням, не порушуючи його цілісності, а колірний тон джерела світла не переверчував колірну гамму оздоблювальних матеріалів, меблів, текстилю та інших комплектуючих інтер'єру.

Оздоблювальні матеріали.

Продуманий підбір оздоблювальних матеріалів – важливий аспект реалізації концептуальних рішень, прийнятих при розробці дизайн проекту інтер'єру. Розглядаючи різні будівельні матеріали для інтер'єрного оздоблення, враховують функціональне призначення, особливості експлуатації та обрану колірну гамму приміщення. Фінішні покриття для всіх поверхонь вибирають таким чином, щоб фізико-механічні властивості матеріалів відповідали передбачуваним умовам використання інтер'єру, а текстура, фактура і колористика оздоблення гармоніювали з меблями, обладнанням, декором і т.д. У дизайні сучасних інтер'єрів кращі екологічно чисті і зносостійкі оздоблювальні матеріали: натуральний камінь, керамічна плитка, деревний шпон, фарба на водній основі і мінеральні штукатурки - візуально ефектне оздоблення природних тонів, що формує нейтральний фон для інших складових інтер'єру: меблів і устаткування, текстильних і декоративних атрибутів.

Устаткування і меблі.

Одна з основ створення естетичного інтер'єру – ретельний підбір меблів: функціональних, ергономічних, витриманих по стилю. Щоб інтер'єр повністю виконував свої функції комфортне приміщення для проживання, меблі повинні відповідати призначенню кімнат за своєю конструкцією, розмірами, зручністю. Пропорцій

розміщення меблів в інтер'єрі повинні співвідноситися з обсягом простору, не порушуючи його композиційної цілісності, а виконання в матеріалі, фактура, текстура і колірна гамма зі стилістичною ідеєю дизайну. Нарівні з меблями, не менш важливу роль в дизайні приміщення грає обладнання: сантехніка, світильники, радіатори опалення, побутові прилади і т.д. Ці комплектуючі інтер'єру вибирають не тільки виходячи з технічних параметрів, а й з урахуванням стилістики, конфігурації кольору так, щоб вони гармоніювали з усім інтер'єрним оточенням.



Текстиль та декоративні аксесуари.

Важлива умова формування затишної атмосфери в сучасному інтер'єрі – використання в дизайні простору текстилю та декоративних деталей. Текстиль для пошиття штор і оббивки м'яких меблів вибирають таким чином, щоб текстура, фактура, фасон тканинних виробів органічно поєднався зі стилістикою інтер'єру, а відтінок – підтримував колірне рішення дизайну приміщення. Крім текстилю, створення ефекту обжитого простору з яскравою індивідуальністю сприяє декор: картини, статуєтки, вази і т.д. Ці елементи нерідко стають інтер'єрними акцентами за рахунок оригінальної форми, кольорової палітри, малюнка або фактури поверхні. Як всі компоненти дизайну, включаючи оздоблення, меблі, текстиль і декор, гармоніюють між собою, дозволяє оцінити візуалізація, яка створюється в рамках дизайн проекту.

2. Культура одягу: стиль та мода.

Стиль одягу – певна акцентованість ансамблю (костюму в широкому сенсі), продиктована наступними ознаками (або їх сукупністю): віком, статтю, професією, соціальним статусом, приналежністю до субкультури, особистим смаком людини, епохою життя суспільства, національністю, релігійною приналежністю, доречністю, функціональністю, способом життя та індивідуальними особливостями.

Акценти розставляються зазвичай за допомогою аксесуарів, взуття, забарвлення тканини, принтів, фурнітури, деталей обробки і фактури тканини, кроєм моделі одягу, комбінацією.

До основоположних стилів відносяться: класичний, романтичний і спортивний. Всі інші стилі, є похідними від основних.

Класичний стиль (консервативний) – це стримана простота в лініях, лаконічний крій. Речі цього стилю привабливі своєю високою якістю і добротною матеріалів. Переважає ахроматична колірна гамма або пастельні відтінки. Це самий неемоційний

стиль, все в ньому вкрай помірно. Відсутність гостро модних деталей. Довжина, ширина, обсяги і пропорції завжди середні, звичні для ока.

Романтичний стиль в одязі характеризується створенням піднесеного, витонченого образу. Для стилю характерне використання рюшів, воланів, довгих суконь летючого крою. Для чоловіків в романтичному стилі характерні жилети, шийні хустки, сорочки з широкими рукавами та романтичні фасони капелюхів. Стилю властивий квітковий принт, а також ніжна пастельна колірна гамма.

Спортивний стиль характеризується волею, не стискує руху одягом, призначеної для занять спортом та активного відпочинку або повсякденного одягу, стилізованого під спортивну, що має атрибутику притаманну спортивній екіпіровці. Досить яскравий і динамічний за своїм характером одяг відрізняється практичністю і зручністю.

Стиль casual – найпоширеніший і популярний стиль, припускає сучасну (модну) повсякденний практичний і зручний одяг. Цей стиль може поєднувати в собі елементи інших стилів, але відмінною особливістю є комфорт і зручність одягу. Існують підрозділи цього стилю на city casual (міський повсякденний), smart casual (елегантний повсякденний), є так само формулювання «business casual», яка скоріше характеризує дрес-код «робоча п'ятниця» по суті, теж саме, що і smart casual. І ще один підвид: sport casual – це повсякденний стиль з елементами спортивного, але цей стиль не для занять спортом.



Дербі – жокейський стиль. Назва стилю носить ім'я англійського лорда Дербі, великого фаната скакових коней. Жокейський стиль повторює одяг наїзників.

Діловий стиль одягу – основна ідея стилю в тому, щоб одяг не відволікав увагу від ділових якостей співробітника. Одяг в діловому стилі повинен бути стриманим і елегантним, але, при цьому, на відміну від консервативного стилю, ділової стиль схильний до модних тенденцій. Лінії, форми, силуети все повинно бути чітким і визначеним.

Екстравагантний стиль в одязі – дуже небезпечне стилістичне спрямування, що вимагає відточеної смаку і дизайнерської майстерності, тому що може межувати з вульгарністю. Але, в теж час, екстравагантний стиль є двигуном моди. Екстравагантним може вважатися артистичний стиль, в якому творчі люди самовиражаються, прагнучи виділитися з натовпу. Для стилю характерні незвичайні фасони, використання асиметрії, помітні виразні акценти, нестандартні деталі і кричущі колірні поєднання.

Етнічний стиль одягу цей стиль увібрив в себе елементи різних національних костюмів. Став популярний в 1976 році, завдяки Ів Сен Лорану.

Стиль в одязі мінімалізм. Мінімалізм – це не означає мало, це значить нічого зайвого.

Стиль сафарі. Сафарі стиль з'явився в 60-і роки. Це переважно стиль для подорожей, який запозичує елементи тропічної військової уніформи. Характерною особливістю є всі відтінки пісочного кольору в одязі і безліч накладних кишень. Знаковим атрибутом є світлий капелюх з невеликими полями.

Мілітарі стиль. Одяг з елементами військового костюма: погони, еполети, накладні кишені, шнурівка і т. п. Основні кольори: сіро-зелений, оливковий, хакі.

Колоніальний стиль одягу. Схожий зі стилем сафарі, але в колоніальному стилі більше ретроспективних мотивів. Перевага віддається білому кольору і тонким тканинам.

Морський стиль одягу – це курортна класика. Характерні особливості: поєднання трьох кольорів: синього, білого і червоного. Смугастих принт, матроський комір, укорочена спідниця в складку, і морська атрибутика в аксесуарах.

Вамп стиль – це, перш за все, певний образ, який може вгадуватися в одязі з відкритими плечима і декольте. Переважаючі кольори: чорний і червоний. Завжди яскравий макіяж, червона помада і каблучки.

Диско стиль. Стиль одягу для клубних вечірок 70-х років. Пізнаваний по блискучим тканинам.

Стиль Тедді-гелз або Джудіз – відмітні деталі стилю: подовжений жакет, прилегла спідниця олівець, підсукані джинси, капелюхи канотье, мініатюрні брошки, еспадрілі і клатчі.

Гарсон стиль – це жіночий одяг в чоловічому стилі. Отримав поширення в 20-роки 19 ст. на хвилі емансипації. Для стилю характерні смокінги і жакети чоловічого крою.

Oversize-Look – стиль, в якому навмисно носять одяг на кілька розмірів більше ніж потрібно. Був модний в 80-і і 90-і роки, гарячелюбимий Гот'є.

Кантрі стиль (від англійського слова country – село) – сільський стиль американського заходу кінця 19 століття. Американці називають цей стиль Вестерн (western – західний). Стиль ковбоїв і фермерів. Відрізняється натуральними тканинами теракотових відтінків, джинсами, картатими сорочками, а також ковбойськими капелюхами і чобітьми.

Фольклорний стиль (фолк стиль) – одяг, стилізований під національні костюми. Ідея стилю полягає в тому, щоб не повністю копіювати національні вбрання, а лише запозичувати певні елементи, включаючи їх у сучасні моделі. Широко використовується в'язка, плетіння, клаптева техніка, аплікації і різноманітна вишивка. Фолк стиль відрізняється зручністю.

Рустикальний стиль одягу-грубіша варіація фольклорного і кантрі стилю. Простий одяг сільського стилю з грубих натуральних тканин.

Екологічний стиль (Еко стиль) – найдавніший і природний стиль одягу. Для стилю характерні кольори природи: колір землі, трави, піску, малюнки на тканинах швидше виняток і носять флоральні мотиви. Тканини використовуються тільки натуральні, часто грубого плетіння, фасони вільні.

Міський стиль (міський шик) – це повна протилежність кантрі стилю. Щільні якісні тканини, переважання строгих, лаконічних деталей, слідування сучасним модним тенденціям і дорогі аксесуари.

Стиль авіатора – повторення одягу перших льотчиків. Основний елемент стилю – куртка «авіатор» з різноманітними спортивними нашивками, відповідний форми окуляри і шапка пілота.

Стиль «Нью-лук» (new look, новий образ) – стиль, введений в моду Крістіаном Діором після другої світової війни, коли всі втомилися від жакетів з квадратними плечима, характеризувати військової стиль, не вистачало жіночності, яку і запропонував Діор. Стиль характеризують довгими пишними спідницями, підкреслена лінія талії і прилеглий ліф. На той період це було чимось кардинально новим, звідси і назва стилю.

Конструктивний стиль одягу – фокусує увагу на формі, конструкції одягу. Характерні підкреслено прямі лінії, плисирування, іноді гіпертрофовані геометричні лінії в крої.

Достаток стиль – еkleктичний стиль, в якому поєднується все несумісне. Не має чітких відмінностей між кітчем. Стиль придумав Жан Полем Готьє. (Кензо еkleктику в одязі назвав дифузним стилем).

Піжамний стиль характеризується просторими безформними речами, що нагадують піжамний наряд, але призначених не для сну. Характерні принти у вертикальну смужку.

Арт-деко – ретро-стиль. Типові розкішні тканини, велика кількість обробки, занижена талія, відсутність акценту на грудях та стегнах. А також скляні намиста, блискітки і довга бахрома.

Білизняний стиль одягу – характерна особливість стилю в тому, що верхній одяг нагадує ажурну білизну. Активно використовується вишивка гладдю, рішельє, мереживо.

Мода в одязі – це зміна форм і зразків одягу, яка відбувається протягом порівняно коротких проміжків часу. Це словосполучення (бути одягненим «по моді», «модно», фр. *À la mode*) походить з XVII століття, коли французька придворна мода стала зразком для всіх європейських країн. З точки зору мистецтва мода близька до концептуального мистецтва, оскільки вона полягає в поєднанні різних елементів (зачіска, матеріали одягу, фасон, колір, аксесуари), що створюють образ.

Історичний розвиток одягу невіддільний від моди, тому здебільшого ці поняття ототожнюють. Мода в одязі пов'язана з візуальним наближенням вигляду тіла до панівних ідеалів. Наприклад, в Китаї та Японії було модно деформувати дівчаткам ступні, обмежуючи їх зростання, що вважалося ознакою аристократизму, а в Європі деформувалося корсетом весь тулуб. Крінолін підкреслював гідність і суспільне становище; взагалі велика витрата тканини, наприклад, на шлейф або плаття був показником приналежності до того чи іншого стану.

В стародавні часи для кожного класу чи суспільного прошарку мода ставила свої особливі вимоги до своїх представників. Проте в усі часи існували сміливці, які зневажали «норми пристойності» і викликали шок своєю екстравагантністю.

Ідеал жіночої краси історично змінювався. Так в античній скульптурі підносилися прекрасні оголені жіночі фігури із гармонійними пропорціями. В Середньовіччя тіло стало вважатися «гріховним», тому всі частини жіночого тіла стали покриватися одягом. Згодом стала домінувати тенденція до більшої відкритості і легкості у жіночому вбранні. У Середні віки мода змінювалася мало, особливо для чоловіків. Згодом у різні часи загальноєвропейську моду стали визначати Італія, Іспанія, Англія, Франція. У XVIII ст. Франція стала визначальною світової моді, представляючи вільний, розкріпачений, сексуальний стиль. Для Англії, яка намагається конкурувати з Францією, характерний строгий (класичний) стиль. Ця тенденція зберігається і в сьогоденні часи.

Найбільш відомими представниками французької моди були – Рішельє, мадам Помпадур, її наступниця мадам Дюбарі (Марія Антуанетта, страчена під час революції. Збереглося 500 малюнків з нею у різних сукнях). Надалі мода видозмінюється, з Парижем пов'язують історію високої моди – «від кутюр», яку створює невелика кількість впливових модельєрів, які працюють на Елісейських полях. Засновником моди високого стилю вважають Чарльза Фредерік Ворт, якого у 1860-х стали називати «некоронованим королем» паризької моди. Він став здійснювати покази мод, на яких його дружина виступала у ролі моделі. Його сини також працювали у цій сфері. Високі стандарти паризької моди утверджували Поль Пуаре, мадам Віонне, Скъяпареллі, знаменита Коко Шанель, яка стала вносити моду для більшої кількості споживачів з усіх верств населення. У післявоєнний час найбільш відомий модельєр Крістіан Діор понад усе намагався якнайкраще «одягати жінок і робити їх більш красивими».

Мода 19-20 століть являє собою систематичні, організовані, масштабні трансформації зовнішнього й внутрішнього світу особистості. Ритм зміни стилів у сучасній моді невинно зростає (в кінці XX століття тримався 7-10 років). Функцією сучасної моди полягає в її тенденції до зближення й розмивання національних стилів на основі масової культури й універсального стилю.

3. Особливості етикету.

Етикет – норми й правила, які відображають уявлення про гідну поведінку людей у суспільстві.

Сьогодні розрізняють декілька *видів етикету*. Основними з них є:

Придворний етикет – суворо визначений порядок і норми поведінки при дворах монархів.

Військовий етикет – низка загальноприйнятих у певній армії правил та норм поведінки військовослужбовців.

Дипломатичний етикет – визначає правила у відносинах між державами та їх офіційними представниками-дипломатами.

Загальногромадянський етикет – сукупність правил, традицій, умовностей, яких дотримуються приватні особи певного суспільства.

Службовий або діловий етикет – визначений порядок і норми поведінки між колегами по роботі.

Кожний вид етикету висуває свої вимоги щодо особливостей зовнішнього вигляду, манер поведінки, форм привітання і знайомства, поведінки за столом тощо.

Існують такі основні етикетні правила:

1. *Виявляйте щирий інтерес до тих, з ким спілкуєтесь.*

Бажаним співбесідником і партнером можна стати тоді, коли зацікавишся проблемами, які його хвилюють. Стародавній римський поет Публій Сір сформулював цю думку так: «Ми цікавимося іншими тоді, коли вони цікавляться нами». Розмову треба вести про те, що цікавить іншого, підкреслюючи те що він найбільше цінує. Навіть при необхідності налагодження ділових стосунків варто перед діловою зустріччю поцікавитись колом тем, які хвилюють партнера найбільше.

2. *Демонструйте привітність і даруйте посмішку.*

Усміхнене обличчя випромінює доброзичливість і заохочує до спілкування. Як відомо широка усмішка – це обов'язковий атрибут американського способу життя. Американці насправді складають справжній гімн усмішці, яку вони вважають тим ключем, яким можна відчинити будь-які двері, здолати усі бар'єри, аби забезпечити психологічний комфорт для ефективного спілкування. Вони переконані, що ніщо не коштує нам так дешево і не цінується так дорого, як усмішка. В нашій українській дійсності усмішка ще не стала загальноприйнятим атрибутом, частіше зустрічаються похмурі і сумні обличчя, а в сфері бізнесу більш типовим є діловито-нахабний образ «крутого».

3. *Звертаючись до співбесідника частіше називайте його ім'я.*

Ввічливе звертання до іншої особи передбачає знання загальноприйнятої формули звертання – чи то «товариш», «пан», «пані», «шановний друже» тощо. Але цим не варто обмежуватись, а слід частіше називати ім'я, особливо під час ділових зустрічей. Людям приємно, коли пам'ятають їх ім'я і поважно до них звертаються.

4. *Будьте уважним слухачем, навчіться слухати співрозмовника.*

Підтримуючи розмову, будьте терплячі і навчіться не перебивати. Не забувайте виявляти зацікавлення, ставте запитання, які заохочують співбесідника до розмови,



спрямовуйте діалог у тому напрямку, який стосується спільних інтересів і сприяє досягненню згоди.

5. Уникайте конфліктних ситуацій.

Кожна людина прагне відстояти свою позицію, має власну думку, систему уявлень і життєвих цінностей, про що варто завжди пам'ятати. Заради вирішення справи, або збереження добрих стосунків навчіться не вдаватися до категоричних суджень. Відстоюючи власну думку не прагніть обов'язкової перемоги у суперечці. Пам'ятайте, що перемога у суперечці може образити партнера, особливо у вирішенні ділових справ. Тому найлегшим способом вирішення суперечки є її уникнення.

6. Дбайте про охайність свого зовнішнього вигляду.

Охайність і чистота – це необхідні етикетні вимоги, тому недбалість в одязі, зачісці сприймається як зневага до оточуючих. Пам'ятайте, що підкреслена екстравагантність привертає особливу увагу, розцінюється як виклик іншим.

Наведені правила стосуються формального аспекту спілкування побудованого на взаємоповазі. Вони можуть диференціюватись залежно від конкретних умов, ситуацій, культурного рівня тих, хто спілкується. За змістом усі ці вимоги мають відповідати принципу гуманності і демократизму.

4. Способи оформлення та презентації подарунків.

Скільки радості і розчулення приносять подарунки людям. Їх барвистість, оригінальність та різноманітність викликає захоплення не тільки у дітей, але і у дорослих. Вони допомагають виразити своє ставлення до людини, продемонструвати власний стиль і продовжити солодкий після смак будь-якого свята.

Оригінальність вибраного або зробленого вами власноруч подарунка безумовна, і ви впевнені, що він ідеально підходить адресату, тоді залишається вирішити ще одне невелике завдання: як гідно піднести цю красу. Як не зіпсувати перше враження й визвати багато позитивних емоцій у людини, якій вона призначена за допомогою стильної і нестандартної упаковки.

Як красиво упакувати подарунок, щоб зовнішність відповідала змісту і відповідала темпераменту людини, яка його отримає.

Для початку потрібно чітко визначити, кому призначена річ: другу, знайомому, родичу, начальнику або співробітнику та інше.

Рекомендації при виборі варіанту упаковки:

– чоловічий подарунок загорнути в папір темних тонів, жіночий – у більш яскраві і світлі тони;

– беремо до уваги тематику свята (Новий Рік – пакуємо в малюнки з ялинками, сніжинками та інше, День св. Валентина – в сердечка). Це не обов'язково, але такий



варіант оформлення, без сумніву, підтримає святковий дух;

– експериментуємо з подачею презенту для близьких людей (прикріплюємо саморобні частини декору: скріпки, шишки, льодяники, лелітки, гудзики тощо) в залежності від їх особистісних уподобань, хобі або рис характеру;

– для малознайомих осіб, співробітників або

ділових партнерів вибираємо стриманий дизайн, приглушені кольори, мінімалізм в оформленні, тобто тримаємо курс на елегантність.

Різноманітність пакувального паперу.

Дуже модною і красивою є папірусний папір. Він має тонку структуру, ніжний і красивий зовні. Роблять його з сульфатної целюлози, вибіленої штучним чином. Саму ж целюлозу одержують із деревини хвойних дерев окремого виду.

Ще одним цікавим матеріалом є крафт. Він створений спеціально для святкового оформлення речей. Крафт трохи ребристий і має тиснення поперек. Зазвичай продається рулонами по п'ять метрів.

Глянсовий листовий папір різних кольорів – найбільш поширений варіант оформлення сувенірної продукції і коробок. Він досить міцний і практичний у використанні.

Малбері – цікавий папір ручної роботи родом з Таїланду. Він представлений на ринку в широкій гамі кольорів, орнаментів і малюнків. Зараз малбері стрімко набирає популярність у дизайнерів і флористів.

Про гофрований папір, напевно, знають всі. Шорстка структура, різна колірна гамма, практичність у використанні і відносно невелика ціна зробили його одним з лідерів за частотою придбання.

Яким чином з родзинкою піднести презент до свята і які матеріали для цього можна вибрати, ви вже знаєте. Залишилося тільки підключити фантазію і отримувати задоволення від процесу створення оригінального пакувального дизайну.

При вітанні найбільш нейтральними є фрази: Вітаю вас (тебе) з ... Вітаю з днем народження! (З Новим роком, з річницею весілля тощо.) Я хочу привітати вас (тебе) з ... Я хотів (ла) би привітати вас (тебе) ... В офіційній обстановці вживають фрази: Дозвольте привітати вас з ... Прийміть мої поздоровлення ... Прийміть мої найщиріші привітання... Від імені (кого, чого) дозвольте вас привітати з ... При врученні подарунка багато людей губляться і не знають, що сказати. У цьому випадку можна скористатися стандартними виразами: Я хочу подарувати вам (тобі) ... Дарую вам (тобі) ... з нагоди вашого (твого) дня народження (Нового року, 8 Березня і так далі). У неофіційній обстановці доречні фрази типу: Ось тобі наш (мій) подарунок. Це вам (тобі) наш (мій) подарунок. Це вам (тобі) від нас (мене).

Ця традиція збереглась й зараз, хоча на вечір з нагоди дня народження приходять тільки за запрошенням. Подарунок, звичайно, вручається тому, кого прийшли привітати. Якщо ваш знайомий не влаштовує спеціального святкового вечора, але при подібних обставинах сам дарував який-небудь подарунок, варто подбати про те, щоб не залишитися в боргу. У минулі часи, коли відзначалися іменини, винуватець торжества, нікого не запрошуючи, незмінно піклувався про святковий стіл і чекав візитів знайомих і друзів, які знали про цей день з календаря.

5. Краса спілкування у родині.

У сучасних умовах розвитку суспільства особливої значущості набула сім'я та внутрішньо сімейні відносини, загострилася проблема спілкування між поколіннями в сім'ї. Оскільки сімейні взаємовідносини мають більш емоційний та духовний характер, на другий план відійшли економічні та демографічні моделі взаємовпливу в сім'ї.

В умовах загострення суперечностей у суспільстві посилюється вплив на сім'ю традиційних і нових негативних чинників. Дорослі члени сім'ї переносять психоемоційні перевантаження, не можуть адаптуватися до труднощів, знайти вихід з кризової ситуації, з безробіття, з важкого економічного становища. Усе це позначається на сімейному благополуччі.

Загальновідомо, що благополуччя сім'ї ґрунтується на співвідношенні матеріального і духовного аспектів. У переважній більшості сімей акцент робиться на духовності її членів.

Важливим моментом у взаємовідносинах між членами сім'ї є:

- культура спілкування;
- прагнення до ліквідації можливих суперечностей;
- вміння дивитися на події і обставини з позиції іншого;
- довіра один до одного;
- високий ступінь взаєморозуміння;
- взаємозахопленість та вміння поступатися і слухати.



– Зауважимо, що велике значення у комунікативному процесі між членами родини мають ті «мовні традиції», які шліфувалися багатьма поколіннями предків і бережно шануються нащадками(вони закладені у нашій свідомості), зокрема, мамо, тату, сину, доню, брате, сестро, бабусю, дідусю, пане, панно, пані, паничу; будь ласка, будьте ласкаві; вибачте, пробачте, даруйте, прошу вибачення, прошу мене вибачити, я дуже жалкую, мені дуже шкода; Добрий ранок(день, вечір)! Добридень! Здрастуйте! Доброго ранку! До побачення! Прощайте! Прощавайте! До зустрічі! Щасливо!

Батьки мають дбати про виховання у своїх дітей такої риси, як ввічливість, яка є основою співжиття не лише у робочому колективі, а й у родині. Ввічливою є людина, яка дотримується у своєму житті правил пристойності і шанобливості до оточуючих. Ввічливість потребує передусім пошани до людини, вміння тактовно і уважно ставитися до неї.

Батьки не повинні допускати у спілкуванні при дітях образливих слів, принизливих прізвиськ, пияцтва та елементарних порушень норм людської поведінки. Прокинувшись вранці, батьки повинні привітатися до своїх дітей якомога ніжніше. Лягаючи спати, сказати «На добраніч». Звертаючись до дітей збудь-яким проханням, вживати слова ввічливості.

Батькам необхідно привчати дітей:

- дякувати після їди, а також за послугу;
- коли батьки чи дорослі просять будь-яку річ, подати цю річ у руки, а не вказувати, де вона лежить;
- не перебивати, коли розмовляють дорослі;
- просити вибачення, а також не виявляти зайвої допитливості до розмов дорослих та до різних подій на вулиці тощо.

Якщо дітей привчати до цих елементарних правил ввічливості, то вони будуть глибоко вдячні своїм батькам і гідно почуватимуть себе у соціумі.

Виховання ввічливості полягає не у спеціальних вправах, а у діях і вчинках дорослих, зокрема батьків, яких діти копіюють у всьому.

Сім'я – це своєрідна система. Це означає, що члени сім'ї засвоюють норми поведінки, враховуючи стосунки, почуття та думки інших членів сім'ї. Вони знають, що їх поведінка може зумовлювати як матеріальні, так і психологічні заохочення та покарання.

Уявлення про себе та інших у сім'ї значною мірою формуються в історії сімейних взаємовідносин. Значні зміни в поведінці одного члена сім'ї впливають психологічно та емоційно на інших його членів.

Один із чинників стабільності і функціонування сім'ї – спілкування між поколіннями та взаєморозуміння, які визначаються історією кожної окремої сім'ї.

Особистісні характеристики кожного її члена (система цінностей, звички, соціально-економічний статус, потреби), структура сім'ї, культурні традиції, стиль виховання(підтримка між поколіннями, відповідні вимоги, світо - сприйняття), особливості спілкування(структура ролей, стереотипи поведінки, залежність членів сім'ї

один від одного, способи спілкування та нейтралізація конфліктних ситуацій, внутрішньо сімейні міфи та ритуали) і особливості життєдіяльності поколінь у сім'ї.

Слід зазначити, що основними чинниками, що впливають на виникнення проблем спілкування в сім'ї, де спільно проживають батьки і молоді, є особливості досвіду кожного члена сім'ї.

Етикет сімейних взаємин становить і моральний принцип (культура спілкування у сім'ї, поведінка подружжя у побуті – головні ознаки порядності, інтелігентності).

Батьки, їх стосунки, манери, етикет сімейних взаємин є прикладом молодій сім'ї для наслідування. Звичайно, дітей різного віку потрібно навчати правил поведінки. Насамперед треба виховувати у них:

- повагу до старших (мами, тата, бабусі, дідуся);
- бажання прислухатися до їх думки;
- чуйність, сумлінність, вміння володіти собою;
- терпимість;
- делікатність і тактовність, чемність;
- турботу про інших членів родини.

Культура спілкування у родині – це наявність поваги до чоловічої і жіночої гідності. Мати і батько повинні виховувати ці риси у дітях. Дівчинці потрібно розповісти, що жіноча гідність – у її чарівності, доброти, ніжності, турботі про чоловіків(батька, чоловіка, сина), постійна готовність підтримати чоловіка(навіть у важкі часи).

Хлопчик має знати, що чоловіча гідність – у здатності бути другом жінці, у його інтелігентності, у повазі до жінки(матері, сестри, коханої).

Шлюб створюють на основі кохання. І в сім'ї має панувати любов, яка дає основу всьому живому. Вона творить, зберігає, дає насолоду.

Практичний блок

1. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему: «Естетика інтер'єру».
2. Створити відеотеку «Культура одягу: стиль та мода».
3. Підготувати та провести ділову гру на тему: «Особливості етикету».
4. Підготувати та презентувати майстер-клас по оформленню подарунків до одного зі свят (за вибором).

Контроль та перевірка знань

1. Основа дизайну інтер'єру, що передбачає побудову цілісного простору, всі елементи якого пов'язані між собою, підпорядковуються композиційному центру і знаходяться в гармонійній єдності, це:

- а) Проектування
- б) Композиція
- в) Стилїстика
- г) Моделювання

2. Який стиль одягу повторює одяг наїзників?

- а) Етнічний стиль
- б) Екстравагантний стиль
- в) Дербі
- г) Мілітарі

3. Які відмітні риси притаманні стилю Тедді-гелз?

а) Подовжений жакет, обтягуюча спідниця олівець, підсукані джинси, капелюхи канотье, мініатюрні брошки, еспадрілі і клатчі.

- б) Натуральні тканини теракотових відтінків, джинси, картаті сорочки, а також ковбойські капелюхи і чоботи
- в) Щільні якісні тканини, переважання строгих, лаконічних деталей, слідування сучасним модним тенденціям і дорогі аксесуари
- г) Довгі пишні спідниці, підкреслена лінія талії і прилеглий ліф
4. В якій країні у XIV почали зароджуватись певні моральні правила й манери поведінки, які пізніше стали основою етикету?
- а) Франція
- б) Іспанія
- в) Італія
- г) Англія
5. Стилем кантрі називається:
- а) старий стиль, «старе мистецтво»
- б) сільський стиль американського заходу
- в) чисто англійський стиль
- г) новий американський стиль
6. До основоположних стилів відносять:
- а) Класичний, кежуал, етнічний
- б) Діловий, класичний, романтичний
- в) Спортивний, мілітарі, сафарі
- г) Класичний, романтичний, спортивний
7. Охарактеризуйте основоположні стилі одягу: класичний, романтичний і спортивний.
8. Яких рекомендацій слід дотримуватись при виборі упаковки для подарунків?

Тема 1.5. Основи споживчих знань.

Домашнє господарство як споживчий суб'єкт. Основні поняття про сімейний бюджет. Фактори, що впливають на добробут сім'ї. Організаційні засади ефективного домашнього господарювання. Місце та роль домашнього господарства в ринкових умовах.

Практична робота № 5

Планування сімейного бюджету

1. Фінансові ресурси домогосподарства.
2. Об'єкти господарського розвитку: матеріальні та нематеріальні економічні блага.
3. Принципи розрахунку сімейного бюджету.
4. Правила ведення сімейного бюджету.

Інформаційний блок

1. Фінансові ресурси домогосподарства.

Фінанси громадян – один із важливих елементів фінансової системи. Формування і використання фінансових ресурсів громадян безпосередньо пов'язане з розвитком інших елементів фінансової системи: державних фінансів, фінансів підприємств і установ, розвитком банківської системи, страхування та ін. Фінанси громадян відіграють в такій системі провідну роль, оскільки розвиток системи в цілому, як правило, підпорядкований забезпеченню інтересів громадян, їх груп і об'єднань. В економічній теорії з метою відображення діяльності окремих громадян та їх груп використовується термін «домогосподарство».

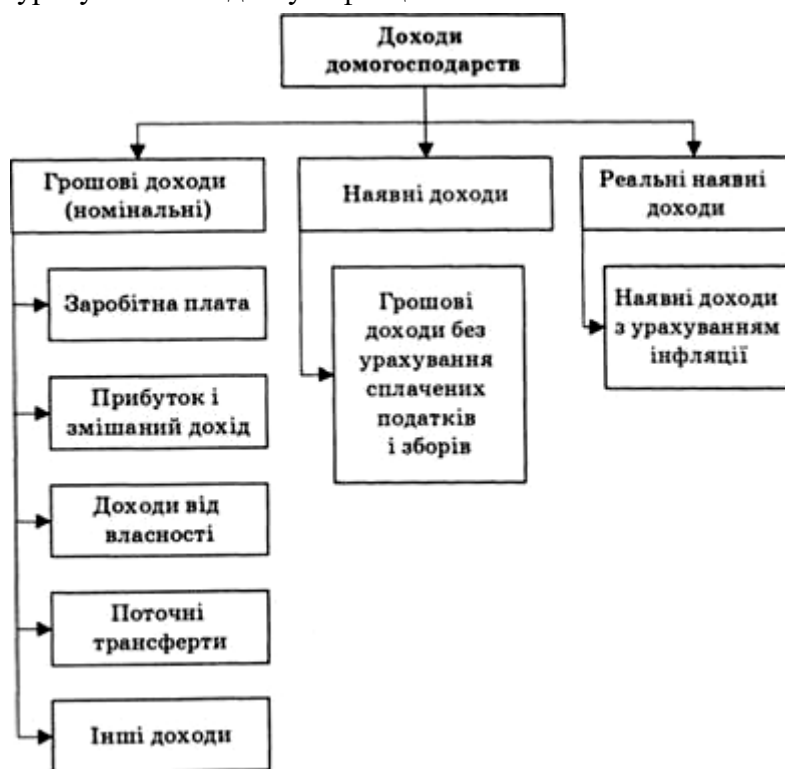
Домашнє господарство – це сукупність осіб, які ведуть спільне господарство (мають спільні витрати на утримання житла, харчування тощо), повністю або частково об'єднують і витрачають кошти. При цьому наявність родинних стосунків між такими особами не є обов'язковою. Діяльність домогосподарства передбачає формування доходів, а також здійснення витрат і використання наявних ресурсів. Фінанси домогосподарств

зводяться до проведення операцій з фінансовими активами і зобов'язаннями, які здійснюються громадянами. Аналіз фінансової діяльності домогосподарства передбачає визначення структури їх доходів, обсягів та складу витрат.

Ресурси домогосподарств – сукупність активів, що перебувають у розпорядженні громадян і використовуються з метою забезпечення їх діяльності. Ресурси громадян включають грошові доходи, вартість продукції з особистого підсобного господарства, пільги та субсидії, суму використаних заощаджень, залучених позик, повернених домогосподарству боргів, а також інших надходжень.



Розрізняють номінальні, наявні та реальні наявні доходи громадян. Номінальні доходи охоплюють обсяги доходів, одержаних домогосподарством у грошовій формі в поточному періоді. Наявні доходи – це та сума грошових доходів, яка використовується домогосподарствами на придбання споживчих товарів та оплату послуг. Величина наявних доходів є меншою за суму номінальних доходів на величину податків і зборів. Реальні наявні доходи визначають, ґрунтуючись на сумі наявних доходів громадян з урахуванням індексу інфляції.



Грошові доходи домогосподарств охоплюють всі грошові та натуральні (визначені в грошовому еквіваленті) надходження, що одержують члени домогосподарства у звітному періоді. До них, зокрема, належать: оплата праці, доходи від підприємницької діяльності та самозайнятості; проценти; дивіденди, надходження від продажу цінних паперів, нерухомості, особистого та домашнього майна; продукції підсобного господарства; соціальна допомога, пенсії, стипендії, грошова допомога від родичів та ін.

Заробітна плата – доходи, одержані громадянами від участі в господарській

діяльності як найманих працівників. Прибуток є формою реалізації участі громадян у проведенні підприємницької діяльності. Доходи від власності зводяться до коштів, одержаних від володіння матеріальними і нематеріальними (враховуючи фінансові) активами. До поточних трансфертів належать пенсії, стипендії, субсидії, державна допомога та інші види виплат. До цієї групи відносять також державні кошти, спрямовані на забезпечення соціального захисту населення. Це, зокрема, надання послугу сферах охорони здоров'я, освіти, культури та ін. До інших доходів зараховують доходи, одержані від підсобного господарства, надання послуг населенню, гонорари, аліменти та ін.

Формування і використання фінансових ресурсів громадян відображається в бюджеті домогосподарств. Дохідна частина бюджету громадян формується за рахунок доходів та одержаних позик. Витрати бюджету пов'язані з фінансуванням діяльності громадян.

Ресурси громадян формуються за рахунок різних джерел. Вони поділяються на дві групи: власні кошти та позики. Власні кошти – це ті грошові кошти та інші активи, які перебувають у власності громадян (домогосподарств) і використовуються з метою зміни структури фінансових ресурсів. Наприклад, коли домогосподарство має на рахунку в банку певну суму грошових коштів, а потім використовує її на придбання цінних паперів, грошові кошти перетворюються на інші активи. При цьому структура фінансових ресурсів громадян змінюється, а їх загальна вартість залишається незмінною. Власними коштами є також доходи, що одержує громадянин (домогосподарство) від участі в підприємницькій діяльності, проведення інвестиційних операцій, у вигляді оплати праці та ін.

Позики – це ті кошти, які громадянин отримує за умов повернення. Вони можуть використовуватися з метою формування ресурсів громадян. При цьому змінюється як структура ресурсів, так і їх загальна вартість. Та слід звернути увагу на те, що в таких випадках виникає заборгованість громадянина за одержаними в позику коштами. Вона підлягає погашенню в установлені терміни згідно з умовами позики.

До *власних* джерел формування ресурсів громадян належать:

– доходи, які громадянин одержує від участі в господарському процесі як найманий працівник. Такі доходи включають: заробітну плату, премії, додаткові виплати, надбавки, подарунки та ін.

– грошові кошти, які громадянин отримує від здійснення підприємницької діяльності. Це – підприємницький дохід, прибуток, премії та доплати.

– доходи від власності на майно. Вони виникають при передачі майна в спадщину, в оренду, при його продажу та ін. До цієї групи доходів зараховують орендну плату, роялті, доходи від продажу, доходи, отримані при одержанні спадщини та ін.

– надходження від інвестиційної діяльності. Це – доходи, які одержують громадяни у вигляді процентів, дивідендів, спекулятивних прибутків та ін.

– доходи, що отримують громадяни у формі соціальних виплат державними чи недержавними інститутами. До таких доходів належать: пенсії, стипендії, субсидії, трансферти, допомога та ін.

– інші доходи, з-поміж яких: виграти та призи, знайдене майно, аліменти, гонорари, подарунки, перекази та ін.

До складу *позик* належать:

– кредити, одержані у фінансових установах;

– товарно-матеріальні цінності, одержані на умовах кредиту або відстрочення платежу;

– грошові кошти, одержані від інших громадян за умов позики;

– інші кошти, які одержані на умовах позики.

2. Об'єкти господарського розвитку: матеріальні та нематеріальні економічні блага.

Об'єктами господарського розвитку є економічні блага.

Благом називають засіб, який безпосередньо чи опосередковано задовольняє потребу людини. Безліч благ умовно ділять на великі групи: блага, що є результатом господарської діяльності, блага, створені природою (ліс, вода, повітря тощо.). Першу групу називають *економічними благами*. До них належать продукти, створені працею людини.

Економічні блага володіють такими рисами: корисністю, обмеженістю (рідкістю), ресурсоемністю. Корисність блага у тому, що з його допомогою задовольняються потреби людей (у одязі, їжі, житлі, послуг вчителя, лікаря, і т.д.). Рідкість блага означає, що його

виробляють у обмеженій кількості. Обмеженість благ може статися із-за природних причин (рідкість дорогоцінних металів), громадських умов (обмеження полювання чи риболовлі). Ресурсоємність свідчить про факт використання факторів виробництва і їх створення.

Блага, створені природою, називають вільними чи дарованими. Не вимагають людської праці та коштів, які використовуються у процесі виробництва. Такі блага виробляються природою без зусиль людини.

1. З погляду *речовинного змісту*, економічні блага діляться на:

– матеріальні блага - це продукти, які можна відчувати на дотик. На виробництво, зазвичай, потрібен час. Це продуктів харчування, одяг, житло, меблі, устаткування тощо. Чимало понять з матеріальних благ можуть накопичуватися, зберігатися тривалий час; поставляються споживачам за необхідності. Наявність благ нині називається запасом, а процес їх поповнення протягом визначеного періоду – потоком.

За терміном використання розрізняють матеріальними благами: тривалого користування (їх споживання розподілено за часом, наприклад, меблі, побутова та виробнича техніка) і разового користування (продуктів харчування, електрика і т.п.).

– нематеріальні блага представлені послугами, і навіть такими умовами життя, як здоров'я, здібності людини, ділові якості, професійну майстерність тощо. Особисті якості, здібності людей А. Маршалл називає «внутрішніми благами», оскільки вони укладено у самій людині, а послуга спрямовання інших. На відміну від матеріальних благ послуги неспроможні накопичуватися і зберігатися протягом великого часу. Процес їх виробництва та споживання збігаються. Забезпеченість населення послугами вважається у наш час найважливішим показником соціально-економічного розвитку суспільства.



2. Залежно від призначення економічні блага діляться на:

- споживчі (кінцеві продукти і комунальні послуги)
- виробничі, чи непрямі (проміжні) блага.

Перші служать безпосередньо задоволенню потреб людей (наприклад, хліб, одяг). Другі йдуть на виробництва інших благ і тому служать задоволенню потреб лише опосередковано (верстати, сировина, матеріали, устаткування тощо.)

3. Серед благ виділяють також взаємозамінні і взаємодоповнюючі блага.

– Взаємозамінні блага називають субститутами. Це блага, які задовольняють одну і ту ж потребу народу і можуть замінювати одне одного у процесі споживання (білий і чорний хліб, м'ясо і риба тощо.).

– взаємодоповнюючі блага, чи компоненти, доповнюють друг друга у процесі споживання (харчування і стілець).

3. Принципи розрахунку сімейного бюджету.

Сімейний бюджет – це ключовий принцип управління фінансами в родині та чудова можливість сформулювати стосунки довіри між чоловіком та жінкою. Бюджет вважається родинним, якщо враховує всі родинні прибутки та витрати, тобто, сімейний

бюджет є спільним для чоловіка та дружини. Спільний сімейний, бюджет лежить в основі здорової та сильної родини.

Етапи ведення Сімейного Бюджету:

1. Постановка цілей.
2. Складання бюджету (фінансове планування доходів/витрат).
3. Ведення бюджету.
4. Аналіз бюджету (контроль план/факт).

Етап 1. Постановка цілей.

Кажуть, «у кого немає цілей – той не знаходить відряди у жодній зі справ». Якщо у вас є чітка ціль ви зможете сформуєте ваш родинний бюджет таким чином, щоб він як краще відповідав інтересам вашої сім'ї.

Етап 2. Фінансове планування в родині.

На цьому етапі поділіть всі родинні витрати на три великі блоки:

1. Необхідно
2. Потрібно
3. Хочемо

На початку кожного місяця присвятіть час фінансовому плануванню в родині. Виходячи з принципу «необхідно, потрібно та хочу» поділіть та заплануйте всі майбутні витрати, формуючи основу родинного бюджету на місяць.

Наприклад, необхідні витрати – це оплата аренди квартири, покупка продуктів харчування, оплата комунальних послуг... Потрібно – це щоденні витрати на транспорт, обіди на роботі, представницькі витрати.

Уявімо, що дружині потрібен верхній одяг на зиму – заносимо його в графу «необхідно», оскільки це об'єктивна потреба (500 грн.). Але дружина хоче шубу (3000 грн.) – і відразу намалювалась планова витрата в графі «хочу».

Цього плану двоє повинні чітко дотримуватись протягом місяця, щоденно фіксуючи та відстежуючи свої витрати.

Етап 3. Ведення бюджету.

Якщо Ви вирішили змінити та вдосконалити систему управління фінансами в Вашій родині – почніть відстежувати Ваші витрати.

3-4 місяці від початку бюджетування є контрольними. Протягом цього часу Ви відстежуєте свої витрати, збираєте чеки та записуєте їх.

Мета – дізнатись «Скільки я коштую?» / «Скільки коштує життя моєї родини?»

Етап 4. Аналіз бюджету.

Розпочати ефективне управління грошима неможливо без повного аналізу. Чи не чудово провести разом час, поговоривши про те, що хвилює Вас обох? Раджу щомісяця (щотижня) родина проводити спільний аналіз витрат по трьом графам (необхідно, потрібно та хочемо).

Питання, на які Ви маєте знати відповідь:

- На що я / наша родина витрачає гроші?
- Які витрати були зайвими? Які необхідними?
- На чому можна було економити?
- Скільки нам необхідно, потрібно і скільки ми хочемо?

Етап 5. Контроль ПЛАН-ФАКТ.

Це контроль в першу чергу над витратами сім'ї. Перевищення витрат над доходами – перший признак бідної людини!

Яким би не був Ваш дохід, коли він менший від витрат – це означає, що Ви самі себе заганяєте в «кредитну яму».

Якщо Ви ніколи не вели бюджету, рекомендую на початках вести записи в записнику.

Далі можна перейти в Excel або спеціальні програми (наприклад, «Домашня бухгалтерія») для управління особистими фінансами.



4. Правила ведення сімейного бюджету.

Визначення мети економії. Вона повинна бути конкретна, точна і проста. Правильніше вибрати маленькі і легкі цілі, дістатися до яких не складе труднощів.

Опис доходів. Вказуються всі надходження в сімейний бюджет грошові кошти. Це може бути і заробітна плата, і суми, отримані від мешканців здавати внайми квартири, пенсії літніх членів родини або аліменти на дітей.

Фіксація витрат. Постійні витрати. На цьому етапі виписуємо, скільки і на що щомісячно витрачаються гроші. Це повинні бути постійні витрати, без яких ніяк не обійтися. Оплата комунальних послуг та інтернету, витрати на транспорт тощо.

Змінні витрати. Ці статті можуть змінюватися в залежності від сезону, наприклад. А входять сюди витрати на взуття та одяг, продукти і предмети вжитку, побутову хімію і необхідну косметику. Складаючи список покупок на місяць, слід якомога більш докладно розписати, що, в якій кількості і на яку суму купується. Непогано, якщо в записих минулих місяців будуть фіксуватися викинуті і невикористані за якої-небудь причини речі. Це дозволить не допустити помилки при плануванні наступного періоду.

Описані витрати сім'ї дадуть можливість виявити резерви економії.

Фактори ризику зайвих витрат

По-перше, важливо виявити фактори ризику. Це витрати, які із завидною постійністю прагнуть вийти з-під контролю і «з'їсти» більше коштів, ніж було заплановано.

Найпростіший спосіб, але не єдиний – почати з щоденних витрат: на продукти харчування, засоби гігієни і побутової хімії. Знаючи статистику покупок за минулі місяці, легко виявити надлишки, без яких можна було обійтися або заощадити, купуючи більш великі і, відповідно, дешеві упаковки.

Планування бюджету. Основна біда переважної більшості – рівність сум доходів і витрат. Все, що надходить в сімейний гаманець, витрачається від зарплати до зарплати без залишку. Як спланувати бюджет так, щоб порушити це стійке рівність і знайти вільні гроші :

Три правила економії. Головне – це інвестиції в своє майбутнє.

Тобто перш ніж внести обов'язкові платежі і зробити щомісячні покупки, потрібно заплатити собі. Провівши нескладний розрахунок, легко обчислити суму, яка повинна бути зекономлена за місяць. Розумніше її вилучити і, наприклад, покласти на депозит або в затишний куточок, подалі від спокуси витратити.

Розділяй і витрачай. Сенс другого правила подібний зі старовинної прислів'ям, згідно з якою, що не правильно укладати всі яйця в одну корзину. Замість корзини для

грошей можна взяти конверти. Як мінімум чотири, і розподілити по ним залишилися після вилучення цільової суми гроші.

Контроль витрат. Контролювати бюджет і ефективно управляти своїми витратами можна за допомогою двох інструментів: оптимізації та економії.

Економія – це зменшення витрат і зниження частки «зайвих» витрат у бюджеті, з єдиною метою – отримати більше, заплативши менше.

Оптимізація – це наукова назва народного принципу «з миру по нитці» або перерозподіл наявної суми по пріоритету статті витрат.

Тобто, прагнучи заощадити, не варто відмовлятися від улюбленої їжі, модного одягу або захоплення. Потрібно лише розумно спланувати свій бюджет і визначити важливість тієї чи іншої покупки.

Методики формування та ведення сімейного бюджету. Тільки тепер, після детального розгляду всіх складових частин і способів планування бюджету, резонно перейти до розповіді про сучасні методи його ведення.

Літератури з даного питання досить багато, а зупинитися для знайомства слід з трьома джерелами.

Ендрю Тобіас, який написав вельми детальний працю «Єдине керівництво по інвестуванню, яке Вам може стати в нагоді», рекомендує дотримуватися трьох надзвичайно лаконічних заповідей.

- Віддайте борги
- Бережіть 20% доходів
- Живіть щасливо на решту 80%

Запорука успіху методики в дивовижній простоті і обов'язковому дотриманні порядку пунктів. Багато інших інструкції, що зустрічаються в іноземній літературі, лише уточнюють або трактують по-своєму цифри.

Автори нашумілої книги «Все ваш добробут: головний фінансовий план на все життя», наприклад, йдуть далі Тобіаса і розписують процентні частки на ту чи іншу статтю:

- необхідні витрати – 50% доходу
- бажане – 30% доходу
- заощадження – 20% доходу. У ці відсотки включаються суми, заплановані на погашення кредитів і боргів

Річард Дженкінс, ще детальніше представляючи описаний вище метод конвертів, пропонує свої пропорції розподілу витрат:

- необхідні поточні видатки – 60%
- пенсійні або інші цільові накопичення – 10%.
- довгострокові боргові та кредитні виплати – 10%.
- форс-мажорний фонд – 10%.
- бажані витрати – 10%.

Подібних інструкцій дійсно багато, для початку можна користуватися будь сподобалася, адже, насправді, всі вони говорять про одне . Зберегти свої кошти не складе труднощів, якщо чітко позначити мету, заради якої все затівається. Детально описати, як і на що витрачаються гроші, і відстежити дотримання запланованого бюджету.

Практичний блок

1. Створити схему або таблицю «Матеріальні та нематеріальні економічні блага».
2. Розбити та розрахувати сімейний бюджет 5000 грн. на місяць.
3. Створити пам'ятку «Правила ведення сімейного бюджету».

Контроль та перевірка знань

1. Сукупність активів, що перебувають у розпорядженні громадян і використовуються з метою забезпечення їх діяльності, це:

- a) Фінанси громадян

- б) Ресурси домогосподарств
 - в) Сукупні ресурси
2. Сума грошових доходів, яка використовується домогосподарствами на придбання споживчих товарів та оплату послуг без урахування сплачених податків та зборів, це:
- а) Наявні доходи
 - б) Грошові доходи
 - в) Реальні наявні доходи
3. Доходи, одержані громадянами від участі в господарській діяльності як найманих працівників, це:
- а) Доходи від власності
 - б) Поточні трансфери
 - в) Заробітна плата
4. Дбайливе ставлення до матеріальних і грошових засобів має назву:
- а) Економія
 - б) Бережливість
 - в) Розрахунок
 - г) Збереження
5. До власних джерел формування ресурсів громадян не належать:
- а) Доходи, які громадянин одержує від участі в господарському процесі як найманий працівник. Такі доходи включають: заробітну плату, премії, додаткові виплати, надбавки, подарунки та ін.
 - б) Товарно-матеріальні цінності, одержані на умовах кредиту або відстрочення платежу
 - в) Надходження від інвестиційної діяльності. Це – доходи, які одержують громадяни у вигляді процентів, дивідендів, спекулятивних прибутків та ін.
 - г) Інші доходи, з-поміж яких: виграші та призи, знайдене майно, аліменти, гонорари, подарунки, перекази та ін.
6. Оптимізація – це:
- а) Зменшення витрат і зниження частки «зайвих» витрат у бюджеті, з єдиною метою – отримати більше, заплативши менше
 - б) Наукова назва народного принципу «з миру по нитці» або перерозподіл наявної суми по пріоритету статті витрат
 - в) Все, що містить в собі певний позитивний сенс: предмет, явище, продукт праці, що задовольняє ту чи іншу людську потребу і відповідає інтересам, цілям людей
 - г) Немає правильної відповіді
7. Основні поняття про сімейний бюджет. Фактори, що впливають на добробут сім'ї. Етапи ведення сімейного бюджету.
8. Витрати родини. Непередбачувані витрати. Невиправдані витрати і як їх уникнути.

Тема 1.6. Організація домашнього продовольчого сервісу.

Основні способи консервування фруктів, ягід, овочів та грибів в домашніх умовах. Підготовка фруктів, ягід та овочів для консервування. Прянощі та спеції, що використовуються для консервування. Тара та інвентар, що використовується для консервування. Види браку та псування консервів. Зберігання консервів. Використання бракованих консервів.

Практична робота № 6

Заготівля та зберігання продуктів харчування

1. Загальні відомості про консервування: призначення консервування, способи консервування харчових продуктів, тара та упаковка для консервування.

2. Загальні прийоми консервування: підготовка та обробка сировини.
3. Техніка домашнього консервування.
4. Приготування розсолів і цукрових сиропів.
5. Способи пастеризації та стерилізації харчових продуктів.
6. Умови зберігання консервованих виробів.

Інформаційний блок

1. Загальні відомості про консервування: призначення консервування, способи консервування харчових продуктів, тара та упаковка для консервування.

Метою консервування є виготовлення продукції для тривалого зберігання, розширення асортименту, збереження харчової і смакової цінності, зменшення втрат сировини, яка погано зберігається, а також подовження строку вживання цінної плодоовочевої продукції.

Способи консервування. В домашніх умовах найбільш поширені такі способи консервування фруктів і овочів: пастеризація, стерилізація, маринування, квашення, соління, сушіння, заморожування і консервування з цукром.

В домашніх умовах найбільш поширені такі способи консервування фруктів і овочів: пастеризація, стерилізація, маринування, квашення, соління, сушіння, заморожування і консервування з цукром.

Пастеризація – спосіб консервування плодоовочевої продукції при температурі 85–95°C. Застосовують для виготовлення консервів, які містять достатню кількість харчової кислоти (маринади, різні соки), а також солодкої продукції (варення, повидло).

Стерилізацію проводять при температурі 100°C і вище. Це найбільш надійний спосіб теплового консервування, при якому мікроби гинуть, а консерви можна довго зберігати.

Маринування. Для одержання маринованих овочів і плодів додають оцтову кислоту і пастеризують. Все це створює несприятливі умови для розвитку мікробів.

Квашення і соління. Плоди і овочі, залиті розсолом певної концентрації, піддають молочнокислому бродінню, внаслідок чого мікроби зброджують цукри сировини до молочної кислоти, яка пригнічує діяльність гнильних мікробів.

Принципової різниці між квашенням і солінням немає. Відрізняються вони лише технологією і концентрацією розсолу, які залежать від сировини.

Сушіння. Це теж поширений метод консервування, при якому видаляється волога, підвищується вміст сухих речовин у продукції, внаслідок чого утворюються несприятливі умови для розвитку мікробів.

Заморожування. Цей метод консервування базується на тому, що волога перетворюється у твердий стан, а температура мінус 18°C і нижче заторможує і навіть припиняє діяльність мікробів.

Консервування цукром. При варінні плодів і ягід з цукром одержують продукцію високої концентрації (60–70%). При цьому способі, як і при висушуванні підвищується концентрація сухих речовин, внаслідок чого мікроби не можуть розвиватися. Ферменти при термічній обробці руйнуються.

Санітарні умови виготовлення консервів. Успіх при домашньому консервуванні залежить від санітарних умов приміщення, інвентарю, тари, а також гігієнічного стану самого виконавця консервування.

У консервній промисловості застосовують два види тари – герметичну і негерметичну. Вибір тари залежить від способу консервування, виду продукту і його призначення. До герметичної тари відносяться металеві (жерстяні, алюмінієві) банки і туби, скляні банки, пляшки, бутлі, стакани, коробки, пакети з полімерних матеріалів. У герметичну тару фасують продукти, що підлягають стерилізації або пастеризації. До негерметичної тари відносяться дерев'яні бочки і ящики, фанерні ящики, картонні коробки,

паперові мішки, пластмасові ящики і лотки. Для надання герметичності при фасуванні в суху бочку вкладають поліетиленовий мішок з плівки завтовшки 0,2 мм

На сьогодні для фасування консервів широко використовується полімерна тара, яка може бути виконана у вигляді коробок, пакетів, стаканів, мішків з лакованого целофану, поліетилену, поліпропілену, а також з комбінованих матеріалів, що складаються з декількох шарів.

Використовують для консервування також пляшки, бутлі різної ємкості, з різним діаметром горловини. Останнім часом з'явилися банки з різьбою, які можна герметизувати кришкою, що загвинчується на кінчику її горловини. Стерильність консервів великою мірою залежить від ретельності обробки склотари та кришок до неї.

2. Загальні прийоми консервування: підготовка та обробка сировини.

Збирання і зберігання овочів, фруктів та ягід перед консервуванням.

Домашні консерви можна виготовляти з овочів, фруктів і ягід, вирощених на городі, в саду, а також куплених у магазині чи на базарі. У будь-якому випадку треба максимально скоротити час зберігання сировини перед консервуванням.

Якщо немає змоги відразу переробити, її слід покласти в прохолодне приміщення, погріб, підвал або в холодильник. Найдоцільніше виготовляти консерви з свіжої сировини, тому що в ній найбільше зберігається цінних харчових речовин (особливо вітамінів, цукрів тощо) протягом 1–2 год. після збирання. Збирати овочі, фрукти і ягоди (особливо ніжні) слід акуратно, не пошкоджуючи їх. Не можна кидати овочі на велику відстань, збивати плоди з дерева.



Під час зберігання необхідно систематично стежити за якістю овочів і плодів.

Відбір. Овочі і фрукти ретельно оглядають, перевіряють, відкидають підсохлі, гnilі, з пліснявою і недостиглі. З метою економії праці і часу плодоніжки, гілочки, кісточки, насіння при виготовленні соків до нагрівання можна не видаляти, тому що їх наявність полегшує пресування сировини і вижимання соків. Сортування. Для одержання високоякісних консервів сировина повинна бути однорідною за розміром, кольором, ступенем стиглості. Така сировина одночасно і рівномірно обробляється під час консервування.

Важливо, щоб для виготовлення маринадів, натуральних консервів, компотів, варення сировина була не перестиглою, з щільним м'якушем. Сортують сировину на столі або спеціальних дошках різної величини. Бажано, щоб їхні краї були з бортиками, для запобігання скочуванню сировини на підлогу. Лоток для сортування ягід.

Миття. На поверхні овочів і фруктів може бути бруд, пил, залишки хімічних препаратів, спори плісняви та бактерій. Таку продукцію необхідно добре мити водою з розрахунку 7–8л води на 1кг сировини. Миють у мисках, відрах та інших ємкостях, бажано емальованих або з нержавіючої сталі, щоб сировина не окислювалась.

Щоб стекла вода, продукцію після миття викладають на сито або друшляк, виготовлені з матеріалів, що не реагують на кислоти, солі. Якщо сировина (наприклад, яблука, груші) оброблялася хімічними препаратами, що містять мідь, миш'як тощо, воду слід підкислювати. Для цього в емальовану каструлю або ванну, де замочені яблука, наливають соляну кислоту з розрахунку 150–200мл на 10л води і витримують 2–5 хв.,

потім плоди виймають, ретельно миють в іншій ємкості чистою водою, а в підкисленій воді замочують наступну партію сировини. У воді замочують продукцію для ущільнення м'якуша і поліпшення консистенції (наприклад, огірків), розчинах солі або кислоти лимонної, щоб припинити потемніння яблук чи груш.

Як і для миття, рекомендується брати емальовані ємкості або з нержавіючої сталі.

Очищення, подрібнення. При очищенні видаляють неїстівні, пошкоджені часточки, а також насіння, кісточки, плодоніжки, чашолистки, коріння тощо. Якщо необхідно, сировину очищають від шкірочки, в якій багато клітковини та інших речовин, що надають їй твердість. Для надання певної форми або консистенції, а в деяких випадках для полегшення наступної технологічної операції сировину подрібнюють.

Обчищають овочі і фрукти за допомогою кухонних ножів різного типу, з нержавіючої сталі або хромованих, з добре загостреним лезом. Для зняття шкірочки краще використовувати спеціальний ніж з прорізами у пластинці, паралельними лезу, який дозволяє відокремлювати тонку шкірочку і зменшувати кількість відходів. Для подрібнення, шаткування продукції, крім ножів, використовують тертки різної конфігурації. Оригінальну конфігурацію овочів, плодів одержують за допомогою спеціального набору для фігурної обробки, виготовленого з нержавіючої сталі.

Для нарізування яблук та інших плодів на часточки і виймання серцевини використовують спеціальні фігурні ножі. Добре використовувати для цих цілей овоче- і плодорізки з кухонних наборів. Для шаткування капусти та інших овочів використовують різного розміру шаткувальні дошки.

Термічна обробка. Бланшування – це обробка сировини гарячою водою, гарячим водним розчином солі або розчином кислоти з метою руйнування ферментів, зниження кількості мікробів, зменшення об'єму сировини за рахунок видалення повітря, підвищення проникності протоплазми клітини, видалення речовин з неприємним запахом (у капустяних овочах, шпинаті), руйнування протопектину і в зв'язку з цим пом'якшення консистенції, полегшення протирання.

Бланшувати потрібно в емальованому посуді киплячою водою, в яку занурюють друшляк або сітку з сировиною. Час і температура бланшування залежать від сировини, її стиглості, тому в кожному конкретному випадку треба дотримувати режимів, які рекомендовані в технології і рецептурі консервів. Не слід забувати, що вода, в якій бланшували сировину, містить багато цінних водорозчинних речовин, тому при можливості її треба використовувати для приготування заливи.

Ошпарювання (обробку водяною парою) проводять з тією ж метою, що і бланшування. Однак перевагу слід віддавати ошпарюванню, тому що після нього краще зберігаються насамперед вітаміни, особливо С, а також цілий ряд інших водорозчинних харчових речовин. Для ошпарювання бажано використовувати каstrулю-пароварку. Вона складається з двох каstrул, встановлених одна на другу. У дні верхньої є отвір для проникнення пари з нижньої. Сировину кладуть у верхню каstrулю і починають підігрівати. Зайва пара виходить через спеціальні отвори у кришці верхньої каstrулі. Якщо такої пароварки немає, в каstrулю можна встановити сітку, не занурюючи її у воду. На сітку кладуть овочі або плоди і починають ошпарювати.

Обсмажують сировину для її пом'якшення, надання специфічного смаку, аромату, поліпшення зовнішнього вигляду, підвищення калорійності за рахунок видалення частини вологи і вбирання олії в продукцію. Обсмажують у рослинній олії, краще рафінованій, яку попередньо доводять до кипіння, витримують 3–5 хв., а потім ледь охолоджують. Для цього використовують сковорідки, казани. Запікання провадять для видалення вологи, пом'якшення сировини синіх баклажанів, яблук, айви та деяких інших фруктів. Запікають сировину в духовці; якщо її немає, можна бланшувати у власному соку.

Протирання провадять з метою одержання рівномірної консистенції, видалення насіння, кісточок, грубої шкірочки. Протирають через друшляк, металеве або волосяне сито дерев'яною ложкою або з нержавіючої сталі. Використання спеціальної насадки до

м'ясорубки дозволяє швидко і зручно видаляти насіння і шкірочку з помідорів. Для видалення кісточок з вишні використовують мініатюрну кістковибивальну машину. Концентрування (уварювання) провадять, щоб підвищити вміст сухих речовин за рахунок випаровування вологи, а також зменшення об'єму. Так можна одержати концентровані пюре, соуси, пасти. Якщо при виготовленні додають цукор, то одержують повидло, варення, джем, конфітур, цукати. Уварюють сировину в тазах, латунних казанах, каstrулях з нержавіючої сталі. В емальованих уварювати важче, тому що продукт може пригоряти, внаслідок чого з'являється сторонній присмак, темний колір.

3. Техніка домашнього консервування.

Щоб зберегти заготовлені про запас продукти харчування, потрібно створити умови, при яких затримується або зовсім припиняється розвиток шкідливих видів мікроорганізмів, що викликають псування продуктів.

Стерилізація банкових консервів є найважливішою операцією, від якої залежить тривалість зберігання консервної продукції.

Процес стерилізації всіх видів банкових консервів складається з трьох стадій: нагрівання для підняття температури до 90–100°, самої стерилізації, при якій підтримується висока температура всередині банок з консервами (близько 100°C) і наступного поступового охолодження їх до 40°. Стерилізація плодкових і овочевих консервів у домашніх умовах звичайно провадиться до закатки, тому що в закупорених банках з продуктами в міру нагрівання підвищується тиск, що часто призводить до зривання кришок. Ось чому стерилізувати плодкові й овочеві консерви слід у такій послідовності: наповнені банки накривають лакованими кришками і ставлять у велику каstrулю з теплою водою, на дні якої знаходиться дерев'яна решітка. Необхідно, щоб вода знаходилась на рівні плечиків банок.

Воду в каstrулі доводять до кипіння і продовжують нагрівання банок з консервами протягом встановленого часу, а потім на гарячих банках закатують герметично кришки.

Якщо застосовують спеціальні консервні банки з скляними кришками та металевими скобами (затискачами), то стерилізацію провадять у щільно закупорених банках.

В усіх указаних випадках консерви під час стерилізації нагрівають при температурі не вище 100°. Це вважається достатнім для овочевих і плодкових консервів, які мають підвищену кислотність і значну кількість рідини, що полегшує проникнення тепла в банки.

Для густих, пастоподібних овочевих консервів указана температура недостатня. При стерилізації цих консервів температура повинна підтримуватись дещо вище 100° і збільшується тривалість самого процесу стерилізації.

Такого підвищення температури можна досягти, по-перше, додаванням у воду, в якій нагріваються банки з консервами, кухонної солі в кількості однієї склянки на кожний літр залитої в каstrулю води. Це дає можливість підвищити температуру до 105°. По-друге, для стерилізації консервів при температурі більше 100° можна користуватись автоклавом, що являє собою герметично закритий котел, у якому вода кипить під тиском і при температурі, що значно перевищує 100°.

Для кожного виду банкових консервів залежно від розміру банок та рецепту приготування встановлена тривалість і температура стерилізації. Початок стерилізації слід вважати з того моменту, коли стала кипіти вода в каstrулі. Необхідно стежити за тим, щоб не було інтенсивного кипіння, і в потрібних випадках регулювати ступінь нагрівання води.

Квашення капусти, а також соління огірків і помідорів – найбільш прості і розповсюджені способи консервування, які застосовують у домашніх заготівлях. Основане воно на позитивній дії молочної кислоти, яка утворюється під час бродіння молочнокислими бактеріями, що знаходяться в сировині.

Додавання столової солі послаблює розвиток гнильних бактерій, сприяє більш швидкому виділенню клітинного соку, що прискорює бродіння, а також підвищує смакові якості продуктів квашення.



При засоленні овочів цілими (огірки, помідори) краще брати щільні плоди середнього розміру. Після того, як їх укладуть в бочку з листям пряних рослин і часником, овочі заливають вказаним у рецептах розчином солі з таким розрахунком, щоб розчин покрив повністю сировину в бочці.

Процес молочнокислого бродіння при квашенні відбувається швидше в теплому приміщенні, але для тривалого зберігання засолені і квашені овочі необхідно поміщати в прохолодному місці – в погребі або підвалі, де температура не буває нижче 0–2°.

Успіх приготування доброякісної квашеної капусти, засолених огірків та інших продуктів солінні цілком залежить від якості сировини, старанної її обробки, а також від додержання потрібної чистоти під час консервування та догляду при зберіганні.

Слід мати на увазі, що плісень, яка утворюється на поверхні квашених овочів, здатна зруйнувати молочну кислоту, в результаті чого настає загнивання верхнього шару овочів. Якщо періодично змивати кружки, та старанно видаляти плівку плісені, то можна продовжити строк зберігання квашеної капусти та засолених овочів.

Маринують овочі і плоди для одержання гострих на смак приправ до м'ясних та рибних страв. Виготовляють маринади з свіжих або попередньо засолених дрібних огірків, сливовидних помідорів, цибулі, цвітної капусти, слив, винограду та інших видів плодів і овочів.

Зберігаються маринади завдяки консервуючій дії оцтової кислоти, якої має бути тут від 0,4 до 1,2%;

До складу маринадної заливки, крім оцту, входять цукор, сіль, а також невелика кількість пряних рослин, які поліпшують ароматичні і смакові якості маринадів.

Банки з маринадами потрібно закатувати лакованими кришками. При доброму охолодженні маринади можна зберігати досить тривалий час без стерилізації.

Маринади рекомендується розфасовувати в дрібну скляну тару місткістю 0,35–0,5л.

Сушіння плодів і овочів, а також інших продуктів харчування широко застосовується в домашньому господарстві. Шляхом висушування видаляють велику кількість вологи, після чого продукти не пошкоджуються мікроорганізмами. Висушені овочі і плоди містять від 12 до 25% вологи. Для сушіння придатні всі види плодів і овочів, але в домашніх умовах найбільше сушать яблука, груші, вишні, сливи, а в південних районах республіки – абрикоси і виноград. Сушити їх можна на сонці, в духових шафах і на плиті.

Призначені для сушіння стиглі плоди чистять, миють і ріжуть на часточки або кружечки. Щоб плоди не набирали темно-коричневого забарвлення, їх перед розкладанням на дерев'яних лотках або сітках витримують 3–5 хв. у 1–1,5-процентному розчині кухонної солі або обкурюють сірчастим газом у камері, розташованій віддалік від житлового приміщення.

Для прискорення сушіння слив, абрикосів і вишень їх піддають короткочасному бланшуванню, внаслідок чого швидше відбувається видалення вологи.

При сушінні в духовках, печах і на плиті лотки з нарізаними плодами встановлюють на перекладах так, щоб забезпечити достатню циркуляцію нагрітого повітря. Тривалість сушіння залежить від вологості та величини і форми нарізаних плодів.

Нарізані плоди рекомендується розміщувати на лотках в один ряд і поступово, в міру висушування, підвищувати температуру сушіння. При сонячному сушінні лотки з плодами перед дощем і туманом необхідно заносити в сарай або під навіс.

Сушіння припиняють тоді, коли плоди стануть сухими і досить еластичними. Сухофрукти, пошкоджені шкідниками, частково підгорілі або ті, що обвуглилися, потрібно видаляти, а решту після охолодження зберігати в підвішених полотняних мішках.

В літню пору можна сушити для приготування страв узимку листя кропу, петрушки, селери, пастернаку та інших пряних культур. Їх слід сушити після миття під душем на повітрі, але обов'язково під навісом, щоб зелень не підпадала негативній дії прямих сонячних променів.

Санітарні умови при домашньому консервуванні мають істотне значення. Перш за все для консервування необхідно брати бездоганну за якістю сировину, видаляючи уражені хворобами або загнилі плоди і овочі.

Всі «підготовки до консервування» операції (очистка, миття, сортування, укладання в тару тощо) повинні провадитись у приміщенні, в якому заздалегідь добре очищені і вимиті столи, каstrулі і весь інвентар, потрібний для переробки і консервування.

Для миття сировини, приготування розсолів, сиропів і маринадів слід брати свіжу водопровідну або колодязну незабруднену воду, в якій немає стороннього запаху і присмаку.

Особи, зайняті на роботі по приготуванню консервів у домашніх умовах, повинні одягати чисті халати або фартухи й мати по 2–3 сухих рушники. Перед початком роботи, після сортування і чищення продуктів рекомендується обов'язково мити руки з милом.

Вікна в приміщенні, де підготовляють сировину для консервування, потрібно побілити крейдою, з додаванням синьки, що в значній мірі стримує появу мух і запобігає зараженню шкідливими бактеріями овочів і фруктів під час переробки.

У процесі підготовки і обробки сировини всі відходи, очистки і зіпсовані овочі потрібно своєчасно прибирати з столів у відра з кришками і не залишати їх у приміщенні після закінчення роботи.

Консерви у випадку пошкодження або бою скляної тари під час закатки, стерилізації або охолодження, коли осколки скла могли попасти усередину банок, не можна використовувати для їжі чи повторного консервування.

4. Приготування розсолів і цукрових сиропів.

Консервування, служать домашні тарілчасті ваги. Крім того, сипкі і рідкі продукти можна вимірювати за обсягом ложкою, склянкою або скляними консервними банками.

Сольовий розсіл слід готувати з дрібнокристалічної кухонної солі, яку розчиняють у чистій воді. Для заливки бочок або скляних балонів при солінні огірків і помідорів потрібно приготувати розсіл з різним вмістом кухонної солі. Наприклад, треба засолити 25кг свіжих огірків. Практично встановлено, що при укладанні в тару плодів середнього розміру співвідношення між огірками і розсолем приблизно становить 1 : 1.

Таким чином, треба приготувати 25л розсолу, для якого потрібно кухонної солі при міцності розсолу 6% – 1,5кг, 7% – 1,75кг і 8% – 2кг. Концентрацію солі в розчині можна перевірити спеціальним приладом – ареометром, знаючи, що при кімнатній температурі питома вага розчинів столової солі становить: 6-процентного – 1,044, 7-процентного – 1,052, 8-процентного – 1,059.

Після повного розчинення солі прозору частину розсолу зливають, а осад і ті речовини, що не розчинилися, видаляють. Якщо будуть виявлені забруднюючі речовини, неприємний смак і запах, то такий розсіл для соління овочів уживати не можна. При солінні великих огірків концентрацію кухонної солі слід збільшити до 8%. Бурі й рожеві помідори середнього і малого розміру потрібно засолювати 6-процентним розчином кухонної солі.

При виготовленні розсолів для соління овочів потрібно стежити за точністю дозировки кухонної солі, бо пересолені продукти перед використанням у їжу потребують промивання, а це зв'язано з додатковою втратою корисних речовин.

Цукровий сиропу значній кількості використовується для виготовлення варення, повидла та інших цукристих продуктів. Для того, щоб приготувати цукровий сироп необхідної концентрації, зважують на столових вагах або вимірюють склянкою потрібну кількість цукру-піску, води і нагрівають на повільному вогні в емальованій каструлі або алюмінієвому тазі. Білу пінку, що утворюється на поверхні, обережно знімають ложкою. Якщо сироп піддавався тривалому нагріванню, то він поступово жовтіє і можлива поява гіркуватого присмаку, що є наслідком часткового руйнування (карамелізації) цукру.

Щоб запобігти засахарюванню продуктів з великим вмістом цукру (варення, повидло, сиропи), іноді у процесі варіння додають до них близько 10% крохмальної патоки.

Аналогічну дію може створити бджолиний мед. Для запобігання появі дрібних кристалів цукру рекомендується додавати у виготовлений сироп наприкінці варіння від 5 до 10% натурального квіткового меду, який, крім цього, буде сприяти поліпшенню смакових якостей варення з яблук, черешні, слив, смородини, а також збагатить його додатковими корисними поживними речовинами.

Підготовлений цукровий сироп звичайно використовується для виготовлення варення, джемів, повидла, мармеладу, сиропів із плодів і ягід, а також фруктових компотів у консервних скляних банках. При виготовленні вказаних продуктів цукровий сироп дозується в розмірах, передбачених рецептами, які наведені при описанні способів виготовлення окремих видів продукції.

Залежно від вмісту цукру змінюється питома вага і в'язкість цукрових сиропів. Знаючи вміст цукру в сиропі різної концентрації, можна завчасно підрахувати, яку кількість його потрібно взяти для виготовлення компотів, варення, маринадів або інших видів консервованих продуктів.

У виробництві і в лабораторіях для визначення вмісту цукру в сиропі і готовій продукції користуються спеціальними приладами – рефрактометрами, а питому вагу цукрового розчину встановлюють за допомогою цукроміра, на шкалі якого вказується вміст цукру в процентах.

В домашніх умовах приблизний вміст цукру в сиропі можна визначити зважуванням на столових вагах точно виміряного обсягу приготовленого цукрового сиропу. Наприклад, при зважуванні точно виміряних 100мл цукрового сиропу виявилось, що вага взятого сиропу становить 132г, тобто має питому вагу 1,320. Користуючись наведеною таблицею 2, не важко встановити, що у випробовуваному зразку цукрового сиропу кількість цукру приблизно досягає 65%.

5. Способи пастеризації та стерилізації харчових продуктів.

Стерилізація – є основним способом збереження харчового продукту без істотних змін його смакових якостей.

Спосіб стерилізації консервів в скляній тарі з негайною закупоркою бляшаними кришками після кип'ятіння дуже зручний в домашніх умовах. Він забезпечує необхідну герметичність і вакуум в загорненої банку, сприяє збереженню консервованого продукту і його природною забарвленням.

Стерилізація продуктів в домашніх умови проводиться при температурі кипіння води. Фруктові компоти та овочеві маринади можна стерилізувати при температурі води 85°C (пастеризація). Але в цьому випадку пастеризуємо консерви повинні знаходитися в стерилізаторі в 2-3 рази більше часу, ніж в киплячій воді.

В окремих випадках, наприклад для стерилізації зеленого горошку, коли температура кипіння води при стерилізації повинна бути вище 100°C, в воду додають кухонну сіль.

Консерви, приготовлені в домашніх умовах, стерилізують в каструлі, відрі або спеціальному стерилізаторі. На дно посуду укладають горизонтально дерев'яну або металеву решітку. Вона усуває бій банок або балонів під час стерилізації при різких коливаннях температури. Не слід на дно стерилізатора укладати ганчір'я або папір, так як це ускладнює спостереження за початком кипіння води і призводить до шлюбу продукту внаслідок недостатнього прогріву його.

У каструлю наливають стільки води, щоб покрити плечики банок, тобто на 1,5–2 см нижче верху їх шийок.

Температура води в каструлі перед завантаженням наповнених банок повинна бути не менше 30 і не більше 70°C і залежить від температури завантажуються консервів: чим вона вища, тим вище початкова температура води в стерилізаторі. Каструлю з укладеними в неї банками ставлять на інтенсивний вогонь, накривають кришкою і доводять до кипіння, яке під час стерилізації не повинно бути бурхливим.

Час стерилізації консервів відраховують з моменту закипання води.

Джерело тепла на першому етапі стерилізації, тобто при підігріві води і вмісту банок, повинен бути інтенсивним, так як при цьому зменшується час теплової обробки продукту, і він виходить більш високої якості. Якщо знехтувати швидкістю проведення першого етапу, то виготовлені консерви переваряться і матимуть непривабливий зовнішній вигляд. Час підігріву води в каструлі до кипіння встановлюється: для банок ємністю 0,5 і 1 л – не більше 15 хвилин, для 3-літрових – не більше 20 хвилин.

На другому етапі, тобто власне в процесі стерилізації, джерело тепла повинен бути слабким і лише підтримувати температуру кипіння води. Час, вказаний для другого етапу стерилізації, необхідно строго витримувати для всіх видів консервів.

Тривалість процесу стерилізації залежить, головним чином, від кислотності, густини або рідкого стану маси продукту. Рідкі продукти стерилізують протягом 10–15 хвилин, густі – до 2 і більше годин, продукти, що мають кислотність, менше часу, ніж некислотне, тому що кисле середовище не сприяє розвитку бактерій.

Час, необхідний для стерилізації, залежить від обсягу тари. Чим тара більше, тим довше триває кип'ятіння. Час початку і закінчення стерилізації рекомендується записувати на окремому аркуші паперу.

Після закінчення стерилізації банки обережно витягують з каструлі і негайно закупорюють ключем, перевіряючи якість закачування.

Закупорені банки або балони укладають шийкою вниз на сухе рушник або папір, відокремивши їх одну від одної, і в такому положенні залишають до охолодження.

Стерилізація парою. Консерви стерилізують парою в тій же посуді, де кип'ятять для цієї мети воду. Кількість води в каструлі не повинна перевищувати висоти дерев'яної або металевої решітки – 1,5–2 см, тому що чим менше води, тим вона швидше нагрівається.

Коли вода закипає, що утворюється пара прогріває банки і вміст в них. Щоб пара не випарувався, стерилізатор щільно закривають кришкою.

Час, необхідний для доведення води в стерилізаторі до кипіння, так само 10-12 хвилинах.

Час стерилізації консервів паром майже вдвічі більше, ніж при стерилізації в киплячій воді.

Пастеризація. У тих випадках, коли необхідно стерилізувати консерви при температурі нижче кипіння води, наприклад для маринадів, компотів, теплову обробку їх виробляють при температурі води в каструлі 85-90°C. Такий спосіб називається пастеризацією.

При тепловій обробці консервів за способом пастеризації необхідно застосовувати тільки свіжі відсортовані плоди або ягоди, ретельно відмиті від пилу; строго дотримуватися температури і часу пастеризації; перед укладанням тару ретельно вимити і піддати кип'ятіння.

Збереженню консервів, приготованих способом пастеризації, сприяє наявність високої кислотності.

Пастеризувати можна вишні, кислі яблука, нестигли абрикоси і інші кислі плоди на заготовки і компоти.

6. Умови зберігання консервованих виробів.

Приготовлені в домашніх умовах консерви зберігають у сухому, неопалюваному, темнуватому приміщенні (в коморі чи в льоху) або ж у кімнаті (при температурі, не нижчій за 0 градусів),

Комора має знаходитися недалеко від кухні, краще – з північно-східного боку, щоб у ній постійно підтримувалась низька температура. Біля її стін не можна прокладати димарі й труби центрального опалення.

Для провітрювання й підтримання необхідної температури в коморі має бути вентиляційний канал, віконце або душник. Їх звичайно прорубують у зовнішній стіні будинку і закривають густою металевою сіткою. Навесні й улітку вентиляційний канал, душник або віконце відчиняють на ніч, а в спеку тримають зачиненим як удень, так і вночі. Восени та взимку (в сухі або морозні дні) вентиляційний канал, душник або віконце відчиняють періодично.

Консерви й порожню тару зберігають у коморах на полицях. Приміщення щороку білять вапном, а підлогу й полиці щомісяця миють.

Льох має бути сухий, холоднуватий, добре провітрюваний, з цегляними, кам'яними або бетонними стінами та зацементованою підлогою. Вхід до нього розташовують з північного або північно-східного боку й захищають від можливого проникнення води під час дощів, повенів тощо. Пильнують також, щоб двері щільно причинялися. Для провітрювання льоху прорубують вікно або вентиляційний канал, які закривають густою металевою сіткою.

В кімнаті банки з консервами зберігають якомога далі від димарів, печей, радіаторів центрального опалення тощо. Роблять так: ставлять один ряд банок (6 на 8 або 8 на 10), перев'язують шпагатом біля шийок (по периметру), накривають кількома газетами, потім ставлять другий ряд банок, перев'язують шпагатом, накривають газетами і так далі доки утвориться колона з 10–15 рядів банок, яку декорують матерією.

Консерви також можна зберігати в шафах і в нішах (на полицях).

Практичний блок

1. Створити мультимедійну презентацію на тему: «Етапи та правила консервування (помідорів, огірків, кабачків, капусти)».

2. Підготувати доповідь на тему: «Техніка домашнього консервування у моїй родині».

3. Створити відео теку «Приготування розсолів і цукрових сиропів».

4. Створити кросворд або ребуси на тему: «Умови зберігання консервованих виробів».

Контроль та перевірка знань

1. При якій температурі відбувається пастеризація плодоовочевої продукції?

- а) 70–80°C
- б) 85–95°C
- в) 60–90°C
- г) 95–105°C

2. До герметичної тари слід відносити:

- а) пакети з полімерних матеріалів, скляні банки, пляшки, бутлі
- б) металеві банки, паперові мішки, коробки, дерев'яні бочки
- в) стакани, пластмасові ящики, коробки, пляшки

3. Максимальні строки зберігання огірків, селери, капусти цвітної, персиків, сливи, черешні та агрусу без охолодження такі:
- 12 годин
 - 24 годин
 - 48 годин
 - 72 годин
4. Висококалорійними харчовими продуктами вважаються:
- овочі, фрукти, ягоди
 - риба (судак, лящ, тріска)
 - нежирний сир, кефір, молоко, пісні сорти м'яса
 - вершкове масло та олія, сало, цукор, кондитерські вироби
5. Метою консервування є:
- Виготовлення продукції для тривалого зберігання
 - Виготовлення продукції для зміни фізико-хімічних властивостей
 - Виготовлення продукції для розширення асортименту та додаткового прибутку
 - Усі відповіді вірні
6. Метод консервування, котрий базується на тому, що волога у продукті змінює стан на твердий, називається:
- Сушіння
 - Охолодження
 - Маринування
 - Заморожування
7. Загальні прийоми консервування: підготовка та обробка сировини.
8. Процес консервування. Умови зберігання консервованих виробів.

Тема 1.7. Технологія організації інтер'єру житла.

Визначення та особливості організації інтер'єру помешкання. Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр вітальні, загальної кімнати, дитячої, оформлення шкільного куточку, спальні, кухні, ванної кімнати тощо. Столи в інтер'єрі та їх сервіровка. Кольорове оформлення інтер'єру житла.

Практична робота № 7

Сучасні помешкання та їх інтер'єр

- Еволюція внутрішнього оздоблення приміщення житла.
- Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр вітальні, загальної кімнати, кухні, дитячої, шкільного куточку, кабінету тощо.
- Компоненти оформлення інтер'єру приміщення: композиційні особливості інтер'єру; симетрія та асиметрія; зорові ефекти зміни розміру та структури простору приміщення.
- Роль світла в інтер'єрі дому.
- Розробка проектів сучасного приміщення.

Інформаційний блок

1.Еволюція внутрішнього оздоблення приміщення житла.

Термінологічно «інтер'єр» формувалося разом із удосконаленням побуту та розвитком художніх стилів. З найдавніших часів облаштування приміщення було пов'язане із такими факторами як: ефективність виконання повсякденних справ, безпека та атмосфера для відпочинку. Ще печерні люди намагалися облаштувати оселю зручно для життя та приємно для ока. Але сучасне поняття «інтер'єр» та можливості, які надають останні розробки, надають людині значно більше можливостей.

Отже, перші інтер'єри з'явилися із елементів настінного живопису. У Давньому Римі, Єгипті у поселеннях американських індіанців були знайдені прикраси («первинні елементи декору»), які відбивали уявлення людей про життя і щастя, демонстрували мисливські досягнення, та просто викликали приємні асоціації.

Розвиток поняття «інтер'єр» та формування вимог естетики та практичності оселі розподіляють на етапи:

Європейське Середньовіччя. Відрізняється аскетизмом облаштування та наявністю випадкових трофеїв у приміщенні. Але у цей період окремі приміщення та кімнати в них вже розрізнялися за призначенням. Працювали заклади для загальних потреб і дозвілля. У помешканнях були розмежовані кімнати для гостей, спальня хазяїв, зала для розваг (і вона ж – їдальня), суміжні приміщення.

17 століття вважається добою, коли був сформований перший величний стиль світського, нецерковного інтер'єру із виразною декоративною естетикою – версальський стиль. Це явище викликало захоплення серед еліт європейських країн та Російської Імперії. Пам'ятки версальського стилю відіграли велику роль у розумінні історичної епохи та і досі слугують натхненням нових поколінь митців у різних напрямках мистецтва.

Баухауз – напрямок, який став визначним для розвитку інтер'єру, як професії та сфери в цілому. Завдяки освіті, яку впровадила однойменна школа ужиткового мистецтва в Німеччині, були сформовані правила застосування художніх елементів, відповідно до практичних можливостей приміщення. Баухауз навчив архітекторів розумінню суті та функціонального призначення предметів та будівлі. Багато сучасних тенденцій є продовженням знахідок і настанов Баухауза.

ЗМІ. Мас-медіа і, зокрема, телебачення, поширили серед людей усього цивілізованого світу інформацію та приклади про можливості інтер'єру в –70 роки двадцятого сторіччя. У США та Європі це сприяло розвитку інтер'єрної сфери та відокремило професію дизайнера інтер'єрів від інших спеціальностей, що раніше враховували інтер'єр лише як допоміжний елемент облаштування оселі. Через те, що Україна була відокремлена від набутків інших держав політикою Радянського Союзу, лише починаючи із «нульових» років , інтер'єр став обов'язковою складовою комфортного життя та сервісу.

Відтак інтер'єр вважається декоративно-ужитковим видом мистецтва.

2. Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр вітальні, загальної кімнати, кухні, дитячої, шкільного куточку, кабінету тощо.

Функції і призначення *загальної кімнати* в квартирі індивідуальному будинку в рішенні будинку різноманітні.

Загальна кімната - особа квартири, основне ядро колективної життя сім'ї. Зазвичай для загальної рекомендують вибирати найбільшу кімнату в квартирі, розташовану поруч з кухнею.

Зазвичай призначення загальною кімнати більшою мірою залежить від організації харчування в сім'ї, кількості її членів, характеру їх роботи. Від того, чи достатньо місця на кухні для розміщення всієї сім'ї для вечері, як ця кухня обладнана, не відбуваються в ній процеси, пов'язані з пароутворенням, неприємним запахом, погіршенням мікроклімату.

Перш за все треба узгодити суперечливі функції: гра і навчання дітей та заняття дорослих, робота і прийом гостей, відпочинок і розваги. Здійснення цих функцій у загальній кімнаті, де одночасно зустрічаються кілька осіб-членів сім'ї і гостей будинку, не повинно призводити до непорозумінь і конфліктів, обмеження для одних привілеїв іншим. Склад і кількість меблів, її розміщення повинні створювати рівні умови комфорту для всіх членів сім'ї.

Висвітлення загальної кімнати, різні прийоми, а також освітлювальна арматура впливають на естетику і комфорт квартири і створення затишку у приміщеннях. Так як

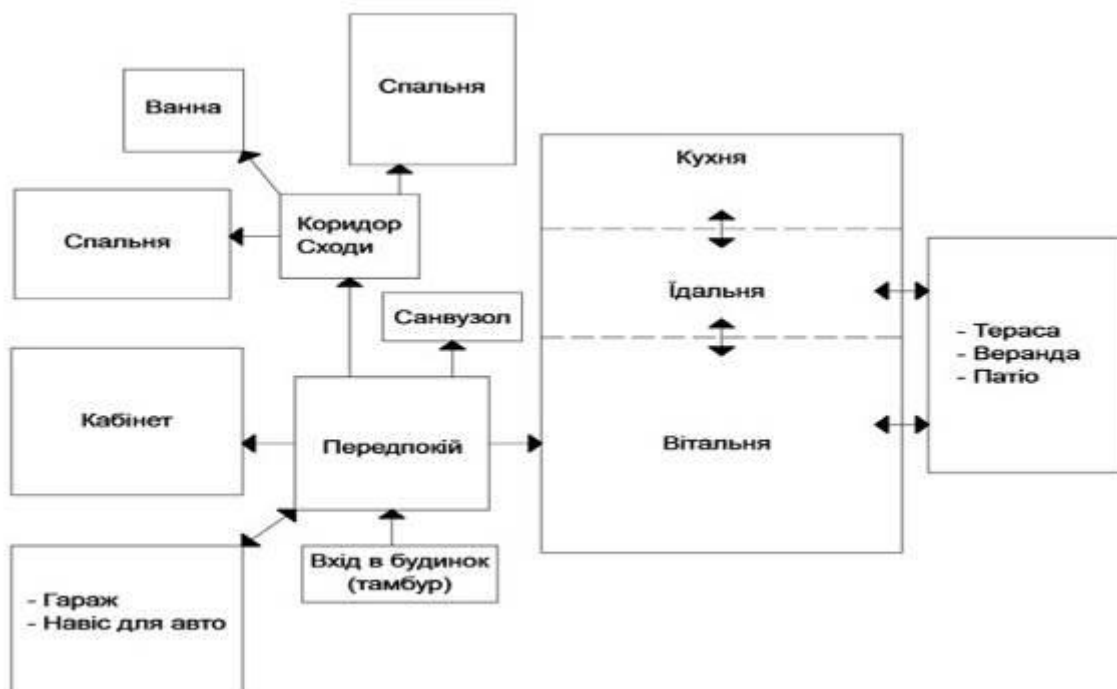
загальна кімната розділена на зони, то, крім загальних освітлення, передбачається індивідуальне для кожної зони - місцевий.

Організація робочого місця вимагає трансформуються пристроїв, для того щоб можна було легше прибрати робочу площина або збільшити її. Подібне місце для індивідуальних занять влаштовується зазвичай поблизу книжкових полиць або стелажів. Це може бути окремо стоїть письмовий стіл або секретер. Комбінований невисокий стіл-шафа з відкидною кришкою може служити робочим місцем для жінки, займається шиттям або вишиванням.

Для *спалень* слід відводити найбільш ізольовані світлі та зручні кімнати. Хороша спальня кімната іноді в багато разів важливіше, ніж так звана «чиста вітальня», яку іноді ніхто не заглядає в протягом дня. Краще приміщення для спальні - кімната, розташована далеко від кухні та основних проходів. Бажано, щоб вікна цієї кімнати виходили на південь, схід або південний схід.

Ізоляція спальних місць від приміщень денного перебування – перша вимога до організації сучасної квартири. Найбільш послідовно цей принцип здійснюється при вирішенні індивідуального будинку або квартири в двох рівнях, з приміщеннями денного перебування у нижньому, спальними кімнатами і ванній – у верхньому поверхах.

Меблі спального приміщення повинна бути придатною для зберігання всього запасу сукні та особистого білизни; тут же повинен знаходитися туалетний столик з великим дзеркалом, в якому можна бачити повністю своє відображення, пуфик і двоспальне або односпальні ліжка. Ліжка можуть бути окремо стоять або поєднані з секційним шафою.



Ліжка – головний предмет меблювання спальних кімнат. Нормальне ліжко для сну повинна мати розміри 90*200 см заввишки близько 50 див. Якщо ця постіль днем використовується для сидіння (який-небудь вид дивана-ліжка), її висота не повинна перевищувати 45 див. Крім того, висота від підлоги до нижньої сторони поверхні ліжка для полегшення прибирання простору під ліжком повинна бути менше 25 див.

Шафи для спальної кімнати можуть бути пересувні, вбудовані варильні. Пересувні шафи дуже громіздкі і займають багато місця, а оскільки площа спальної кімнати, як правило, невелика, то раціонально розмістити в ній вбудовані або пристінні шафи. У складі цих шаф може бути секретер, полиці для книг, відкидна дошка з дзеркалом і

шухлядками для предметів туалету, відкидна ліжка, ящики для зберігання постільної білизни.

Робоче місце в спальні розміщують при неможливості його визначення в загальній кімнаті. При цьому стіл або стіл вбудований розташовують завжди біля вікна, тобто в тому місці кімнати, яке рідко використовується для установки ліжок та найбільш освітлене природним світлом. Ширина такого столу 45-50см, крім тієї, що розширюється за рахунок підвіконня частини, яка призначена для письма, креслення і т. д. На вузьких частинах столу можна гладити, займатися шиттям і т. д. Для пишучої машинки потрібно зробити висувну дошку (наприклад, в секції з шухлядами). Висота дошки від підлоги не повинна перевищувати.

Дитяча спальня. За твердженням психологів і педагогів у дітей до 7 років сприйняття оточення відбувається чуттєво, визначається не логікою мислення, а емоційною насиченістю. Це ключ до розуміння оформлення дитячого інтер'єру.

Тому, якщо ви змогли відвести невелику кімнату в ізольованій частині квартири для дітей – це половина справи. Найголовніше – дати їм влаштувати і обладнати її за своїм смаком і бажанням. Необхідно придбати найпростішу меблі або спробувати виготовити її своїми руками. Навряд чи дітей радує важка дорога меблі, багатопредметні набори, заставляють весь простір.

Вільний простір посередині кімнати для дітей молодшого віку – одна з умов організації її інтер'єру.

У пошуку варіантів розміщення меблів не варто захоплюватися чітким зонуванням: діти грають всюди, сплять на ліжку, а роблять уроки за столом. Але іноді вони роблять все навпаки. Тому неодмінною умовою є максимум вільного простору. Меблі розставте біля стін, забезпечивши місце для ігор і розваг. Всі предмети, які можна переставляти, додайте в легко доступних місцях.

Варіантність інтер'єру дитячої кімнати повинна задовольняти вимогам періодичного зміни обстановки, складу і розмірів меблів з урахуванням потреб розвитку дітей.

Особливість дитячої кімнати в тому, що пред'являються вимоги до неї постійно змінюються. За десять-п'ятнадцять років маленькі діти стають підлітками. У відповідності з цим повинен змінюватися і інтер'єр кімнати, характер меблів. Перевага спрощеної меблів – багатоваріантність використання. Зібрана з окремих елементів вона «росте» разом з дитиною. Збільшення її габаритів і ускладнення досягається шляхом перекомпонування, приєднання додаткових частин.

Обладнання кімнати для дітей старшого віку залежить від габаритів кімнати, кількості дітей та їх віку. У подовженій кімнаті до 12 м², де мешкає двоє дітей, уздовж однієї стіни можна поставити два столу і шафа для одягу, у протилежному – два стаціонарних спальних місця. Велике значення для дітей має зручна постіль. Практичні об'єднані ліжка, забираються на день, або двоярусні, що займають мінімальну площу. Зручні також стаціонарні спальні місця з висувними ящиками для іграшок. При виготовленні ліжка необхідно пам'ятати, що довжина спального місця дітей до трьох років повинна становити 90...100см, до п'яти-семи років – 120...135см.

Двох'ярусне ліжка завжди подобається дітям, зручна у дитячій кімнаті, так як дозволяє економно використовувати площу приміщення. Її виготовлення цілком під силу домашньому умільцю.

Можна використовувати стандартні односпальні матраци. Тільки вони повинні бути на дерев'яній рамі або коробці.

Обидва матраца навішують на опорні стінки, прикріплюючи чотирма болтами кожен. Опорна стінка складається з двох щитків висотою 1700 і шириною 250мм, з'єднаних між собою круглими паличками діаметром 16-18 мм і довжиною 280мм. Палички ці розташовують на відстані 100мм один від одного в гніздах глибиною 40мм і закріплюють клеєм. З цієї драбинці дитина буде підніматися на другий ярус ліжка (вона в

якійсь мірі може замінити і шведську стінку). Матраци покривають декоративною тканиною, яку також можна використовувати для оббивки стільців, штор, подушок, килимка на стіні або на підлозі.

Дитячий робочий куточок слід обладнати з врахуванням віку дитини, її схильностей і характеру. Необхідно, щоб розміри меблів відповідали віку. Наприклад, для дитини п'яти-шести років сидіння має бути на відстані 30см від підлоги, а висота спинки становила 55см, а для семи-дев'ятирічного сидіння піднімають на 5см, а висоту спинки - до 63см, в 11-12 років дитині рекомендують сидіти на стільці з відстанню від підлоги до 40 див. надалі необхідність у спеціальній меблів відпадає, можна використовувати звичайну.

Діти в будь-якому віці із захопленням малюють, люблять влаштовувати виставки своїх малюнків. Дерев'яна рейка, прибита до однієї з вільних стін, дозволить легко кріпити кнопками дитячі малюнки і аплікації. Для малювання крейдою можна прикріпити спеціальну дошку.

Парту для занять або столик для ігор необхідно розміщувати так, щоб світло в денний і вечірній час падав зліва. Світильники повинні бути розсіяного світла з абажурами, підфарбованими зовні в яскраві тони. При виборі форми світильника і його розташування біля робочого столу потрібно подбати, щоб вся горизонтальна поверхня відкидний або стаціонарною дошки висвітлювалася рівномірно.

Декоративність інтер'єру кімнати для дітей, її просторове і колірне рішення є винятком у порівнянні з усіма іншими приміщеннями у будинку.

Загальновідомо потяг дітей до всього яскравого і помітного – вихідний момент в оформленні дитячої кімнати, в підборі кольору стін, меблів, тканин, поєднання їх з яскравими іграшками, плакатами, книгами.

Дитячий інтер'єр, в першу чергу, повинен бути цікавим та цікавим, він повинен викликати асоціації, розвивати уяву. Коли ми спостерігаємо за дітьми, спорудженими з крісел і пледа собі будинок або граючими просто під столом, ми розуміємо їх прагнення до незвичайного, казкового простору для гри.

Робочий кабінет. Ряд наукових працівників, письменників, художників, композиторів, скульпторів, архітекторів, кінодраматургів за умовами і характером виконуваної роботи мають право на додаткове приміщення – робочий кабінет, де вони можуть повноцінно працювати і творити.

Розміщення робочого кабінету в квартирі залежить від загального планувального рішення і характеру діяльності його господаря. Якщо ця діяльність пов'язана з частими відвідуваннями, діловими візитами, то кабінет повинен бути зручно пов'язаний з передньою. В інших випадках, коли це приміщення призначено для вченого, письменника, журналіста, вхід в кабінет може бути з загальної кімнати або спальні.

Основний меблями робочого кабінету є письмовий стіл, крісло, книжкові шафи.

Письмовий стіл – важливий елемент інтер'єру кабінету. Він повинен мати досить великі розміри – його площину повинна бути по принаймні 70/140см, висота-72см від підлоги. Іноді до нього прикріплюється невеликий шафка, столик або окрема площину заввишки 65см для пишучої машинки і телефону.

Робоче крісло або стілець повинні бути зручними і дозволяти сидіти не згинаючи спину, а лише трохи нахиливши тулуб вперед, лікті при цьому розташовуються симетрично і виявляються доброю опорою для тулуба. Категорично забороняється спиратися грудьми об край столу, так як це призводить до стомлення, порушення рухливості грудної клітки, до поверхневого дихання.

Робоче місце в кабінеті зазвичай пов'язують з секційними стелажми або шафами для книг на всій стіні за спиною працюючого, на відстані 80-90см від столу. Такі шафи забезпечують легкий і швидкий доступ до відповідної літератури.

На робоче місце в кабінеті повинен падати рясний денний світло, бажано з вікна з лівого боку. Працюючий повинен оглядати не тільки кут для відпочинку та розмов, але і

простір зі сторони дверей. Для роботи ввечері рекомендується використовувати світильник з направленим до робочої площині потоком світла. Він не повинен дратувати і стомлювати зір, а створювати атмосферу спокійної і цілеспрямованій діяльності.

Вільний простір поблизу робочого місця передбачається для періодичної розминки в процесі роботи.

Обладнання і оформлення робочого кабінету, організація робочого місця і зони відпочинку повинні бути підпорядковані не тільки умов розумової і творчої діяльності, але і бездоганному порядку в самому широкому сенсі цього слова, тому що розумова праця, що проходить у поспіхом, напруженості, постійному пошуку потрібних речей, книг, записів,- самий нераціональний, марнотратний і неекономний щодо витрати фізичної і розумової енергії.

Займаючись розумовою працею вдома, ви самі повинні обладнати зручне робоче місце, визначити і реалізувати необхідні умови роботи з урахуванням укладу сім'ї, індивідуальних занять її членів. Крім того, необхідно виробити свій індивідуальний підхід до роботи.

Головне призначення *кухні* - це приготування їжі та харчування.

Розмір кухні в нових квартирах (7-10м²) та її планування дозволяють розмістити кухонне обладнання, що випускається вітчизняною промисловістю, в кількох варіантах.

В один ряд обладнання на кухні розташовують у порівняно невеликих квартирах. У цьому випадку кухонний блок зазвичай включає тільки основні елементи устаткування. Біля протилежної стіни ставлять стіл, дві інші включають віконний проріз і вхідні двері. Кухня в один ряд зручна при утворенні ніші з допомогою розсувної штори або з допомогою опускаються декоративних екранів з тканини.

В два ряди розташовують обладнання в кухні, розміри якої дозволяють поставити стіл біля вікна або по центру приміщення. При це з одного боку рекомендується згрупувати плиту, обробний стіл та мийку, з іншого - холодильник і шафи для зберігання посуду та побутової техніки. Добре виглядає інтер'єр двосторонньої кухні при повному заповненні протилежних стін секційним обладнанням. Стіна з вікном в цьому випадку може бути повністю закрита яскравою декоративною шторою або занавіскою в пів вікна.

«Г» – *подібна схема розміщення обладнання* характерна для кухні, одна стіна якої зайнята вхідними дверима, а інша має зв'язок з загальною кімнатою, або нішу для розміщення столу. Для кутового розміщення обладнання необхідно мати кутовий шафа, який дозволяє практично використовувати простір в кутку приміщення. Це досягається з допомогою шафи, який має поворотну тумбу. Кутове рішення зручно, якщо один з робочих столів розташувати уздовж вікна, з'єднавши робочу площину з підвіконням. У цьому випадку звільняється місце для обіднього столу.

«П» – *подібну схему розміщення* зазвичай використовують у великих квартирах, так як кухонне приміщення повинно мати набагато більшу площу, ніж при інших варіантах. Слід пам'ятати, що для використання кутових просторів необхідно мати два кутові шафи. При цій схемі розміщення кухонного обладнання можна використовувати багато високих шаф, легко їх поєднувати з необхідним обладнанням.

3. Компоненти оформлення інтер'єру приміщення: композиційні особливості інтер'єру; симетрія та асиметрія; зорові ефекти зміни розміру та структури простору приміщення.

Побудову *композиційного центру* припускає скріплення окремих розрізаних предметів меблів і устаткування і декоративного мистецтва в єдине ціле.

Їх об'єднання може проводитися по законах *симетрії і асиметрії*.

Симетрія як принцип угруповання елементів на площині або в просторі припускає наявність однієї або декількох осей, по відношенню до яких ведеться побудова.

Побудова, симетрична по відношенню до якої-небудь однієї осі, вертикальній або ж горизонтальній, – *відносна симетрія*.

Коли приймаються дві взаємно перпендикулярні осі симетрії і побудову має чітко виявлений точковий центр – це абсолютна симетрія.

У композиціях, побудованих по законах відносної симетрії, по-різному може виявлятися центральна вісь.

Симетрія як композиційний прийом викликає відчуття спокою, відпочинку, строгості і сили, тому застосування її в житловому інтер'єрі створює відчуття деякої офіційності, якщо застосовується в загальносімейних зонах. В той же час для ряду функціональних зон застосування симетрії виявляється функціонально виправданим. Дуже часто саме з її допомогою шикуються інтер'єри дитячих кімнат для двох дітей, спальні батьків. У цих випадках симетрична побудова, почата групою парних меблів, може бути підкреслене і посилене симетричним розташуванням решти елементів (картинами в узголів'ї ліжка, світильниками. Ефект симетрії посилюється, якщо на протилежній від вікна стіні розміщено дзеркало.

Якщо симетрична побудова в якійсь мірі строго і парадно, то асиметрія вносить до інтер'єру свободу, рух, динамізм. Вже незначні відхилення, внесені до симетричної схеми, роблять елемент інтер'єру або інтер'єр в цілому складнішим і цікавішим.

У основі *асиметричної побудови* житлового інтер'єру найчастіше лежить функціональна потреба, тобто необхідність забезпечити площі для самих різних робочих операцій. При цьому свобода і гнучкість асиметричної побудови особливо добре помітна при зіставленні з включеними в його склад симетричними групами, якщо симетрична група невелика за розміром і грає другорядну роль. Часто обидва прийоми поєднуються в композиціях на рівних.

Ефект зорового збільшення висоти приміщення забезпечується наступними прийомами декорування стелі: створенням блискучої поверхні або використанням дзеркального скла, пристроєм вбудованих світильників, використанням просторової структури підвісної стелі, використанням підсвітки у верхній зоні приміщення, що збільшують яскравість стелі;

Зорове розширення простору досягається: за допомогою світлих тонів, при контрастному зіставленні квітів вертикальних і горизонтальних площин, що захищають, при зіставленні контрастних фактур.

Подовження і звуження приміщення – збільшення яскравості стін, перпендикулярних до напрямку «подовження»; розташування світлових смуг у напрямі «подовження».

Розчленовування приміщення – різке підвищення яскравості окремих ділянок з використанням колірних контрастів.

Збільшення об'єму приміщення – дуже сильне рівномірне освітлення розділяючих поверхонь.

Зменшення об'єму приміщення – зменшення яскравості розділяючих поверхонь.

Збільшення висоти приміщення – рівномірне підвищення яскравості стелі і верху стін щодо останніх поверхонь.

Рельєфність стін – підвищення яскравості окремих ділянок стін для створення світлових плям, ритмічне освітлення стін світлом двох різноколірних джерел.

4. Роль світла в інтер'єрі дому

Важливим елементом інтер'єру є *світло і освітлення*.

Штучне освітлення в приміщеннях готелів виконує утилітарну й естетичну функції.

Утилітарна функція визначається гігієнічними нормами, що забезпечують нормальну зорову працездатність людини.

Естетична функція визначається архітектурно-художніми вимогами. Штучне освітлення виявляє і підкреслює внутрішній простір і тектонічну систему, масштабність інтер'єру, забезпечує єдність стилістичного вирішення за допомогою форм світильників і їхнього світлорозподілу.

Рівень освітленості приміщення визначає його комфортність, що залежить від обраного прийому освітлення.

Сучасні принципи пристроїв штучного освітлення залежать від об'ємно-просторового вирішення приміщення і його функцій. Функції приміщення впливають на вибір прийому освітлення, що визначає види джерел світла і світильників, їхній світлорозподіл і місце розташування, декоративність і систему освітлення. У приміщеннях готелів можуть використовуватися як загальні, так і місцеві системи освітлення.

Виконуючи утилітарне призначення, штучне освітлення бере участь одночасно в загальній композиції інтер'єру. Освітлення впливає на зорову оцінку інтер'єру – сприйняття його просторового і планового вирішення. Роль світла як художнього засобу особливо велика в архітектурі інтер'єру настільки складного комплексу, якими є приміщення громадського призначення готелів.

Вирішальне значення для художньої і психологічної оцінки штучного освітлення мають такі фактори: насиченість приміщення світлом, яскравість поверхні та її розподіл.

Різні варіанти насиченості світлом і розподілу яскравості надають приміщенню індивідуальний характер, завдяки чому той самий інтер'єр може сприйматися при різних системах освітлення по-різному.

Крім власне освітлення, світло може виконувати також композиційні завдання. За допомогою освітлення можна зонувати приміщення. Це може бути досягнуто різним шляхом. Наприклад, для цієї мети може бути використана комбінована система освітлення. Тут загальне освітлення здійснюється вбудованими крапковими світильниками, місцеве - підвісними світильниками.

Найбільш виправданим з художньої точки зору є одночасне використання для створення зорової ілюзії світла і кольору.

Освітлення необхідне для виділення декоративних елементів інтер'єру. Разом з тим світло саме може бути декоративним елементом. В останньому випадку використовуються такі його властивості, як яскравість, світловий ритм, кольоровість, за допомогою яких можна створити ілюзію декоративної обробки поверхні. Якщо рівна поверхня асоціюється з незмінною її яскравістю, то рельєфна здається різною за яскравістю (грані рельєфу утворюють різкий перехід яскравостей, криволінійні форми - поступовий перехід від однієї яскравості до іншої).

Для підсвічування елементів декоративного оздоблення інтер'єру доцільно використовувати загальне освітлення приміщення або зони. Спеціальне (локальне) освітлення декоративних елементів доцільне лише в тому разі, якщо воно є органічною частиною композиції декоративного оздоблення інтер'єру.

Основним завданням при проектуванні штучного освітлення є вибір освітлювальних приладів та їхнє розташування.

5.Розробка проектів сучасного помешкання.

Починаючи замислюватися про ремонт і оздоблення квартири, будинку, про його майбутній інтер'єр, стає очевидним, що для цього необхідна розробка дизайн проекту, і перед початком створення дизайн проекту, багатьох людей хвилює дуже багато питань про те, як насправді відбувається процес створення проекту, з яких етапів він складається,



яка послідовність дій. в яки основних заходах бере участь замовник. Що замовник повинен заздалегідь знати, до початку розробки проекту, які рішення він повинен приймати у процесі, з чим йому належить визначитися. Що йому надалі необхідно узгодити, вибрати або навіть можливо відкоригувати, для того, щоб отримати успішний результат. Результат точної відповідності власних переконань і особистих естетичних поглядів, всім можливим, бажаним або необхідним результатам кінцевої мети проекту, і щоб прояснити ситуацію зі створенням дизайн проекту інтер'єру, ми докладно і детально відповімо на питання, що цікавлять заздалегідь. Далі буде описаний алгоритм почергових кроків і дій, однакових для створення будь-якого типу проекту, будь-якої складності.

Від участі клієнта спочатку створення проекту безпосередньо залежить кінцевий результат.

Найголовніше, що необхідно знати на початку – процес створення дизайн проекту неминуче вимагає витрати великої кількості часу з боку замовника, хоча б на початковому етапі розробки проекту, чим більше часу буде витрачено замовником на визначення особистих потреб і смакових уподобань, а так само на постановку задачі проектування, тим швидше легше і ефективніше здійснюватимуться всі процеси формування дизайн проекту інтер'єру для нього. Знаючи і розуміючи початкові уявлення про необхідну мету, людина зможе приймати усвідомлено і відповідно своїм уявленням рішення. Визначившись зі своїми бажаннями, замовник зможе проводити аналогію відповідності, запланованого інтер'єру з урахуванням особистих вимог, з результатами роботи дизайнера, що надаються в процесі. Після готовності замовника приймати зважені рішення, давати чіткі визначення того, що йому дійсно необхідно, що подобається або щ підходить його переконанням, можна приступати до формування завдання на проектування. Тільки на основі сформованих вимог клієнта, дизайнер зможе виконати рішення поставленого завдання.

Заповнення ТЗ і віддзеркалення особистих вимог.

Після прийняття клієнтом зваженого рішення розробки дизайн проекту інтер'єру, знайомства замовника і дизайнера, огляду об'єкта, з'ясування первинного стану об'єкта, технічних умов і нюансів, обговорення особистих поглядів і смакових уподобань клієнта, замірів на об'єкті, а так само прояснення питання відповідності орієнтовного бюджету реалізації всім первинними планами – необхідно у письмовій формі виразити задачу на проектування. Клієнту необхідно заповнити технічне завдання, в якому вкрай важливо по максимуму відповісти на всі питання. Технічне завдання (ТЗ) – це документ, що призначається для дизайнера, в якому зазначаються замовником вимоги до створюваних приміщень, можливі зміни існуючих деталей і конструкцій, позначаються докладні відомості, які стосуються життєдіяльності замовника, його характеру та естетичних уподобань. При заповненні технічного завдання на проектування, людина повинна максимально ретельно висловити всі бажані складові елементи інтер'єру, сформулювати вподобані йому оздоблювальні матеріали, меблі, техніку, обладнання, бажане чи припустиме застосування ідей, дизайнерських прийомів, рішень. Необхідно заздалегідь продумати і вказати, що людині подобається найбільше, а що категорично не прийнятне, вказати, що людина хоче бачити в підсумку, які відчуття повинні виникати у власника житла, перебуваючи в передбачуваному до планування інтер'єрі. Важливо звертати увагу на проведення часу в інтер'єрі кожної людини, на побутовий уклад особисті інтереси і звички кожного члена сім'ї, може бути, на щось дизайнерові необхідно буде зробити особливий акцент. На основі отриманої інформації при заповненні технічного завдання дизайнер і буде починати будувати роботу по створенню необхідної атмосфери гармонії в просторі, в якій необхідно опрацьовувати всі складові деталі: стильові та кольорові уподобання, форми предметів і простору, застосування оздоблювальних матеріалів, взаємне поєднання комплектуючих, рівень освітлення, санітарно-технічні умови.

Визначення складності майбутньої роботи.

Кожен житловий інтер'єр, як би красиво він не виглядав, призначається в першу чергу для комфортного проживання в ньому людей, а значить, він повинен бути зручним і функціональним. Де необхідний рівень вимог визначається на основі отриманих відомостей від замовника, при заповненні технічного завдання. Дизайнеру перед початком майбутньої роботи необхідно проаналізувати всю отриману інформацію, з'ясувати уподобання клієнта і його бачення розроблювального інтер'єру, структурувати пріоритети і вимоги клієнта, визначити рівень складності поставлене завдання. З'ясувати участь дизайнера у всьому процесі створення і реалізації задумів. На підставі інформації, викладеної замовником в технічному завданні, визначається тип необхідного проекту: стандартний, розширений або елітний. Атак само допомогу в здійсненні супроводу проекту, при його втіленні. Стає відомим передбачуваний бюджет реалізації, відповідно до чого, дизайнер зможе визначити необхідний напрям роботи. На даному етапі замовникові необхідно бути готовим до того, що дизайнер може задавати дуже багато питань, що дозволяють йому оцінювати ситуацію і аналізувати відповіді на них. Після уточнення усіх побажань клієнта, дизайнер формує в своїй уяві приблизну модель інтер'єру необхідного клієнту, проводить відповідність всіх поставлених вимог, реального виконання з урахуванням передбачуваних ресурсів та виділених коштів, промовляє власне бачення і думки щодо здійснення задуманого клієнтом. Після твердого розуміння всіх цілей і вирішення встановлених завдань для їх досягнення, взаєморозуміння, як з боку клієнта, так і з боку дизайнера, стає можливим приступати до взаємовигідної співпраці. На підставі чого підписується договір на розробку дизайн проекту.

Прийняття об'ємно-просторового рішення.

Найперше, з чого починається розробка проекту – це з визначення зручного планування квартири або будинку. Зручність, практичність, а іноді навіть і прагматичність закладаються в основу планування і організації простору. У створенні майбутнього планування житла необхідно визначити корисну відповідність площі всіх приміщень життєво важливим умовам кожної людини, для якої створюється проект. Планування і функціональне зонування – фундамент дизайн проекту. При розробці планувальних рішень дизайнером паралельно надаються до розгляду варіанти розстановки необхідних меблів з урахуванням ергономіки і зручності експлуатації. Як правило, з урахуванням особистих вимог, існуючих технічних та архітектурних особливостей приміщень, існує не більше трьох абсолютно правильних і доцільних варіанти планувального рішення. Найчастіше дизайнером пропонується один або два максимально продуманих варіанти, але у випадку, коли початкове планування не дозволяє повною мірою задовольнити всі поставлені вимоги клієнта, або планування запропоноване дизайнером клієнту вбачається не досконалим, дизайнер пропонує вдосконалений варіант планування на основі попереднього і більш підходящого варіанту. Тільки після затвердження клієнтом планувального рішення, що підходить йому по всіх параметрах, можна буде рухатися далі.

Розробка концепції інтер'єру.

Наступний етап розробки дизайн проекту – це створення концепції інтер'єру, що включає в себе: конструктивні, технічні, функціональні, естетичні, стилістичні та кольорові рішення, які необхідні клієнту для реалізації майбутнього дизайну інтер'єру. Концепція інтер'єру-це візуальна модель майбутнього простору. Під час розробки загальної концепції інтер'єру виконується моделювання простору в комп'ютерній програмі, яка дозволяє наочно, у вигляді ескізів бачити кожну кімнату з розставленими меблями, підібраними деталями, матеріалами та дизайнерськими рішеннями. Завдяки комп'ютерному тривимірному простору, замовник зможе наочно уявляти собі те, чого насправді ще немає. Так само, у віртуальному просторі можна створювати різні варіанти сцен інтер'єру, з різними поєднаннями обраного оснащення, і при бажанні з легкістю його коригувати або змінювати. На етапі створення концепції дизайнером підбираються і узгоджуються із замовником всі компоненти інтер'єру: обладнання та комплектуючі, елементи і конструкції, кольори і текстури матеріалів. Концепція дизайну інтер'єру

включає створення візуально естетичного образу, творчого задуму дизайнера в поєднанні з його фантазією, уявою і особистими пріоритетами клієнта. Після розробленої концепції, замовникові можна буде розуміти, як виглядатиме його інтер'єр, можна буде знати про всі нюанси інтер'єру, від варіантів оздоблення і декоративних рішень до опрацювання необхідної кількості освітлення.

Результат готового проекту.

Результатами готового дизайн проекту є: оформлений в поліграфії альбом формату А3, для замовника, з усіма візуалізаціями всіх кімнат і всіма розробленими кресленнями, необхідними для реалізації проекту, пакет креслень і візуалізацій для будівельників, а також диск з аналогічним вмістом альбому в електронній версії. Разом з розробленим дизайн проектом замовнику надаються кошториси на вартість ремонтно-оздоблювальних робіт і будівельних матеріалів, при розробці дизайн проекту елітний, так само і специфікації з вартістю оздоблювальних матеріалів, меблів, обладнання, включаючи декор. Після ознайомлення замовника з кошторисами на ремонт і ствердженого рішення про початок втілення проекту в життя та виконання ремонту нашою компанією - надаються плани і графіки закупівлі матеріалів, а так само виконання робіт, при розробці елітного проекту, додатково до основних планів і графіків, графік використання бюджету з прив'язкою до конкретних дат.

Практичний блок

1. Створити відеотеку «Функціональні зони в інтер'єрі приміщення».
2. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Компоненти оформлення інтер'єру приміщення».
3. Розробити ескіз підвісних конструкцій з використання світла.
4. Розробити та презентувати проект сучасного помешкання.

Контроль та перевірка знань

1. Основою благоустрою сучасного житлового інтер'єру є:
 - а) Загальна площа помешкання
 - б) Кольорове вирішення, меблювання, декоративне оформлення й озеленення квартири
 - в) Кількість кімнат
 - г) Ефектне освітлення квартири
2. На які зони ділиться простір квартири:
 - а) Зона відпочинку і прийому гостей
 - б) Зона приготування і прийому їжі
 - в) Денна та нічна зона
3. Яке з приміщень квартири потребує найбільшої уваги з точки зору антропометрії (вимір основних фізичних показників людини):
 - а) Вітальня
 - б) Спальня
 - в) Кухня
4. Як впливають кольори світлих тонів на сприйняття простору:
 - а) Візуально розширюють простір
 - б) Роблять простір більш комфортним для сприйняття
 - в) Зорозумовлено зменшують простір
5. У якій кухні розташовують обладнання в два ряди:
 - а) У порівняно невеликих квартирах
 - б) Розміри якої дозволяють поставити стіл біля вікна або по центру приміщення
 - в) Одна стіна якої зайнята вхідними дверима, а інша має зв'язок з загальною кімнатою, або нішу для розміщення столу

6. Чому креслення з просторовою перспективою є найкращим типом креслень для подання клієнтові:

- а) Вони являють собою найшвидший спосіб відображення приміщення
- б) Вони являють собою найбільш доступний спосіб сприйняття об'єктів
- в) Вони дозволяють забезпечити максимальний вибір точок спостереження

7. Яку роль виконує світло в інтер'єрі дому? Використовування освітлення в інтер'єрі.

8. Розкрийте етапи створення проектів сучасного помешкання.

Тема 1.8. Основи дизайну домашнього помешкання.

Особливості дизайну інтер'єру помешкання. Основи фітодизайну: характеристика форм внутрішнього озеленення; оформлення зимового саду, зеленого куточку; вертикальне озеленення приміщення. Флористика. Ароматерапія вдома: роль ароматерапії у різних функціональних зонах приміщення. Кімнатні рослини у побуті.

Практична робота № 8

Основи дизайну домашнього помешкання

1. Декорування домашніх помешкань різного функціонального призначення виробами з різних матеріалів.

2. Роль ароматерапії (свічок) у декоративному інтер'єрі жилого простору.

3. Основи флористики. Техніка створення букетів.

4. Технологія розробки та створення ікебан.

5. Розробка портфоліо щодо дизайну домашнього помешкання.

Інформаційний блок

1. Декорування домашніх помешкань різного функціонального призначення виробами з різних матеріалів.

Декор інтер'єру – це чудова можливість створити житло своєї мрії, яке втілює ваші уявлення про естетичність, ергономічність і затишок. Створюючи декор своїми руками, ми вкладаємо в наші будинки і квартири частинку власної душі, роблячи їх оригінальними та індивідуальними.

Варіанти декору квартир та будинків – це джерело незвичайних ідей для оформлення вашого житла. Мабуть, не існує більш різноманітних варіантів перетворення приміщень, ніж декор. Він включає в себе безліч способів прикраси інтер'єру:

- розпис стін і меблів;
- кам'яні і ковані елементи;
- вітражі;
- різьблений декор;
- прикраси з макраме та ручної вишивки;
- квіткові композиції та багато іншого.

Вибираючи *декор кухні* в квартирі, ми нерідко прагнемо зробити його якомога більш функціональним. Однак багато хто забуває про те, що, наприклад, кухня – це далеко не тільки місце приготування їжі, але і кімната, де вся родина збирається для дружнього, теплого спілкування. Кожна квартира, кожна кімната неповторна, а тому потребує ретельного вивчення своїх особливостей.

Однак дизайнери розробили кілька простих порад з підбору оптимальних інтер'єрних рішень:

1. Декор квартири повинен відповідати духу свого власника – тільки так він зможе принести власникові відчуття спокою та задоволення від відпочинку;

2. Декорувати інтер'єр необхідно, виходячи з архітектурних особливостей приміщення: не можна використовувати велику кількість темних елементів або ліпнину в

маленьких кімнатах, так само як і оформляти значні приміщення невеликими предметами в стилі прованс;

3. Підбирати матеріали, предмети декору та інтер'єру необхідно на основі розробленого стилю приміщення і повністю йому підходити, інакше створиться відчуття дисонансу і дискомфорту.

Створення декору інтер'єру власними руками – це не тільки модно, але й дуже цікаво. Розгляньте на варіанти декору інтер'єру, і ви зрозумієте, що таке справжня краса в стилі hand-made. Вручну розписані шкатулки, тумби та столики, оформлені за допомогою декупажу, оригінальні прикраси та аксесуари для кухні та квартири - все те, що допоможе вам оновити інтер'єр без зайвих витрат, зробивши його яскравим і незабутнім.

2.Роль ароматерапії (свічок) у декоративному інтер'єрі жилого простору.

Ароматерапія – це стародавнє, вдосконалене віками мистецтво використання ефірних олій, фітоцидів рослин та інших ароматних речовин для укріплення фізичного та психічного здоров'я та для косметичного догляду за тілом. Використання ароматичних речовин відоме ще з часів стародавніх культур Єгипту, Індії і Китаю, античної Греції та Риму.

Ароматерапевти застосовують ефірні олії, їх розчини в рослинних оліях (жирах), гідрозолі. Ефірні олії додають у воду для ванн, використовують в аромалампах і в композиціях для масажу. Кожен із таких методів дозволяє корисним речовинам проникати в організм різними шляхами: через органи дихання або шкіру. Коли людина приймає ароматичну ванну, то отримує подвійний ефект: і вдихання, і проникнення через шкіру.



Ароматерапія в передпокої.

Передпокій – візитка вашого будинку або квартири. Це перший запах, з яким зустрічається ваші гість, і цей запах може його налаштувати як негативно, так і позитивно. Разом з цим необхідно, щоб аромати передпокої мали антисептичну та антибактеріальну дію. Адже ми пам'ятаємо, що зберігається в передпокої: взуття, хутрянний одяг, шапки, рукавиці.

Таким чином, для передпокоїв в першу чергу став би в нагоді запах лаванди. Лаванда – відомий борець з міллю. А як вам такі запахи: сосна, кедр, кипарис, а перед приходом гостей – лимон, бергамот, грейпфрут, гвоздика, перцева м'ята. Аромат і

дезінфекція. Під час прибирання передпокої, як і всієї квартири, рекомендується для дезінфекції додавати кілька крапель ефірного масла з ароматом їли, герані, чайного дерева, евкаліпта, лаванди, шавлії, мускатного горіха на ганчірку, якою витираєте пил, або просто розпорошите в повітрі.

Вітальня. У вітальні ми відпочиваємо, розмовляємо, вирішуємо важливі завдання, приймаємо гостей. Метою ароматизації віталень є зняття напруги, втоми після важкого робочого дня, створення гарного настрою і затишної атмосфери.

Аромат для вітальні повинен вибиратися у відповідності зі смаком і станом здоров'я мешканців цієї кімнати. Тут можна з успіхом використовувати сандал, герань, лаванду, іланг-іланг.

Коли ви приймаєте гостей, будуть хороші аромати citrusових плодів, вони створюють приємну, збудливу атмосферу. І побачите, що друзі будуть із задоволенням вас відвідувати знову і знову.

Знищити неприємний запах, освіжити, очистити і дезінфікувати повітря вам допоможуть чебрець, лимон, герань, лаванда, розмарин, евкаліпт, апельсин, фіалка, м'ята, сандалового дерева, аніс, шавлія і аромат хвойних.

Кухня повинна пахнути чистотою або смачною їжею. Але в кухні ми викидаємо і відходи. Часто на кухні їдять і домашні тварини. Тому тут змішується величезна кількість запахів, в тому числі і неприємних, цвілі і бактерій. Крім того, в повітрі часто присутні молекули конденсованого пара або жиру, що виділяються під час варіння, випічки і смаження. Якщо ви розпилите ефірні масла в повітрі, вони послужать оболонкою молекулам жиру, позбавлять їх від запаху і внесуть в кухню запах свіжості.

Приборкувачів шкідливих мікробів – гвоздику, лимон розмарин, чебрець - використовуйте під час миття кухонних плит, холодильників і робочих поверхонь. Для генерального прибирання досить восьми крапель ефірного масла на п'ять літрів води.

Для дезінфекції поверхонь, особливо з забрудненнями цвілевого характеру, рекомендується раз на тиждень проводити вологе прибирання з застосуванням такого розчину: в один літр води додамо п'ять крапель ефірних масел (можуть використовуватися окремо або разом) лаванди, чайного дерева, евкаліпта, гвоздики, розмарину, сандалового дерева, кориці, сосни, герані.

Немає нічого гіршого неприємного запаху з холодильника! Перш за все треба, звичайно, видалити джерело цього запаху, вимити холодильник і потім покласти в холодильник шматочок марлі або пористий камінь, змочені всього однією краплею олії лаванди або лимона. Щоб видалити неприємний запах з мікрохвильової печі, в невелику ємність з водою додайте 3 краплі лимонного масла, поставте в піч і включіть її на 2-3 хвилини.

Ванна кімната. Блискуча і ароматна – так повинна виглядати ваша ванна кімната після «арома-прибирання». Коли ви будете мити раковину, ванну або душеву кабінку, додайте в миючий засіб прямо на губку ефірне масло евкаліпта, лимона, лаванди вузьколистої, шавлії або сосни. Кілька крапель такого ж масла можете капнути і всередину рулону туалетного паперу. Масло вбереться в картон і буде повільно виділятися в повітря у вигляді ароматних молекул. Можете також декілька крапель олії капнути на маленький махровий рушник і повісити в тому місці, де розташована сушарка білизни. А ще можна покласти на полицю ароматичний камінчик з улюбленим запахом і оновлювати його в міру необхідності.

3. Основи флористики. Техніка створення букетів.

Флористика – різновид декоративно-прикладного мистецтва та дизайну, яке проявляється у створенні флористичних робіт (букетів, композицій, панно, колажів) з різноманітних природних матеріалів (квітів, листків, трав, ягід, плодів, горіхів і т. і.), які можуть бути живими, сухими або консервованими.

Стилі флористики.

Залежно від техніки виготовлення композицій розрізняють три основні стилі флористики. Вегетативний стиль характеризується поданням рослин в їх природному вигляді, тобто букет або колаж повинен виглядати так, ніби він росте на природі.

Найчастіше при використанні цього стилю прагнуть утекти від симетричних форм і створюють в одній композиції кілька розрізнених груп рослин. Одна з груп є домінуючою і розміщується в центрі вази або іншої основи, а решта komponуються з боків.

Декоративний стиль характеризується відсутністю акцентів на одній квітці. Всі рослини об'єднують в одне ціле – кожен окремий квітка втрачає свою індивідуальність, але в сукупності виходить цікавий і гармонійний букет.

Як правило, при складанні композицій в декоративному стилі використовується велика кількість квітів, які розташовуються дуже близько один до одного.

У формолінійному стилі за основу беруться геометричні фігури. З квітів створюють овали, кола, прямокутники, а в якості додаткових ліній використовують довгі стебла. Головні особливості цього стилю – контраст кольорів і чіткі силуети.

При створенні формолінійних букетів беруть невелику кількість квітів, причому намагаються в одній композиції поєднати різні сорти і різну кольорову гаму.

Окремим стилем розглядають так звану креативну флористику, в якій укладачі букетів проявляють всю свою оригінальність і свободу думки.

Щоб скласти дійсно красиві і органічні композиції з квітів, необхідно досконало володіти технікою флористики. Людина, яка присвятила своє життя створенню флористичних робіт і добре знайомий не тільки з їх стилями, але і сортами рослин, називається *флористом*.

Люди цієї професії здатні з легкістю визначити різновид квітки, зрозуміти, як давно він був зрізаний і скільки ще протримається в букеті, а також скласти прекрасні композиції з різних дарів природи.

Щоб працювати флористом, необхідно мати навички в сфері ландшафтного та фітодизайну, розбиратися в видах пакувальних матеріалів і додаткових аксесуарів. Справжні майстри своєї справи добре знають правила догляду за різними рослинами і вміють гармонійно підбирати композиції відповідно до дизайну приміщення.

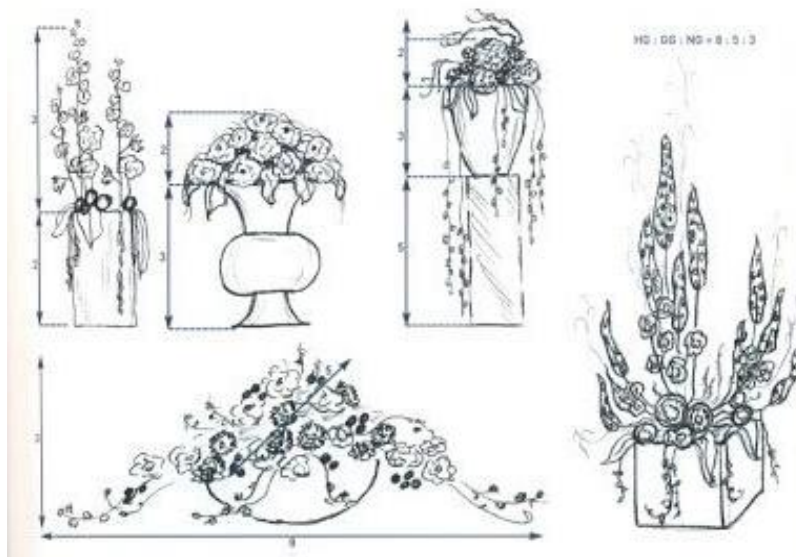
Флористика – це, скоріше, ремесло, а не професія, оскільки винагородою за роботу флористів виступають не тільки гроші, але і задоволення від результатів своєї праці.

Флористи займаються тим, що становлять букети, прикрашають приміщення і вітрини магазинів квітами та іншими рослинами. Залежно від видів флористичних робіт ці люди створюють панно, ширми, натільні прикраси, гірлянди, сухі букети, квіткові кошики.

Як підручні матеріали використовуються дрот, клей, стрічки і багато іншого. Здебільшого флористи працюють в квіткових магазинах і салонах, виготовляючи композиції за індивідуальним бажанням замовника.

По мірі розвитку та розповсюдження флористики, *техніка складання букетів* стала набагато різноманітніший і більш сучасною в нашій країні.

Якось вже так склалося, що букет прийнято складати з непарної кількості кольорів - так можна уникнути суворої симетрії, яка зовсім не характерна для художнього задуму. Зазвичай з 9,5,3 складають букети квітів. Для урочистих моментів створюються великі букети, але і маленький букет має переваги, він індивідуальний, іноді навіть інтимний, особливо дорогий букет, який дарує сам упорядник. Техніка складання букетів орієнтована на створення унікальних, нестандартних квіткових композицій. Букет, розмір в діаметрі якого становить близько 25 сантиметрів, є найоптимальнішим для всіх випадків. Самим маленьким букетиком прийнято вважати букет в межах п'яти сантиметрів, але зазвичай його замінюють однією трояндою з довгим стеблом. Але потрібно пам'ятати про те, що рекомендується звертати увагу на сорт квітки. Також потрібно пам'ятати про смаки того, для кого призначений букет, його манера одягатися і навіть час, коли буде подарований квітка. Якщо це буде вечір, то перевагу потрібно віддати жовтого, червоного або помаранчевого кольору.



Якщо квітка хоче подарувати в денний час, то краще вибрати не дуже помітні і яскраві тони. Завжди буде гарна біла троянда. Якщо говорити про букети зі складною композицією, з допомогою якої хочуть досягти потрібного декоративного ефекту, не варто забувати про те, що бажаного результату можна досягти лише при правильному поєднанні кольору підібраних кольорів. Композиції з різних квітів допускають поєднання рожевого з блакитним, жовтого з червоним, червоного кольору з синім, але техніка складання таких букетів вимагає певних знань і навичок. Обов'язково квіти потрібно розділяти зеленими пагонами, зеленим листям або маленькими квіточками проміжного забарвлення, які забезпечать плавний перехід між активними кольорами. Найбільш гармонійними поєднаннями прийнято вважати: синій колір з помаранчевим, жовтий з фіолетовим, зелений з червоним. Практично з усіма відтінками і квітами поєднується білий. Що радить сучасна флористика? При складанні букетів можна слідувати універсальному принципу контрастності кольорів, які створила сама природа. Секрет простий – це порядок колірної спектру. Також непогано виглядає букет, де червоний колір з'єднується блідо-рожевим і поступово переходить у білий. Блакитні і сині квіти непогано поєднуються з жовтим, оранжевим і ніжно-рожевим кольором. Якщо поєднувані квіти мають дуже різкий контраст, тоді краще всього між ними ввести рослини нейтральних кольорів – сьогодні, мабуть, це сама популярна техніка складання букетів.

4. Технологія розробки та створення ікебан.

Ікебана – традиційне мистецтво аранжування квітів у Японії. Ікебана зародилася в Китаї в VII столітті. Її винайшов священик-буддист. Спочатку вона використовувалася як підношення богам, Буддам і створювалася тільки ченцями. У наш час цим займаються в основному жінки, але в давнину цим займалися виключно чоловіки-ченці. Згодом ікебану перейняли японці, і, як це часто бувало, вони переробили її на свій лад, і розвинули це мистецтво. Сьогодні японські й китайські ікебани значно відрізняються одна від одної.

Назва ікебани змінювалася в різні епохи, залежно від назви стилю аранжування. Так, у середньовіччі оселю прикрашали квітами без підставок і ваз, тому в цей час ікебана була відома як *татехана* (立花, «виставлені квіти»). У 17 столітті, з поширенням моди на все китайське, назву змінили на китайський лад – *рікка* (立花, «виставлені квіти»). Водночас, з розвитком чайної церемонії з'явився «чайний стиль» аранжування квітів під назвою *хана* (квітка), від якого походила інша назва ікебани – *о-хана* (御花). 18 століття японці почали прикрашати домівки квітами, виставляючи їх у вазах, у манері *нагеірехана* (抛入花). Від неї зародився новий стиль аранжування ікебана – «живі квіти», букет в якому символізував єдність «конфуціанської трійці»: Неба, Землі і Людини (三才). Згодом назва цього стилю стала загальною назвою для позначення усіх традиційних японських методів аранжування квітів. У наш час ікебану вивчають не тільки в Японії, а і за її межами. У багатьох країнах світу існують філії японських шкіл ікебани. В країнах СНД також працює Філія Інституту ікебани Ікенобо. Її очолює професор Ямада Мідорі

Ямада Мідорі все своє життя віддала ікебані – ще в дитинстві почав вивчати це мистецтво, вона вже біля півстоліття професійно займається ним. Довгий час вона викладала ікебану в Японії: спочатку в рідному місті Камакурі, а потім в Токіо, в Інституті ікебани Ікенобо. 1991 року Ямада Мідорі приїхала до Росії та організувала в Москві свою школу, яка в 1996 р. отримала офіційний статус Філії Інституту ікебани Ікенобо в країнах СНД. Зараз філія має свої відділення як в Росії, так і за її межами – в Україні, Молдові, Казахстані.

Окрім цього впродовж 19 – 20 століття як синоніми ікебани використовувалися назви *кадо* (花道, «шлях квітів»), *морібана* (盛り花, «нагромаджені квіти»), *дзію-бана* (自由花, «вільні квіти») тощо.

Ікебана привертає увагу українців як частина загадкової культури Японії, як можливість доторкнутися до давніх традицій Сходу. Вивчаючи ікебану, людина вчиться бачити красу в простоті та природності, вчиться терпінню, поважному ставленню не тільки до інших людей, а й до рослин, до природи. Композиції майстрів ікебани дуже витончені, навіть скромні, але мають внутрішню силу, яка проявляється не в кількості яскравих квітів, а в гармонії форм і кольорів, де композиція являє одне ціле, але видно красу кожної квітки.



Основні принципи створення ікебани.

Для того щоб навчитися японському мистецтву складання букетів, в першу чергу, необхідно запам'ятати кілька основних правил створення ікебани: Виділення центрального елемента. Обов'язково повинна бути особливо підкреслена краса одного єдиного квітки (листка, гілки), навіть якщо композиція складається з декількох схожих елементів;

Динаміка. Щоб відобразити її в букеті, необхідно гілки, квіти чи стебла розташовувати не рівно, а під певним нахилом. Крім того, бажано, щоб стебла квітів і гілки були зігнуті, так як це, на думку японців, наповнює композицію емоціями;

Асиметрія. Японці вважають, що асиметричні лінії композиції символізують людини, землю і небо, об'єднані загальним образом ідеального світу (тобто букета). Небесна лінія в класичній ікебани відображається шляхом встановлення одного з елементів під прямим кутом до основи. Внизу композиції проходить лінія землі.

Школи ікебан.

Найстаріша школа ікебани бере свій початок від священика храму Роккакудо в Кіото, який був настільки вправний у складанні композицій, що його ради і настанов шукали інші священики. Оскільки він жив біля озера (по-японськи звучить як ікепово), то ця назва (Ікепово) і закріпилася за майстрами ікебани, які навчалися у цього священика або жили в цій місцевості.

Класична школа ікебани за основу бере три гілки (хоча може використовуватися до дев'яти гілок), які символізують «небо», «людину», «землю», які доповнюються невеликими за розміром квітами і травами. Зовсім не обов'язково використовувати для створення ікебани дорогі екзотичні квіти. Досить того, щоб вибрані рослини добре поєднувалися між собою і відображали індивідуальність автора. Головний принцип - відкинути зайве, те, що порушує пропорції і красу рослин. Також дуже важливим є вибір вази або підставки для композиції квітів: вони повинні ідеально поєднуватися і доповнювати один одного.

Події ХХ століття перевернули й уявлення про ікебани – тепер вона вважалася обов'язковою складовою дозвілля благородної і утвореної японської жінки. Уншін Охара (Unshin Ohara), професор школи Ікепово в Кобе (Kobe) винайшов нову форму аранжування в низькій вазі / підставці з використанням деяких західних квітів з укороченим стеблом. Він попросив, щоб школа включила цю форму в навчальний план, але школа відмовилася. Проте робота Охара була високо оцінена і йому дозволили викладати нову форму у своїй власній школі – з тією умовою, що йому вдасться набрати учнів. Неважко здогадатися, що школа Ікепово сумнівалася в тому, що учні в Охара

з'являться. Тим не менш, незважаючи на такий явний скептицизм, виставка Охара в універмазі в Кобе користувалася успіхом і, відповідно, учні в нього з'явилися. Новий стиль було вирішено назвати moribana («складений вгору») і він був повною протилежністю seika. Новий стиль став настільки популярним, що до 1915 року його включило в навчальний план більшість шкіл.

Великий вплив на мистецтво ікебани зробило навчання буддійської школи Дзен (1141-1215), яке затверджує значимість буття в його безпосередній мінливості, заперечує пишні релігійні обряди та ритуали, вважає, що вищий сенс життя криється в повсякденному. Під впливом цього вчення хебана переставала бути тільки релігійним атрибутом, а процес її створення священнодійством. Композиції Рикка, що досягли до XII ст. монументальності й помпезності, стають тепер менше за розміром, більш тонкими в кольорі. Ікебана поступово виявляється частиною повсякденного побуту людини, вона починає створюватися не тільки для храмів, але й для палаців аристократів а потім для військової знаті. Сьогун (правитель) Асікага Йосіміцу (1358-1408) прославився своїм заступництвом мистецтва в країні. Розвиток ікебани тих років також у значній мірі зобов'язана саме йому. Він увійшов в історію Японії як «витончений Сегун». Йому був споруджений відомий храм Гіннакудзі, що став пам'яткою міста Кіото. Особливий інтерес у період його правління викликають досягнення в області так званих мистецтв повсякденного життя: ікебана, чайна церемонія, театр, садове мистецтво, архітектура. Завдяки його підтримці багато художників змогли створити в той час свої прекрасні твори.

Сучасні школи.

Також виникли й інші школи – Косу Тсудзі (Koshu Tsujii), послідовник нової школи Moribana, був запрошений для відновлення школи в храмі Дайкакудзі (Daikakuji), яка і тепер відома як школа Saga. Крім ікебани в школі Saga викладаються і інші мистецтва, наприклад, каліграфія. Тока Адат (Choka Adachi) заснував свій власний стиль (стиль Adachi), використовуючи напрацювання школи Moribana.

Приблизно в той же самий час виник ще один новий стиль, який привернув до себе увагу своїм вільним підходом до композиції і яскравістю використовуваних компонентів. Цей стиль відомий як «художній стиль» і його засновником є Іссотей Нісікава (Issotei Nishikawa).

Головним послідовником цього стилю був Софу Тесігахара, що заснував школу Sogetsu в 1926 році. Іншим діячем нового віяння в мистецтві ікебани був творець школи Ichiyo, який запропонував розміщувати композиції не тільки в ніші токонома.

В даний час лідерами є три школи – Ikenobo, Ohara і Sogetsu, але по всій Японії Міністерством освіти зареєстровано більше двох тисяч різних шкіл.

Мистецтво складання ікебани і в даний час бурхливо розвивається - відкриваються школи та навчальні центри по всьому світу, створюються нові стилі і напрямки:

- Ікебана-Ріккі (хімерний і помпезний стиль середньовіччя),
- Чабани (скромна і невибаглива квіткова аранжування),
- Нагеіре (дослівно означає «квіти, кинуті у вазу» - в основі стилю ікебани простота і навіть недбалість),
- Сейко (Напрямок засноване на грі світла й тіні, тим самим, уособлюючи сили природи),
- Морибана (акцент зроблений на коріння рослин),
- Тябана (квітковий стиль ікебани для чайних церемоній)
- Согецу (принципово новий напрямок ікебани з елементами європейської аранжування та використанням металу, кераміки).

Таким чином, жорстких вимог до складання ікебани не пред'являється. Але не всякий букет є ікебаною. У ікебані повинно бути присутній витончений смак, оригінальність, уміння грамотно поєднувати види, фактури, довжину квітів.

5. Розробка портфоліо щодо дизайну домашнього помешкання.

Портфоліо (від італ. portafoglio – «портфель») – збірка виконаних робіт та напрацювань певної особи (компанії). Термін «портфоліо» запозичений через посередництво англ. portfolio з італійської мови (portafoglio – «портфель»), де утворений від porta («носи») + foglio («аркуш»).

Портфоліо може бути як на папері, так і в електронному вигляді. Електронне портфоліо, в свою чергу, може зберігатись локально (бути доступним лише визначеному колу людей) та глобально (бути доступним для всього світу – для користувачів інтернету). Глобально доступне портфоліо інакше називається веб-портфоліо.

Портфоліо – це спосіб фіксування, накопичення, оцінки і самооцінки особистих досягнень за певний проміжок часу.



Призначення портфоліо – накопичення досягнень, відслідковування професійного прогресу, представлення діяльності і професійного розвитку за окремий проміжок часу.

Завдання:

- проаналізувати і узагальнити свою роботу;
- відобразити динаміку свого професійного росту;
- представити досвід своєї роботи найбільш повно і ефективно.

Функції портфоліо:

- діагностична – фіксує зміни за певний проміжок часу;
- змістовна – розкриває спектр виконуваних робіт;

- розвиваюча – забезпечує безперервний процес освіти і самоосвіти;
- мотиваційна – відзначає результати діяльності;
- рейтингова – дозволяє виявити кількісні і якісні індивідуальні досягнення.

Практичне значення портфоліо:

- атестація в майбутньому;
- систематизація діяльності власника портфоліо;
- фактор, який стимулює професійний розвиток.

Різні проекти, дослідження, папки з грамотами, дипломами та багато інших матеріалів. Це і є складова вашого портфоліо – потрібно тільки відібрати головне і систематизувати. Для чого я хочу створити портфоліо? В залежності від відповіді визначте тип і вид вашого портфелю досягнень; Що я хочу включити в портфоліо? Професійний портфоліо бажано робити за останні 3-5 років. Ви самі повинні вирішити, які матеріали відібрати у портфель. Як буде організований портфоліо? Що це буде – файлова папка, чи електронний варіант? Чи і те і інше? Як будуть розміщені матеріали? В прямій чи зворотній хронології, чи за видами матеріалів. Обов'язково складається перелік матеріалів, і розміщується з самого початку як друкованого так і електронного варіанту. Де буде зберігатися портфоліо і хто до нього буде мати доступ? Варіантів декілька – в бібліотеці, у методичному кабінеті, в адміністрації школи. Якщо в бібліотеці, то можна представити оригінали, якщо в іншому місці, то краще представити копії. Найкращий варіант представлення – захист, чи презентація перед колективом.

Оформлення портфоліо. Стандартів не існує. Головне – логічна послідовність. Декілька рекомендацій:

- Можна оформити у вигляді файлової папки з заголовками розділів;
- Кожну роботу, документ, підбірку кладіть в окремий файл;
- На кожному елементі портфоліо бажано ставити дату, щоб прослідкувати динаміку;
- В друкованому варіанті обов'язково робіть посилання на документи чи їх копії, вказавши номер додатку;
- В електронному варіанті треба оформити гіперпосилання на документи та інші матеріали з презентації портфоліо.

Практичний блок

1. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Декорування домашніх помешкань різного функціонального призначення виробами з різних матеріалів».

2. Створити та підготувати таблицю або схему на тему «Ароматерапія у різних функціональних зонах інтер'єру».

3. Створити пам'ятку: «Техніка та правила створення букетів».

4. Розробити та презентувати портфоліо «Дизайн домашнього помешкання (приватного будинку або квартири)».

Контроль та перевірка знань

1. Чи можна використовувати в інтер'єрі квартири декор з різних стилів?

- а) Ні в якому разі
- б) Тільки в стилі еклектика
- в) Можна, але всі деталі повинні бути вивіреними

2. Чи варто використовувати в інтер'єрі матеріали різних текстур?

- а) Звичайно, це додасть об'єму в інтер'єрі
- б) Можливо, але тільки в певному стилі інтер'єру
- в) Ні в якому разі, це псує вигляд

3. Які способи вирощування рослин, призначених для отримання ефірних масел, використовують:

- а) Виключно «органічний» метод
- б) Дикорослі рослини
- в) Все перераховане
- г) Стандартний метод для культурних рослин

4. Які аромати створюють приємну, збудливу атмосферу в оселі?

- а) Апельсин
- б) М'ята
- в) Евкалипт
- г) Лаванда

5. Флорист – це:

- а) фахівець, який продає квіти
- б) професіонал, який працює в напрямку мистецтва аранжування квітів
- в) фахівець, який займається вирощуванням рослин та доглядом за ним

6. Ікебана – це:

- а) Букет квітів
- б) Східне мистецтво складання композицій з трав, квітів і гілок

в) Вид декоративно-прикладного мистецтва, заснований на стилізації східного букета

7. Яка роль ароматерапії у декоративному інтер'єрі жилого простору?

8. Портфоліо. Назвіть завдання, функції та методи оформлення портфоліо.

Тема 1.9. Екологічна безпека житла.

Показники екологічної безпеки. Мікроклімат житла та дому, його вплив на здоров'я людини. Інтер'єр житла та його вплив на здоров'я людини. Побудові прилади, їх функціональне призначення. Заходи, щодо покращення екологічного стану помешкання.

Практична робота № 9

Вивчення особливостей екологічної безпеки житла

1. Екологія та планування інтер'єру житла: розміщення меблів. Вплив колірних рішень.

2. Повітря та його забруднювачі у жилих приміщеннях.

3. Фізичне забруднення оточуючого середовища у приміщенні.

4. Заходи щодо покращення екологічної безпеки житла.

Інформаційний блок

1. Екологія а планування інтер'єру житла: розміщення меблів. Вплив колірних рішень.

Інтер'єр житла та його вплив на здоров'я людини. Складно переоцінити те, як інтер'єр житла впливає на здоров'я і душевний стан людини. Тому людина завжди прагнула створити інтер'єр у якому буде комфортно, затишно працювати і жити. В ідеальному приміщенні для життя все повинно бути зручно, простір максимально розраховано так, що врахувати бажання всіх його мешканців.

Інтер'єр житла впливає на здоров'я

Інтер'єр житла складається з гармонії кольору, форми і фактури. Форма – це основа інтер'єру, вона має визначальне значення. Гармонійне поєднання форм впливає на сприйняття і, відповідно на здоров'я мешканців житла. Простота форм в інтер'єрі полегшує його сприйняття, заспокоює і легше сприймаються об'єкти інтер'єру.

Різні за геометричною формою предмети будуть сприйматися легше, якщо вони розташовані один від одного на відстані. Наприклад квадратний столик і кругле крісло не будуть поєднуватися і виглядати як єдина композиція

Деталі інтер'єру, які розміщені симетрично, відразу сприймаються як єдине ціле. Однак асиметричне розташування в інтер'єрі також дає єдиний настрій за деяких умов розміщення деталей.

Форма інтер'єру грає вирішальну роль, в дизайні не обійтися без кольору і фактури навколишніх предметів. Тут є деякі правила, які дозволяють гармонійно поєднувати форму і колір.

Динамічний інтер'єр вимагає яскравих фарб, і навпаки. Лінійні предмети яскравого кольору на спокійному тлі роблять приміщення динамічним, молодіжним і рухливим.

Також не слід забувати про основні правила використання кольору і форми. Так, яскраві кольори в спальні, так само як і спокійні в нічному клубі, будуть виглядати недоречно.



В інтер'єрі житла необхідно враховувати сполучуваність відтінків, так як кожен колір має свій психологічний вплив на людину. Щоб дотримати гармонію, необхідно поєднувати кольори і відтінки, тому треба знати міру в підборі колірної дизайну.

В інтер'єрі житла необхідно використовувати тільки екологічно чисті матеріали, хоча в сучасному світі це зробити досить важко і дорого. Найкраще для дизайну житла підійдуть натуральні матеріали, такі як камінь, дерево, кераміка і т.д.

Зелені живі рослини в інтер'єрі є найкращим доктором і благотворно впливають на здоров'я людини. Кімнатні рослини надають найрізноманітніший вплив на людину, частіше позитивний. Вони володіють не тільки енергетичним потенціалом, але мають приємний запах, який так само впливає на здоров'я і настрої.

Необхідно використовувати натуральні речі для дизайну інтер'єр для того, щоб уникнути алергії. Це можуть бути плетені кошики замість пластикових контейнерів, циновка на вікнах замість металевих жалюзі. Льон, ситець, бавовна, мішковина, як не можна до речі впишуться в екологічно сприятливу атмосферу будинку.

Найважливіше правило в дизайні інтер'єру – не створити шкоди. Неправильно підібраний інтер'єр на кшталт неправильно прийнятим лікам, він може завдати непоправної шкоди здоров'ю.

Так як інтер'єр впливає на здоров'я досить інтенсивно, слід обмежити в приміщенні гострі кути, надлишок яскравих кольорів, безліч дзеркал і дрібних строкатих предметів, не допускати різко спрямованого світла і недостатнього освітлення житла.

Колір – це один з ефективних засобів оформлення сучасного житла, за допомогою якого можна досягти незвичайної виразності інтер'єру. Однак колірне рішення не тільки визначає художні якості приміщень, але і допомагає створити сприятливі умови для життя людини, її здоров'я і настрою.

Вплив кольору на організм і психіку людини має величезні можливості. Адже різні кольори здатні викликати різні емоції - щастя, радість, смуток, печаль, а також впливати на відчуття людини, роблячи приміщення теплим або холодним, просторим або тісним.

Основними кольорами спектра є три кольори – червоний, синій, жовтий. Вони не діляться на складові. Кольори, які виходять за допомогою змішування будь-яких 2-х основних кольорів, називаються складеними. До них відносяться зелений, оранжевий, фіолетовий. Кольори діляться на теплі і холодні.

Теплими кольорами є червоний, оранжевий, жовтий, і всі інші, в яких вони переважають, а холодними - сині, голубі і вся група синьо-зелених і синьо-фіолетових

тонів. Зелені кольору з переважанням синього відносяться до холодних, а червоного чи жовтого - до теплих кольорів.

Колорит – це співвідношення всіх кольорів, які входять в дану композицію. Визначається він домінуючими кольорами близьких відтінків. Зелений ідеально вписується в дизайн спальні. Наприклад, якщо в інтер'єрі переважають сіро-блакитні тони, то при наявності в ньому окремих елементів білого, жовтого і коричневого він буде сприйматися в сіро-блакитному колориті. Гармонія - це узгоджене і закономірне поєднання кольорів, що сприяє їх високої художньої виразності. Існують такі види гармонії як нюансна і контрастна

Нюансну гармонію характеризує відсутність значних контрастів квітів по їх насиченості, хоча невелика частка контрасту присутня.

Стан гармонії досягається за допомогою врівноваження колірних поверхонь. Це означає, що значні за розмірами поверхні (підлога, стеля, стіни, штори, покривала) мають стримані світлі тони, а невеликі поверхні (меблі, скатертину, декоративні подушки, кераміка, аксесуари), навпаки – насичених і яскравих тонів.

Нюансна гармонія використовується там, де необхідно створити атмосферу спокою, комфорту і затишку. Найбільш часто вона застосовується в дитячій кімнаті, спальні, кабінеті. Контрастну гармонію, що характеризується поєднанням яскравих холодних і теплих кольорів, можна застосовувати для віталень і їдалень, але вкрай продумано й обережно. Потрібно враховувати, що контрастна гармонія здатна швидко втомити людини і погіршити його стан.

Необхідно дуже ретельно і продумано поставитися до вибору квітів і відтінків, які будуть брати участь в оформленні інтер'єру вашої квартири. Перевантажуючи приміщення великою кількістю різних кольорів, ви ризикуєте створити атмосферу дискомфорту. Адже деякі кольори та їх поєднання здатні викликати у людини різні почуття - смуток, радість, занепокоєння, комфорт.

Червоний колір – створює піднесений настрій, але одночасно це неспокійний колір. Він через деякий час викликає роздратування, знижує працездатність, пригнічує нервову систему, здатний викликати підвищення кров'яного тиску. Тому повністю оформляти кімнату не рекомендується, а невеликі деталі червоного кольору в інтер'єрі додадуть бадьорості і створять хороше самопочуття і настрої.

Помаранчевий колір – допомагає створити святкову і життєрадісну атмосферу, а також додати інтер'єру приміщення тепло і затишок.

Жовтий колір – це теплий і сонячний колір, який відрізняється свіжістю, ясністю, стимулює нервову систему та зір, несе в собі позитивний заряд емоцій. Цей колір добре поєднується в інтер'єрі з іншими квітами і відтінками і ідеально підходить в дизайн кухні.

Зелений колір – це колір трави і листя, який є найбільш сприятливим для людини, налаштовує на спокійну атмосферу, сприяє розслабленню і відпочинку. Якщо ви хочете, щоб кімната дихала спокоєм і затишком, витримайте загальний стиль інтер'єру в відтінках зеленого кольору.

Блакитний колір зі всіма своїми відтінками є одним з найбільш популярних холодних кольорів, з тих, що використовуються при оформленні інтер'єру житлових приміщень. Цей колір створює відчуття глибини, простору і прохолоди. Він підвищує працездатність, допомагає зосередитися, заспокоює нервову систему. М'які відтінки блакитного роблять простір просторіше і ширше, наповнюючи його повітрям. Добре вписується в інтер'єр дитячої кімнати. Фіолетовий колір є дуже непростим кольором. Це досить суперечливий колір, який об'єднує в собі гарячий червоний колір і холодний синій. Тому в інтер'єрі використовувати фіолетовий колір потрібно вкрай обережно.

Він налаштовує на роздуми, розслабляє, але застосування насиченого кольору може навіть викликати стан депресії. Однак бліді відтінки бузкового здатні зробити інтер'єр вишуканим і стильним. Найбільш часто цей колір використовують при оформленні інтер'єру в стилі модерн.

Крім основних кольорів спектру величезну роль грають такі кольори як білий, сірий і чорний.

Білий колір – це абсолютно незвичайний і універсальний колір, чудово поєднується з будь-яким іншим кольором і робить будь-який інтер'єр стильним і повітряним.

Білий колір можна розглядати з різних точок зору. Якщо звернутися до фізики, то саме білий колір є сукупністю інших кольорів, які утворюються при розкладанні білого на сім основних кольорів спектру.

Чорний колір, будучи повною протилежністю білого, сприяє більш контрастному прояву в інтер'єрі інших кольорів, роблячи їх виразними і насиченими

Сірий колір, який з першого погляду здається нудним і нецікавим, насправді має численні і дуже красиві відтінки, які виходять завдяки поєднанню його з іншими кольорами. Ці складні відтінки створюють елегантний, витончений і благородний стиль, який стане гідною прикрасою вашої квартири.

Вплив кольору на наш організм і настрій величезна. Важливо щоб воно було позитивним і сприятливим. Тому, створюючи інтер'єр і оформляючи своє житло, необхідно ретельно продумати його колірне рішення, щоб у підсумку насолоджуватися комфортом і затишком у власній квартирі.

2. Повітря та його забруднювачі у жилих приміщеннях.

Повітря – найголовніший життєво необхідний фактор для людини. Без їжі людина може прожити 5 тижнів, без води – 5 днів, без повітря – 5 хвилин. Людина щодоби споживає в середньому 1кг їжі, 2л води, у той час як через її легені проходить 25кг повітря. Потреба людини в кисні – 1,5кг на добу. Кисень – найбільш важлива для людини складова частина повітря. Для життєдіяльності потрібно повітря певної чистоти. Будь-яке відхилення від норми, зниження кількості кисню або забруднення повітря несприятливо впливають на здоров'я людей. Повітря необхідне всьому живому на Землі, від його якості залежать здоров'я людей, стан рослинного і тваринного світу, міцність і довговічність будь-яких конструкцій будинків і споруджень.

Забруднення – привнесення в яке-небудь середовище або виникнення нових, не характерних для нього фізичних, хімічних і біологічних агентів або перевищення природного рівня концентрації цих агентів у середовищі.

До джерел забруднення повітряного середовища житлових приміщень слід віднести продукти спалювання, що утворюються внаслідок експлуатації газових плит і опалювальних агрегатів, видихуване людиною повітря й органічні речовини, які є на шкірі тіла, одязі, у харчових відходах, синтетичні речовини, що застосовуються в побуті, пил і мікроорганізми. Неабияке значення має атмосферне повітря, звідки в повітря до



приміщень потрапляють викиди промислових підприємств і електростанцій, автотранспорту, ґрунтовий пил тощо. Таким чином, проблема забруднення жител сьогодні викристалізовується з найважливіших гігієнічних проблем.

Унаслідок широкого застосування в побуті відкритого спалювання природного газу повітря приміщень кухонь, а отже, і всіх інших приміщень житла забруднюється продуктами повного і неповного спалювання газу. Домінуючим за токсичними

властивостями компонентом цих продуктів є вуглецю оксид (СО). Вміст вуглецю оксиду в повітрі житлових приміщень не рідко досягає високих рівнів, які набагато перевищують гранично припустимі. Унаслідок спалювання газу значно збільшується й кількість вуглецю діоксиду (СО₂), зростає кількість сірчистого газу, повітря дуже забруднюється також смолистими речовинами. Концентрації СО біля газової плити можуть досягати навіть 0,2мг/л. У процесі спалювання газу в повітря водночас із вуглецю оксидом та іншими домішками виділяються формальдегід, азоту оксиди, бензол. Особливої уваги заслуговує питання про можливість підвищення вмісту бензпірену в повітрі газифікованих квартир.

Зміни фізико-хімічних параметрів повітряного середовища кухонь та інших житлових приміщень залежать від тривалості горіння газу і навантаження горілок у вигляді різноманітного посуду, що перешкоджає достатньому доступу повітря до вогняних факелів і збільшує ці зміни.

Дія комплексу змін фізико-хімічних властивостей повітряного середовища газифікованих квартир у найрізноманітнішому поєднанні його компонентів, які залежать від умов спалювання газу, несприятливо впливає на організм мешканців квартир. Розкриття механізму дії вуглецю оксиду на організм людини підтвердило виникнення хронічної інтоксикації вуглецю оксидом. Поєднання СО з гемоглобіном і утворення карбоксигемоглобіну, що призводить до гемічної або гематогенної гіпоксії, не є єдиним показником дії цієї отрути на організм. Завдяки вивченню різноманітних аспектів оксидвуглецевої інтоксикації встановлено пряму токсичну дію СО на ферменти клітин і, таким чином, доведено можливість хронічних інтоксикацій в умовах тривалого вдихання невеликих його кількостей

Клініка інтоксикації характеризується скаргами мешканців газифікованих квартир на головний біль різної локалізації, на зниження ініціативи, послаблення пам'яті, нестабільність настрою, на швидку втому, особливо після фізичного навантаження, інколи біль у серці і на порушення сну.

Хронічна інтоксикація вуглецю оксидом виявляється порушенням кіркових процесів, а пізніше і підкіркових. Ураженню піддаються і вегетативні центри. Стан серцево-судинної системи свідчить про те, що в основі суб'єктивного відчуття лежать не лише функціональні, а й органічні порушення. Кількість карбоксигемоглобіну не завжди корелює зі ступенем тяжкості інтоксикації. Характерними для хронічної інтоксикації вуглецю оксидом є поліглобулія і тенденція до гіпотензії. Картину хронічної інтоксикації посилюють наявність у повітрі інших хімічних речовин, що його забруднюють, а також змінені фізичні чинники навколишнього середовища. Несприятливий комплексний вплив на організм продуктів відкритого тривалого спалювання газу може значно погіршити стан здоров'я.

Серед засобів, спрямованих на забезпечення повітряно-теплового комфорту у квартирах, на першому місці стоїть заміна газу на електрику. Радикальне розв'язання проблеми потребує насамперед усунення джерела утворення домішок, що забруднюють повітря приміщень. Тому газові плити мають бути такої конструкції, що передбачає виведення продуктів спалювання в атмосферу, тобто в димарі.

Джерелом забруднення повітряного середовища житлових приміщень є також видихуване людьми повітря, що містить менше кисню, у ньому значно збільшена кількість вуглецю діоксиду, кількість водяної пари, воно нагріте до температури тіла і не містить аероіонів.

Отже, повітря жител забруднене продуктами життєдіяльності людини, кількість яких досягає 400 хімічних речовин, зокрема аміак та його сполуки, альдегіди, ацетон (кетони), органічні кислоти, вуглеводні, сірководень, індол, фенол, скатол та багато інших.

Пасивним показником стану повітряного середовища є вуглецю діоксид, припустимою концентрацією якого в цих умовах слід вважати 0,1%, встановлену Петенкофером.

Нині найширшого застосування набули полімерні матеріали. Тільки в будівництві їхня кількість перевищує 100 назв. Полімерні матеріали використовують для покриття підлоги, стін, гідроізоляції, теплоізоляції віконних блоків, дверей тощо. Використовують також склопластики і заповнені газом пластинки для тепло- і звукоізоляції, синтетичні клеї, водоемульсійні синтетичні фарби тощо.

З гігієнічної точки зору негативною властивістю цих матеріалів є міграція в повітряне середовище приміщень хімічних речовин, утворення зарядів статичної енергії на поверхні матеріалів, несприятливі зміни в мікрокліматі приміщень тощо. Використання у спорудженні будинків різноманітних синтетичних матеріалів призводить до забруднення повітря приміщень радіоактивними речовинами, азбестовим пилом, формальдегідом, дезодорантами, косметичними засобами, речовинами, що застосовуються для консервування меблів, а також порошками для миття.

Деякі хімічні речовини можуть спричинити алергію, впливати на оваріально-менструальну функцію, загальну захворюваність, а також справляти ембріотоксичну дію.

Леткі речовини, що виділяються з полімерів, у житлових і громадських будинках не повинні перевищувати гранично припустимої концентрації (ГПК) для атмосферного повітря, а сумарний показник відношень виявлених концентрацій кількох речовин до їхніх ГПК не повинен перевищувати 1.

Крім того, кожний синтетичний матеріал, який пропонується для використання в будівництві, повинен дістати гігієнічну оцінку і дозвіл на його застосування.

Повітря житлових приміщень забруднюється також мікроорганізмами, що потрапляють у нього під час дихання хворих і бацилоносіїв. Тільки внаслідок одного акту чхання утворюється тисяча краплин, які містять від 4000 до 150 000 патогенних мікроорганізмів. Вдихання інфікованого повітря може спричинити такі захворювання, як туберкульоз, грип, скарлатину, дифтерію тощо. Таким чином, повітря закритих приміщень у разі його інфікування є небезпечним з епідеміологічної точки зору.

Крім того, у повітряне середовище жител можуть потрапляти атмосферні забруднення з вулиць. Доведено, що вуглецю оксид відпрацьованих газів автомобілів досягає 5-8 поверхів будинків, розташованих біля автострад.

Ось чому створення сприятливого повітряного середовища в приміщенні потребує відповідного повітрообміну, тобто вентиляції.



3. Фізичне забруднення оточуючого середовища у приміщенні.

Фізичне забруднення – це забруднення, пов'язане зі зміною фізичних параметрів навколишнього середовища.

розрізняють такі види фізичного забруднення:

- теплове
- світлове;
- шумове;
- електромагнітне;
- радіоактивне,

– радіаційне.

Температурне (теплове) забруднення. Важливим метеоелементом навколишнього середовища є температура, особливо в поєднанні з високою або дуже низькою вологістю і швидкістю вітру: при сильному вітрі і високій вологості повітря холодні дні здаються ще більш холодними (це сприяє переохолодженню людини, виникненню загального замерзання або відморожень), а спекотні – ще більш палкими. При високій температурі навколишнього середовища підвищена вологість викликає дискомфорт, порушується видільна функція, зменшується ефективність віддачі тепла теплопроведення і тепловипромінюванням. За таких умов виникає загроза перегрівання організму з одночасним порушенням функції кровообігу і дихання.

Вплив температури повітря на артрити і артрози (захворювання, які проявляються болем у суглобах і зміною їх форми) відзначали вчені ще більше 2 тисяч років тому. Такі люди реагують на значне похолодання і сильний вітер, але не реагують на зміну вологості повітря. Прояви хвороби поєднуються з ненормальним збільшенням вмісту в крові і тканинах біологічно активної речовини – серотоніну, що впливає на протікання нервових процесів в ЦНС.

Шумове забруднення. Шум – безладне поєднання різних за силою і частоті звуків. Джерела – виробниче обладнання, транспорт, побутові прилади, військова техніка, рок-групи, громадські місця (у тому числі школи). Шум в 20-30 децибел (дБ) – практично нешкідливий. Допустимі норми шуму: для житлових приміщень вдень – до +40дБ, вночі – до 30дБ, для лабораторій, інженерних приміщень – до 56 дБ, для робочих місць – до 80дБ. Перевищення показників несприятливо позначається на здоров'ї. Звук в 130 дБ може викликати різні больові відчуття, звук в 150 дБ – нестерпний для людини (в середні віки існував вид страти «під дзвін» – болісна, повільна смерть).

Механізм дії шуму на організм складний і до цих пір ще недостатньо вивчений. Зазвичай, основну увагу приділяють станом органу слуху, так як слуховий аналізатор в першу чергу сприймає звукові коливання і насамперед уражається при дії шуму. Це пояснюється поразкою внутрішнього вуха (при цьому в патогенезі ураження органу слуху не можна виключити і роль ЦНС – переважно кіркових слухових центрів).

Однак, за рахунок дратівної і травмуючої дії шуму на периферичну частину вегетативної нервової системи змінюється функція і внутрішніх органів. Основні прояви впливу шуму – головний біль тупого характеру, відчуття тяжкості в голові, підвищена дратівливість, посилення агресивності, швидка стомлюваність, неврози, зниження пам'яті, уваги, розумової активності, підвищена пітливість (особливо при хвилюванні), порушення ритму сну, посмикування повік і рук, похолодання рук і стоп, зниження апетиту, нудота, печія, відчуття «вбитого кола» в животі, нестійкі випорожнення зі схильністю до запорів і ін. Шум володіє кумулятивним ефектом, тобто акустичні подразнення, накопичуючись в організмі, все сильніше пригнічують нервову систему.

Інтенсивне і тривале вплив шуму проявляється і на стані жовчного міхура та жовчних проток – можуть бути дискінезії, запальні зміни, жовчно-кам'яна хвороба. Крім того, відзначаються серцево-судинні захворювання, у тому числі гіпертонія, виразкова хвороба, «шумове» сп'яніння.

В даний час фахівці говорять про шумовий хвороби, що розвивається в результаті впливу шуму з переважним ураженням слуху та нервової системи.

Особливо заважає немонотонний шум з великими різкими стрибками гучності (хлопки, гавкіт собак, крики). Особливу проблему в навчальних, житлових і виробничих приміщеннях становлять перешкоди в спілкуванні. Вважають, що для повної розбірливості фраз рівень шумових перешкод повинен бути приблизно на 10дБ нижче рівня звуків мови. На уроках іноземної мови і на уроках, на яких повинна засвоюватися складна інформація, різниця між рівнем розмови і шуму повинна становити не менше 20дБ.

Однак і абсолютна тиша лякає і пригнічує людину. Інфразвуки (нечутні звуки) впливають на психічну сферу людини, вражають всі види інтелектуальної діяльності, погіршують настрій, викликають відчуття розгубленості, тривоги, страху, переляку, а при високій інтенсивності – почуття слабкості, як після сильного нервового потрясіння. Ультразвуки також небезпечні, особливо негативно впливають на клітини нервової системи.

Електромагнітне забруднення. Природними джерелами такого забруднення є постійне електричне і магнітне поля Землі, радіохвилі, що генеруються космічними джерелами (Сонце, зірки), електричні процеси в атмосфері (розряди блискавок) штучними джерелами – високовольтні лінії електропередач, радіопередач, теле- і радіолокаційні станції, електротранспорт (трамвай, тролейбус), трансформаторні підстанції, побутові електроприлади, комп'ютер, СВЧ-печі, стільникові і радіотелефони, супутникова радіозв'язок і т.д.

Електромагнітні випромінювання можуть бути різної частоти – ВЧ, СВЧ. Відомо, що чим вище частота, тим більше виражено біологічну дію, або, іншими словами, агресивність по відношенню до будь-якого біологічного об'єкту. Енергетичне (фізична) вплив електромагнітних випромінювань на людину може бути різного ступеня і сили: від невідчутного людиною (що спостерігається найбільш часто) до теплового відчуття при випромінюванні високої потужності.

Біологічна дія ЕМП проявляється в порушенні діяльності нервової (в першу чергу ЦНС, що фіксується на електроенцефалограмі) і ендокринної систем, захисних реакцій організму, зниженні потенції, в результаті чого порушується дітородна функція. Всі спостерігаються зміни в стані організму можна представити у вигляді радіохвильової хвороби. Вона проявляється у вигляді трьох основних ознак:

- астеничний (пригнічений настрій, порушення пам'яті, неможливість запам'ятати слова, нервозність і ін)
- астено-вегетативний
- гіпоталамічний (з гормональними, статевими порушення та ін)

Подібні зміни можуть спостерігатися і в період магнітних бур, збільшується кількість серцево-судинних захворювань, погіршується стан хворих на гіпертонічну хворобу, порушуються процеси обміну речовин та ін..

Є дані про те, що ЕМІ негативно впливає на роботу епіфіза – придатка мозку, відповідального за регуляцію добових біоритмів; при тривалому сидінні перед комп'ютером з'являються ті ж ознаки, що і при десинхронозі (порушенні нормального ритму життєдіяльності), провокуються депресії, гіпертонічні кризи, інфаркти міокарда і навіть суїцид.

У міжнародній програмі, розробленої під егідою ВООЗ з біологічної дії ЕМП, наводиться точка зору, що захворювання на рак, зміни в поведінці, хвороба Паркінсона, хвороба Альцгеймера, синдром раптової зупинки серця у немовлят є наслідком впливу ЕМП.

До організаційних заходів щодо захисту від дії ЕМП належать:

- вибір режимів роботи випромінює устаткування, що забезпечує рівень випромінювання, що не перевищує гранично допустимий;
- обмеження місця і часу перебування в зоні дії ЕМВ (захист відстанню і часом), у тому числі при роботі з комп'ютером;
- позначення і огороження зон з підвищеним рівнем електромагнітних полів.

До інженерно-технічних захисних заходів відноситься екранування електромагнітних полів безпосередньо в місцях перебування людини (екранування джерел ЕМІ від людей і навпаки - екранування людей від джерел ЕМП).

4. Заходи щодо покращення екологічної безпеки житла.

Екологічно брудні будинки – це не фантазії вчених і фахівців, а реальний факт, від якого страждає безліч людей.

Останнім часом у всьому світі чітко простежується тенденція здорового способу життя і підвищений інтерес до екології. Повним ходом йде боротьба за екологічність у виробництві, упаковці і навіть в моді.

У продуктових магазинах намагаються упакувати покупки в паперові, а не поліетиленові пакети, а в модних магазинах, поруч зі шкіряними сумками, продаються еко-сумки, виготовлені з екологічно чистих матеріалів, які можна повністю переробляти при утилізації. Навіть якщо частково відмовитися від використання поліетиленової упаковки, можна зробити свій внесок у збереження навколишнього середовища. Але що щодо власного житла?

Зазвичай, вирує думка, що будинок – це надійне укриття від екологічних небезпек, забрудненого навколишнього середовища за вікном. Таке твердження є великою помилкою. Несприятливі для здоров'я фактори можна зустріти й у власному будинку. На щастя, вирішити екологічні проблеми житлових приміщень не так вже й складно. Небезпечні для здоров'я хімікати, забруднення та інші реагенти зустрічаються скрізь. Навіть просто сидячи на дивані і дивлячись телевизор людина піддається небезпеці. Вся справа в тому, що частинки тканини, яка покриває цей диван, можуть відриватися і попадати в дихальні шляхи людини, що, звичайно, добре на неї не впливає.

Звичайно, всі ці факти дуже лякають. Але виникає питання - як же поліпшити своє житло? Як зробити його більш безпечним? Нижче представлені кілька рад, які допоможуть поліпшити екологію будинку.

Постійно провітрюйте приміщення. Найпростіший і традиційний спосіб підтримувати екологію житла – провітрювання приміщень. При цьому потрібно враховувати той фактор, що повітря за вікном теж забруднене. Тому бажано провітрювати приміщення рано вранці, коли вуличний рух мінімальний і вечірній пил осів, а також після дощу (особливо після сильної грози). Більш складні та ефективні способи очищення повітря пов'язані з усуненням внутрішніх джерел забруднення повітря:

- Якщо є можливість, слід замінити газову плиту на електричну;
- У газових плитах повинні бути встановлені конфорки з високими ребрами, що забезпечить більш повне згоряння газу;
- Корисно встановити над газовою або електроплитою очищувач повітря (витяжку).
- Якщо фінансове положення дозволяє, потрібно забезпечити обробку меблів засобами з натуральних компонентів;
- При проведенні так званого «євро ремонту» не слід зловживати синтетичними матеріалами.

Очистіть будинок від хімічних засобів. Останні дослідження довели, що спреї для очищення поверхонь є основною причиною астми у дорослих. Також варто відзначити, що хімічні засоби для чищення не можна використовувати жінкам під час вагітності. Такі дії можуть привести до проблем з дихальними шляхами у дитини. Краще користуйтеся засобами на натуральній основі. Для очищення поверхонь можна використовувати прості очищуючі розчини, виготовлені на основі лимона, оцту і харчової соди.

Боріться з пилом. В 2002 році всесвітньо відома організація Greenpeace проаналізувала зразки пилу з сотні британських будинків і знайшла у багатьох з них такі небезпечні хімікати як ефір фталевої кислоти, бромовані вогнестійкі добавки, алкілфенол і оловоорганічне з'єднання. Тут допоможе вологе прибирання. І чим частіше, тим краще.

Садіть більше рослин. Хорошим, а головне природним, очисником повітря є рослини. І чим більше їх в будинку, тим краще. Повітря стає в середньому на 40% чистіше в кімнаті, де посажена рослина. Використовуючи рослини як природні очищувачі повітря, слід враховувати, що зволожені листя поглинає гази в 2-3 рази краще сухого. Видалення етилену здійснюється не тільки рослинами, але і ґрунтовими

мікроорганізмами, найбільша кількість яких знаходиться в багатих гумусом ґрунтах. Готові суміші з мікроелементами завжди в квіткових магазинах. Помітно поліпшують



самопочуття людини рослини, які заповнюють брак негативно заряджених іонів кисню: хвойні, цитруси, кротони. Всі рослини зменшують сухість повітря. Іонізують повітря також кімнатні фонтанчики.

Позбавтеся килимів. Килими є природними резервуарами для пилу, який часто є причиною астми та інших алергічних реакцій. Навіть у нових килимах містяться такі шкідливі речовини як бромованих вогнестійких добавка ВБЕ-209, пестициди пермітрін і трибутилолова (токсин, який впливає на імунну і репродуктивну системи) і

формальдегід. Намагайтеся використовувати для покриття підлоги натуральні матеріали і уникати килимів.

Обмежуйте використання електроприладів. Не залишайте включеним освітлення в кімнатах, якщо в цьому немає необхідності. Пам'ятайте, що близько 30% загального обсягу споживання електроенергії в побуті доводиться саме на освітлювальні прилади.

Не залишайте електроприлади в режимі очікування. Пам'ятайте, що навіть не працюючий на перший погляд, але не відключений від живлення телевизор або комп'ютер продовжує споживати електроенергію.

Намагайтеся використовувати електроприлади ефективно. Навіщо вашому кондиціонеру працювати вдень, коли ви на роботі, адже тепло або прохолода потрібні саме вам, а не вашому будинку. До того ж, якщо у вас встановлено багато тарифний лічильник, користування енергоємними приладами вночі обійдеться вам набагато дешевше.

Перш ніж відкрити холодильник, пам'ятаєте, що кожна зайва секунда його відкритих дверей обертається додатковими хвилинами роботи компресора. Доречно також завжди тримати холодильник повністю завантаженим. Адже що більше обсяг холодних продуктів, тим менше холоду втрачається при відкритті дверей. Навіть найбільш економічний сучасний холодильник за місяць споживає близько 35-40 кВт год. електроенергії, але споживання може вирости і до 80 кВт год., якщо не дотримуватися вищенаведених рекомендацій.

Заміна старих лампочок новими, енергозберігаючими – зменшить споживання електроенергії в 5 раз. Ще економічніше є світлодіодні лампи, які при тій же потужності споживають в 10 разів менше електроенергії, ніж звичайні лампи розжарювання.

При покупці нової побутової техніки намагайтеся купувати більш енергоефективну – класів А + і А, використання якої також дозволяє скоротити споживання електроенергії (наприклад, телевизори нового покоління споживають в 3-5 разів менше електроенергії, ніж старі).

Більш доцільно використовувати не звичайний стаціонарний комп'ютер, а ноутбук. Це дозволяє скоротити енергоспоживання майже в 5 раз.

Якщо ви перериваєте прасування більш ніж на хвилину, краще вимкнути праску, адже подібні сучасні прилади нагріваються до робочої температури за лічені секунди, а ось потужність їх складає 1,5-2кВт.

При користуванні електрочайником не кип'ятіть зайву воду. Додавайте стільки,

скільки це мінімально необхідно.

Для електроплити слід придбати спеціальний посуд, з нержавіючої сталі, при цьому дно посуду повинно бути не менше розміру конфорки, щоб уникнути втрат тепла. Вимикати плиту слід за 10-15 хвилин до повної готовності блюда. Дуже економний у використанні пароварка, яка споживає електроенергії в 5-6 разів менше.

Слідкуйте за спальнею. Приберіть електроприлади зі своєї спальні. Особливо не бажано тримати у спальні комп'ютери, адже вони містять токсичні метали (такі як кадмій, тетраетил свинець і ртуть), кислоти, пластмаси, речовини, містять хлор і бром. Не дихайте шкідливими випарами, коли спите. На ринку присутні матраци та постільну білизну, виготовлені з натуральних матеріалів. Саме їх бажано і використовувати.

Все перераховане вище це лише мала частина, яку кожен з нас може зробити для того, щоб жити в більш екологічно чистих умовах. Слідуючи цим простим радам можна значно поліпшити своє житло.

Практичний блок

1. Розробити план розміщення меблів для певної функціональної зони(вітальні, спальні, дитячої кімнати, кухні, ванної кімнати).
2. Підготувати доповідь «Вплив кольору на здоров'я людини».
3. Створити відеотеку «Фізичне забруднення оточуючого середовища у приміщенні».

Контроль та перевірка знань

1. Узгоджене і закономірне поєднання кольорів, що сприяє їх високої художньої виразності, це:
 - а) Колорит
 - б) Гармонія
 - в) Колірне сприйняття
 - г) Дизайн
2. Колір інтер'єру, що допомагає створити святкову і життєрадісну атмосферу, а також додати інтер'єру приміщення тепло і затишок, це:
 - а) Червоний
 - б) Помаранчевий
 - в) Жовтий
 - г) Зелений
3. Принцип екологічності в роботі дизайнера означає:
 - а) Використання образів природи в дизайні
 - б) Основний принцип, що означає прагнення людини до скоєного духовного стану
 - в) Використання екологічно чистих матеріалів
4. На яке забруднення частіше за все реагує організм людини у якої артроз?
 - а) Теплове
 - б) Світлове
 - в) Шумове
 - г) Радіоактивне
5. Які показники шуму несприятливо позначаються на здоров'ї людини?
 - а) 10-40 дБ
 - б) 35-60 дБ
 - в) 40-80 дБ
 - г) 80-100 дБ
6. На скільки категорій, як мінімум, потрібно сортувати сміття у себе вдома?
 - а) Органічне і неорганічне
 - б) Крім органіки і всього іншого, окремо треба виділити скло
 - в) Який сенс сортувати, якщо я викину всі ті пакети в один і той же смітник?

- г) Папір, пластик, метал, скло, органіка. Небезпечні відходи на кшталт батарейок - взагалі окремо
7. Який вплив має колір помешкання на організм і психіку людини?
 8. Показники екологічної безпеки. Які існують способи покращення екологічної безпеки житла?

КОНТРОЛЬНА РОБОТА ЗА МАТЕРІАЛАМИ ПЕРШОГО МОДУЛЯ

6. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ЗАВДАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ РОБІТ ЗМІСТОВНОГО МОДУЛЮ II «ПРАКТИКУМ З ОСНОВ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРЮВАННЯ».

Практична робота № 10

Технологія виготовлення подарункових упаковок з матеріалів різного призначення

1. Загальні відомості про технології виготовлення подарункових упаковок.
2. Короткі історичні відомості про виникнення та розвиток декоративних пакувань. Новітні тенденції в пакуванні подарунків.
3. Види декорування (драпірування тканиною, обробка декоративним шнуром, оздоблення квітами з атласних стрічок, намистинами, бісером).
4. Матеріали для декорування, їх властивості.
5. Проектування та виготовлення подарункової упаковки.
6. Презентація та оцінка роботи.

Інформаційний блок

1. Загальні відомості про технології виготовлення подарункових упаковок.

Головним завданням упаковки є – рекламування і просування продукції на ринку. Красива, якісна і оригінальна упаковка для будь-якої продукції – це як модний і стильний одяг «від кутюр». Товар на прилавках зустрічають «по одягу». Дане твердження буде актуально за всіх часів. Та й статистика невблаганна: красиво оформлений товар в яскравій і барвистій індивідуальній упаковці продається краще, частіше і набагато дорожче, ніж аналогічний товар у примітивній упаковці або взагалі без такої. Однак це не одна з його завдань. Упаковка – засіб чи комплекс засобів, що забезпечують захист продукції і навколишнього середовища від ушкоджень та втрат і полегшують процес транспортування, зберігання і реалізації продукції.

Роль упаковки і тари в торговельно-технологічному процесі визначається функціями, які вони виконують.

Ці функції зводяться до наступних: запобігання товару від шкідливого впливу зовнішнього середовища, а також зовнішнього середовища від шкідливого впливу товару; захист товару від впливу інших товарів; забезпечення умов для збереження кількості і якості товарів на всьому шляху їхнього руху зі сфери виробництва в сферу споживання; надання товару та інших вантажів необхідної мобільності і створення умов для механізації трудомістких операцій і більш ефективного використання складських і торгових площ, створення більш сприятливих умов для приймання товарів за кількістю та якістю і зручностей для кількісного їх обліку; виконання ролі носія комерційної інформації і торгової реклами; використання тари не тільки як засобу для розміщення товару, його транспортування і зберігання, але і як засоби для викладення і продажу товарів у торговельному залі магазину (тара-обладнання).

Використання сучасної упаковки, їх барвисте оформлення з необхідною рекламною інформаційним навантаженням дозволяють не тільки прискорити процес продажу товарів, полегшити їх споживання, але і чинять сильний естетичний вплив на

покупців. Розфасовка товарів у дрібну, зручну для споживачів тару полегшує і прискорює процес продажу, сприяючи підвищенню продуктивності праці торгових працівників, покращує показники роботи магазинів, підвищуючи культуру торговельного обслуговування.

Асортимент упаковок, використовуваної для розміщення товарів, постійно розширюється. Він поповнюється новими видами тари, що дозволяє розширити її функції, а отже, і зробити ще більш значущою в торговельно-технологічному процесі.

Тара, яка використовується для упаковки товарів, повинна відповідати ряду технічних, економічних і естетичних вимог.

Технічні вимоги передбачають, що матеріал, використовуваний для виробництва тари, її конструкція повинна відповідати властивостям помещеній в ній товарів. Вона повинна бути міцною і забезпечувати збереження товарів при перевезенні та зберіганні.

Упаковка повинна бути недорогою у виготовленні, портативною та зручною для транспортування, як з товаром, так і в порожньому вигляді. Вона повинна мати низький коефіцієнт власної маси (відношення маси до об'єму).

Упаковка повинна мати привабливий зовнішній вигляд, а її форма, колірне рішення, тексти та малюнки на ній повинні служити вихованню естетичних смаків у покупців.

Гарна сувенірна упаковка – не тільки гідна оздоба будь-якого, навіть самого скромного подарунку. Це можливість надати йому певної загадковості, продовжити годину передчуття дива – до того моменту, коли сам подарунок опиниться в руках адресата.



Види подарункової упаковки

На сучасному українському ринку подарункова упаковка представлена кількома видами товарів: коробками, пакетами і кольоровим папером або спеціальною фольгою.

Коробки різних розмірів і конфігурацій допомагають красиво оформити сувеніри, посуд, одяг, косметику, канцелярське приладдя, м'які іграшки – практично будь-який предмет або набір предметів, які ви вибираєте в якості подарунку. Сучасне виробництво такого роду упаковки дозволяє відповідати всім вимогам і смакують споживачам. Коробки лоткового типу і шкатулки, складні фігурні конструкції і моделі з демонстраційним віконцем – мабуть, самий ефектний варіант упаковки.

Кольорові пакети – простий і доступний спосіб оформлення подарунку. Вони зручні тим, що не мають жорсткої конструкції, а тому їх можна назвати універсальною упаковкою. Забезпечені ручками, пакети є не тільки засобом прикраси подарунку, але і зручною тарою для його перенесення і доставки безпосередню адресату. Крім того, як і коробки, якісні паперові або пластикові пакети можуть успішно застосовуватися і після свята. Таким чином, упаковка стає додатковим подарунком – не тільки гарною, але і корисною.



Яскравий папір або фольга дають можливість легко і швидко прикрасити непривабливу промислову упаковку, а декоративні стрічки, банти і «зірочки»

надають подарунку більш ошатний вигляд.

2. Короткі історичні відомості про виникнення та розвиток декоративних пакувань. Новітні тенденції в пакуванні подарунків.

Ще кілька століть тому дизайн упаковки сприймався як щось утилітарне (ГОСТ, артикул, завод-виробник, дата і т.д.), одноразове, готове після використання товару, відразу відправитися на звалище.

Законодавством по стандартизації упаковка визначається як засіб чи комплекс засобів, що забезпечують захист товару і навколишнього середовища від пошкодження і втрат і полегшують процес обігу товарів.

Але людину не можна змінити: досить згадати погоню за гарними пляшками, коробками і листівками в епоху радянської сірості. Французи були першими, які звели виробництво упаковок у ранг мистецтва. Упаковка – не просто рекламний знак, вона показник людської психології.

Упаковка завжди відповідала віянням часу та потреб суспільства. І хоча розвиток пакувальних технологій підпорядковано власними законами, розглядати його доводиться в паралелі з еволюцією людського суспільства.

На зорі людства потреби в упаковці архаїчного представника виду *homo sapiens* були самими примітивними: для зберігання і перенесення сипучих матеріалів і рідин він використовував природні засоби наприклад порожній гарбуз.

Сто тисяч років тому людина вже почала виготовляти знаряддя праці з дерева і кістки, а в якості ємностей став використовувати прості кошики з лози. Освоєння кремнію і вулканічного скла зумовило необхідність в «упаковці» для транспортування цих матеріалів.

Приблизно 10 тис. років тому, коли наші далекі предки почали освоювати родючі землі і почалося зародження ремесел, з'явилися більш різноманітні форми упаковки, що відповідають потребам аграрного господарства. У хід йшли переважно шкіра, плетені кошики і примітивна кераміка.

У наступні тисячоліття, відмічені появою і зникненням великих імперій, виникла традиція історичного літописання. У розвитку суспільства і технологій, зокрема технологій отримання матеріалів (кераміки, металів, скла, паперу), був зроблений воістину величезний стрибок. У цей же період були сформовані національні особливості і традиції, багато з яких дійшли до наших днів. Феодальна система, релігійні інститути, зростання міжнародної торгівлі, відкриття нових країн і військові кампанії породжували потребу в подальшому удосконаленні упаковки.

Широко використовувалися дерев'яні бочки і ящики, ткани мішки, плетені кошики і кераміка. А ось скло та папір у масових масштабах не використовувалось, оскільки уклад життя ще не вимагав широкого поширення цих матеріалів.

І нарешті, період 100-річної давності. ХХ століття, з його індустріалізацією та концентрацією населення у містах, стало століттям упаковки. Поява автомобіля та інших видів транспорту, розвиток сучасної роздрібною торгівлі стали вирішальними факторами нових пакувальних технологій.

Перш ніж детально розглядати тимчасову шкалу розвитку упаковки в останньому тисячолітті, варто відзначити і більш ранні ключові етапи. Навіть найперші основні пакувальні матеріали в тій чи іншій мірі використовуються і до цього дня. І справа тут не тільки в «застарілих технологіях», що збереглися як пережитки культури.

Якщо розташувати ці матеріали в порядку, *відповідному хронології їх відкриття, винаходи або освоєння в якості тари*, ми отримаємо таку картину:

– *природні матеріали* – шкіра тварин, роги, бамбук, порожні гарбуза, листя (100 тис. років тому);

– *оброблені природні матеріали* – плетені кошики, шкіряні ємності і т.д. (20 тис. років тому);

– *кераміка* – *амфори, кубки і т.д.* (8 тис. років тому). З'явилася на Середньому

Сході, але власне тарою стала лише після винаходу гончарного кола, коли почалося її масове виробництво (приблизно 1500 рік до н.е.) Дуже широке застосування амфори знайшли в класичний період історії;

– *скло* – 5 тис. років тому його маленькі шматочки застосовувалися як прикраси, але коли 2 тис. років тому в Фінікії навчилися видувати скло, з нього почали робити ємності. У Персії в V столітті до н.е. вино зберігали у великих скляних судинах. Єгиптяни використовували скляні посудини для зберігання дорогих косметичних засобів; а пізніше судини зі скла стали виробляти у великих кількостях і в Римі;

– *дерево* – бочки, ящики, пакувальні кліті (5 тис. років тому). Найдавніші зразки дерев'яних ящиків і плетених кошиків були виявлені в єгипетських гробницях. Римляни використовували дерев'яні бочки в масових кількостях, особливо для морських перевезень. Ця тара й донині застосовується у своєму первозданному вигляді. На Далекому Сході, в якості судин успішно використовувати коліна великих бамбукових дерев (іноді їх можна зустріти і сьогодні);

– *папір і целюлозне волокно* (2 тис. років тому). Винахідником папера вважається китаєць Кай Лун, 105 рік н.е. У X-XII століттях спосіб її виготовлення прийшов через Середній Схід (VIII століття н.е.) до Європи. Папірус, від якого походить слово «папір» у багатьох європейських мовах (наприклад англ. Paper), насправді являє собою зовсім інший матеріал, який виготовляли в Давньому Єгипті з складених хрест-навхрест листя водного рослини сімейства осокових. Зволожені, а потім висушені листи використовувалися для письма і друку. Власне папір з'явився через 2 тис. років;

– *метал* – залізо, олово, свинець і алюміній (200 років тому). Хоча ранні періоди розвитку людства і були названі «бронзовим» і «залізним» століттями у відповідності з використанням цих металів (зрозуміло, з них виготовляли також судини і інші ємності), широке розповсюдження металева тара отримала лише на початку XIX століття;

– *пластмаса* – включення її до категорії матеріалів, що використовувалися ще до X століття н.е., можливо, викличе подив, але природні полімери, такі як ріг, смола, шелак, бурштин, віск і бітум, а також пробка і шовк, застосовувалися для склеювання, запечатування і як плавких речовин задовго до цього періоду. Сучасні пластмаси, або синтетичні полімери, з'явилися приблизно 80 років тому, хоча деякі матеріали, такі як целулоїд, дозволяють накинути ще півстоліття.

Зрозуміло, вказані тут терміни дуже приблизні, а про форми «упаковки» доводиться тільки будувати припущення, хоча і дуже ймовірні. Список можна було б доповнити пунктом «Складові матеріали», близьким за термінами до пластмас. Мається на увазі широке застосування синтетичних полімерів у змішаних або композитних формах.

Хоча кінець першого тисячоліття не відрізнявся нічим особливим, саме тоді зароджувалися великі соціальні зміни, що вплинули на упаковку (а в деяких випадках вони і самі ставали можливими лише завдяки її розвитку). У феодальну епоху нечисленні багаті люди потребували тару для перевезення і зберігання своїх речей. Величезні армії (в обох сенсах) їх підданих потребували продовольстві, а самі феодали дозволяли собі розкіш купувати дорогі заморські товари. І все це вимагало тари. Масові епідемії чуми та інших хвороб, вражаючи (так само, як і тепер) в основному бідних і незаможних, приводили до селянських повстань та громадянських воєн, в результаті чого в кінцевому підсумку була встановлена більш прогресивна парламентська система. Все це, а також промислова революція XVIII-XIX століть, сприяло зростанню численного середнього класу. Емансипація, освіта та набуття цивільних і політичних прав на початку XX століття викликали менш жорстоку, але не менш значиму соціальну революцію.

Вислів «потреба мати винаходи» повною мірою справедливо стосовно упаковки. Саме потреба настійно підштовхує людину до багатьох дуже важливих відкриттів. Як відомо, в 1795 році Наполеон пообіцяв нагороду в 12 тис. франків тому, хто придумає спосіб тривалого зберігання продовольства для його армії. У результаті на основі

розробок Нікола Аперта в Дартфорді Брайаном Донкін була побудована перша в світі консервна фабрика.

Необхідно відзначити, що на рубежі XIX і XX ст. для покупця була важливіше не марка виробника, а прізвище торговця. Ці прізвища грали роль словесних товарних знаків і служили гарантією якості. Уральські торговці для залучення клієнтів випускали вигадливі і багаті картинки, які не наклеювалися на пляшку, а прив'язувалися до неї стрічкою і засвідчувалися червоною сургучевою печаткою.

Зовсім в іншому вигляді постає перед нами епоха перших п'ятирічок.

Час економії і зживання буржуазних звичок спотворило зовнішній вигляд етикетки, а дизайн упаковки був забутий на довгі роки. Вони друкувалися на поганому папері, з мінімумом фарб, деталей та інформації.

У середині дев'яностих ринок вимагав відродження традицій виробництва елітних упаковок. Для цього було необхідно найсучасніше обладнання, що дозволяє здійснювати тонкі і специфічні операції: друк фолієвими фарбами по металізованому паперу і фользі; припресовка голографічних фірмових знаків; конгревне тиснення, високоточне різання і фігурна висічка; тиснення фольгою, в тому числі і дифракційне. Сьогодні, ми зустрічаємо всілякий дизайн упаковки – від сліпучого блискучого до химерного вирізаного, радість очей, що змушує жити в передчутті свята.

Можна бути впевненим, що роль упаковки вторинна тільки по відношенню до властивостей самого продукту. Насправді, упаковка може грати, а часом і грає вирішальну роль в сприйнятті бренду.

3. Види декорування (драпірування тканиною, обробка декоративним шнуром, оздоблення квітами з атласних стрічок, намистинами, бісером).

Драпірування тканиною подарунків – дрібні не запрасовані складки тканини на коробці для його оздоблення.

Тканини для декорування можуть використовуватися самі різні:

- бавовна;
- шовк;
- фетровий тканина;
- мішковина;
- джинсова тканина;
- можна використовувати навіть рукав від светри.

Використання атласних стрічок в декорування подарунків дозволяє створювати красиві і ефектні вироби. Оригінальні квіткові атласні композиції будуть радувати прекрасним видом, при належному догляді не втратять своєї привабливості і, на відміну від свіжорізаних, ніколи не зів'януть. Це можуть бути троянди, соняшники, гіацинти, кульбаби та ін.

Декоративний шнур та тасьма використовуються у декоруванні подарунків елементи у поєднанні з квітковими, тканинними та іншими композиціями.

Бісер, намистини – маленькі декоративні об'єкти з отвором для нанизування на нитку або дріт. Як альтернатива, пластикові бісерини можуть бути наплавлені на нитку в процесі виробництва. Бісерини можуть бути розміром менше міліметра, а можуть бути діаметром більше сантиметра або навіть декількох сантиметрів. З них виходять гарні квіточки з листочками, дзвіночки, бантики, тваринки та ін. Ці прикраси вирізняються оригінальністю та елегантністю.

4. Матеріали для декорування, їх властивості.

Для упаковки і прикраси подарунків можна використовувати найрізноманітніші матеріали. У кухні знайдуться формочки для пирогів і печива, столові ложки, банки від кави, консервів, чаю і багато іншого. Перевірте вашу майстерню або кабінет – ви знайдете там лінійки, пензлики та інші дрібні інструменти, які можна використовувати в якості забавних прикрас. Для садівників-аматорів відмінно підійдуть пакетики насіння, садовий

інструмент або рукавички, квіткові горщики, сушені трави, живці та квітки рослин.

Зовсім не обов'язково використовувати дорогий *обгортковий папір*. Підійде і *газетний папір*, і *проста пакувальна*, і *старі карти і атласи*, і *алюмінієва фольга*. Циліндричні коробки-тубуси від картопляних чіпсів, взуттєві коробки, сірникові коробки,



коробки від цукерок і шоколаду відмінно обклеюються залишками паперу. Банки від печива прикрасьте за допомогою серветок – вони будуть привертати увагу і радувати око навіть після того, як подарунок відкриють.

У господарських або канцелярських магазинах ви знайдете *картон* різних кольорів і різної товщини, пористу гумову губку, глясовий папір, папір з екзотичних рослин, папірус, райдужну папір, гофрокартон, картон з вже нанесеним малюнком, золоту та срібну фольгу і багато іншого. Оскільки такі спеціальні матеріали завжди кілька

дорогувати, використовуйте їх по можливості економно – вирізуйте смуги або необхідні фрагменти і наклеюйте на загальну упаковку подарунка в якості декору.

Комбінуйте різні види *стрічок*, наприклад, атласні, ткани з прикрасою з намистин, металізовані, мереживні та інші. Ви будете приємно здивовані тим, які ефектні і розкішні банти виходять із цих стрічок.

5.Проектування та виготовлення подарункової упаковки.

6.Презентація та оцінка роботи.

Практичний блок

1. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Історичні відомості про виникнення та розвиток декоративних пакувань. Новітні тенденції в пакуванні подарунків».

2. Створити відео теку «Види декорування».

3. Спроекувати та виготовити подарункову упаковку до свята за вибором: День Народження, 8 березня, Новий рік, день святого Валентина та ін.

4. Презентувати та оцінити роботу.

Контроль та перевірка знань

1. Країна, яка перша звала виробництво упаковок у ранг мистецтва, це:

- а) Італія
- б) Англія
- в) Франція
- г) Іспанія

2. Природні матеріали з яких виготовляють упаковку це:

- а) шкіра тварин, роги, бамбук, листя
- б) листя, плетені кошики, шкіряні ємності

- в) шкіра тварин, залізо, олово, порожні гарбуза
 - г) порожні гарбуза, пластмаса, шкіра тварин
3. Яка відома людина пообіцяла нагороду в 12 тис. франків тому, хто придумає спосіб тривалого зберігання продовольства для його армії?
- а) Петро I
 - б) Наполеон
 - в) Катерина II
 - г) Фернандо Магеллан
4. Які торговці, для залучення клієнтів випускали вигадливі і багаті картинки, котрі прив'язувалися до пляшки стрічкою і засвідчувалися червоною сургучевою печаткою:
- а) Італійські
 - б) Еквадорські
 - в) Уральські
 - г) Карпатські
5. Який порядок відповідає хронології відкриття чи удосконаленню тари.
- а) Кераміка, скло, дерево, папір
 - б) Дерево, природні матеріали, метал, скло
 - в) Пластмаса, кераміка, папір, метал
 - г) Метал, скло, кераміка, дерево
6. Заходи, які не сприяли прогресу упаковки і тари – це:
- а) Збільшення населення країн
 - б) Примхи багатіїв
 - в) Розповсюдження кулінарних фестивалів
 - г) Військові компанії
7. Які функції виконують упаковка і тара в торговельно-технологічному процесі?
8. Назвіть речі і матеріали, які можуть слугувати для декорування подарунків.

Практична робота № 11

Технологія виготовлення виробів з текстильних матеріалів та застосування їх у побуті

1. Види виробів з текстильних матеріалів у помешканні.
2. Технологічні процеси виготовлення виробів із текстильних матеріалів.
3. Компоненти оформлення інтер'єру житла за допомогою виробів з текстильних матеріалів.
4. Стиль у виготовленні та декоруванні виробів.
5. Використання виробів декоративно-ужиткового мистецтва в інтер'єрі дому.

Інформаційний блок

1. Види виробів з текстильних матеріалів у помешканні.

До текстильних товарів відносять виготовлені з волокон і ниток тканини, штучне хутро, килими і килимові вироби, неткані і дубльовані матеріали, конопляно-джутові вироби і т.д.

Килимові вироби – це художні текстильні вироби побутового призначення.

Класифікуються килимові вироби за:

– способом виробництва – ручного і машинного виробництва. Машинного, у свою чергу, поділяють на пруткові, двополотняні, стрічкові. Неткані килими випускають прошивні, трикотажні, голкопробивні, клейові;

– характером поверхні – ворсові, безворсові і комбіновані. Залежно від будови ворсової поверхні розрізняють килими з розрізним, нерозрізним (петельним), комбінованим ворсом, з тисненим малюнком;

– висотою ворсу – низьковорсові (до 4 мм), середньоворсові (4–6 мм), високоворсові (6–10 мм) і рельєфні;

– видом і складом сировини – чистошерстяні, напівшерстяні, з хімічних волокон і джгута;

– характером формування малюнків ворсової поверхні;

– композиційною побудовою орнаменту (геометричний, рослинний, медальйонний, газонний, тематичний, пейзажний, портретний, предметний);

– видом оздоблення – неапретовані, апретовані, зі спеціальними видами оброблення - такі, що мало збігаються, протимольні.

Розміри: близько 60 см; від 70x124 до 300x500 см.

Постільна білизна, також постіль – вироби з тканини, які стеляться з гігієнічною та декоративною метою на матрац у ліжку.

До комплекту постільної білизни зазвичай входять: простирадло, підковдра, ковдра, наволочка.

Оскільки шкіра людини виділяє вологу, матеріал обов'язково повинен бути гігроскопічним. Тому постільна білизна зазвичай виготовляється з природного (натурального) матеріалу: бавовна, сатин, льон, шовк, вовна. Буває й комбінований матеріал: частина натурального, а частина синтетики.

Також буває так звана «об'ємна білизна», яку не потрібно прасувати й на якій не ковзасш.

Для антиалергенної білизни можуть використовуватися матеріали з добавкою срібла в тому або іншому виді. Срібло має також антибактеріальні властивості

За розмірами постільна білизна буває півтораспальною і двоспальною. Розміри ці стандартизовані.

Штори, фіранки або занавіски – загальне найменування побутових функціонально-декоративних віконних завіс з тканинних матеріалів. Ці слова іноді вживають як синоніми, хоча між ними є деякі відмінності.

Штора (від фр. store < лат. storea – «циновка») – віконна занавіска, яка згортається в рулон, піднімається або відсувається переважно з допомогою шнура.

Фіранка (від нім. Vorhang – «те, що висить спереду») – загальніше позначення занавіски.

Гардина (від нім. Gardine < фр. courtine – «порт'єра», «куртина») – занавіска на все вікно.

Порт'єра (від фр. portière < porte – «двері») – завіса з важкої, щільної тканини на дверях або на вікні.

Столова білизна. Найпрактичнішою тканиною, з якої виготовляють скатертини, є тканина з льону. Це полотно виготовляють із льняного волокна різної нумерації, завдяки чому отримують полотно різної товщини та якості. Розвиток ткацтва дозволяє сьогодні виготовляти льняні тканини як простого (простирадловий льон) так і декоративного ткання (жакардовий льон). Відповідно промисловість шие скатертини з врахуванням якості цих тканин. Найрозповсюдженішим видом є скатертини з жакардового льону.

Винайдення стійких барвників дозволяє сьогодні отримувати льняні скатертини будь-якого відтінку та забарвлення. Нова техніка міцного фарбування сприяла виникненню цілого напрямку – художнє друкування на полотні. Тепер художник розробляє тематичний малюнок скатертини (новорічний, святковий, весняний і т. д.),



виготовляються матриці і на спеціальних станках на полотно наносяться малюнки в 3–8 кольорах. Після відповідного термічного оброблення такі скатертини не втрачають кольорів під час прання, є чудовою прикрасою торгового залу.

Комплекти білизни використовуємо в залежності від пори року і таким чином змінюємо інтер'єр торгового залу ресторану чи кафе.

Однак для виготовлення скатертин використовують не тільки льняне полотно. Виникнення дорогих, престижних та фешенебельних ресторанів, кафе та барів викликало нові підходи до сервірування, а отже і до використання білизни. Стали застосовувати яскраві та вишукані скатертини з непрактичних, для багаторазового використання, тканин – бавовни, шовку, штапелю і т. д. У таких закладах їх використовують 1–3 рази і утилізують.

Найбільше забруднюються скатертини у площині кришки стола. Виник цілий напрямок у накритті столів, а саме – драпірування полотном. Кришку стола оббивають м'яким сукном і до його країв короткими шпильками пристібається спідничка з будь-якої тканини, що драпірується (легко складається в складки). Сама кришка стола покривається скатертиною звичайних або зменшених розмірів, з будь-якої тканини.

У залежності від того, якого вигляду хочемо придати столу, спіднички виготовляють з шовку, панбархату, крепдешину інших тканин, що піддаються драпіруванню. Їх комбінують з різними тканинами, оздобами і аксесуарами. Можливості декоративного оздоблення столів білизною стали практично необмеженими.

Це стосується і полотняних серветок. Традиційно їх шують з льняного полотна, але в залежності від категорії закладу, вони можуть бути пошиті з будь-якого, придатного для цієї мети, матеріалу.

Рушники для офіціантів шують, як правило, самі підприємства, традиційно – це тканина з льону, колір класичний, білий.

У відповідності з розмірами кришок столів промисловість шиє скатертини та серветки таких розмірів:

- скатертини (135x135 см) квадратні;
- скатертини (150x150 см) квадратні;
- скатертини (135x195 см) прямокутні;
- скатертини (150x225 см) прямокутні;
- скатертини бенкетні (150x250 см);
- скатертини бенкетні (150x150 см);
- полотно бенкетне (шир. 150 см);
- серветки столові (46x46 см);
- серветки столові (40x40 см)
- серветки десертні (30x30 см) кольорові;
- серветки спеціальні столові (60x40 см) – для спеціальних способів складання
- серветки спеціальні столові круглі (діаметр 45 см);
- серветки персональні для накриття стола (60x60 см) квадратні або округлі;
- рушники офіціантські (40x70 см);
- рушники для протирання столового посуду (35x85 см);
- рушники для посудомийного відділення (40x100 см).

Столову білизну маркують маркером підприємства в місцях, невидимих для відвідувача, як правило це роблять тушшю з наступним заправовуванням гарячою праскою. Якщо є білизна з друкованим малюнком, фірмовий знак підприємства художник включає в малюнок скатертини або серветки. Маркування білизни сприяє її збереженню та обліку.

Рушник – довгастий шматок тканини (бавовняної, лляної, полотняної і т. ін.) для витирання обличчя, тіла, посуду тощо. Знімає з предметів рідину шляхом вбирання або

тертя при прямому контакті. У східних слов'ян рушник традиційно був з вишитим або витканим візерунком.

Традиційно побутовий рушник для рук називали «рушник-утирач» або просто «утирач» (для посуду – «стирок») – на відміну від інших видів рушників (кілкових, божників, плечевих, подаркових), що відомі зараз як «український традиційний рушник»

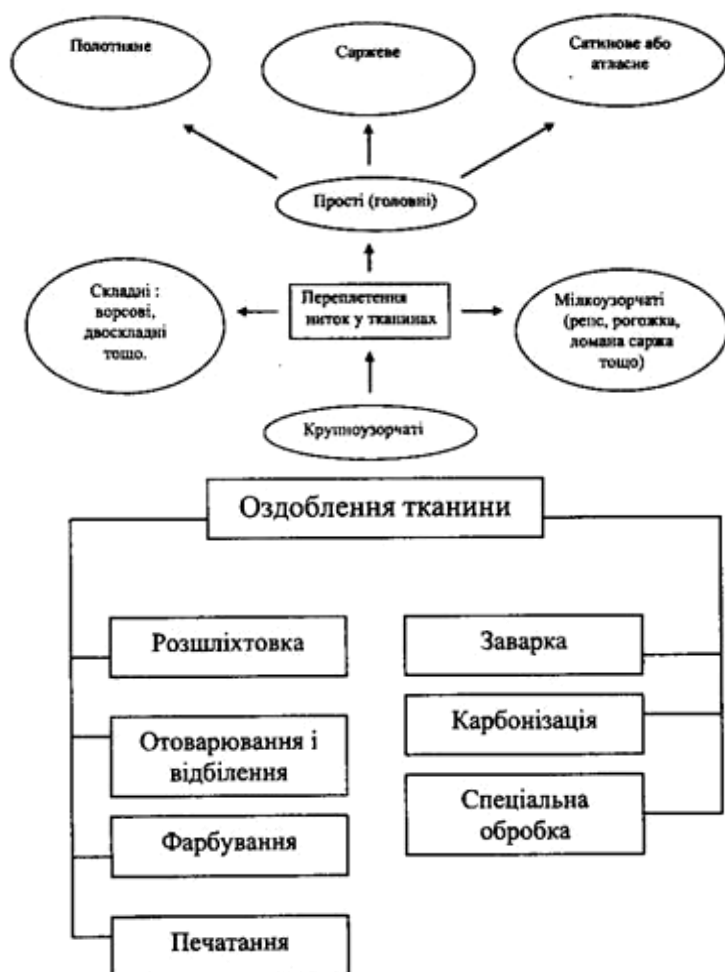
Види рушників:

- Одноразовий рушник.
- Паперовий рушник.
- Рушник для ванни.
- Спортивні рушники.
- Рушник з мікрофібри.

Рушник в українській культурі (український традиційний рушник) – це прямокутний шмат лляного чи конопляного полотна, що має на кінцях, а часто і на всьому полі різноманітні вишиті або виткані композиції, які відображають світогляд та звичаї предків, несуть інформацію про добро, достаток, здоров'я. Рушники є символом матеріальної культури слов'ян, важливою складовою обрядів та ритуалів.

Існували такі види рушників:

- Божник – рушник для оздоблення ікон;
- Кілковий – багато вишитий рушник для ікон, картин;
- Плечевий – рушник, що пов'язували через плече сватам у шлюбних обрядах;
- Подарковий – дешевий рушник для весільних подарунків;
- Утирач – рушник для витирання рук, те ж саме, що й сучасний побутовий рушник;
- Стирок – рушник для витирання посуду.



2. Технологічні процеси виготовлення виробів із текстильних матеріалів.

З волокон і пряжі виготовляють текстильні товари: тканини, килими, килимові вироби. Серед текстильних товарів широко використовуються тканини і трикотаж.

Тканини – це вироби з волокон і ниток шляхом взаємного переплетіння двох систем – основи та утка. Ткацьких переплетень багато і їх поділяють на чотири класи.

Щоб отримати тканину, вихідну сировину (пряжа, нитки) необхідно ретельно підготувати, тому ткацьке виробництво поділяють на підготовчі процеси до ткацтва і власне ткацтво.

До *підготовчих процесів* відносяться формування системи ниток основи (отримання ткацького навою) і забезпечення здатності до ткання ниток утку.

Формування системи ниток основи складається з процесів:

- перемотування;
- снування;
- шліхтування;
- заправка основи в ткацький верстат.

Перераховані заправні операції проводять у випадку, якщо використовують новий верстат або замінюють вид тканини, яку планують отримати. Під час масового виробництва, по закінченні ткання з одного навою, нитки основи зрізають перед ламельним механізмом, знімають порожній навій, а на його місце кріплять новий, нитки якого прив'язують з допомогою пересувних вузлов'язальних автоматів, або присувають до кінців ниток попереднього навою, що уже протягнуті у отвори ламелей ремізок.

Трикотажні вироби – це вироби, виготовлені з пряжі, ниток машинним або ручним засобом. Процес виробництва трикотажу складається з операцій підготовки пряжі до в'язання, в'язання трикотажних виробів і полотен, оздоблення та пошив виробів з полотна.

3. Компоненти оформлення інтер'єру житла за допомогою виробів з текстильних матеріалів.

Більшу частину свого життя людина проводить у приміщеннях: житлових чи виробничих. Мабуть, саме цим пояснюється наша цікавість до дизайну й якості предметів інтер'єрного призначення: меблів, санітарно-технічного обладнання, приладів для освітлення помешкання, аксесуарів, предметів декору, кімнатних квітів тощо.

Надійність і форма таких виробів та їх технічна й економічна ефективність значною мірою залежать від матеріалів, з яких їх виготовлено. Сучасне виробництво має в своєму розпорядженні широкий вибір матеріалів. Метал, скло, бетон, натуральне дерево, пластик, папір є серед них традиційними. Ці матеріали ми можемо побачити в кожній звичайній оселі, а їх використання визначається характером конструкції предметів, призначенням та умовами експлуатації.

В об'єктах елементарної конструкції матеріал використовується в моноліті, наприклад, у пластиковому посуді або металевих інструментах. Тобто, у найпростіших конструкціях форма об'єктів в основному залежить від самого матеріалу. Так, меблі, у яких використовується метал як основний конструкційний матеріал, відрізняються більш вільною формою та можливістю її трансформації. Але, у більшості випадків, матеріал впливає на форму не безпосередньо, а через конструкцію.



Вплив нових матеріалів на форму здійснюється не автоматично, іноді деякий час зберігається традиційний зовнішній вигляд виробів. А перетворення можливі тільки завдяки творчому підходу дизайнерів до процесу проектування. Однією з основних вимог при цьому є те, що виріб має бути максимально економічним не тільки в процесі виробництва, а й під час його експлуатації.

Дизайн – це проектна діяльність, спрямована на створення цілісного гармонійного предметно-технічного середовища життєдіяльності людини. Дизайн інтер'єру є важливим

фактором виявлення, а також формування у людей художніх поглядів і естетичних запитів.

Інтер'єр – це внутрішній простір громадської, житлової чи промислової будівлі.

Дизайн інтер'єру – проектування, опорядження, декорування та обстановка внутрішніх приміщень будівлі.

Вироби інтер'єрного призначення – побутова техніка, обладнання, пристрої, меблі, посуд, архітектурні та декоративні елементи, які заповнюють внутрішній простір будь-якого приміщення.

Декорування – це прикраса (від французького *decor* – прикрашати). Декорувати можна що завгодно: стіни, меблі, двері, вікна, посуд, подушки, фіранки тощо. Людина завжди прагнула зробити своє житло красивим. Первісний мисливець натхненно видряпував малюнки на стінах печери, давньогрецькі художники створювали незвичайні фрески, а наші з вами бабусі старанно вишивали скатертини й рушники, дідуся прикрашали різьбленням дерев'яні двері, предмети побуту тощо. Ми теж прагнемо зробити свої оселі затишними й красивими. Цей процес не такий складний, як здається, й може бути досить захоплюючим.

Зазвичай декорування приміщень здійснюють за допомогою кольору, світла й фактури.

Колір впливає на наш настрій і самопочуття. Яскраві відтінки спонукають до творчості, світло-зелені – заспокоюють, а блакитні дарують прохолоду в спеку.

У кожному будинку особливе значення відіграє освітлення. Світло, яке використовується з метою декорування, повинно бути різноманітним і різноманітним за інтенсивністю. Наприклад, яскраве верхнє освітлення для прийому гостей і затишна напівтемрява для сімейної вечери.

Фактура поверхонь теж дуже важлива. Так, ласкавий плюш обіцяє приємну дрімоту, а глянець скла і металу закликають до дії.

Декорувати інтер'єр також можна деталями, що надають кожній кімнаті особливого характеру. Якщо в квартирі зроблено ремонт, у результаті якого гармонійно підібрані кольори, поєднуються матеріали, у кімнатах розставлені меблі, то вдихнути життя в оселю можна тільки завдяки деталям. Такими деталями можуть бути будь-які вироби, що доповнюють собою предметне середовище приміщення, роблять його образ незабутнім і додають завершеність будь-якій дизайнерській ідеї, й називаються предметами інтер'єру.

Перед тим, як декорувати приміщення новим, спеціально виготовленим для нього предметом інтер'єру або виробом, що раніше вже використовувався, але потребує внесення певних змін у свій зовнішній вигляд, необхідно здійснити опорядження його поверхні.

Опорядження виробу є одним із етапів технологічного процесу його виготовлення, під час якого йому надається гарного зовнішнього вигляду. Без цього етапу предмет буде здаватися незавершеним, а іноді взагалі може втратити своє функціональне призначення. Вироби, які створюють предметне середовище приміщень різного призначення, можуть бути виготовлені з різних матеріалів. Відповідно способи їх опорядження теж матимуть свої особливості.

Як відомо, опорядження виробів з тонколистового металу та дроту здійснюють шліфуванням, поліруванням та, за необхідності, фарбуванням.

Вироби з деревини теж можна шліфувати та полірувати, щоб надати їм привабливого вигляду й виділити текстуру. При опорядженні виробів із деревини досить часто на них наносять прозоре й непрозоре покриття.

Щоб покращити декоративні якості виробів з деревини, застосовують імітаційне опорядження різними барвниками (для підсилення їх кольору), аерографією (для створення нової структури деревини), текстурними папером, тканиною, полівінілхлоридною декоративною плівкою з наступним ламінуванням, декоративним

пластиком (для імітації бажаної структури деревини). Також можна виконати спеціальне опорядження деревини під метал. Для цього використовують олово, цинк, свинець, мідь, латунь, алюміній, бронзу у вигляді дроту діаметром 1...2,5мм. Дріт закладають у металізатор, де він плавиться і в рідкому стані розпилюється на деревину. Після шліфування і полірування металізоване покриття стає блискучим.

Види декорування виробу. Чудовою можливістю змінити знайомий вигляд виробу інтер'єрного призначення є його декорування. Декорування приміщень – це практично найактуальніша проблема на сьогоднішній день. Основна мета декорування – це досягнення естетичної єдності опорядження приміщення, меблевого оздоблення і декоративних аксесуарів.

Зовсім необов'язково, щоб предмети інтер'єру були дорогими й новими. Завершити їх оформлення може допомогти декоратор – художник, який спеціалізується на декоруванні різних поверхонь та предметів. Кожен декоратор може з будь-якої, на перший погляд, непривабливої речі, зробити неповторну деталь інтер'єру.

Але багато хто сьогодні вибирає *хенд-мейд* – декор, що зроблений своїми руками. Він у багато разів більш цінний і дорогий серцю, ніж декор найвідомішого дизайнера. Своїми руками можна зі звичайних речей створити оригінальний годинник, витончену люстру, дизайнерський столик, підставку ручної роботи, неповторні штори, фото-рамки тощо. Для ручного декорування виробів можна вибрати будь-який із його видів. Це можуть бути як традиційні види художньої обробки матеріалів, з яких виготовлені предмети інтер'єру, так і менш властиві їм види декорування. Розглянемо найбільш поширені з них.

Традиційно вироби декорують елементами художньої обробки матеріалів. Зокрема, декорувати предмети з деревини можна випалюванням (пірографія, піротипія), мозаїкою (інкрустація, інтарсія, маркетрі) або різьбленням (плоско-рельєфне, рельєфне, прорізне, об'ємне або скульптурне).

До найпоширеніших видів декорування виробів з металу належать: карбування, інкрустація, тиснення (штампування).

Одним із досить простих видів декорування є нанесення на поверхню малюнка або орнаменту за допомогою трафарету. Цей метод прикрашання інтер'єру є дуже популярним у Європі. Спеціальне лекало або трафарет можна придбати в звичайному будівельному магазині або виготовити самостійно і за його допомогою оригінальний малюнок можна нанести на будь-який виріб предметного середовища (корпусні меблі, посуд) або, навіть, на стіну.

Так само просто декорувати поверхні предметів *розписом* або *аплікацією* (залежно від умінь і бажаного ефекту). Така техніка буде чудово виглядати й щодня радувати око. Якщо розпис виконати досить складно, бо він вимагає певних навичок, то з аплікацією впорається навіть дитина, основне – вибрати потрібний малюнок і підібрати колір.

Одним з найкращих рішень при декоруванні скляних поверхонь, наприклад, дверей є використання *вітражів*, які зараз у моді. У звичайній квартирі вітражі для дверей краще підбирати з цікавим, але не занадто яскравим малюнком. Двері вітальні, наприклад, може прикрашати вітраж, на якому зображений квітучий сад. Двері спальні будуть гарно виглядати, якщо на вітражі будуть зірки й місяць. Двері в кухню може прикрашати вітраж із зображенням багатого столу, фруктів тощо.

Останнім часом стало дуже популярно декорувати меблі, посуд та інші предмети інтер'єру за допомогою *декупажа*. Цей вид декорування доступний абсолютно всім і, разом з тим, може перетворити звичайну пусту пляшку, стару тарілку або кавовий столик у витвір мистецтва.

Часом нам дуже шкода розлучатися зі старими меблями, крім того, це зовсім необов'язково робити. До видів декорування, які надають старим меблям й іншим речам нового життя, можна віднести покриття предметів або їх частини *емаллю*. Вона наноситься безпосередньо на їх поверхню без попередньої підготовки. Найчастіше цей

вид декору використовується тоді, коли треба приховати якісь недоліки. Популярним є також *патинування* – це такий декоративний прийом, синонімом якого є імітація зістареного матеріалу. Робиться це за допомогою нанесення спеціального синтетичного матеріалу (патини), у результаті чого з'являється ефект окислення, потертості, характерних для антикварних меблів.

За допомогою цієї техніки можна зістарити фарбовані або лаковані вироби. Особливий, святковий вигляд надає таким речам *позолота*. Вона наноситься шляхом використання спеціальної позолоченої фольги (сусальне золото) або бронзового порошку. За подібною технологією здійснюється не тільки золочення, а й сріблення поверхонь різних предметів. Такий метод, до того ж, захищає дерев'яні вироби від гниття, а металеві від корозії. За його допомогою можна приховати відколи, подряпини тощо.

Сьогодні все частіше інтер'єр декорують *текстилем*, завдяки його екологічності та безпеці. За допомогою тканин можна створити неповторну атмосферу затишку і комфорту, яка буде виглядати дуже стильно.

Домашній текстиль може або контрастувати з основними кольорами інтер'єру, або нюансно доповнювати їх. Головне, щоб вибрані кольори поєднувалися між собою. Тканина в елементах декору може бути як однотонною, так і з малюнком. До того ж її можна розписати власноруч і отримати оригінальну чудову річ в одному екземплярі.

Мозаїка – це такий вид декорування, який використовується не тільки на поверхнях з деревини. Нею можна прикрашати будь-що в своїй оселі, включаючи стіни, двері, підвіконня. Це дуже просто і цікаво, при цьому можна створити свій власний, неповторний візерунок з битих черепків посуду, шматочків скла та кахельної плитки.

Ідей, як краще декорувати приміщення, існує чимало. Однією з кращих, поза всяким сумнівом, є ідея декорувати приміщення за допомогою *кімнатних рослин*. Вони роблять приміщення обжитим і при цьому виділяють кисень, поглинаючи вуглекислий газ. Квіти можна кріпити на стінах, ставити на підвіконнях, підлозі, прикрашати ними столи, тумбочки, створювати з них куточки природи, зонувати ними приміщення.

Отже, декорування предметів інтер'єру власними руками є досить продуктивним, і в той же час, цікавим заняттям. Важливо тільки пам'ятати, що для створення гармонійного простору, в одній кімнаті має бути не більше п'яти предметів, які акцентують на собі увагу.

4. Стиль у виготовленні та декоруванні виробів.

Історично сформована сукупність творчих принципів, характеру і особливостей вираження, найбільш істотних ознак матеріальної і духовної культури, що створюється суспільством, визначається як *стиль* певної епохи.

Наразі існує багато сучасних стилів дизайну. Найбільш популярними серед них є авангард, біодизайн, стиль фьюжн, футуродизайн, авторський дизайн, етнодизайн та інші.

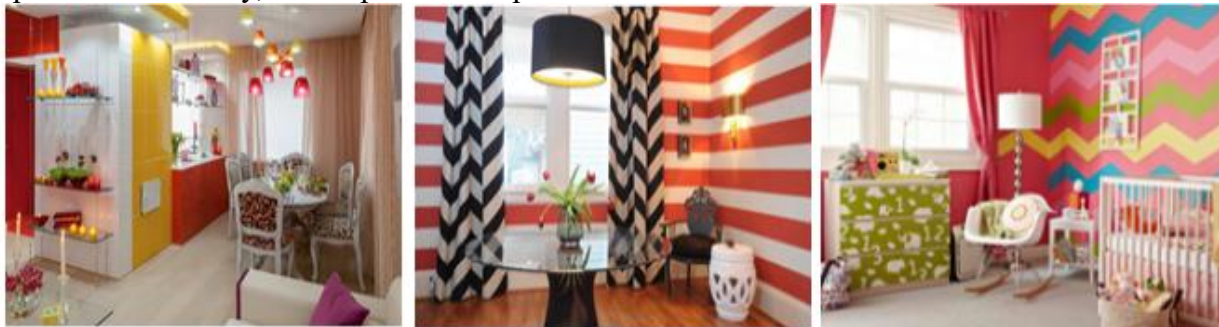
Авангард виник як художній і архітектурний стиль на початку ХХ ст. в колі передової, революційно налаштованої щодо мистецтва молоді. Тому саме Україна, Росія, Білорусь дали видатних теоретиків і практиків авангардизму. В авангарді дизайн інтер'єру створюється на контрасті. Контраст присутній в усьому. Найбільш непоєднані кольори і форми поєднуються в авангарді. Але при цьому авангард – це не хаос. Стиль будується на почутті ритму, кольору і форми.

В інтер'єрі стилю авангард знаходять застосування практично будь-які матеріали. Однак перевага надається найсучаснішим і передовим для свого часу: новим видам шпакатурки, шпалер, лакофарбових матеріалів, ламінованим покриттям, будь-яким передовим матеріалам часу.

В авангарді дизайнер використовує чисті кольори: білий, червоний, жовтий, зелений, чорний та інші. Усі стіни можуть бути пофарбовані в контрастні кольори, а може контрастною бути тільки одна з них. Меблі й предмети інтер'єру добираються контрастними за кольором до стін і до підлоги. Наприклад, уздовж білої стіни можуть

стояти червоні меблі, або торшер чорного кольору. Контраст кольорів повинен створювати експресію і динаміку в інтер'єрі.

Авангард – це сміливий експеримент не тільки в кольорі, але й у формі предметів дизайну інтер'єру. М'які меблі можуть бути як усіяких округлих форм, так і з чіткими геометричними прямими обрисами або зовсім безформні. Можливі, як варіант, величезні крісла-подушки. Форма меблів може бути незвичайної, химерної, цікавої форми, щоб виникало бажання її розглядати, дивуватися і захоплюватися. Але в меблях, як і в інших предметах дизайну, авангард не має дрібних деталей.



Корпусні меблі в авангарді можуть бути зі скла, дерева, металу, пластика. В авангарді цілком можливі найнезвичайніші конструкції таких меблів. Це може бути занадто низьке ліжко без ніжок або ж підвішене до стелі.

Який би зі стилів оформлення інтер'єру не обрали, важливою вимогою буде те, щоб у приміщенні було затишно, свіжо, легко дихалось, хотілося жити, працювати й відпочивати. Це означає, що без елементів *біодизайну* не обійтися. Якщо ви лише ставите на підвіконня горщик із кімнатною рослиною або акваріум – ви вже займаєтесь біодизайном. Якщо ж підійти до питання більш професійно, то необхідно відзначити, що основною відмінністю від інших стилів є використання тільки натуральних, екологічних, здатних до безвідходного розпаду матеріалів.



Так, наприклад, шпалери повинні легко пропускати повітря, але протистояти проникненню вологи, не містити в своєму складі акрилового або вінілового покриття. Робочі поверхні кухонних столів, підвіконня можуть бути виготовлені з природного каменю, ним також можна облицювати підлогу. Але найбільша перевага для виготовлення предметів інтер'єру в біодизайні надається натуральній деревині, яку за необхідності можна обробити екологічно чистими фарбами.

Біодизайн протистоїть естетиці мегаполісу, розслабляє, спонукає до творчості. Але треба не забувати, що домашні рослини, тварини, акваріумні рибки вимагають часу для догляду за ними. До того ж, інтер'єр у біостилі не найекономічніший.

Біодизайн можна використовувати і в квартирах, і в комерційних приміщеннях, спортивних центрах, салонах краси. У такому випадку все без слів буде промовляти: лише натуральне, ніяких підробок. А якщо вдатися до ефектного прийому – поєднання біостилю зі стилем «хай-тек», то можна створити контрастний, динамічний, індивідуальний стиль, який прекрасно підійде до будь-якого приміщення й не може не сподобатись.

Сьогодні змішування стилів стало одним із найпопулярніших принципів у сучасних дизайнерів інтер'єру. Стиль, у якому поєднується декілька традицій в одному дизайні інтер'єру, називається «*фьюжн*».

Популярність цього стилю в сучасному світі важко переоцінити. Починаючи з 90-х років минулого століття поняття «фьюжн» широко застосовується в музиці, кулінарії, одязі та, звичайно ж, дизайні інтер'єру. Цей стиль дозволяє розмістити в просторі все, що завгодно, й при цьому створити між різноманітними предметами та архітектурними елементами гармонічні зв'язки. Єдина умова, яку повинен виконати дизайнер інтер'єру, полягає в тому, що форми, колір і зміст матеріалів, меблів, декоративних елементів повинні на стадії завершення проекту утворити єдиний гармонійний простір. Це вимагає неабиякої дизайнерської майстерності, тонкого смаку та досвіду, оскільки треба зуміти поєднати те, що не поєднується й зламати загальноприйняті стереотипи.



Фьюжн зобов'язує інтер'єр бути легким і життєрадісним, у ньому не передбачені чіткі горизонталі й вертикалі, поділ на зони та чітке функціональне призначення окремих приміщень. Інтер'єр кожної кімнати повинен підходити як для прийому гостей, так і для того, щоб побути наодинці з самим собою. Однозначно, для створення такого стилю в інтер'єрі, треба мати багато вільного простору, білих площин, великої кількості денного світла. Дизайнери вважають, що стилю «фьюжн» підходять м'які, навіть округлі форми, арки, великі вікна. У декорі сміливо можна використовувати японські ширми, африканські маски, яскраві індійські тканини й китайські паперові ліхтарики у поєднанні зі стриманим дизайном м'яких меблів.

«Дизайном майбутнього» називають *футуродизайн*. Футуродизайн у сучасному світі відповідає поняттю «інновації», це – дизайн-мислення, який створює не стільки товар, скільки саме майбутнє.

Під інноваціями футуристи розуміють не тільки новітні технології, але й зміни в житті суспільства, можливості самореалізації людини, піклування про здоров'я та безпеку. Об'єктами пильної уваги футуродизайнерів є одяг, житло, техніка майбутнього. Тому приклади застосування цього стилю ми можемо побачити в декораціях фільмів про наше майбутнє.

Щоб зробити власний будинок унікальним, з досконалим інтер'єром, у сучасному стилі, найпростіше замовити *авторський дизайн-проект*. До нього входять усі можливі послуги з проектування й створення індивідуального дизайну, образу приміщення. Дизайнер, як художник, створює образ приміщення з властивою тільки йому манерою роботи. Як і в художників, у кожного дизайнера інтер'єру є свій почерк, своя манера трактовки й осмислення конкретної задачі.

Отже, людина існує у складних взаємостосунках із оточуючим її світом, у тому числі зі світом речей, механізмів, предметів внутрішнього середовища приміщень. Усе це повинно складати гармонійне ціле – саме цей висновок покладений в основу сучасного дизайну.

5. Використання виробів декоративно-ужиткового мистецтва в інтер'єрі дому.

Декоративно-ужитковим мистецтвом називають вид художньої діяльності, продукти яких є водночас і естетичними, і практичними у своєму використанні. Декоративне у перекладі – прикрашати. Слово ужиткове говорить, що речі мають практичне використання, а не лише слугують елементами естетичного задоволення.

Яке ж основне завдання декоративно-ужиткового мистецтва? Звичайно ж, людина здавна захоплювалась красивими речами, тому намагалась зробити своє побутове

середовище гарним, що й лежить в основі декоративності. Декоративність показує зміст та художню образність та є єдиним способом, який виражає їх.

Декоративно-ужиткове мистецтво поділяють на види за певним призначенням предмета – меблі, взуття, столові прибори, за технікою виготовлення – вишивання, малярство, в'язання, за матеріалом – деревина, текстиль, камінь (використання природних матеріалів), скло, пластмаси, метали та їх сплави (використання штучних матеріалів).

Кожній сучасній українській області притаманні свої декоративно-ужиткові вироби, котрі набули значного розвитку. Національні традиції регіонів України та їх історія говорять про мистецьку талановитість народних майстрів.

Основними художніми осередками є Опішня, що знаходиться у Полтавській області (художня кераміка), Решетилівка – у Полтавській області (килимарство), Дігтярі – у Чернігівській області (килимарство, рушники та плахтові тканини), Петриківка – у Дніпропетровській області (петриківській розпис), Кроловець – у Сумській області (кроловецькі рушники), Бубнівка – у Вінницькій області (центр традиційного гончарства), Клембівка – у Вінницькій області (художня вишивка), Косів – у Івано-Франківській області (вироби з дерева, кераміка, килими), Винниця – у Чернівецькій області (вироби з дерева, оздоблені різьбленням та випалюванням).

Художнє оздоблення побутових предметів сприяло виникненню українського декоративного розпису. Наші прадіди полюбили прикрашати хатні стіни та господарські приміщення, інтер'єр з деревини, меблі, посуд. Хатній настінний розпис – найдавніший та найпоширеніший вид малярства, який характеризується великою різноманітністю орнаментальних мотивів у всіх зонах та областях.



Розписувались віконниці, двері, обрамлення вікон і дверей, підвіконня, наріжні пілястри, фриз, що знаходиться вгорі стіни, призьба, стіни хат. В самому ж інтер'єрі хати декоративно розписували обрамлення вікон, дверей та образів, піч, стелю тощо. Коли ж декорували фасадну стіну, то основним орнаментальним мотивом слугували «квіти у вазоні».

В декорування українського житла важливу роль мали розписи на дереві: меблі, посуд, господарські речі, іграшки для дітей, скрині.

Яскравою сторінкою увійшов народний розпис в історію української культури. Він включає в себе: настінний розпис церков, хат та господарських споруджень, кальовки (різнобарвні малюнки на папері), народний живопис й графіка, розпис фарбами (олійна основа) на дерев'яних виробах (музичних інструментів, іграшок, вуликів тощо), писанкарство, розпис тканин та скла.

Виробничі процеси, які входять у створенні тканини на ткацькому верстаті за допомогою переплетення взаємно перпендикулярних ниток називається ткацтвом.

Українські народні тканини – різні за призначенням, їх виготовляють майстрами ручним способом. До народних тканин відносять полотно, сукно, вовняні тканини, поштучні вироби (скатертини, рушники, плахти, запаски тощо).

Створення килимів називають килимарством (гобеленів, шпалер, сумахів). Вовна, бавовна, лляні волокна є основною сировиною килимарства. Для здійснення цього процесу використовують ручний або машинний способи. Для ручного виробництва використовують вертикальні і горизонтальні верстати, для машинного – механізовані килимарські верстати і жакардові машини.

Килимом називають твір художнього ткацтва, який використовують для оздоблення чи утеплення приміщень.

Виготовлення з глини різноманітних гончарних виробів прийнято називати гончарством (посуду, кахлів, іграшок). Гончарство винило в епоху Палеоліту та розвивалось у тих районах, де глина для цього була найбільш придатною. Спочатку від шкідливих домішок очищали сировину, замішували, виготовляли задумані речі, висушували на сонці і в кінці-кінців випалювали (для початку на відкритих вогнищах, а потім – у звичайних печах та по завершенню процесу – у гончарських горнах). Гончарство переросло в окреме ремесло завдяки появі гончарського круга.

Глина або суміш глини з іншими речовинами є досить древнім матеріалом. Отримавши задану форму, опаливши, глина стає довговічною та називається керамікою. Археологи цікавляться вивченням й дослідженням кераміки та черепків керамічних виробів (Трипільська культура України, давньогрецька тощо).

У процесі виготовлення кераміки з'явилися різновиди її за якістю, терміном експлуатації та сумішами, які використовуються: кераміка, теракота, кахлі, майоліка, фаянс, порцеляна, металокераміка тощо.

Керамікою широко користуються для виготовлення посуду і, навіть, для деталей космічних кораблів, адже сировина є дешевою та витривалою до агресивного середовища без істотних змін.

Бондарством називають виготовлення ємкостей для зберігання й транспортування продуктів (бодні, діжі, барила, баклаги). Українські народні майстри прекрасно розумілися в особливостях деревини, яка попередньо проходила необхідну обробку. Древа зрубували вручну, потім висушували та сортували.

В Україні значного поширення набуло столярне ремесло. Ремісники користувались не лише загальноживим інструментом, але й столярним верстатом. Столярний верстат допомагав виготовляти стільці, ліжка, рами, дерев'яні частини плугів. На простому токарному верстаті виготовлялись круглі вироби: колони, деталі самопряток, веретена, качалки, іграшки.

На заході України, у поліських районах помітне серед промислів займало лозоплетіння, плетіння кори дерева й бересту. Кошики для ягід та грибів плели з тонких й вузьких смужок бересту, дранки липи або дубу. Дранка (тонкі широкі дощечки, обстругані та розпарені) слугувала для виготовлення коробок-сівалок. Багато виробів плели з лози – корзини, верейки для овочів, з соломи – солом'янки, брилі – для зберігання зерна. Плетені поліські вироби відрізнялися своєю художньою досконалістю. На даний час в Україні плетіння збереглося як художній промисел.

Практичний блок

1. Створити схему виготовлення тканини з льону, для виготовлення скатертини.
2. Підготувати мультимедійну презентацію на тему: «Античний стиль в оформленні виробів», «Романтичний стиль декорування виробів», «Сучасні стилі декорування».
3. Підготувати доповідь на тему: «Декоративно-ужиткове мистецтво»
4. Підібрати зразки декоративно-ужиткового мистецтва для декорування приміщення.

Контроль та перевірка знань

1. До текстильних товарів відносять:
 - а) Виготовлені з волокон і ниток тканини, конопляно-джутові вироби
 - б) Килими і килимові вироби
 - в) Штучне хутро, неткані і дубльовані матеріали
 - г) Усе вище перераховане
2. Килимові вироби класифікуються за:

а) Способом виробництва; характером поверхні; висотою ворсу; видом і складом сировини; характером формування малюнків ворсової поверхні; композиційною побудовою орнаменту; видом оздоблення; протимольні

б) Способом виробництва; м'якість поверхні; характером поверхні; висотою ворсу; видом і складом сировини; характером формування малюнків ворсової поверхні

в) Характером поверхні; висотою ворсу; видом і складом сировини; способом виробництва; характером формування малюнків ворсової поверхні; композиційною побудовою орнаменту; яскравість візерунка

г) Способом виробництва; характером поверхні; висотою ворсу; видом і складом сировини; характером формування малюнків ворсової поверхні; композиційною побудовою орнаменту; видом оздоблення; такі, що мало збігаються, проти мольні; м'якість поверхні; яскравість візерунка

3. Штора – це:

а) Загальне найменування побутових функціонально-декоративних віконних завіс з тканинних матеріалів

б) Занавіска на все вікно

в) Віконна занавіска, яка згортається в рулон, піднімається або відсувається переважно з допомогою шнура

г) Завіса з важкої, щільної тканини на дверях або на вікні

4. Тканини – це:

а) Вироби з волокон і ниток шляхом взаємного переплетіння двох систем - основи та утка

б) Загальне найменування побутових функціонально-декоративних віконних завіс з тканинних матеріалів

в) Виготовлені з волокон і ниток тканини, конопляно-джутові вироби

г) Текстильні вироби

5. Патинування – це:

а) Використання спеціальної позолоченої фольги або бронзового порошку

б) Нанесення на поверхню малюнка або орнаменту за допомогою трафарету

в) Такий декоративний прийом, синонімом якого є імітація зістареного матеріалу

г) Метод, що захищає дерев'яні вироби від гниття, а металеві від корозії

6. Вид художньої діяльності, продукти яких є водночас і естетичними, і практичними у своєму використанні – це:

а) Дизайн аксесуарів

б) Декоративно-ужиткове мистецтво

в) Оздоблення

г) Декоративне мистецтво

7. Назвіть способи декорування виробів, опишіть їх.

8. Дайте визначення стилям інтер'єру: авангард; біодизайн; фьюжн; футуродизайн.

Практична робота № 12

Технологія дизайну інтер'єру

1. Загальні відомості про художнє конструювання, принципи дизайну, стилістики.

2. Короткі історичні відомості про стилі (стилі стародавніх цивілізацій, відродження, бароко, рококо, класицизм, ампір, модерн). Сучасні стилі: хай-тек, мінімалізм, кіч (еклектика).

3. Принципи дизайну: відповідність змісту, цілісність, єдність форми та змісту.

4. Засоби художнього конструювання: пропорції, повтори, симетрія, контраст

5. Основи колористики.

6. Проектування та виготовлення предметів інтер'єру.

7. Технологія виготовлення та декорування виробу.

8. Компонування портфоліо.

Інформаційний блок

1. Загальні відомості про художнє конструювання, принципи дизайну, стилістики.

Художнє конструювання, творча проектна діяльність, направлена на вдосконалення людини наочного довкілля, що створюється засобами промислового виробництва; це досягається шляхом приведення в єдину систему функціональних і композиційних зв'язків наочних комплексів і окремих виробів, їх естетичних і експлуатаційних характеристик. Це невід'ємна складова частина сучасного процесу створення промислової продукції, призначеної для безпосереднього використання людиною; воно ведеться в творчому контакті з інженерами-конструкторами, технологами і ін. фахівцями і покликаний сприяти як найповнішому обліку вимог споживача і підвищенню ефективності виробництва.

Дизайн – це творчий метод, процес і результат художньо-технічного проектування промислових виробів, їхніх комплексів і систем, орієнтований на досягнення найповнішої відповідності створюваних об'єктів і середовища загалом потребам людини, як утилітарних, так і естетичних.

Баланс – це візуальне пояснення ваги в дизайні. Великі щільні елементи видаються важкими, а менші – легшими. Можна збалансувати дизайн трьома шляхами:

- симетричний баланс
- асиметричний баланс
- дисбаланс

Розміщення елементів на сторінці визначає, наскільки збалансованою вона виглядає.

Контраст. Коли люди починають думати про контраст, перше, що спадає їм на думку, це чорно-білі кольори. Але контраст – це не лише колір. Контрастними можуть бути фігури (коло, квадрат), розміри (великий, маленький), текстури (гладенька і шорстка) і т.д.

Вводячи контраст в дизайн, думайте поза колір. Не забувайте, що з ним можна легко перебільшити.

Акцент – це те місце, яке привертає увагу в дизайні. Важко втриматися від спокуси наголосити все в дизайні, чи зробити однакові акценти на кожному елементі, але це призводить лише до нудного й плаского дизайну. Дизайнер повинен визначити ієрархію сторінок, а потім застосувати акценти в залежності від цієї ієрархії.

Ритмічність часто називають повторюваннями. Ритмічність додає Вашому дизайну внутрішньої логічності, легшого сприйняття. Якщо мозок людини розпізнає повторюваний шаблон, він розслабляється, і весь дизайн йому стає зрозумілим. Повторювання рідко відбуваються просто так, вони вносять порядок в дизайн. Вони приваблюють користувачів і сприяють їхньому комфорту на сайті.

Єдність також називають спорідненістю. Це принцип групування подібних елементів разом, а різних – окремо. Єдність komponує елементи разом.

Стилістика інтер'єру. Важлива умова створення цілісного і гармонійного інтер'єру - відповідність усіх елементів дизайну приміщення єдиному стилю, обраного для ідейного рішення простору. Сукупність ознак стилю, присутніх в формоутворенні, кольоровій гамі, матеріалах, оздобленні поверхонь і т.д. дозволяє впорядкувати інтер'єр і надати йому стильову єдність. Рішення про те, в якому стилі буде витриманий інтер'єр, задає напрямок для роботи над дизайн проектом і окреслює рамки для вибору всіх складових дизайну.

2. Короткі історичні відомості про стилі (стилі стародавніх цивілізацій, відродження, бароко, рококо, класицизм, ампір, модерн). Сучасні стилі: хай-тек, мінімалізм, кіч (еклектика).

Історичні стилі інтер'єру – це стилі оформлення житла, які формувались протягом століть.

Античність – під античністю розуміється архітектура стародавньої Греції та Риму. Давньогрецька архітектура, що виникла на островах Егейського моря, була настільки гармонійною і цілісною, що згодом сприймалася пізнішими стилями (Ренесанс, Класицизм, Неокласицизм) як першоджерелом, як певний еталон для наслідування. Стилю притаманний поділ утилітарності і функції краси. Внутрішні приміщення були прикрашені настінним живописом і облицюванням. Підлоги найчастіше були мозаїчними, пізніше – покривалися килимами.

Розписна кесонна стеля доповнювався рельєфними зображеннями, великими вазами з малюнками, тапаграмі (маленькими теракотовими статуетками). Для грецької орнаментики характерні як фігурні і рослинні, так і геометричні та архітектурні елементи. Характерний орнамент – спіральний, а також хвиляста лінія. В архітектурі використовувалися колони доричного, іонічного і коринфського ордерів, а також скульптурні портрети знаменитих людей, рельєфи та барельєфи на кам'яних плитах.

Колірна гамма: кольору слонов'ячої кістки, відтінки золотого, дзвінкий жовтий, синій і зелений, відтінки червоного (теракотовий), чорний.

Романський стиль (XI-XII ст.) розпочав відродження архітектурних традицій Стародавнього Риму і в результаті отримав свою назву від слова «Рома» (Рим, латинською мовою). Творці Романського стилю – скульптори, архітектори, живописці – бажали одного: втілити в своїх творіннях красу. Епоха цього стилю народжує особливе відчуття дотику до вічно триваючої історії, почуття значимості християнського світу.

Головними типами архітектурних споруд в романську епоху були замки, монастирські ансамблі та храми. Їх відмітні особливості – масивні кам'яні склепіння, товсті і потужні стіни з нечисленними і вузькими вікнами, ступінчасто-поглиблені входи і, головне, башти – найважливіший елемент архітектурної композиції. Стіни храмів і замків прикрашалися фресками, також широко використовували вітражі.

Меблі в період середньовіччя грали суто прикладну роль. Вони відрізнялися примітивністю конструкції, громіздкістю, кричущими фарбами. Найбільш універсальними і практичними меблями цього періоду були скрині. Їх могли використовувати як ліжко, лави і просто місця для зберігання речей. Форма скринь сходить до античного саркофага, поступово стаючи все більш різноманітною. У храмах починають з'являтися скрині з ніжками і дверцятами, які є своєрідними прабатьками сучасних шаф.

Ретельно виготовлялися меблі для сидіння. Спинки стільців і самі стільці були досить високими, їх величина вказувала на знатність походження. М'якої оббивки не було, вони покривалися фарбою і часто обтягувалися полотном, потім наносився шар гіпсу і вся конструкція згодом розписувалася фарбами. Пізніше майстри починають прикрашати меблі різьбленими елементами, кованими залізними деталями, щоб надати їм більшу міцність і красу.

У цей період важливу роль інтер'єру відіграють ліжка, що за конструкцією нагадують рами на різьблених ніжках, оточені решіткою. Як доповнення, над ліжками в усіх багатих будинках вішалися балдахіни, які виконували у той час функцію захисту від холоду.

У замках знатних феодалів підлоги застиляли східними килимами. В інтер'єрах і архітектурних спорудах того часу проявляється тепло і гармонія, плавні форми арок і велично спокійний декор. У романському стилі вперше з'являється поняття гардин та штор. Це пов'язано з тим, що простір під час античності був без вікон, а будівлі в період ранньохристиянської епохи мали невеликі вікна з кольорового скла, тому дані інтер'єри не вимагали штор. Незважаючи на те, що романська архітектура носить великоваговий замковий характер і вікон там теж не так багато, у ній присутні напівкруглі і круглі вікна, які стали прикрашати поперечними завісами. Півколо було типовою формою вікна в романському стилі, тому гардинна жердина або карниз цієї епохи мали півкруглу форму.

У той же час різьблена зигзагоподібна лінія прикрашала просту архітектуру внутрішніх приміщень. Карниз або жердину робили з темного дерева, як і меблі. Доповненням до поперечних штор в інтер'єрі романського стилю були килими і важкі драпіровки, які служили захистом від холоду. Штори в романському стилі чудово підійдуть для кабінету або невеликої вітальні з маленьким вікном.

Готичний. Стиль архітектури, що зародився у Франції, відрізняється своєю вишуканістю. У ньому важливі не стільки застосовувані кольори і матеріали, скільки їх поєднання і стильова єдність зі стилістикою будинку, гармонія стародавніх предметів із сучасними. Картини в красивих багетах, дзеркала в позолочених рамах, килими і гобелени, оброблені тканинами стіни, гарно задрапіровані гардинами. Вікна у французьких будинках, до речі, йдуть від підлоги і завжди мають маленькі балкончики. Готичний стиль (2 пол. XII-XV) – стиль складного психологічного стану, який став втіленням всього періоду Середньовіччя в розумінні сучасної людини. Готика – в основному архітектурний стиль, але і в дизайні інтер'єру йому властиві дуже істотні відмінності від інших стилів, свій власний характерний «образ»: величезні вікна, багатоколірні вітражі, світлові ефекти. Гігантські ажурні вежі, підкреслена вертикальність всіх конструктивних елементів. Динаміка і експресія форм пізньої, «полум'яної», готики.

Характерними елементами готичного стилю стають стрункі колони, складні форми склепінь, ажурні орнаменти, вікна у формі троянди і стрілчасті склепіння, шибки у свинцевому обрамленні, з опуклого скла, але без фіранок. Картинами для прикраси кімнат користуються рідко. У той же час з'являється портретний живопис маслом і гравюри по дереву. Живопис і скульптура виразні і експресивні. «Готичні троянди», барвисті вітражі, розфарбована скульптура – все це говорить про особливу роль кольору в середньовіччі. Дошати і м'який настил ранньоготичного інтер'єру пізніше застинали килимами. Стелі – це зазвичай дерев'яні балочної конструкції з відкритими оформленими кроквами; зустрічається також декоративний розпис на стелі.

Центр інтер'єру в готичному стилі – багато оформлений камін або кахельна піч.

У формоутворенні важких і незграбних меблів домінує копіювання в дереві церковної архітектури. Типові меблеві вироби: високі двостулкові шафи з чотирма, шістьма або дев'ятьма фільонками, а також буфети на високих ніжках.

У декорі використовувалася мозаїка, майоліка; скрині обтягували шкірою, використовувалася багата металева (залізна і бронзова) фурнітура, мотиви сталактитів, виточені бруски. Фігурна ліпнина часом розписувалася і покривалася позолотою. Також використовували в орнаменті герби.

Ренесанс. Новий стиль, названий сучасниками стилем Відродження, привніс в мистецтво і культуру середньовічної Європи новий дух свободи і віри в безмежні можливості людини. Вперше за півтори тисячі років людина знову стала творцем краси і вільним мандрівником, охочим побачити і відчутти його навколишній світ, він знову готовий до відкриттів і сміливих рішень.

Нова естетика відбилася і на дизайні інтер'єру: тепер йому характерні великі приміщення з округленими арками, обробка різьбленим деревом, самоцінність і відносна незалежність кожної окремої деталі, з яких набирається ціле.

На відміну від готики, ренесанс не успадкував її популярність у наших сучасників. Можливо, естетика ренесансу занадто гармонійна і лаконічна для сьогоденної архітектури. Ренесансні принципи побудови простору і декоративні прийоми універсальні, і цілком могли б застосовуватися в будь-якому столітті для вирішення різноманітних художніх завдань. Наприклад, в епоху Відродження стало модним прикрашати внутрішні приміщення фрескою.

Такий декор з використанням просторового живопису допомагав зорозширити простір кімнати, зробити його динамічним і легким. На тлі декоративної пишноти ренесансу обстановка інтер'єрів доволі скупа – в одному приміщенні рідко знаходилося більше трьох предметів меблів. Зате великі вікна з широкими укосами, що нагадують раму

картини, здатні суттєво змінити характер інтер'єру, залити його сонячним світлом і прикрасити весняним пейзажем.

В інтер'єрі ренесансні риси вгадуються за особливою ясністю і чистотою композиційних рішень, властивих цьому стилю. Світлий, наповнений повітрям простір, як правило, симетричний. Глибока перспектива, пропорційність, гармонійність форм – обов'язкові вимоги естетики ренесансу. Характер внутрішнього простору багато в чому визначається склепінчастими стелями, плавні лінії яких повторюються в численних напівкруглих нішах.

Головна архітектурна ідея Ренесансу – правило золотого січення, що можна знайти в струнких формах карнизів і колон, фронтонів і пілястрів. Невід'ємними рисами стилю є канделябри та всюдисущі купідони. Часто використовуються плетінки і фестони, арабески і картуші, грифони і голови левів. Для виготовлення аксесуарів в стилі Ренесанс застосовуються екзотичні породи дерева, горіх і світлий дуб, популярний піщаник і дорога слонова кістка, мармур і натуральний камінь. Кольори дуже різні – від темних і яскравих до світлих пастельних тонів, включаючи білі.

Ман'єризм – назва, умовно означає стилістичні тенденції, а так само визначений етап у розвитку європейського, головним чином італійського, мистецтва середини і кінця XVI століття. Цей етап відображав кризу художніх ідеалів епохи Італійського Відродження.

У декорі інтер'єру переважають орнаменти, насичені гротеском, химерні, фантастичні образи. Вперше, після Ренесансу, з такими труднощами була досягнута гармонія змісту і форми, зображення і вираження стали розпадатися через надмірний розвиток та естетизацію окремих елементів, образотворчих засобів: ліній й силуету, барвистих плями і фактури, штриха і мазку. Повсюдно використовуючи образотворче мистецтво в оформлюванні, художники цього періоду постійно звертаються до алегоричних образів, символіки та емблематики, з метою створення образів близьких духом світському суспільству.

Ман'єризм позиціонується як перехідний стиль від класичних масивних, монументальних форм у декорі інтер'єрів епохи Відродження (Ренесанс) до нового стилю, що пропагує пишність і велич, розкіш і пафос – стилю Бароко.

Інтер'єрам в стилі Ман'єризму характерні відсутність певних принципів організації форми. В оздобленні щосили грають з перспективою, вигаданими джерелами світла і несподіваними, не завжди справжніми площинами та обсягами. Краса і виразність деталей стає куди важливішою, ніж єдність цілого. Приміщення щосили заповнюють орнаменти – і відверто намальовані, і що імітують різьблення та ліпні прикраси. Часто використовуються ілюзорні образи, такі як помилкові двері, неіснуючі вікна і арки. Інтер'єр розпадається на кольорові плями, що складаються в нові форми і композиції. У Ман'єризмі краса окремої деталі стає важливішою за ціле. Можливо, тому, інтер'єр у стилі Ман'єризм сприймається як якийсь штучно створений простір.

В архітектурі нетрадиційно застосовуються класичні елементи, ілюзорні трюки (несправжні двері, сліпі вікна і арки). Фасади декоративні, з безліччю архітектурних, скульптурних, орнаментальних деталей, використання багатих, золотих і срібних інкрустацій, спотворення пропорцій, змішання стилів, перебільшення акцентів, яскраві кольори, У живописних і скульптурних композиціях, незвичайних світлових ефектів, використовується перспектива, зображення людей з подовженими пропорціями.

Бароко. Цей стиль дуже важко переплутати з яким-небудь ще. Він, подібно Готиці, став втіленням своєї епохи. Бароко вперше в історії мистецтва з'єднав два поняття – стилю і способу життя. Чуттєво-тілесна радість буття, трагічні конфлікти складають основу прекрасного і джерело натхнення стилю. У дизайні інтер'єру Бароко прагне до величі, пишноти, просторового розмаху.

Стиль Бароко має значний вік. Початок цього стилю відноситься до шістнадцятого століття. Європейські майстри в цей час стали освоювати новий стиль убрання

апартаментів. У цей час в європейську мову потрапило слово з жаргону португальських ювелірів: «Бароко», що означало перлину неправильної форми.

Одна з характерних рис бароко – просторові ілюзії, які супроводжують інтер'єри цього стилю. Компоненти, традиційні для барочних інтер'єрів – дзеркала, стелі, стіни, екрани – розписані зображеннями, засновані на картинах життя небожителів. На стінах висять гобелени, що містять зображення пейзажів, такі гобелени можна побачити і в сучасних багатих будинках. Урочистий пафос інтер'єру посилюється за допомогою великої кількості важких тканин, килимів, багатих виблискуючих люстр, позолоченої ліпнини, в якій переважає тематика зображень листя і плодів. Криволінійні, округлі контури надають декору динаміки і мальовничості.

Розкіш і пишність барокового стилю інтер'єру посилюють відповідним чином оформлені меблі, які, починаючи з сімнадцятого століття, стають все більш і більш різноманітними. Елементи декору цього стилю значні за обсягом, в них часто застосовується різьблення, металеві накладки з бронзи та благородних металів, а також мозаїка з різних порід дерева (інтарсія).

Особливо багато модифікацій придумано для такого елемента інтер'єру, як ліжка. Варіанти ліжок з різного виду балдахінами часто прикрашали султанами з пір'я страуса. Ложе спиралося на скульптури у вигляді жіночих торсів, в ногах ложі спиралося на подобу античних ваз. На зміну що панував в епоху Відродження скринь в епоху Бароко прийшли комоди, книжкові шафи і бюро.

За допомогою парчі оформляли стіни, вікна та двері, меблі. Будуари прикрашалися шторами – щільними полотнами зі складним тканим малюнком. Не тільки в сімнадцятому столітті, але і в пізні періоди найпрестижнішим був оксамит – ця тканина вважається найбільш характерною для стилю бароко. Атласна тканина з дрібним малюнком рослинної тематики також отримала досить широке розповсюдження в оздобленні барочних інтер'єрів.

Освітлення за допомогою свічок надавало інтер'єрам сімнадцятого століття неповторне романтичне звучання, воно передавалося на картинах художників того часу. Саме під свічки були придумані різноманітні прилади освітлення, які від чисто утилітарного призначення стали самостійними елементами декору. Це – канделябри і жирандолями, шандалі і свічники. Якщо свічники й шандалі можна було відносно вільно переміщати з однієї кімнати в іншу, то канделябри і жирандолями закріплювалися на підлозі або стінах.

Назва «люстра» в перекладі з французької означає «блиск», - цей тип світильника був введений у вживання в другій половині сімнадцятого століття і з тих пір став (і залишається, мабуть, і в наш час) найефектнішим з усіх джерел світла. Кришталева люстра – обов'язкова деталь будь-якого інтер'єру «палацового» типу.

Рококо. XVIII століття – це нове відкриття античної культури, що відбулося завдяки археологічним розкопкам у римських містах Геркуланумі і Помпеях, які чудово збереглися під шаром попелу, міст з вулицями і будинками, з прекрасними зразками римського живопису, що в свою чергу надихали художників та архітекторів.

У 20-х роках XVIII століття у Франції з'являється рококо – перший стиль, грайливий і витончений, що вважається несерйозним і легковажним, який став, тим не менше дуже популярним і в інших країнах і зробив величезний вплив на розвиток усіх видів мистецтва, особливо декоративного. Термін «рококо» стався від французького «*rocaille*», що позначає орнаментальний мотив вишуканої форми, що нагадує морську мушлю. Рококо часто вважають пізньою стадією бароко. Але як по використовуваних зовнішніх формах, так і за своїм внутрішнім настроєм цей стиль дуже відрізняється від галасливого і грандіозного бароко. Зовні – це легкість і витонченість, що межують з грайливістю, любов'ю до екзотики, неповторна, вишукана декоративність. Його часто «дорікають» в бездумності і легковажності, але за цими зовнішніми проявами ховаються висока витонченість, блискучий художній смак і досконалість форми.

Саме в епоху рококо вперше виникає уявлення про інтер'єр, як цілісного ансамблю: стильової єдності будинку, декору стін і стель, меблів і т.д. І ніколи раніше інтер'єр так точно не відповідав характеру життєвого устрою. Всі предмети інтер'єру виготовлені з великою увагою до комфорту життя.

Кімнати не розташовувалися анфіладою (як у XVII), а утворювали асиметричні композиції. У центрі зазвичай розташовувався парадний зал (салон). Кути кімнат закруглюються, всі стіни прикрашаються різьбленими панелями, позолоченими орнаментами і дзеркалами, які немов розширюють простір, додаючи йому невизначеність. Кімнати стають трохи менші і нижчі, створюючи атмосферу інтимності, характерну для будуарів. В інтер'єрах з'являються пересувні ширми, що візуально змінюють простір; гобелени із зображеннями квітів, пагод, людей в китайському одязі; знаменитий китайський фарфор, вишукані орхідеї, тонкі дерева, акваріумні риби, а також витончені лаковані меблі китайських майстрів, ніби створені для рококо.

У світських будинках меблі стали розставлятися певними групами (зазвичай – стіл, диван і кілька стільців), створюючи такі собі «осередки» для зборів спільноти. Для форм меблів рококо характерна повна відмова від автономності окремих елементів конструкцій (архітектонічності), симетрії і прямих ліній. Головним стає прагнення розчинити деталі в загальному об'ємі предметів. Недарма меблі рококо здаються ніби то відлитими з однієї пластичної маси.

У колориті переважають ніжні пастельні тони. Найбільш популярні колірні поєднання – біле з блакитним, зеленим або рожевим і неодмінне золото.

Термін «*класицизм*» походить від латинського *classicus* – зразковий, норма, порядок. Зазвичай розрізняють класицизм XVII і XVIII – XIX (Останній часто іменується неокласицизмом). Прості і чіткі форми античного мистецтва приймаються за зразок для наслідування. Відбувається відмова від надмірної розкоші бароко і рококо. Широко поширилася мода на маленькі кімнати. Народився «*style Gabriel*»: прості фільонки, двері, класично стримані карнизи, каміни ясних обрисів з красивого мармуру, увінчані великими простими дзеркалами, білі стелі, стіни, пофарбовані в білий, сірий або блідо-зелений кольори. Це і стало класичним французьким зразком елегантного будинку.

Традиційний, класичний погляд на інтер'єр ніколи не виходив з моди. Строгість і ясність форм, вишуканість і розкіш панують в класичному стилі. Характерна особливість – античні елементи в дизайні – колони, вази, скульптури. У всьому присутня стриманість, розміреність. Класицизму властиві ясні геометричні форми, трохи декору, кольори спокійні і стримані, дорогі, якісні матеріали (натуральне дерево, камінь, шовк). Найчастіше зустрічаються прикраси скульптурами і ліпниною.

Форми предметів спрощуються, лінії випрямляються. Відбувається випрямлення ніжок, поверхні стають простіші. Спостерігається широке використання античної спадщини (форми, мотиви) і одночасно відбувається вдосконалення барочного і ренесансного стилів. Стає обов'язковою симетрія. Починають застосовувати технологію маркетрі, скорочується використання золота і бронзи. Стільці та крісла оббиваються тканинами з квітковим орнаментом. Популярна забарвлення: червоне дерево плюс легка бронзова обробка. Обриси спинок стають більш строгі, в їх декор вводяться античні мотиви грецькі та римські – мечі, шоломи, щити, а також єгипетські: зображення сфінксів в декорі меблів; ніжки стільців і столів звужуються донизу.

Популярний білий колір. Нерідко вживаються кольорові лаки (білий, зелений тощо) в поєднанні з легкою позолотою окремих деталей.

Стиль ампір – найвища точка і одночасно завершальний акорд, що зародився в другій половині XVIII століття класицизму. В епоху наполеонівської імперії класицизм перероджується в офіційний, парадний, урочистий, військово-тріумфальний стиль, що наслідує шик і розкоші Римської імперії. Сутність цього стилю була відверто виражена вже в самому його назві: ампір – від французького «*empire*», імперія. У дизайні інтер'єру

використовується багатий декор з мотивами військової емблематики. Форми масивні і спрощені, підкреслена монументальність.

Виробництво меблів у стилі ампір відрізняється від попереднього стилю бароко тим, що в самому дизайні меблів використовуються античні, особливо римські архітектурні форми: колони, пілястри, консолі, карнизи і фризи, що застосовуються для членування передніх сторін шаф і комодів. Опорні частини столів, крісел, стільців, диванів робляться у вигляді античних герм (чотиригранних стовпів оздоблених головою античних богів або видатних людей), сфінксів, грифонів, колон і левових лап, запозичених з руїн стародавнього Риму і розкопок Помпеї. Меблі мають прямокутні, масивні, замкнуті форми, профілі і виступи на ній застосовують дуже рідко.

Вперше в історії меблів важливу роль стала грати фактура матеріалу. У попередніх стилях вона ховалася за нагромадженнями різьблених прикрас і різних шаблонів. На шафах, секретера, комодах і інших предметах меблювання залишаються великі площини фільонок. Якість деревних порід тепер грає важливу роль. Для виготовлення меблів перевага віддавалася темно-червоному дереву.

Його гладка поверхня прикрашається бронзою, золоченою через вогонь, із строго симетричними узорами. Окремі деталі покриті різьбленням. Ніжки, наслідуючи античний стиль, часто мають форму лап тварин. Іноді зверху цих лап несподівано поміщаються фігури лебедів, левів або сфінксів. На кутах шаф і комодів косяками служать античні колони з бронзовою позолоченою базою і капітеллю або окремі крилаті фігури («Ніка»). Стиль ампір збагатив меблеві форми і рядом нових типів шаф. Інші новинки: вузький сервант, вузькі вітрини, круглі столи для сервірування. Крісла приймають форму давньоримських. Передні ніжки нерідко йдуть прямо від підлокітників і являють собою герми, коли ж вони закінчуються близько сидіння, то підлокітники підтримуються різьбленими фігурами левів, грифонів, лебедів та інших тварин, або масивними завитками. Як крісла, так і всі інші меблі для сидіння є жорсткі. Меблі цього стилю, віддають перевагу пишноті, на шкоду зручності користування. Стільці дещо простіші крісел, причому їх спинці часто надається форма ліри, яка є одним з найбільш вживаних мотивів в прикрасах предметів меблювання стилю ампір.

В інтер'єрах використовується багато текстилю, який застосовується не тільки для драпірування вікна, балдахину ліжка, шпалери замінюються тканиною й тканиною ж обтягнуті абажури всіх ламп в кімнаті. Оскільки стиль сформувався в наполеонівські часи, інтер'єр похідних наметів імператора перенесли в інтер'єри житлові. Таким чином, навіть стелі і стіни драпірується тканиною у вигляді шатра.

Модерн. Модерн стояв на зорі нової ери ХХ століття, і тому, просто зобов'язаний був стати неповторним і прекрасним. Творці цього стилю, незалежно від видів мистецтва, вносили в нього всі кращі досягнення минулого і ідеї свого часу. У дизайні інтер'єрів увага приділялася стилізованому рослинному візерунку, гнучким плавним формам. Перед стилем модерн ставилося завдання створення синтезу мистецтв, тому була необхідна загальна формальна мова, що візуально об'єднувала б цілі твори та їх частини. Яскравим прикладом синтезу може служити будь-який особняк, в якому починаючи від решітки огорожі до віконних плетінь, дверних ручок, поручнів, меблів, посуду, тканин, світильників, сходів і інших складових елементів цілого, вирішено в одному ключі.

Основною виразною формою і мотивом стилю модерн стала лінія, але не пряма, а гнучка, жива, вибаглива, витончена, одухотворена. Мова мистецтва модерну – це абстрактні форми, але живі, органічні, дихаючі і зростаючі. На рубежі століть закладаються основи нового виду мистецтва – дизайну і твори майстрів стилю модерн дали потужний імпульс для його подальшого розвитку в ХХ столітті. До цих пір форми стилю модерн, навіть розтиражовані сучасними майстрами, незмінно привертають увагу, так як для людського ока, втомленому від жорстких прямих ліній, кутів і похмурого вигляду сучасного оточення, хочеться відпочити дивлячись на живі, витончені, красиві форми в стилі модерн.

У модерн всі плавне і перетікає – це стосується як меблів, так і планування. Тому для створення стилю використовуються ковані, плетені меблі, а також дерев'яні предмети химерної форми. Велику увагу приділяє модерн декору – вітається всілякі орнаменти тваринного і рослинного походження, а також ліпнина та розпис.

Модерн увібрав в себе самі радикальні віяння того періоду і був проголошений стилем, який повністю змінить основи дизайну. Якщо раніше від меблів потребувалося або бути прикрасою інтер'єру, або комфортність, то меблі в стилі модерн успішно поєднувала в собі всі ці якості і виступали гармонійним елементом єдиного рішення інтер'єру. Гармонія – ось відмінна риса обстановки в стилі модерн. Стільці та крісла зручні, їх спинки декоровані рослинним орнаментом, який використовувався і в малюнку стельової ліпнини, і тканинних шпалер (завитки, рідкісні великі бутони або гілочки квітучої сакури). У виготовленні меблів застосовувалися улюблені сорти дерева: червоне дерево, чорне (ебен) і вишня. У декоруванні використовувалася різьблення, інкрустація деревом, вставки з кришталю (у зразках, розрахованих на масового споживача – зі скла). Меблярі знову стали активно працювати в області лакування та інших способів підкреслити красу текстури дерева.

Самі меблі поступово втрачали масивність. Шафи набували витягнутого силуету, кабінети обставлялися мобільними меблевими зразками. Письмові столи все більше наближалися до сучасних ергономічних моделей, їх облаштовували зручними висувними ящиками. Люстри і світильники проектувалися з явним обігравання рослинних мотивів – плафони часто нагадували за формою бутон (символ нового життя) або квітку. Стелю часто підвішувалися на кованому каркасі. У цьому випадку він декорувався кованими листям.

М'які меблі – дивани, крісла – оббивалися міцними красивими тканинами сіро-зеленого, бузкового, блідо-жовтого, сріблястого кольорів. Підлокітники і спинка прикрашалися різьбленням, покривалися вручну декількома шарами лаку.

Меблі для кухні відрізнялася респектабельністю силуету і стриманим декором. Кухонні столи та стільці були зручні, вони привертала увагу глибоким кольором дерева, розумно спроектованою конструкцією, а столи часто були розсувними. Буфети також не були перевантажені декором. Всі елементи меблів для кухні виконувалися в єдиному колірному і оздоблювальному рішенні, відповідаючи прагненню модерну до гармонії.

Спальні в стилі модерн респектабельні, меблі в них дотримувалися в єдиному декоративному рішенні. Спинки і підніжки часто прикрашалися елегантним плетінням дерев'яних лакованих прутів або гнучкими асиметричними завитками. Кольори Модерну плавні і м'які – рожеві, бузкові, м'ятні, коричневі. Загалом, будь-які пастельні і ніжні відтінки.

Хай-тек (Hi-Tech – висока технологія) – стиль кінця ХХ століття, основними рисами якого є максимально функціональне використання простору і стриманий декор. Хай-тек як і раніше залишається одним з актуальних стилів в дизайні житлових і громадських інтер'єрів. Цей стиль виник з дизайну промислових приміщень, де всі елементи обстановки підкоряються функціональному призначенню. Конструкційна відкритість, включення в візуальний ряд труб, арматури, повітроводів, складне структурування простору, улюблені матеріали: метал, скло, бетон – все це характерні риси стилю хай-тек. Елементи індустріальної естетики перейшли в житлове приміщення, де отримали подальший розвиток.

Стилю характерні стрімкі, прямі лінії, велика кількість скляних і металевих деталей. Хай-тек можна віднести до ультрасучасних стилів, в ньому застосовуються конструкції, властиві промисловим будівлям. У меблях і начиннях використовуються технізовані форми предметів і матеріали, пов'язані з технікою: нержавіюча сталь і хромовані поверхні, гнуті металеві труби, сидіння що обертаються, модифікація рівнів. Широко використовуються мобільні перегородки, здатні змикатися і розмикатися, що дозволяє міняти планування.

Технологічний дизайн скрізь: стелі, стіни, підлоги, сходи, вікна, двері. Повна відсутність декору компенсується «роботою» матеріалу: світло на склі, хромі, палітрі дерева і т.п. До цього може додаватися відкрита цегла і різноманітні сучасні синтетичні матеріали. Для інтер'єру в стилі хай-тек ідеальними є м'які меблі, що відрізняється простотою геометричних форм. Забудьте про строкаті кольори: тут доречна тільки однотонна оббивка.

Столи зі строго прямокутними або круглими скляними стільницями, стільці з металевими ніжками і спинками, журнальні столики на коліщатах, прості стелажі зі скляними полицями.

Зрозуміло, стиль хай-тек підходить в основному для великих приміщень, розділених на функціональні зони за допомогою перегородок та дверей з небиткого скла. Прозорі двері-купе в алюмінієвій рамі не тільки данина останній моді, але і одночасно зручна і функціональна річ, тому що дозволяє економити простір.



Модерн



Кітч



Хай-тек



Техно



Ар деко



Авангард



Мінімалізм



Лофт

У цій стильовій групі активно використовується естетика добре організованого офісу, навик роботи в комп'ютерному оточенні. Квартира в стилі «хай-тек» чимось нагадує космічний корабель – металеві поверхні, велика кількість пластику, сучасне

обладнання, меблі майбутнього. Стиль «хай-тек» на кухні – сучасність, стиль, функціональність і, поза сумнівом, краса.

Мінімалізм – стиль гранично лаконічних форм, який характеризує повна відсутність декору, орнаментів або деталізації фасадної обробки. Ясність композицій, монохромність, підкреслення природності фактур. Робота великими площинами, графічність. Зовнішність житла визначають великі світлі обсяги, не захащені меблями (нічого зайвого).

У меблях мінімалізму властиві найсучасніші матеріали: сталь, матове скло, натуральне дерево, алюмінієві профілі.

Фахівці виділяють характерні ознаки мінімалізму:

- мінімальна кількість кольорів;
- гранична простота оформлення;
- геометризм фігур: коло, прямокутник, пряма, може бути м'який вигин (ніяких спіралей)
- корпусні меблі піднята на тонкі металеві ніжки або повністю їх позбавлена, стіл може відокремлюватись від підлоги п'ять сантиметрів.

Площини фасадів позбавлені рельєфу, дверцята ручок. Виразність досягається за рахунок контрасту. Чорне і біле. А льон та бавовна. Бетон і натуральний камінь. Полірована деревина. Ваза з самотньою квіткою. Одна яскрава пляма живопису на стіні, один сплеск у монохромній, витриманій композиції – все це «простота» одного із самих популярних стилів кінця ХХ – початку ХХІ століть.

Визначення «*Кітч-інтер'єр*» з'явилося відносно недавно і визначає новомодну категорію інтер'єрів. Основною ідеєю Кітчу є насмішка над історією і художніми традиціями, смаками і стилями. Це свого роду нігілізм в архітектурі, який заперечує всі її попередні досягнення. Коли відвертий несмак стає принципом вибору, а в очі б'є дисгармонійне поєднання кольорів і предметів інтер'єру – його основна відмінна риса. Наприклад, позолочена ліпнина по карнизу, на яскраво-синій стелі – великі блискучі зірки, біля стін симетрично стоять діжки з пальмами, а підлога викладена керамічною плиткою зі східними мотивами.

Речі в стилі Кітч входять в моду, коли старі зразки хорошого тону приїдаються і викликають нудьгу, а нова естетика ще не сформувалася. Історично це зазвичай збігається з якимись кризами: соціальними чи економічними, коли обстановка стає нестабільною, а суспільство чекає змін. І тому мода на речі в такому стилі досить короткочасна.

Але завжди існує певна кількість людей, у характері яких присутній особливий світогляд від природи, їм подобається дивувати навколишніх, спростовувати авторитети. Такі люди в будь-яку епоху, оригінально одягаються і настільки ж оригінально обставляють своє житло. Так що Кітч, як стиль, присутній постійно і у всьому. Він народжується за надмірного багатства або пересиченості, любові до епатажу або, навпаки, кидає виклик бідності.

В даний час Кітч у всьому світі багатолікий і звернений до різних категорій споживача. Кітч входить до числа засобів широкого впливу на громадську свідомість. Він розрахований на споживача, який не знає мистецтва. Є кітч, розрахований на городян другого покоління, яке вже засвоїло атрибути міських інтер'єрів, і має поверхневе зіткнення з культурою. Їх смаки орієнтовані зазвичай на еkleктичні інтер'єри.

Є Кітч, який оперує елементами авангардного мистецтва, він позначається в зовнішніх атрибутах і призначений тим, хто прагне увійти до складу еліти. Зазвичай у цьому випадку в інтер'єрах використовується імітація новаторства.

Іноді інтер'єри в стилі кітч проникають і в саму еліту, що розчарувалася в технізованому оточенні. Кітч стає модним явищем, стираючи поняття хорошого і поганого смаку. У стилі кітч переважає беззмістовна видовищність. Набір засобів може бути різноманітний, але він звернений до некваліфікованої і пасивного сприйняття.

У той же час стиль Кітч, в силу масовості, «народності», може служити джерелом нових ідей для дизайнерів інтер'єрів, а також звичайних людей, які володіють достатнім смаком для того, щоб не перевантажити обстановку свого будинку зайвими прикрасами і надлишковими елементами декору.

Для інтер'єрів у стилі кітч характерні сентиментальність, патетика, крикливість кольору, надлишок декору, навмисний еkleктизм, підробки під дорогі матеріали.

Еkleктика. У якійсь мірі еkleктика завжди існувала як неминучий наслідок діалогу різних культур, проте основоположним принципом мистецтва стала саме в ХІХ столітті. Всьому провиною романтизм, з його філософією «вільного переміщення в історичному часі» і відмовою від строгих канонів в мистецтві.

Модним і актуальним стало все, що було комфортним і красивим в інтер'єрах минулих стилів. Багато критиків мистецтва звинувачували еkleктику в надмірній перевантаженості і поганому смаку, відсутності індивідуальності. І все ж, у неї були свої власні відмінні риси: пластичні форми, велика кількість текстилю, м'які та зручні меблі, безліч декоративних елементів, якими міг бути декор з різних кінців світу, що нагадував про культуру Сходу, Середземноморських країн і т. д. Використовувалися меблі змішаної стилістики або комбінація предметів різного походження, стилів і часів.

Еkleктика стає стилем в інтер'єрі, якщо він спроектований за принципом поєднання не більше двох-трьох стилістичних типів, об'єднаних кольором, текстурою, архітектурним рішенням. Дуже часто це досягається за допомогою внесення елементів стилю арт деко у класичний або навпаки сучасний інтер'єр.

Це своєрідна «суміш» уявлень всіх країн, часів і епох. Тому тут можливе сполучення м'яких меблів з оксамитом та шкури якої-небудь екзотичної тварини на стіні, а також замість світильників наявність японських ліхтариків. Але не треба лякатися еkleктики. Все ж таки це не хаос. Організуюче начало полягає в об'єднанні всіх предметів інтер'єру загальною кольоровою гамою, формою, текстурою.

Сьогодні еkleктизм приваблює людей своєю нестандартністю і оригінальністю, але, в той же час, гармонійністю поєднань. Багато сучасних дизайнерів вважають, що популярність еkleктики з часом спричинить за собою формування нового єдиного напрямку, заснованого на поєднанні різних стилістичних типів.

3. Принципи дизайну: відповідність змісту, цілісність, єдність форми та змісту.

Дизайн – це творчий метод, процес і результат художньо-технічного проектування промислових виробів, їх комплексів і систем, орієнтований на досягнення найбільш повної відповідності створюваних об'єктів і середовища загалом і потреб людини, як утилітарних так і естетичних.; задум, план, ціль, намір, творчий задум, проект і креслення, розрахунок, конструкція, ескіз, малюнок, узор, композиція, мистецтво композиції, витвір мистецтва, специфічний ряд проектної діяльності, що об'єднує художньо-предметне мистецтво і науково обґрунтовану інженерну практику у сфері індустріального виробництва.

У зв'язку з різноманітністю направленості дизайну не вважається можливим створення єдиної науки, яка б вивчала дизайн в цілому. Як наслідок важко створити інститут дизайну загалом та міцні зв'язки між дизайнерами різних напрямків. Ситуація складається таким чином, що ці напрямки дизайну розвиваються відокремлено. Так само не збігаються предмети вивчення графічного дизайну та ландшафтного дизайну.

Високий рівень досягнення породжує високий рівень очікування. Історично склалася потреба у студії дизайну, що виконує цю роботу професійно.

Високий рівень очікування виникає перш за все через мистецьку складову дизайну. Як нам відомо мистецтво, на відміну від дизайну, розвивається вже досить тривалий час. Студія дизайну, в свою чергу, має за мету створення обох складових дизайну, як мистецьку, так і проектувальну.

Саме тому вона дуже часто виникає як окремий підрозділ. Таким прикладом може слугувати studio.galuze.com (студія web-дизайну). Студія дизайну виробляє подвійний

продукт – дизайн як мета досягнення (результат), та дизайн як інструмент створення (проектування).

Метою дизайну може виступати вирішення проблем проектування від найменшого елемента конструкції до глобальних великих і навіть утопічних ідей. У зв'язку із різким зростанням населення планети, ще однією метою дизайну стає соціальна привабливість. Тобто дизайн стає інструментом комунікації між людиною та об'єктом дизайну. Мета ж дизайну має значущість лише для дизайнерів як керівників проектування.

У процесі створення виробів предметного середовища треба враховувати принципи дизайну, що лежать в основі будь-якої композиції. Основними композиційними принципами в дизайні інтер'єру є відповідність змісту, цілісність, єдність змісту та форми.

На зовнішній вигляд утилітарного виробу, його форму, колір, вибір матеріалу, безумовно, впливає його функціональне призначення. Тобто, перераховані характеристики будь-якого предмету інтер'єру, у першу чергу, повинні відповідати його змісту. Винятком є художні вироби, що мають тільки декоративну цінність і використовуються в предметному середовищі тільки для гармонізації його естетичного вигляду. Призначення всіх інших виробів повинно легко вгадуватись за їхнім зовнішнім виглядом. Отже, одним із основних принципів при створенні предметів інтер'єру є їх відповідність змісту.

Цілісність – це всеосяжний та об'єднуючий принцип. Він припускає встановлення тісного зв'язку між засобами й прийомами побудови композиції. У результаті такого встановлення виявляється загальний характер форми, який визначає всю силу її впливу на спостерігача. Цілісності форми можна досягти відбором таких фізичних і геометричних характеристик частин всієї композиції, за яких вона сприймається як єдиний закономірний організм. Невідповідність елементів форми за одними і тими самими ознаками (пропорції, фактура, колір) призводить до порушення цілісності. Цілісність передбачає також єдність структури й тектоніки.

Найскладнішим і найбільш відповідальним у художньому конструюванні виробів предметного середовища є *принцип єдності форми і змісту*. З розвитком науки, техніки, мистецтва, появою нових матеріалів і конструкцій, нових соціально-економічних і побутових умов відбуваються зміни форм і зразків інтер'єрного призначення. Форми предметів, що використовуються в сучасних стилях інтер'єру, прості й лаконічні, мають свою особливу естетику та чітко виражений зміст. Отже, тільки у випадку єдності форми і змісту виробу предметного середовища можна говорити про його образність.

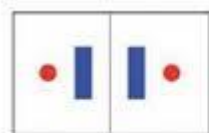
4. Засоби художнього конструювання: пропорції, повтори, симетрія, контраст.

Художнє конструювання – новий метод проектування виробів промислового виробництва, впровадження якого повинне забезпечувати високу якість продукції.

Основною метою художнього конструювання є активне вдосконалювання навколишнього середовища, естетизація матеріальної сфери праці і побуту людини.

Будь-які види композиції створюються за допомогою певних засобів: симетрії й асиметрії, ритму, контрасту і нюансу, пропорції тощо.

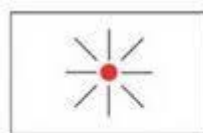
Симетрія – це чіткий порядок у розташуванні, поєднанні елементів частин предмету відносно одного з них або



Симетрична
рівновага



Асиметрична
рівновага



Радіальна
рівновага



Мозаїчна
рівновага

їх сукупності. Принцип симетрії зустрічається у природі (наприклад, кристали, листочки, квіти, метелики, птахи, тіло людини тощо). Симетрія вносить у об'єкти художнього конструювання порядок, закінченість, цілісність.

Серед фронтальних композицій найбільш поширеною є симетрія, у якій зображення, розміщені в одній площині, умовно діляться лінією на однакові частини, аналогічно відображенню в дзеркалі. Цим типом симетрії наділена більшість об'єктів рослинного і тваринного світу, а також людина.

Щодо *симетричної об'ємної композиції*, то, зазвичай, вона має вертикальну вісь. Усі сторони (чотири або більше) відносно неї однакові. Такий симетричний предмет орієнтований на однакове сприйняття його з усіх боків. Характерними прикладами таких композицій у предметному середовищі можна назвати торшер, настільну лампу, горщик для кімнатної квітки, вазу, келих, форма яких залежить від технології їх виготовлення навколо вертикальної осі. Симетричність об'ємної композиції надає їй урівноваженості й статичності, що є важливим фактором для створення утилітарних предметів.

Порушення симетрії може застосовуватися з метою посилення виразності форми та її гострішого емоційного впливу на людину. Тоді йдеться про асиметрію. Асиметрія – це відсутність будь-якої симетрії. Асиметрія виражає неупорядкованість, незавершеність. Вона за своєю суттю індивідуальна.

Асиметрична об'ємна композиція, наприклад, дозволяє більш ёмко виразити образ, створений митцем, передавши всю його багатогранність і багатолічність. При цьому, рухаючись навколо неї, можна зрозуміти пластичний задум автора. Саме асиметричну об'ємну композицію можна більш гармонійно помістити в простір будь-якого приміщення, або простір підпорядкувати їй. Простір, у такому випадку, активно впливає на сприйняття композиції. Асиметричними в приміщенні можуть бути будь-які предмети – від м'яких меблів до невеличких статуєток.

Контраст і нюанс є не менш важливими композиційними засобами.

Чітко виражені відмінності, нерівність і їх протиставлення в структурі твору називається контрастом композиції. У природі закон контрасту діє постійно, як одночасна боротьба протилежностей і їх діалектична єдність, а в мистецтві художник вільний у виборі нюансу чи контрасту. І все ж контраст світлого й темного, блискучого й матового, м'якого й твердого – досить часто використовується дизайнерами в своїх композиціях.

В об'ємно-просторовій формі композиційні контрасти можуть бути виражені через: розмір (низький – високий, вузький – широкий); форму (ввігнута – опукла, статична – динамічна, симетрична – асиметрична); матеріал (щільний – пористий, теплий – холодний, виразна текстура – ледь помітна); колір (яскравий – блідий, світлий – темний) тощо.

Нюанс – це співвідношення близьких за властивостями композиційних ознак предмета (буквально – відтінок, ледь помітна різниця).

Контраст у композиції посилює й загострює контрастність її елементів, а взаємодія нюансних елементів послаблює їх якість.

Одним із найдавніших засобів композиції є засіб *пропорційності*. Ще на початку I ст. до нашої ери було відомо, що пропорційність – джерело краси. Пропорційні відношення лежать в основі великої кількості правил, закономірностей, теорем. На жаль, природа пропорцій і закони, які визначають окремі їх прояви, не зовсім з'ясовані. Існують різні варіанти співвідношень, які викликають різні естетичні почуття. То ж, проектуючи виріб, необхідно знайти найбільш ефективні пропорційні залежності, що вказують на співрозмірність двох або більше відношень. Досконалий витвір людських рук відрізняється тим, що об'єктивні пропорції в ньому виглядають природно.

5. Основи колористики.

У нашому житті й діяльності велику роль відіграє колір, який оточує й супроводжує нас усюди. Художники, архітектори, дизайнери досить часто розв'язують композиційні задачі, пов'язані з кольоровим кліматом виробничого, суспільного й житлового інтер'єрів.

Колір – це властивість тіл викликати те чи інше зорове відчуття згідно зі спектральним складом відбитого або випромінюваного ними світла. Кольори поділяють

на такі види: хроматичні й ахроматичні. До групи ахроматичних належать білий, сірий і чорний кольори. Вони характеризуються лише кількістю відбитого світла або неоднаковим коефіцієнтом відбиття. Ахроматичні кольори відмінні один від одного тільки за яскравістю, тобто вони відображають різну кількість світла, що падає на тіло. Між найяскравішими – білими і найтемнішими – чорними поверхнями є різні відтінки сірого кольору: світло-сірі, темно-сірі.

Хроматичні кольори – це ті кольори й їх відтінки, які ми розрізняємо в спектрі (червоний, жовтогарячий, жовтий, зелений, блакитний, синій, фіолетовий). Хроматичний колір визначається трьома фізичними властивостями: кольоровий тон, насиченість і яскравість.

Кольоровий тон і насиченість є якісними характеристиками кольору. Кількісний бік кольору визначає яскравість, тобто кількість кольору, відбитого від певної пофарбованої поверхні. Якість хроматичного кольору залежить від падаючого на зображуваний об'єкт загального світлового потоку.

Різні кольори і кольорові поєднання по-різному сприймаються людиною, викликають різноманітні асоціації й почуття: можуть створювати почуття радості, підвищувати чи знижувати працездатність тощо.

У кожного з нас є свій улюблений колір. Але не завжди варто саме цим керуватися при доборі кольору та їх поєднанні. Адже саме гармонізація кольорів є основною прикрасою виробу. Вдало їх поєднати досить важко. Тому краще в процесі художнього конструювання користуватися відповідними положеннями про гармонію кольорів. Кольори, які найбільш часто поєднуються в інтер'єрі, наведено в таблиці 2.

Таблиця 2

Гармонійне поєднання кольорів

<i>Колір</i>	<i>Гармонійні кольори</i>
Червоний	Зелений, сірий
Темно-коричневий(бордо)	Перлинно-сірий, рожево-білий
Рожевий	Чорний, бежевий, блакитний
Насичено-рожевий	Світло-блакитний, зелений
Коричнево-рожевий	Блакитний, кремовий
Блідо-рожевий	Салатовий, блідо-бузковий, блакитний
Жовтогарячий	Фіолетовий, блідо-блакитний, світло-синій
Солом'яно-жовтий	Блідо-рожевий, сірувато-блакитний, зелений, фіолетовий, блакитний
Жовтий	Світло-пурпурний, зелений
Блідо-жовтий	Сірувато-рожевий, блідо-зелений
Золотистий	Світло-сірий, зелений, темно-червоний
Блідо-зелений	Коричневий, бежевий, волошковий, рожевий
Сіро-зелений(колір морської хвилі)	Жовтий, пісочний, оранжевий, рожевий
Темно-зелений	Темно-зелений, пурпурно-рожевий
Сіро-блакитний	Зелений, сірий, рожево-пурпурний
Синій	Жовтий, пісочний, оранжевий, рожевий
Фіолетовий	Блідо-бузковий, рожево-пурпурний

6.Проектування та виготовлення предметів інтер'єру.

7.Технологія виготовлення та декорування виробу.

8.Компонування портфоліо.

Практичний блок

1. Скласти тестові питання з теми «Принципи дизайну та стилістики».
2. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Історія виникнення стилів дизайну інтер'єру. Сучасні стилі інтер'єру».

3. Створити схему або таблиць «Використання та поєднання кольорів в інтер'єрі».
4. Створити портфоліо «Квартира моєї мрії».

Контроль та перевірка знань

1. Що не є характерним для предметів побуту давньоримської епохи:
 - а) Яскраво виражена орнаментальність
 - б) Скульптурні прикраси
 - в) Зображення богів
2. Під час якого періоду західний світ став використовувати гобелени:
 - а) Готичний
 - б) Ренесанс
 - в) Бароко
3. Який стиль не може бути віднесений до сучасних стильових напрямків дизайну:
 - а) Мінімалізм
 - б) Хай-тек
 - в) Модерн
4. Що не характерно для авангардного стилю:
 - а) Прагнення до експерименту
 - б) Демократизм і доступність
 - в) Прагнення до ексклюзивності
5. Чим характеризується дизайнерський стиль хай-тек:
 - а) Текучими "рослинними" лініями
 - б) Техніцизмом і використанням новітніх технологій
 - в) Використанням вітражів
6. До ахроматичних кольорів відноситься:
 - а) Жовтий колір
 - б) Червоний колір
 - в) Блакитний колір
 - г) Сірий колір
7. Назвіть засоби художнього конструювання. Розкрийте поняття.
8. Як сприйняття різних кольорів діє на людину?

Практична робота № 13

Культура зовнішнього вигляду

1. Краса жінки (фізкультура, харчування).
2. Користування косметичними засобами.
3. Догляд за шкірою.
4. Догляд за волоссям.
5. Зачіска сучасної жінки.
6. Техніка створення прикрас у техніці «пастіже».

Інформаційний блок

1. Краса жінки (фізкультура, харчування).

Якісне харчування – найкращий спосіб подбати про себе та близьких вам людей. Саме від того, як ви харчуєтеся, залежить ваше самопочуття та зовнішній вигляд. Безпечні, здорові продукти харчування додають енергії, подарують гарний настрій, допоможуть підтримувати фізичну форму та позитивно вплинуть на зовнішню красу.

Правильне харчування для жінок будь-якого віку.
Основа правильного харчування – добре збалансована



дієта, що складається з цільного зерна, свіжих фруктів і овочів, корисних жирів та нежирних білків. Такі продукти здатні постачати в організм жінки велику кількість енергії, забезпечити довготривалий контроль ваги, підтримувати репродуктивну функцію, допомогти у боротьбі зі стресом, полегшити протікання вагітності та зменшити вплив на організм ПМС та менопаузи.

У будь-якому віці, взявши на себе зобов'язання дотримуватись правил здорового харчування, ви зможете відчувати себе здоровою, впевненою, красивою та насолоджуватися життям.

Основні секрети харчування для жінок.

Зосередьтеся на свіжих рослинних продуктах. Основу раціону мають складати переважно фрукти і зелені листові овочі. Аби забезпечити організм корисними харчовими волокнами, які виконують важливі очисні функції організму, залучайте також до раціону різні види цільних злаків, квасолі та бобові. Намагайтеся споживати лише мінімально оброблені продукти місцевого виробництва чи сертифіковані органічні продукти, зробивши їх головними компонентами вашої дієти.

Споживайте більше кальцію. Жінки мають вищий рівень ризику розвитку остеопорозу, ніж чоловіки, тому дуже важливо отримувати з продуктами харчування якомога більше кальцію, аби підтримувати здоров'я кісток. Багаті на кальцій молоко та інші молочні продукти, проте вони містять тваринний жир та протеїн, які у надлишку можуть прискорити втрату кісткової маси. Тому варто звернути увагу і на рослинні джерела кальцію: боби, капусту кале, броколі, брюссельську капусту та зелені салати.

Обмежте споживання тваринного білка. Білки, безумовно, є невід'ємною частиною будь-якого здорового раціону харчування, проте надмірне споживання білка тваринного походження (як рекомендують низьковуглеводні, але багаті на білок дієти) негативно впливає на здоров'я жінок, зокрема призводить до втрати кальцію в організмі та зниження щільності кісток.

Зверніть увагу на залізовмісні продукти. Багато жінок отримують недостатню кількість заліза зі щоденних продуктів харчування. Крім того, жінки щомісяця втрачають багато заліза під час менструального циклу. Тому варто звернути особливу увагу на продукти, що містять багато заліза та стати їх шанувальниками. Збільшить у вашому раціоні частку таких продуктів, як пісне червоне м'ясо, темне м'ясо птиці, сочевицю, шпинат, мигдаль та збагачені залізом цільні зернові (жито, овес, пшеницю).

Скоротіть уживання алкоголю та кави. Жінки, які люблять каву понад усе, або котрі люблять проводити час із друзями за келихом вина, мають вищий ризик розвитку хвороб кісток. Надмірне споживання кофеїну негативно впливає на рівень виробітку гормонів у організмі, що також є причиною втрати кальцію. Намагайтесь обмежити споживання кави до 1 чашки на день та алкоголю до 1 келиха на тиждень.

Здорова їжа контролює настрій та заряджає енергією. Ваші звички та спосіб харчування мають значний вплив на настрій, уподобання, рівень стресу та заряд енергії протягом дня. Навчившись розумно підходити до вибору продуктів та розвинувши звичку здорового харчування, ви неодмінно помітите, що залишатись у гарній формі, контролювати бажання поїсти і мати бадьорий настрій стало набагато простіше.

Не відмовляйтесь від сніданку. Запустіть роботу свого обміну речовин з самого ранку, з'ївши сніданок. Дослідження доводять, що люди, які починають свій день з легкого сніданку, мають меншу вагу за тих, хто нехтує ним. Здоровий сніданок забезпечить заряд енергії на цілий день.

Привчіть себе до режиму. Занадто тривалі перерви між прийомами їжі можуть викликати у вас відчуття дратівливості чи втоми, тому намагайтеся розподілити прийом їжі на кожні 3-4 години. Аби постійно підтримувати заряд енергії у тілі, ваш режим харчування має виглядати наступним чином: здоровий сніданок, поживний обід, легкий підвечірок близько 14-15 год. (щодня максимальний спад активності людини припадає на 15:00) та легка вечеря не пізніше 19:00.

Обмежте споживання солодкого. Різкі підйоми і падіння рівня глюкози під час споживання солодоців і простих вуглеводів викликають екстремальні коливання рівня енергії в організмі та вашого настрою. Споживання занадто великої кількості цукру й інших простих вуглеводів асоціюється зі зростанням серцево-судинних захворювань, діабету і навіть раку молочної залози. За даними МОЗ цукор та інші прості вуглеводи є провідним чинником розвитку всесвітньої епідемії ожиріння. Споживання великої кількості цукру викликає звикання, тому одразу повністю відмовитись від солодких продуктів може бути складно, але обмежити споживання солодоців до кількох цукерок на день можна. Якщо ви спробуєте протриматися без солодкого кілька днів, ваше бажання поласувати тістечками, цукерками та солодким чаєм чи кавою піде на спад.

Віддавайте перевагу складним вуглеводам. Вони покращують травлення, допомагають стабілізувати рівень цукру в крові, підтримують постійний рівень енергії та допомагають довше зберігати відчуття насичення після їжі. Складні вуглеводи містяться в овочах і фруктах, бобових, горіхах, насінні, коричневому рисі, макаронах та хлібобулочних виробах з цільного зерна, вівсянці, бананах. У процесі травлення вони перетворюються на прості цукри, причому цей процес відбувається дуже поступово, займаючи від чотирьох до шести годин, насичуючи організм корисними харчовими волокнами, вітамінами, мінералами.



Фізична культура – сфера соціальної діяльності, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, розвиток психофізичних здібностей людини в процесі усвідомленої рухової активності

У всіх бувають періоди, коли чіткий усталений розпорядок життя порушується. На цей випадок завжди повинен бути альтернативний варіант вправ, які можна виконувати в будь-якому місці і в будь-який час. Займаючись регулярно, ви

підтримуєте нормальний ритм кровообігу, допомагаєте суглобам залишатися рухливими, не дозволяєте поганому настрою заволодіти вами.

Пропонуємо комплекс вправ, розрахований на 10 хвилин, які можна виконувати в готельному номері, на пляжі і навіть на роботі за зачиненими дверима, вони не потребують ніякого спеціального устаткування:

Встати і походити трошки на місці.

Встати на коліна, опертися прямими руками об підлогу, ступні покласти на якесь піднесення. Зігнути руки в ліктях (шия і спина при цьому складають пряму лінію) і опустити тулуб таким чином, щоб груди торкнулася статі. Якщо важко виконувати цей рух, можна опускати торс не так низько. А в подальшому, коли м'язи зміцняться, можна буде виконати вправу повністю. Витримати паузу і повернутися в початкове положення.

Сісти на край стільця і поставити ноги так, щоб п'яти опинилися позаду колін. Покласти руки на край стільця, так, щоб великі пальці дивилися вперед. Не згинаючи рук, перенести вагу тіла так, щоб стегна виявилися перед стільцем. Видихнути повітря і зігнути руки в ліктях. Звести лопатки і припинити рух, коли передпліччя будуть розташовуватися паралельно підлозі. Нижня частина спини і стегна повинні бути розташовані близько до стільця, а лікті дивитися назад. Зробити паузу в нижній точці руху, вдихнути і повернутися в початкове положення.

Лягти на спину і зігнути ноги так, щоб коліна знаходилися прямо над стегнами. Покласти руки за голову. Зробити вдих, напружити грудну клітку і підтягнути її до стегон,

відірвавши голову, шию, лопатки від підлоги. Одночасно підняти стегна і підтягнути їх до грудей. Зробити паузу у верхній точці руху, видихнути, повернутися в початкове положення. Робити цю вправу плавно, не приближати стегна до грудей ривком.

Встати прямо, широко розставити ноги і нахилитися вперед. Витягнути руки перед собою і покласти їх на спинку стільця. Потрібно відчутти напругу м'язів з обох сторін тулуба. Тепер злегка зігнути в коліні праву ногу і трохи нахилити тулуб вправо. При цьому м'язи на внутрішній стороні лівого стегна повинні напружитися ще більше. Повторити цю вправу, згинаючи ліву ногу

Встати спиною до стіни і випрямитися. Зробити два маленьких кроки вперед і зрушити ноги. Опустити тулуб вниз, як би сповзаючи по стіні, спираючись спиною, поки стегна не опиняться на одному рівні з колінами або трохи вище. Видихнути повітря, напружити грудну клітку і підняти ліву ногу на кілька сантиметрів над підлогою. Тримати рівновагу в цьому положенні 5-15 секунд. Намагатися дихати рівно. Опустити ногу на підлогу і повернутися, спираючись на стіну, у вихідне положення.

Повторити вправу, відриваючи від підлоги праву ногу.

Встати прямо, розслабитися і трішки походити на місці.

2. Користування косметичними засобами.

Людство з за пам'ятних часів прагнуло зробити своє тіло більш красивим, еластичним і привабливим. Спочатку всі крему і інші косметичні засоби робилися індивідуально.

Вважалося, якщо жінка навчена варену мила, вона дуже хороша господиня.

Зараз все змінилося, мила та крему ми вже не робимо самостійно. Хоча якщо це наше хобі, то чому б і ні. І тим не менше, існують деякі правила застосування косметичних засобів для тіла обличчя та волосся.

Тип шкіри. Оскільки шкіра і волосся у всіх дуже індивідуальні, а виробники не в силах готувати косметичні засоби всім індивідуально, для цього виділили основні три типи шкіри: суху, нормальну і схильну до жирності. Ще шкіру можна розділити на: нормальну і проблемну (це на якій з'являються прищі, вугри). Волосся так само виділяють в сухе і ламке, нормальні і схильні до жирності. Тип волосся, найчастіше залежить від шкіри. Саме за такими принципами виробники косметичних засобів роблять все крему, шампуні, тоніки, лосьйони і т.д. Бувають ще косметичні засоби для нормальної та сухої шкіри (волосся), для нормальної і жирної шкіри (волосся). Але це вже всі варіації на тему. Тому перш ніж купувати те чи інше косметичний засіб, давайте визначимося, який у Вас тип шкіри, щоб не зіпсувати її.

Суха шкіра обличчя і сухе волосся, а так само шкіра і волосся, схильні до сухості (оскільки не вся шкіра чи волосся можуть бути сухими, буває і певні зони).

Якщо Вашу шкіру після вмивання стягує, Ви відчуваєте печіння або свербіж, а волосся тьмяне, ламке і не розчісується, швидше за все, у Вас суха шкіра і волосся. Вам потрібно вибирати м'які засоби для зволоження й очищення. Суха шкіра і волосся дуже чутливі, тому головні правила застосування косметичного засобу для тіла, обличчя та волосся сухого типу – не пересушити, не травмувати, зволожити і заспокоїти. Обов'язковою засобом у Вашому випадку буде зволожуючу молочку для вмивання, зволожуючі креми денного та нічного нанесення, зволожуючі маски для тіла, обличчя та волосся, зволожуючі шампуні, зволожуючі і, надають силу і блиск, маски і бальзами, а так само засоби для розчісування і додання об'єму волосся. Але пам'ятайте, що наносити все це потрібно в розумних кількостях. Від того, що Ви намажете весь тюбик собі на обличчя за один раз нічого не зміниться, тільки крем зіпсуєте.

Жирна або схильна до жирності шкіра і волосся. А так же проблемна вугрова шкіра і комбінована шкіра.

Знаєте як можна легко і просто визначити такий тип шкіри? Досить з ранку після сну провести пальцем по носі або по лобі, весь жир в основному накопичується там. А ще досить поглянути в дзеркало, якщо у Вас пори широкі, а чорні точки оселилися в них так,

що жодним пілінгом не виженеш, то Ви володар такого типу шкіри. Плюс до всього цього волосся стає засаленими і набувають нездоровий блиск і тяжкість, практично до вечора після миття. У такій шкірі є один, але дуже хороший плюс! Така шкіра пізніше за всіх старіє, отже, боротьба зі зморшками у Вас відсувається на останнє. А ось доглядати за такою шкірою потрібно ретельно.

Для Вас підійде все, що утримує баланс шкіри і волосся, зволожує, але усуває жирність і обов'язково пілінгові або скрабуючі гелі для вмивання і маски. Добре б ще хоча б раз на місяць зробити глибоку чистку обличчя в салоні. А для волосся протипоказані важкі лаки, пінки, гелі та муси. Від них волосся стане ще важче, і виглядати будуть ще жирніше, ніж є. Шампунь для жирного волосся і кондиціонер - це Ваш випадок. Можна, звичайно, підсушити волосся хімічної завивкою або освітленням, але чи варто їх так сушити? В результаті Ви отримаєте сухі кінчики і все одно жирні корені. Правила застосування засобів тут - не допустити помилок в сушінні волосся і змусити шкіру дихати, домогтися збалансованості шкіри обличчя, в міру зволожити, в міру підсушити. Запам'ятайте, не можна користуватися дуже гарячим повітрям для сушки волосся жирного типу. Цим Ви сушить шкіру голови, і вона починає боротися, виділяючи з сальних залоз нову порцію жиру, який Ви намагаєтеся змити.

Нормальна шкіра і нормальне волосся.

Якщо Ви не спостерігаєте нічого схожого ні на суху шкіру, ні на жирну, Вам пощастило. У Вас нормальна шкіра і волосся і Вам заздрить більша частина жіночого населення. Для нормальної шкіри косметичних засобів для тіла, а так само для обличчя та волосся достатньо. Ви можете собі дозволити практично все: лаки, гелі, тональні креми, пудри. Вас не турбують закупорені пори і стягує ефект після вмивання. Але пам'ятайте, краще користуватися перевіреними косметичними засобами і не зловживати здоров'ям Вашої шкіри і Ваших волосся. Головне містити в чистоті тіло, шкіру обличчя і волосся, і вони вам будуть вдячні.

При *змішаному типі*, будь то схильні до жирності або до сухості, краще вибирати засоби «для нормальної і схильної до сухості» або «для нормальної і схильної до жирності» шкіри обличчя і голови.

Зазвичай, тіло наше нормального типу або схильне до сухості, не залежно від типу шкіри обличчя й типу волосся. Це обумовлено тим, що ми дуже часто сушимо шкіру тіла милом. Тому шкіру тіла краще хоча б кілька разів на тиждень зволожувати кремом або молочком. А митися краще гелем для душу.

Пори рок. Улітку краще намагатися користуватися зволожуючими засобами. Оскільки шкіра віддає багато вологи на спеці і сонце. Тим самим швидше старіє і пересихає. Взимку, навпаки, через холод, шкіра намагається захистити себе і виділяє більше жиру, тому можна користуватися косметичними засобами, які можуть збалансувати жирність.

Харчування і спосіб життя. Не забувайте також, що Ваша шкіра це дзеркало того, чим Ви харчуєтеся, і який спосіб життя Ви веде. Якщо Ви користуєтеся косметичними засобами, а поліпшення результатів не видно. Не «грішіть» відразу на косметику. Зверніть увагу на те, що ви їсте, як ви живете. Можливо, проблема криється якраз саме в цьому.

Пам'ятайте, вчасно знайдені і вирішені проблеми, допоможуть Вам наблизитися до ідеального вигляду Вашого тіла, обличчя та волосся. Будьте завжди чудові і нехай Ваше тіло і волосся випромінюють здоров'я і красу!

3. Догляд за шкірою.

Жіноча доглянутість і краса мають кілька складових: красива фігура, здорові і сильні волосся, і звичайно, гладка і бархатиста шкіра. Саме жіночу шкіру століттями оспівували поети, а великі художники завжди намагалися знайти фарби, щоб передати на полотні її ніжність і чарівність відтінків.

Догляд за шкірою. Жіноча шкіра буде виглядати чудово, якщо ми будемо правильно харчуватися, вести здоровий спосіб життя, більше рухатися і до всього

ставитися з позитивом, проте шкіра потребує ще й певного догляду, особливо сьогодні, коли ми живемо в атмосфері великих міст. Руйнівні дії на шкіру не обмежуються вихлопними газами і хлорованою водою: є ще й побутова хімія, електромагнітне випромінювання, стреси і багато інших несприятливих факторів.

Якщо не доглядати за шкірою правильно, то вона буде виглядати не дуже добре, навіть якщо ви намагаєтеся дотримуватися здоровий спосіб життя і не маєте шкідливих звичок.

Шкіра завжди повинна бути чистою, інакше про красу і здоров'я не може бути й мови. Пил, шкірне сало, відмерлі лусочки – все це забруднює шкіру, призводить до проблем і захворювань.

Навколишнє середовище постійно змінюється, і це багато в чому залежить від клімату. Коли температура і вологість у нормі, то шкіра відчуває себе добре, а ось гарячий і сухе повітря в поєднанні з пекучим сонцем для шкіри згубний – він викликає ранню появу зморшок. Холодний вітер і мороз роблять шкіру грубою, вона червоніє – і це теж шлях до раннього старіння.

Якщо при цьому неправильно вмиватися і піддаватися впливу стресів, то навіть здорова шкіра може зазнати негативні зміни. Набагато легше попередити ці зміни, ніж потім боротися з ними. Догляд за шкірою залежить від її типу і стану: шкіра може бути сухою, нормальною, комбінованою, жирною або в'яне, в'ялою.

Звичайно, більше всіх щастить тим, у кого шкіра нормальна - матова, пружна, еластична. Така шкіра, як правило, завжди гладка і рожева, пори на ній не видно, вона красива і здорова. Однак догляду потребує будь-яка шкіра.

Засоби догляду за шкірою: як правильно вмиватися. Найважливіше засіб для догляду за шкірою - це звичайна вода. Саме вода, якщо вона відповідає всім вимогам, зберігає здоров'я і красу нашої шкіри. Коли ми вмиваємося, ми очищаємо шкіру від бруду, жиру, виділень, а також мікробів, що потрапляють на неї ззовні. При умовно теплою або прохолодною водою в шкірі поліпшується кровообіг, вона починає дихати і краще сприймає поживні речовини.

Умиватися слід тільки чистою, м'якою водою, без домішок і шкідливих солей. Найкраще дистильована вода, або природна мінеральна, проте можна використовувати річкову воду – тільки її потрібно закип'ятити.

Якщо використовувати для вмивання жорстку воду, то шкіра стане сухою, роздратованою, може з'явитися білий наліт і лущення, так як солі кальцію і магнію при з'єднанні із засобами для вмивання стають нерозчинними.

Перш ніж умиватися такою водою, її треба довго кип'ятити – близько години, а потім відстоювати, щоб солі могли осісти. Вода стане менш жорсткою, якщо додати до неї чайну ложку питної соди. Не слід вмиватися ні дуже гарячою, ні дуже холодною водою.

Якщо довгий час вмиватися гарячою водою, кровоносні судини розширюються, і залишаються в такому стані; шкіра в'яне, стає чутливою до холоду і в'ялою. Якщо ж завжди використовувати холодну воду, шкіра сохне, втрачає життєві сили, знежирюється і лущиться. Ідеальний варіант – вмиватися водою кімнатної температури.

Мило, лосьйони та відвари для вмивання шкіри. Більшість косметологів вважають, що використовувати мило можна один раз на добу, щоб очистити шкіру ввечері, і лише тим, у кого вона жирна. Інші типи шкіри можуть запалюватися і пересихати, якщо постійно вмиватися з милом, навіть щадним косметичним. У таких випадках можна використовувати пом'якшувальні емульсії і очищують лосьйони – як вранці, так і ввечері. Є також спеціальні очищаючі креми, з рідкою консистенцією, не проникають в пори шкіри. Ще можна використовувати очищаючі відвари і настої трав, і навіть нерафінована олія – лляне, оливкова, мигдальне, персикове і т.д.

Ніколи не слід занадто енергійно терти обличчя рушником, так як підшкірний шар легко розтягується, і від цього можуть завчасно з'явитися зморшки. Перед тим, як вийти

на вулицю, обов'язково скористайтеся захисним кремом. У суху, вітряну і холодну погоду потрібно використовувати більш жирний крем.

Догляд за шкірою: домашні маски для обличчя. Догляд за шкірою обличчя обов'язково передбачає використання масок для обличчя – домашніх, заснованих на народних рецептах, а також продаються в готовому вигляді в косметичних магазинах. Наносити маски треба на чисту шкіру, чисто вимитими руками; готові косметичні засоби слід набирати спеціальним пластмасовим шпателем; на шкіру повік маску наносити не потрібно.

Поки ви тримаєте маску, необхідно перебувати в спокої: краще не розмовляти і навіть не читати книгу. Для зняття маски використовуйте ватний тампон, змочений в теплій воді або молоці; знімайте маску обережно, не докладаючи зусиль.

Харчування і масаж для шкіри: догляд за шкірою в дома.

Якщо шкіра в'яла, то потрібно використовувати в'язучі і тонізуючі засоби, правильно і повноцінно харчуватися, щоб забезпечити нормальний стан підшкірного жирового шару. Включайте в харчування свіжі фрукти і овочі, яйця, рибу, м'ясо, молочні продукти – все це допоможе поліпшити кровообіг і живлення шкіри обличчя. Домашні маски для в'ялої шкіри повинні включати дріжджі, соки і м'якоть фруктів, жовтки яєць.

Масаж теж істотно покращує живлення шкіри: він сприятливо діє на судини, залози і м'язи. Обмін речовин в шкірі при цьому відразу поліпшується, підшкірно-жировий шар приходить в норму, шкіра стає гладкою і менш в'ялою. Краще всього проводити курси масажу в косметичних салонах і кабінетах.

Догляд за шкірою тіла. Наше обличчя завжди на виду, і тому ми прагнемо за ним доглядати, проте шкіра тіла потребує догляду і турботи анітрохи не менше. Шкіра на таких зонах, як груди, декольте, внутрішня поверхня стегон і передпліч, швидко втрачає еластичність і обвисає, якщо за нею не доглядати. До того ж від стану шкіри залежить наше самопочуття: якщо пори шкіри тіла забиті і закриті, то організму важко виводити шлаки і «дихати», отримуючи через шкіру кисень і поживні речовини.

Косметичні засоби для догляду за шкірою. Сьогодні багато косметичні компанії пропонують засоби для догляду за шкірою тіла в домашніх умовах. Це скраби, гелі, молочко, лосьйони і креми. Проте починати догляд за шкірою тіла слід з ранкової гімнастики, поліпшує її кровопостачання і харчування. Після гімнастики можна прийняти душ з використанням гелю або скрабу, щоб очистити шкіру не тільки від забруднень, але й від мертвих клітин.

Скраб потрібно наносити на вологу шкіру, і потім м'яко розтирати її круговими рухами, рухаючись знизу вгору. Шкіра при цьому яснішає і омолоджується, однак занадто часто скрабами користуватися не варто: для сухої шкіри буде достатньо одного разу на тиждень, а для жирної - двох.

Гель також чудово очищає шкіру, одночасно доглядаючи за нею і зволожуючи. Як правило, до складу очищувальних засобів входять екстракти різних природних речовин,



що дають ефект ароматерапії – розслаблюючі, тонізуючі, заспокійливі і поліпшують настрій. Аромат таких засобів зберігається протягом цілого дня, дарує відчуття свіжості і комфорту.

Крем або молочко для тіла – заключний етап домашнього догляду. Втирати їх в шкіру треба ніжно і м'яко, масажними рухами, поки засіб не вбереться повністю. Правильно вибраний крем допоможе зробити шкіру м'якою, гладкою і шовковистою.

Сучасні виробники засобів для догляду за шкірою тіла випускають креми, молочко, лосьйони, що містять природні компоненти, що дозволяють попередити старіння, целюліт, пігментні плями і інші неприємні прояви. Такі засоби здатні повертати шкірі молодість і сяйво, забезпечуючи їй здоровий і доглянутий вигляд.

Домашній догляд за шкірою: пілінги і ванни. Прекрасним засобом для догляду за шкірою в домашніх умовах є ванни й натуральні пілінги. Ванни можна приймати з крохмалем, шоколадом, висівками, травами, оліями, зеленим чаєм, соками фруктів та іншими добавками. Для приготування домашніх скрабів теж можна використовувати безліч засобів: морську сіль, насіння рослин, цукор, мед, масла, фрукти, молоко, соки і вівсяні пластівці. Кожна жінка, проявивши трохи терпіння, може знайти для себе ті засоби догляду, які зроблять шкіру свіжою і красивою, повернуть тілу енергію, знімуть втому і напруга, а їх аромати допоможуть завжди зберігати гарний настрій.

4. Догляд за волоссям.

Волосся має тенденцію сіктися, випадати, рідшати. І взагалі втрачає блиск та красу. Ось чому, правильний догляд за кожним типом волосся є необхідним.

Догляд за нормальним волоссям. Волосся нормального типу – міцне, еластичне, з красивим натуральним блиском (зустрічається головним чином у молодих, практично здорових людей).

Нормальне волосся не вимагає особливого догляду, проте необхідно підтримувати його стан, для чого можна використовувати різні полоскання.

Змішайте 4 ст. ложки кропиви дводольної і 2 стол. ложки коріння лопуха. Візьміть стол. ложку суміші, залийте стаканом кип'ятку, томіть на вогні 10 хвилин. Додати у воду для споліскування.

2 ст. ложки аптечної ромашки покласти в марлевий мішечок, залити гарячою водою в посуді, який призначений для полоскання. Поки ви миєте голову, настій буде готовий, додайте в нього ст. ложку виноградного або яблучного оцту.

Трава вересу звичайного і шишки хмелю беруться в рівних кількостях, півсклянки суміші заливають літром кип'ятку. Потім остудіть і додайте у воду для полоскання.

У будь-який склад можна додати сік лимона, який робить волосся слухняним і блискучим. Наведені тут рецепти допомагають запобігти і розщеплюванню волосся (волосся, що січеться).

Особливості догляду за сухим волоссям, що січеться. Волосся сухого типу – тонке, тьмяне, ламке, легко рветься, січеться, після миття через 1-2 дні з'являється дрібна суха лупа. Частою причиною сухості й випадання волосся є неправильний догляд за ним і травмуючі дії. До перерахованих зовнішніх причин відносяться: часте використання лужного мила, гарячого фена, грубе розчісування (металевими і неякісними дерев'яними гребінцями із задирками), забарвлення з використанням закріплювача при концентрації пергідролю більше 12%, сонячна підвищена активність у поєднанні з сухим вітром (на морі), а також тривале носіння одного виду зачіски (кінський хвіст, начісування) і проділу. Неправильний догляд призводить до того, що волосина змінює свою структуру і починає розщеплюватися.

Сухе волосся вимагає дбайливого догляду. Його миють в середньому 1 раз на 10-14 днів, а в літньому віці – навіть рідше. Причому для миття волосся цього типу краще використовувати креми-шампуні, що містять також біологічно активні речовини, такі, як лецитин, вітамін В5, екстракт ромашки, липового цвіту, м'яти, паростків пшениці. Для сухого волосся існують свої рецепти сумішей, які слід втирати перед миттям голови.

Перед миттям, особливо, коли волосся січеться, доцільно робити тепле укутування голови. У шкіру втирають будь-яку рослинну олію (краще оливкову), крем або живильну маску і обертають голову махровим рушником. Звичайно за годину (якщо не вказаний інший час) волосся миють у піні хорошого шампуню.

Для ополіскування сухого волосся після миття можна використовувати такі настої:

– 2 стол. ложки м'яти перцевої залити стаканом кип'ятку, настояти 30 хвилин. Так само можна використовувати аптечну ромашку.

– 1 стол. ложку подрібненого листа берези залити стаканом кип'ятку і настоювати 2 години. Так само можна використовувати коріння проскурника.

– Хліб (200 г) розламати, залити 1 літром теплої води, настояти 4 години, потім процідити.

Необхідно пам'ятати, що сухому волосся шкодить сонце, сухе волосся боїться механічних пошкоджень, його слід фарбувати дуже обережно. Іноді, особливо при надмірній сухості волосся, корисно нанести на вологе волосся збиті жовток і білок яйця разом або один жовток з невеликою кількістю води. Потім волосся промивають простою водою і споліскують підкисленою. При сухому волоссі корисно щодня втирати в шкіру голови настій або відвар цвіту липи.

Особливу роль для сухого волосся грає місцеве живлення. Маски сприяють росту волосся, роблять його менш сухим, більш життєвим. Наносять їх перед миттям. Спочатку маску втирають в шкіру волосистої частини голови, а потім ретельно наносять на волосся по всій довжині. Голову обгортають рушником на 30-60 хвилин.

Маски для сухого волосся:

– 1-2 жовтки, залежно від довжини волосся, розмішати із столовою ложкою касторової олії. Змити піною нейтрального мила типу «Дитяче» або спеціального шампуню для сухого волосся 20 грамів касторової олії змішати з 20 грамами рослинної, додати 10 грамів шампуню для сухого волосся. За годину маску змити великою кількістю м'якої води без мила.

– 75г свіжого подрібненого коріння лопуха настояти добу в теплому місці в 200г мигдальної або соняшникової олії. Після цього варити на слабкому вогні 15 хвилин, часто помішуючи. Процідити. Злити в банку. За 1 годину до миття втирати в шкіру голови.

– За годину до миття голови підігрійте суміш оливкової і касторової олії, узятих порівну, додайте 1 жовток і цей склад вітріть у шкіру голови.

– Втирайте в шкіру голови тепле кисле молоко, потім надіньте шапочку, використовувану при прийманні душу для того, щоб не мочити голову. Через півгодини ще раз втерти кисле молоко, потім вимити голову.

– Змішати льняне масло з горілкою в рівних пропорціях і втирати в голову протягом 10 хвилин легкими круговими рухами, потім півгодини тримати голову в теплі, обмотавши її рушником. Аналогічним чином можна використовувати суміш касторової і реп'яхової олій, узятих в рівних пропорціях.

Кінці, що січуться, – недолік, який практично завжди супроводжує довге волосся, причому чим воно довше, тим більшим зовнішнім діям воно піддається упродовж свого життя. Саме тому волосся завдовжки близько 30 см і більше неминуче починає розшаровуватися на кінцях. Щоб запобігти розшаруванню, необхідно не рідше, ніж раз на місяць підрівнювати волосся, зістригаючи посічені кінчики. Особливо ефективно, якщо майстер в салоні стригтиме вас не звичайними, а так званими гарячими ножицями, які запаюють кінчик волосини і запобігають розшаруванню. Можна скористатися і спеціальними засобами, які ніби склеюють волосину. Вони наносяться на сухе або вологе волосся і не вимагають змивання.

Особливості догляду за жирним волоссям. Волосся жирного типу – з неприємним запахом, сальне, склеюється. До жирності волосся може призвести зміна функцій різних органів і систем організму. Волосся при цьому часто покривається жирними лусками –

лупою. Підвищена жирність може бути викликана і неправильним доглядом – втиранням великої кількості жирних живильних масел, масок.

Для догляду за жирним волоссям використовують засоби, що зменшують саловиділення шкіри. Саме при цьому типі, як у чоловіків, так і у жінок відбувається інтенсивніше випадання волосся, та й зовнішній вигляд їх викликає неприємне відчуття. Зменшенню жирності волосся сприяє дотримання рекомендацій, що стосуються дотримання дієти, способу життя і ін.

Жирне волосся рекомендується мити в середньому 1 раз на 3 дні, оскільки часте миття, на жаль, не зменшує їх жирність.

Для цього типу волосся добре підходять шампуні для жирного волосся з екстрактами кропиви, шавлії, мати-й-мачухи, лепехи, польового хвоща, морських водоростей, шампуні, що містять протеїни, вітаміни А, З, До, мікроелемент цинку, а також спеціальні лікувальні шампуні. Перед миттям корисно втерти в шкіру голови кисле молоко, зав'язати голову хусткою, а вранці вимити її в мильній піні (тут, правда, є одне «але»: такий рецепт навряд чи буде хороший, якщо ви живете не одні, та й запах не кожному може сподобатися – це не косметика з ароматами).

Ефективним є також втирання до миття соку алое. Після миття слід застосовувати спеціальний бальзам, маску або спеціальний крем. При їх регулярному вживанні поліпшується структура волосся, воно стають м'якими, еластичними, легко розчісуваним, зменшується жирність.

При жирному типі волосся мило, шампунь і навіть бальзам-обполісувач рекомендується змивати настоєм або відваром лікувальних трав: шишок хмелю, кропиви, хвоща польового, мати-й-мачухи, кореня лопуха, кореня лепехи (можна в суміші або окремо); 2 стол. ложки трав залити 1 літром кип'ятку, прокип'ятити, дати настоятися 20 хвилин і процідити.

Темне волосся рекомендується споліскувати водою з оцтом (1 стол. л. на 1 літр води), а світле – настоєм ромашки (2 стол. ложки на 2 літри води) з додаванням лимонного соку або лимонної кислоти.

Непогано промивати жирне волосся гірчицею (1 стол. ложку розвести в невеликій кількості води, і в цю суміш влити 2 літри гарячої води). Після чого його необхідно сполоснути підкисленою водою.

Якщо ж волосся дуже сальне, то у воду для споліскування додайте нашатирний спирт з розрахунку 1 ч. л. на 1 літр води.

У проміжках між миттям дуже корисно втирати в шкіру волосистої частини голови сок лимона.

Якщо у вас підвищене саловиділення, вам протипоказаний масаж шкіри голови і часте розчісування волосся щіткою. Не рекомендується укладати жирне волосся феном і носити його довгим – все це сприяє посиленню саловиділення.

Маски для жирного волосся:

– 1 сирий жовток змішати з 1 ч. л. спирту і 1 ч. л. води. Після першого миття суміш втирається в шкіру голови, залишається на 10 хв., потім волосся гарненько обполіскується. Жовток корисний тим, що містить холестерин, який пригнічує надмірне утворення шкірного жиру.

– 1-2 білки збити в міцну піну, втерти у волосся і шкіру голови, і залишити до повного висихання. Потім сполоснути волосся і вимити сірчанім милом (якщо ви його зараз де-небудь знайдете).

– 100-150 г чорного хліба або кірок покрити і залити крутим кип'ятком. Коли вода остигне до кімнатної температури, приготувану кашку втерти в шкіру голови і зав'язати поліетиленовою косинкою на 20-30 хвилин, потім змити водою без мила (на жаль, з незвички цей спосіб може показатися украй утомливим через необхідність вимивати ці самі крихти. Якщо у вашому випадку саме так і відбулося, спробуйте

протерти цю кашку через марлю, складену в 4 шару. Вийде більш-менш однорідна суміш. З цим буде вже легше).

Пропоновані склади втирають в шкіру голови приблизно за півгодини до миття:

Виріжте з айви серцевину плоду разом з насінням. Залийте вирізане стаканом води і доведіть до кипіння на повільному вогні. Відвар айви втирають в шкіру голови, він зменшує жирність волосся, лікує жирну себорею.

Сік з листя алое укріплює коріння волосся, покращує кровообіг, зменшує жирність. Стол. ложку подрібненого березового листя залити 100г горілки. Настояти в щільно закритому посуді 5 днів. Протирати волосся щодня протягом 2 тижнів.

Догляд за змішаним волоссям. Дуже часто трихологам (фахівцям з догляду за волоссям) доводиться стикатися з такою проблемою: шкіра голови і коріння волосся – жирне, а саме волосся і особливо кінчики – сухі. Найчастіше це стає помітним вже наступного дня після миття голови.

Самостійно шкірне сало не може розподілитися по всьому волосяному стрижню, особливо у разі, коли волосся довге. Розподіл шкірного сала здійснюється механічно при розчісуванні волосся. Цей процес носить рівномірний характер при нормальному функціонуванні сальних залоз. Якщо ж їх активність надмірна, то спостерігається підвищена жирність шкіри голови і коріння волосся, але вона поєднується з сухістю волосяних стрижнів. Остання найбільш поширена при частому застосуванні фарб для волосся, особливо при знебарвленні.

Підвищена активність сальних залоз може виникати як наслідок частого миття волосся, так і при захворюванні себореєю.

Багато з нас, щоб позбавитися надмірної жирності, прагне мити волосся часто і наполегливо. Але в тому-то і вся біда, що чим інтенсивніше відбувається знежирення шкіри і волосся, тим інтенсивніше функціонують сальні залози.

Як же вирішити цю проблему? В ідеалі – треба поступово і достатньо довго привчати волосся до нечастого миття. Але річ у тому, що не завжди ми можемо собі це дозволити з етичних міркувань. Наприклад, існують професії, коли виглядати на всі 100 треба щоденно, і тоді вже важко буде пояснити, чому ви з'явилися з жирним волоссям.

Тому для вирішення проблеми змішаного волосся звичайно рекомендується звертатися до спеціаліста-трихолога, який розробить комплексну програму. По суті, у випадку зі змішаним волоссям така ж ситуація, що й зі змішаною шкірою – і там, і там треба доглядати за кожною ділянкою, вибираючи для нього відповідну програму.

5. Зачіска сучасної жінки.

Сучасні зачіски – спосіб заявити світові про особистість. Нові тенденції диктують свої порядки і правила у моді. Наприклад, у сучасних зачісках цінується не тільки краса, але й підкреслення індивідуальності людини. Сучасні зачіски підійдуть для будь-якої форми обличчя. Але все ж, володарі найкращих зачісок будуть удостоєні того, щоб їх обличчя мали правильні форми. Але самі модні зачіски, які не підходять за стилем, можуть надовго зіпсувати настрої. Тому експерименти зі зовнішнім виглядом можуть бути на довго забуті, із-за страху перед майбутніми проблемами.

Сучасні зачіски на коротке волосся. Короткі зачіски стали популярними не тільки у хлопчиків, але і дівчат, які почали використовувати подібний вид стрижок, для підкреслення свого незвичайного вигляду. Багато сучасних стилістів рекомендують ультра-стильні короткі зачіски для дівчат. У поєднанні з правильно підібраним макіяжем і строгим діловим костюмом, сучасні зачіски допоможуть спромогтися карколомної краси і привабливості. Дуже стильно виглядають сучасні зачіски короткого виконання у вигляді хвилі, яка дещо відсунута на лоб. Загалом, поєднання короткої стрижки і довгого чубчика у вигляді хвилі, дуже гарно поєднується.

Короткі сучасні стрижки ідеально підходять бізнес жінкам, які ведуть активний спосіб життя в офісі або в постійному русі. Сходінка в пасмах може створити діловий стиль і при цьому надати більш молодий вигляд зовнішності.



Волосся середньої довжини та сучасні зачіски

Найбільш поширені зачіски включають в себе різноманітні види подовжень. Практично кожна така зачіска має загальні риси – це довга чолка, яка повинна доходити до очей. Подовжене каре з накрученими пасмами, теж найбільш популярне в даний час. Не менш виглядає гарно рівне гладке волосся середньої довжини. Такий вид зачіски добре підходить в поєднанні з великими бігудями, якими накручуються кінчики волосся, а потім розпушуються, надаючи зачісці об'єм.

Сучасні зачіски на довге волосся – це дуже красиво. При цьому, з довгим волоссям може виникнути багато проблем. Довга зачіска може поєднуватися з ультрамодним довгим чубчиком, який підкреслить стиль господаря. Останньою тенденцією в моді стало використання шиньйону. Такі сучасні зачіски можуть укладатися за допомогою обруча для укладання волосся, а так само для декорації можуть бути використані стрічки і невеликі шпильки. Шиньйон можна використовувати зачісуючи волосся до верху і збираючи його в тугий вузол, хоча можна і не затягувати волосся. Так само дуже ефектно виглядають стрічки у волоссі, невеликі пасма волосся перев'язуються стрічками і створюється ефект обсягу.

Дуже поширеними стали градуйовані стрижки на довгому волоссі, які створюють ступеневу структуру у волоссі.

Сучасні напрямки моди у зачісках. Останнім часом спостерігається тенденція популярності довгих зачісок. Акуратно і недбало укладене волосся із збільшеною довжиною. Але, і власницям коротких стрижок нема чого засмучуватися. Сьогодні існує маса зачісок і стрижок, для власниць таких довжин волосся.

Сьогодні стилісти використовують наступні сучасні тенденції в зачісках.

1. Коли створюються зачіски, у волосся вплітають квіти, прикраси, коштовності.

2. При створенні весільних та вечірніх зачісок широко використовуються штучні пасма, вставки тощо.

3. Створюючи сучасні зачіски, широко використовуються також і блискітки, яскраві вставки для волосся.

При всьому цьому необхідно пам'ятати, що громіздкі сучасні зачіски не рекомендується робити для вечірок так як вони швидко розпадаються. Так само не варто захоплюватися різними кольорами волосся, широка гама кольорів може призвести до небажаних наслідків. Такими наслідками може бути проблема з укладанням і ламкість волосся. Так само слід пам'ятати той факт, що необхідно враховувати обсяг обличчя жінки і її стиль.

6. Техніка створення прикрас у техніці «постиже».

Постиж - це декоративний виріб з волосся. Виготовлятися постиж може не тільки з натуральних, а й зі штучного волосся. Під словом «постиж» розуміють усі вироби з волосся: перуки, напівперуки, шиньйони, накладки, локони, коси, бороди, вуса, баки та інше.

Виготовлення Постіже це вироби тонкою, ювелірною роботою, яка проводиться вручну або на спеціальному обладнанні.

Постиж часто використовується в створенні театральних і кіно образів, для теле- та фотозйомок, в індустрії краси. Завдяки постижу створюються ефектні і незабутні образи на сцені, на екрані і на сторінках глянцевого журналу.

Зачіски, бороди і вуса можуть дуже сильно перетворювати людину, а для мистецтва перевтілення і гримування це набуває особливої важливості. Кожен гример знає, що за допомогою таких «атрибутів» мужності як борода, вуса і бакенбарди, можна кардинально перетворити зовнішність актора. Особливо, якщо стоять у гримера завдання «адаптувати» зовнішність актора до характеру персонажа, якого він грає, або «поселити» його в той чи інший час, епоху. І все це завдяки різним формам, типам, розмірам і квітам пастижерних виробів.

Сьогодні постиж застосовують не тільки в середовищі мистецтва, він у ходу і для створення звичайних, повсякденних або святкових зачісок. Постижерні матеріали можуть бути успішно використані і з естетичною метою людьми, охочими просто тимчасово змінити зачіску або мають проблеми з волоссям.

Шиньйони, накладки і перуки можуть бути цікавими всім, хто любить часто змінюватися і не хоче при цьому псувати волосся. Зручність використання виробу з волосся буде залежати від його якості, а також від виробника. Найкращими вважаються вироби, зроблені з натурального волосся.

На сьогоднішній день пастижерні вироби не втратили своєї актуальності. За допомогою накладок, шиньйонів і перук можна без праці за короткий час перетворитися і досягти потрібного образу.

Різні типи накладок і шиньйонів, виготовлених з натуральних або синтетичних волосся, що імітують натуральні, часто використовують для виконання весільних зачісок. Будь-якій дівчині в день весілля хочеться бути на висоті і зробити розкішну зачіску, яка запам'ятається на все життя, навіть якщо довжина власного волосся не завжди буває для цього достатньою.



1. Розробити програму тренування для вагітних жінок.
2. Розробити меню харчування для жінок різного віку.
3. Скласти перелік косметичних засобів для жирної шкіри.
4. Створити мультимедійну презентацію на тему: «Догляд за волоссям. Засоби та прийоми»
5. Створити фототеку на тему: «Зачіски для ділового стилю»
6. Створити прикрасу у техніці «пастіже».

Контроль та перевірка знань

1. Фізична культура – це:
 - а) Сфера соціальної діяльності, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, розвиток психофізичних здібностей людини в процесі усвідомленої рухової активності
 - б) Діяльність, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я
 - в) Розвиток психофізичних здібностей людини в процесі усвідомленої рухової активності
 - г) Сфера фізичної діяльності, спрямована на розвиток психологічних здібностей людини
2. Волосся нормального типу – це:
 - а) Тонке, тьмяне, ламке, легко рветься, січеться, після миття через 1-2 дні з'являється дрібна суха лупа
 - б) Міцне, еластичне, з красивим натуральним блиском (зустрічається головним чином у молодих, практично здорових людей)
 - в) З неприємним запахом, сальне, склеюється; волосся при цьому часто покривається жирними лусками – лупою
 - г) Немає правильної відповіді
3. Постиж – це:
 - а) Прикраси для волосся
 - б) Назва шпильки для волосся
 - в) Декоративний виріб з волосся
 - г) Усі відповіді вірні
4. Градуйовані стрижки створюють:
 - а) Зачіску
 - б) Стильну укладку
 - в) Рвану структуру у волоссі
 - г) Ступеневу структуру у волоссі
5. Трихолог – це:
 - а) Назва модної стрижки
 - б) Шкірне захворювання
 - в) Лікар спеціаліст
 - г) Немає правильної відповіді
6. Підвищена активність сальних залоз може виникати як наслідок:
 - а) Частого миття волосся
 - б) При захворюванні себореєю
 - в) Внаслідок пересушення шкіри
 - г) Усі відповіді вірні
7. Прикраси «пастіже», процес створення та застосування.
8. Зачіски на коротке й довге волосся. Сучасні тенденції.

Практична робота № 14

Технологія заготівлі та зберігання продуктів харчування

1. Домашня переробка овочів та грибів.
2. Технологія соління овочів.

3. Технологія квашення овочів.
4. Технологія консервування грибів.
5. Технологія консервування плодів і ягід.
6. Консервування м'яса і виготовлення м'ясних продуктів.

Інформаційний блок

1. Домашня переробка овочів та грибів.

Їжа рослинного походження має найважливіше значення в житті людей. Науково обґрунтовано, що з рослинної їжі в організм людини потрапляють такі важливі речовини для біохімічних процесів, як вуглеводи, вітаміни та макро- і мікроелементи. Так само, у фруктах, овочах виділяють ароматичні і смакові речовини, що підсилюють смакові характеристики їжі, що призводить до хорошого її засвоєнню.

Як правило, плоди з овочами мають короткий термін зберігання у свіжому вигляді. Різні мікроби і ферменти, що впливають на них і швидко псують. Тільки в сушеному вигляді плоди з овочами можуть мати тривалий термін зберігання. Однак, в процесі висушування властивості свіжих плодів і овочів значно змінюються, із-за чого сушені продукти плодів і овочів володіють новими властивостями.

Харчова цінність і органолептичні властивості змінюються як за рахунок чималого руйнування хімічних компонентів сировини, так і використовуваних добавок, спецій і кислот, а так само утворення нових речовин

Перероблені плоди і овочі це: консерви закусочні, натуральні, заправні, обідні, для дитячого і дієтичного харчування; швидкозаморожені, мариновані овочі, сушені, квашені овочі, томатне пюре. Перероблені овочі користуються великим попитом у населення.

Найбільше поширення мають такі способи переробки:

1. *Квашення (соління)* овочів засноване на консервацію дії молочної кислоти, яка утворюється молочнокислими бактеріями в результаті зброджування цукрів, що знаходяться у свіжих овочах. Молочна кислота пригнічує діяльність гнильних мікробів і надає продукту нові смакові якості.

2. *Маринування* овочів засноване на консервацію дії оцтової кислоти.

3. *Сушіння* - при сушці з плодів і овочів видаляється волога до залишкового вмісту її в овочах від 6-14%, за рахунок цього підвищується їх калорійність, припиняється розвиток мікробів. Сушені плоди й овочі можуть зберігатися тривалий час. Але при сушінні плодів і овочів відбувається зміна їх складу (втрата вітамінів, ароматичних речовин), змінюється смак і колір, знижується засвоюваність.

4. *Консервування* у герметичній тарі полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти. Такі продукти можуть зберігатися без зміни якості тривалий час.

5. *Заморожування* плодів і овочів відбувається у морозильних камерах при температурі від -25 до -50. Це один з кращих способів переробки, що дозволяє зберегти майже без зміни хімічний склад, смак, аромат, забарвлення плодів і овочів.



Гриби ставляться до швидкопсувних продуктів, їх не можна зберігати тривалий час. Тому ці дарунки лісу потрібно переробляти в день збору.

Гриби очищають від сміття, відрізають ніжки, вирізують ушкоджені місця. Щоб при цьому гриби не чорніли, для цих цілей використовують ножі з нержавіючої сталі.

Основними способами збереження грибних дарунків є: сушіння, соління, маринування й консервування шляхом стерилізації в скляних банках, що закривають герметично.



Заготівля грибів. Харчові продукти рослинного й тваринного походження внаслідок наявності в них значних кількостей вологи, білкових з'єднань, вуглеводів й інших розчинних живильних речовин при зберіганні швидко піддаються впливу різних ферментів і мікробів і робляться непридатним. Тому люди здавна стали шукати способи зберегти різні продукти протягом тривалого часу.

Існуючі способи зберігання грибів й інших продуктів засновані на створенні для мікробів таких умов, при яких вони не можуть розвиватися, а продукти, піддані консервуванню, не втрачають властивих їм у свіжому виді живильних і смакових якостей і можуть зберігатися тривалий час, не псуючись.

Основними способами консервування є: сушіння, соління, маринування й консервування шляхом стерилізації в скляних банках, що закривають герметично. На багатьох мікробів і бактерій пагубно діє нагрівання. Одні з них гинуть при температурі 60°, інших – при 60–100°. Однак суперечки деяких бактерій можуть переносити температуру в 100–110° і навіть в 120° і залишатися життєздатними. Пізніше при нормальних температурних умовах вони починають розвиватися й розмножуватися.. Особливо небезпечні в консервованих продуктах бактерії ботулінус. Вони виробляють сильнодіючу отруту, що викликає отруєння людини іноді навіть зі смертельним результатом. У зв'язку з тим, що ботулінус перебуває в ґрунті, при заготівлі продуктів запас їх необхідно дуже ретельно мити, чистити, не використати ушкоджені й несвіжі плоди.

Установлено, що при збереженні продуктів у кислому середовищі (оцтова або лимонна кислота) ботулінус не розвивається. Тому консервування харчових продуктів із застосуванням оцтової й лимонної кислот застосовується досить часто.

Основні способи переробки й зберігання грибів:

- сушіння грибів
- грибний порошок
- грибний екстракт
- заморожування
- соління
- маринування
- консервування в герметично закритій тарі

Сушіння грибів. Сушіння – один із самих доступних і простих способів переробки грибів. Без особливого зниження своїх смакових і живильних якостей сушені гриби зберігаються досить тривалий час.

Із трубчастих грибів сушать: білі, підберезники, красноголовці, масляки, моховики, козляки.

Із сумчастих: білий трюфель, сморчкову шапочку, зморшки.

Із трутовиків: трутовики розгалужений і строкатий і гриб-баран.

Із пластинчастих: літні, осінні й зимові опеньки, гриб-парасолька строкатий, печериця, підвишенник, чешуйчатку ворсисту, оленячий гриб і т.д.

Не придатні для сушіння гриби з гірким смаком (всі види груздів, млечники, валуї, волнушки), тому що в процесі сушіння гіркота не зникає.

Для сушіння відбирають свіжі, міцні, не червиві гриби. Їх очищають від лісового сміття й обтирають ледве вологою ганчіркою. М'яти перед сушінням гриби не рекомендується. У великих екземплярів капелюшок відрізають від ніжки. Якщо шкірочка знімається з шапки, то краще її зняти. Дрібні гриби сушать цілком, великі розріжуть на частині. Щоб уникнути забруднення, гриби сушать на спеціальних пристосуваннях: ґратах, ситах, нанизаними на нитку або спиці. Гриби сушать на сонці й у духовці. На повітрі гриби можна висушити лише в жаркий і сухий час, у ясні сонячні дні. У похмуру погоду сушіння грибів на відкритому повітрі не рекомендується - вони можуть зіпсуватися.

У кожному разі гриби спочатку підв'ялюють при температурі 40–50°C у плин 2–4 годин, а потім, збільшуючи температуру до 60–70°C, досушують у продовження 8–12 годин. Сушені гриби дуже гігроскопічні, тобто мають здатність поглинати з повітря вологу, тому висушені гриби зберігають у закритих скляних банках у приміщеннях з температурою 8–10°C.

Грибний порошок. Із сушених грибів можна одержати грибний порошок. Грибний порошок готують із тих грибів, які володіють у сухому виді сильним грибним ароматом і приємним смаком.

Для готування грибного порошку використовуються: білі гриби, масляки, гриби-парасольки, зморшки, рижики, лисички, трюфелі, підберезники, красноголовці, зимовий гриб й ін. Порошок готують як з одного виду грибів, так і з декількох. Підготовляють до сушіння гриби, а потім сушать так, як описано вище. Для виготовлення грибного порошку використовуються сушені гриби з вологістю не більше 12%. Їх розмелюють у кавомолці, млинку для перцю або розтирають у порцеляновій або металевій ступці.

Отриманий порошок просівають через тонке сито, щоб залишилися великі частки ще небагато просушують і перемелюють, адже чим дрібніше частки грибного порошку, тим краще вони засвоюються організмом.

Грибний порошок ще більше гігроскопічний, чим сушені гриби, і якщо його залишати незакритим, то він швидко зіпсується. Тому грибний порошок варто зберігати в щільно, що закриваються банках, у сухому місці.

Грибний порошок застосовується в кулінарії для готування грибного пюре, як приправу до супів, борщам, соусам, м'ясним, рибним й овочевим блюдам. Перед використанням до грибного порошку додають невелика кількість теплої води, у якій він набухає протягом 20-30 хвилин. Потім цю масу додають у блюдо, що готується, і варять 10-15 хвилин.

Грибний екстракт. У домашніх умовах із грибів можна приготувати грибний екстракт. Для цього використовують гриби без гіркої смаку, але краще для цих цілей брати гриби із сильним грибним ароматом, з культивованих до таких відносяться: печериці, вішанки, опеньки, з дикоростучих найбільш придатні рижики, підберезники, красноголовці й інші гриби, що володіють приємним смаком і сильним ароматом.

Гриби ретельно очищають і миють, потім їх розріжуть і пропускають через м'ясорубку. Отриману масу проварюють протягом на півгодини у власному соку на слабкому вогні в емальованій каструлі. Грибний сік, що утворився, відціджують через попередньо простерилізовану кип'ятінням марлю, а грибну масу знову кладуть у каструлю, додають небагато води й ще раз проварюють, для того щоб вийшов весь сік, його відціджують так само, як й у перший раз.

Отриману рідину солять із розрахунку 20м солі на1л і кип'ятять на слабкому вогні в широкій каструлі без кришки, даючи випаровуватися воді. Уварюють доти, поки частина води не випарується й відвар не загустіє, як сироп, що, властиво, і є грибним екстрактом.

Екстракт гарячим розливають у невеликі простерилізовані пляшки, щільно закривають і швидко прохолоджують. У такому виді грибний екстракт може зберігатися в прохолодному місці 2-3 роки.

Грибний екстракт має приємний грибний смак й аромат і використовується як смакові добавки до супів, м'ясним і рибним блюдам, соусам, підливам. Перед уживанням екстракт розбавляють водою.

Заморожування. Останнім часом у зв'язку з появою великих морозильних камер з'явилася можливість зберігати грибний продукт у замороженому виді. Хоча цей метод зберігання грибів більше енергоємний, чим консервування, але при правильному веденні процесу заморожування дозволяє зберігати в плодівих тілах всі коштовні живильні компоненти.

Для заморожування використовують невеликі молоді гриби, не ушкоджені шкідниками, не утримуючі гіркості і неприємного запаху. Їх ретельно промивають, кілька разів міняючи воду. Потім їх злегка обсушують. На якість заморожування впливає швидкість заморожування. Найкраще проводити заморожування грибів при температурі – 30°C у плин 2–3 годин.

Зберігають же заморожені гриби при температурі –18°C и вологості повітря 95%. У домашніх умовах гриби заморожують у металевих формах висотою 5-6 см. Для цих цілей можуть бути використані бляшані коробки з-під оселедця або поліетиленові пакети. В одній холодильній камері із грибами не можна зберігати інші продукти, тому що гриби здатні усмоктувати сторонні запахи.

Розморожують гриби безпосередньо перед готуванням грибного блюда при температурі +20°C у плин 2–3 годин, що забезпечує поступове танення кристалів льоду в клітинах грибів. Розморожені гриби є сприятливим середовищем для різних мікроорганізмів, тому після відтавання гриби потрібно негайно використати для готування грибних блюд.

Заморожені гриби зберігають при температурі –18°C до року. Заморожувати можна відварені й смажені гриби. Очищені й промиті гриби нарізають і відварюють 15-20 хвилин (або до готовності). Потім гриби дістають із відвару, остуджують, розкладають у поліетиленові пакети й поміщають у морозильник. Можна заморожувати смажені й тушковані гриби – їх зберігають не більше трьох місяців.

2. Технологія соління овочів.

Соління – спосіб консервування за допомогою засолювальних речовин: солі, цукру, нітриту натрію, харчових фосфатів і аскорбату натрію.

Високий вміст солі в середовищі призводить до дегідратації клітин внаслідок високого осмотичного тиску соляних розчинів, що таким чином виводять воду з клітин. Це ускладнює розвиток бактерій і плісняви, продукти життєдіяльності яких роблять їжу неїстівною для людини або призводять до псування нехарчових продуктів.

Спосіб соління, квашення та мочіння базується на перетворенні цукрів овочів, плодів та ягід у молочну кислоту під дією молочнокислих бактерій, клітини яких знаходяться на поверхні сировини. Принципової різниці між солінням, квашенням, мочінням немає. Різняться вони, передусім, сировиною (огірки солять, капусту квасять, яблука мочать), а також кількістю солі, яку додають у розчиненому чи сухому вигляді.

Таким чином, молочна кислота – основна консервуюча речовина, яка забезпечує зберігання продукції.

Певну консервуючу роль відіграє сіль, яка заторможує розвиток небажаної мікрофлори і одночасно надає овочам солонуватого присмаку. Прянощі, які додають при солінні (часник, хрін), забезпечують не тільки певний запах, присмак, але й чистоту молочнокислого бродіння. Справа в тому, що в цих прянощах містяться особливі речовини – фітонциди, які пригнічують розвиток гнильних бактерій та іншої мікрофлори.

Добру якість готової продукції забезпечує і достатня кількість у сировині цукрів – основної речовини для розвитку молочнокислих бактерій. Тому овочі і плоди не повинні бути недо- або перестиглими.

Вода, яку використовують для миття сировини, готування розсолу, повинна бути чистою, питною, без стороннього запаху, присмаку, дія соління огірків – жорсткою.

Важливо також забезпечити необхідні умови під час бродіння (ферментація), а також у період зберігання готової продукції.

Важливим фактором одержання високоякісної продукції є ретельно підготовлена тара, інвентар і добрі санітарні умови проведення соління, квашення.

Тара для соління, підготовка. Тарою для соління, квашення, мочення можуть бути 3 і 10-літрові бутлі, дубові та букові бочки. Можна використовувати бочки з інших деревних порід, крім березових і соснових, які можуть надати неприємного присмаку готовій продукції. Місткість бочок може бути від 25 до 150л.

Склотару готують так само, як і для консервів.

Бочки ретельно оглядають, при необхідності підтягують обручі. У бочках з шпунтовими отворами перевіряють шпунти і можливість закупорювання ними отвору. Верхній діаметр шпунта повинен бути на 5мм більший, а нижній – на 2мм менший, ніж діаметр заливного отвору, а довжина шпунта – не менше товщини клепки бочки (60мм).

Заливні бочки не повинні протікати. їх перевіряють, наповнивши водою на 12 год. Якщо після цього бочка з водою при перекочуванні з закритим шпунтом не тече, вона придатна для соління.

Можна використовувати як нові, так і вживані справні бочки.

Внутрішня поверхня бочок має бути чистою, без стороннього запаху. Бочки з-під жирів, гасу, мила, нафтопродуктів та інших товарів з запахом не придатні для соління.

Щоб видалити дубильні речовини з дубових бочок, які можуть змінити колір продукції, нові бочки ретельно вимочують чистою водою протягом 15–20 діб. Забруднені бочки перед замочуванням миють щітками і гарячою водою (температура 60–70 °С). Дротяні щітки не рекомендуються, щоб не руйнувалася клепка. Після цього бочки заливають водою для замочування протягом 15–20 діб (воду слід міняти через кожні 3–5 діб). Після замочування рекомендується обробити лужним розчином. Для цього їх наповнюють на третину гарячим 0,2% розчином кальцінованої соди (20 г соди на 10 л води). Бочку обмивають цим розчином, а потім ретельно, кілька разів промивають чистою водою.

Перед закладанням сировини для соління бажано провести таку операцію. В бочку закладають сухий кріп, заливають киплячою водою (10–20 л), зверху накривають для пропарювання. Після цього бочка має запах кропу.

В домашніх умовах не завжди використовують бочки з закритим верхнім дном і шпунтом, а накривають зверху полотнищем, дерев'яними кружками і гнітом – гранітним каменем. Тому важливо, щоб цей інвентар був чистим. Полотнище прокип'ячують, дерев'яні кружки і камінь миють водою, а потім обробляють кип'ятком. Якщо немає бочок, то використовують фанерні ящики, вміщуючи в них поліетиленові мішки-вкладиші.

Соління огірків. Кращі сорти для засолювання Ніжинський, Донський, Кримський, Сигнал та інші пізньостиглі. Розмір огірків 3–5 см (пікулі), 5–9 (корнішони), 9–11 (зеленці дрібні), 11,5–12 (зеленці середні), 12,5–14 см (зеленці великі). Сортування необхідне. Отже, для соління треба використовувати розчини солі різної концентрації. Огірки сортують також за якістю, відбраковуючи м'яті, пошкоджені, перестиглі. Їх миють у проточній воді, замочують у холодній протягом 2–3 год. для ущільнення м'якуша. Замочування можна замінити бланшуванням протягом 3–5 хв. водою, доведеною до кипіння. Після цього огірки швидко охолоджують холодною водою.

Для соління необхідні такі прянощі в розрахунку на 10 кг огірків; кріп – 300 г, хрін (корінь, листя) – 50 г, перець гіркий стручковий – 3–5 шт., часник – 10–20 зубків. Бажано додати листя вишні, дуба, смородини чорної. Дуже добрий присмак дає листя любистку, селери. Загальна кількість трав не повинна перевищувати 5% маси огірків. Прянощі слід помити, нарізати невеликими шматочками. Слід мати на увазі, що в будь-яку тару огірків вміщується 55–60 % від загального об'єму. Наприклад, у бочку місткістю 100 л огірків входить 55–60 кг, розсолу з прянощами 40–45 кг. Міцність розсолу залежить від розміру огірків: чим вони менші, тим нижча його концентрація.

Для приготування 3% розчину солі на 10 л води потрібно додати 305 г солі, 4% – 409, 5% – 514, 6% – 620, 7% – 727, 8% – 836, 9% – 946, 10% – 1057.

Кількість солі, що вміщується в стакані (без верху), наведено в таблиці 10.

Малосольні огірки. Відібрані і помиті огірки замочують на 2–3 год, відрізують з обох боків кінці, укладають у ємкість, зверху додають прянощі – кріп, селеру, гіркий стручковий перець, часник та ін. Огірки заливають теплим (50–60°C) розсолем 3% концентрації, прикривають марлею або кришкою (не герметично) і зберігають у кімнаті. Через 10–12 год. огірки готові. Щоб не розвивалась пліснява, на поверхню огірків з розсолем насипають трохи сухого порошку гірчиці.

Соління огірків у бочках. На дно бочки кладуть шар прянощів, потім заповнюють бочку огірками (розмір 9–14 см). Шар прянощів укладають посередині і зверху. Заповнену бочку закривають верхнім дном, через шпунтовий отвір заливають розсіл і лід, прикривають шпунтом. Концентрація розсолу 6–7%. Сіль необхідно ретельно розчинити, профільтрувати через марлю і залити в бочку.

Протягом доби температура, при якій починається бродіння, повинна бути 18–22°C, потім її знижують до 3–4°C. Враховуючи, що в домашніх умовах таку низьку температуру зберігання восени забезпечити важко, то залиті розсолем бочки з лідом прикритими шпунтами зразу ж ставлять у підвал чи будь-яке сховище. Залежно від температури в сховищі бродіння закінчується через 12–18 днів. Про закінчення його можна судити по відсутності піни в шпунтовому отворі. Після цього шпунти відмивають від піни, щільно закривають, і бочки з огірками зберігають у сховищах.

Якщо бочки не закривають дном з шпунтом, то після вкладання огірків і прянощів їх заливають розсолем, зверху накладають полотнище, кружки і гніт до появи розсолу на поверхні. Треба стежити за появою піни і плісняви: як тільки вони з'являються, їх необхідно зразу ж знімати, ретельно вимити полотнище, кружки, гніт.

Соління огірків у бутлях. Бажано солити у бутлях огірки меншого розміру, ніж у бочках (5–7 см). Підготовлені прянощі (такі ж, як для бочок) укладають на дно і зверху.

Огірки вкладають щільно, і після заповнення ними бутлів заливають розсіл 6–7% концентрації.

Заповнені огірками бутлі прикривають кришками і витримують в умовах кімнатної температури 2–3 дні, потім розсіл зливають, кип'ячать 3–5 хв., додають свіжий часник, гіркий перець, швидко заливають гарячим розсолем до самого краю, накривають підготовленою жерстяною кришкою і закривають герметично. Бутель перевертають догори дном, накривають для кращого прогрівання на 30хв. і після цього виносять у погріб чи сховище.

Якщо огірки будуть зберігатися в кімнаті, то їх слід прогріти двічі. Виконують це так. Огірки засолюють (до речі, не обов'язково у бутлі, можна в емальованій тарі), при цьому не кладуть часник і перець зразу, витримують 2–3 дні, потім укладають в бутель огірки, заливають киплячою водою, прикривають кришкою і ретельно утеплюють, витримуючи 3-літровий бутель протягом 3–5 хв., 10-літровий – 7 хв. Потім воду зливають і заливають гарячою водою вдруге. Після цього додають прянощі, в тому числі свіжий часник, перець гіркий і зразу заливають киплячим розсолем, в якому просолювалися огірки. Бутель герметизують кришкою за допомогою закатувальної машинки, перевертають догори дном і витримують до охолодження. Потім ставлять у прохолодне затемнене місце.

Можна герметизувати огірки спеціальними поліетиленовими кришками з гідравлічним затискачем. Для цього підготовлені огірки в склотарі заливають розсолем (не обов'язково підігрітим), накривають кришкою і залишають для бродіння. На поверхню кришки насипають трохи гірчиці, щоб не розвивалась пліснява. Після закінчення бродіння (піна не утворюється) огірки закатують металевими кришками або залишають, не знімаючи, поліетиленові з гідравлічним затискачем.

Бутлі можна герметизувати скляними кришками, але в цьому випадку їх не слід перевертати.

Останнім часом розроблено кілька рецептур, які дають змогу одержати різні за смаком огірки. Для одержання 10кг солоних огірків необхідно, огірки пряні з солодким перцем: огірки свіжі – 9кг, перець солодкий свіжий – 2,3кг, часник – 60г, перець стручковий гіркий – 10, кріп свіжий – 300, листя вишні – 60, дуба – 60, лаврове – 8, сіль (на 10л води) – 620; огірки пряні: огірки свіжі – 10, 1 – 11кг, перець гіркий



стручковий – 20г, часник – 30, корінь хрону – 50, тургун – 50, кріп – 300, листя майорану, сушені – 5, сіль (на 10л води) – 620г; огірки часникові: огірки свіжі – 10,5–11 кг, перець гіркий стручковий – 15г, часник – 60, корінь хрону – 70, кріп – 400, тургун – 60г, сіль (на 10л води) – 620 огірки вітамінізовані: огірки свіжі – 9кг, перець солодкий свіжий мелений – 1,04кг, корінь хрону – 80г, часник – 60, перець гіркий стручковий – 10, кріп свіжий – 300, листя вишні – 60, дуба – 60, лаврове – 8, сіль (на 10л води) – 620г.

Якщо огірки розміром більше 7см, то розсіл треба брати 7%, тобто в усіх рецептурах, наведених вище, беруть 727г солі на 10л води.

За даними В. Ф. Савченка, Д. К. Шапіро та інших, для соління огірків у склотарі рекомендується така рецептура: у 3-літрових бутлях огірки свіжі – 1,63кг, кріп – 50г, часник – 5, корінь і листя хрону – 8, суміш листя селери, петрушки, майорану, смородини чорної – 15, тургун – 8г, перець гіркий стручковий – 1,5 шт; у 10-літрових бутлях огірки – 5,6кг, кріп – 160г, часник – 15, корінь і листя хрону, суміш листя селери, петрушки, майорану, смородини чорної – 50, тургун – 30г, перець гіркий стручковий – 5 шт.

Можна використати ще один спосіб соління, який потребує менших затрат часу.

Підготовлені огірки і всі прянощі вкладають у бутель, готують розсіл певної концентрації, доводять його до кипіння, швидко наливають у бутель до самого краю і закривають герметично металевою кришкою. Перед закатуванням з кришки виймають резинку, вирізають з неї шматочок довжиною 1 см, після чого її акуратно вставляють у паз кришки і, притримуючи з обох боків розірване кільце резинки, закатують бутель кришкою. Перевертати його не слід, тому що може витікати розсіл. При цьому способі соління гарячий розсіл пастеризує огірки, прянощі, повітря під кришкою, а після охолодження і бродіння незаповнений простір над поверхнею огірків заповнить вуглекислий газ, внаслідок чого пліснява не розвиватиметься.

Соління огірків у поліетиленових вкладинках. Підготовка огірків, прянощів, концентрація розсолу такі самі, як при солінні огірків у бочках.

Поліетиленові вкладиші з товщиною плівки 100–200мк необхідно промити холодною водою, ретельно вкласти в бочки, ящики, фанерні барабани. Потрібно стежити, щоб вкладиші не проколоти гострою щепкою чи гвіздками.

Закладають у вкладиші огірки з прянощами, заливають тільки холодним розсолем 6–8% концентрації (залежно від розміру огірків). Зверху кладуть полотнище, кружки і гніт. Далі все роблять так само, як і при солінні в бочках.

При солінні огірків у поліетиленових вкладишах герметизувати їх можна після того, як закінчиться бродіння (не буде піни на поверхні). Для цього краї вкладишів ретельно зав'язують або зварюють поліетилен гарячим утюгом (так само, як готують самі вкладиші).

Соління огірків у гарбузі (за даними М. Д. Петракова з м. Горького). Відбирають пізні сорти огірків невеликого розміру, беруть зрілий, щільний великий гарбуз. На ньому вирізають біля плодоніжки вкругову отвір у вигляді кришки, вибирають насіння. Всередину щільно вкладають огірки (без прянощів) і заливають розсолем з розрахунку 400г солі на 10л води. Закривають зверху вирізаною кришкою з гарбуза і щільно закріплюють до плоду дерев'яними паличками. Таким чином підготовлений гарбуз вміщують у середину бочки, в якій солять огірки звичайним способом. Огірки сприймають ніжний аромат гарбуза і мають добрий смак. Зберігати їх треба у холоді.

Соління помідор. Для соління використовують плоди різної фази стиглості – червоні, рожеві, бурі, молочні. Можна використовувати зелені, але вони не бувають смачними. Сортувати за стиглістю необхідно, тому що від цього залежить концентрація розсолу.

Червоні помідори треба солити в бочках невеликої місткості – 25–50кг, щоб вони не давилися; для плодів інших фаз стиглості можна використовувати бочкотару більшої місткості.

Відібрані плоди миють у воді, споліскують, дають стекти воді (інакше буде розбавлятися розсіл), вкладають у бочки, пересипають прянощами (які кладуть на дно, посередині, зверху). Концентрація розсолу для червоних помідорів 7–8%. Щоб плоди не полопалися лід час бродіння, їх можна наколоти вилкою; також бажано, щоб бродіння і зберігання проходило при температурі 5–6°C. Якщо є можливість зберігати у льодовнях, концентрація розсолу може бути 4–6%. Рожеві, бурі, зелені помідори заливають 6% розсолем.

Всі подальші процеси соління помідорів такі самі, як і огірків. Для одержання 10кг солоних помідорів слід брати: помідори свіжі – 10–11,1кг, кріп свіжий – 200г, перець стручковий гіркий свіжий – 10, сухий – 2, листя петрушки, селери – 40, листя смородини чорної – 10, сіль (на 10л води) – 620; можна додати листя хрону, васильків, майорану, кінзи, лаврового листя, а також корицю; помідори солоні пряні (за даними українських технологів (Ляшевської, Пичко, Буланової, Коломійцевої) :рецептура 1 – помідори свіжі – 10,7кг, кріп свіжий – 200г, перець запашний – 2, лаврове листя – 1, сіль (на 10л води) – 514; рецептура 2: помідори свіжі – 10,7кг, лаврове листя – 5г, кориця – 3, сіль (на 10л

води) – 620г; помідори гострі; помідори свіжі – 10,6–10,7кг, перець стручковий гіркий свіжий – 30г, кріп свіжий – 150, корінь хрону – 60, листя смородини чорної – 100, сіль (на 10л води) – 620г; помідори часникові: помідори свіжі – 10,6–10,7кг, перець стручковий гіркий свіжий – 10г, корінь хрону – 50, часник – 33, листя селери – 200, сіль (на 10л води) – 514г.

Крім розсолу, помідори дуже добре заливати протертою томатною масою (пульпою). Такий спосіб засолювання рекомендується, якщо є холодний погріб чи льодовня.

Підготовлені плоди помідорів кладуть у бочку, перешаровуючи їх прянощами (на дно, посередині, зверху). Прянощі можна використовувати за будь-якою рецептурою, вказаною вище. Сіль готують на протертій томатній пульпі з розрахунку приготування 6% розсолу. Готовим розчином заливають бочку з помідорами, прикривають шпунт і виставляють у прохолодне місце.

При солінні помідорів у відкритій бочці (як і при солінні огірків) зверху кладуть чисте полотнище, кружки, гніт, систематично змивають піну і плісняву.

Сухий спосіб соління помідорів. Підготовлені плоди укладають у бочку місцем кріплення плода до куца вверх. У це місце насипають сіль у кожний плід. Ряди плодів пересипають прянощами. В цілому витрата солі становить 1,1 – 1,2кг на 10кг плодів. Зверху бочку накривають полотнищем, кружком і гнітом. Зберігають у прохолодному місці.

Помідори (як і огірки) можна засолювати у будь-якій тарі з використанням поліетиленових вкладишів. Технологія засолювання помідорів і огірків аналогічні, але рецептуру і концентрацію розсолу треба брати рекомендовану для помідорів.

Соління помідорів у склотарі. Кращою склотарою є 3 і 10-літрові бутлі. Відібрані, помиті плоди вкладають у тару, пересипаючи їх прянощами. Рецептури прянощів можна брати рекомендовані для засолювання в бочках і для склотари.

Червоні і рожеві помідори перед укладанням у бутлі бажано наколоти виделкою в 2–3-х місцях. Це припинить здування плодів і деформацію їх під час бродіння.

Заливають помідори червоні і рожеві 7% розсолем, інші – 6%.

Зразу ж після додавання розсолу помідори накривають кришками і ставлять у прохолодне місце, щоб бродіння протікало не дуже бурхливо. Для запобігання розвитку плісняви на поверхню розсолу насипають трохи сухої гірчиці.

Після закінчення бурхливого бродіння (піна осідає) з поверхні знімають піну, плісняву, якщо вони з'явилися, а кришки на бутлях герметизують.

Соління помідорів фаршированих. Для цього краще брати плоди рожеві, зелені і молочної стиглості, які мають товсту шкірочку і щільний м'якуш. Відбирають крупніші плоди. їх миють, надрізають упоперек, але не повністю, так щоб обидві половинки були скріплені.

Фарш складається з часнику, гіркого перцю, селери. Часник обчищають і ріжуть на мілкі шматочки, перець миють і теж ріжуть. Корінь селери разом з листям ретельно миють, обчищають шкірочку з коріння і ріжуть листя ножиком, корінь краще подрібнювати на тертці. На 10кг помідорів беруть по 500г часнику і перцю гіркого, 3–4 корені селери з листям. Якщо гостра їжа протипоказана, кількість перцю можна зменшити. Замість нього додають перець солодкий різаний.

Фарш перемішують і начиняють ним помідори, вкладаючи акуратно кожен плід у бочку чи якусь іншу тару. Щоб фарш після додавання розсолу не спливав, кожен плід потрібно перев'язати ниточкою. Укладені помідори заливають розсолем з розрахунку на 5л води 260г солі. Дальший процес соління такий самий, як і для помідорів без фаршу.

Склад фаршу для помідорів може бути іншим. Замість складного багатокомпонентного фаршу в середину помідорів вкладають дрібно нарізаний часник. У розсіл додають зелень кропу, м'яти, а також перець гіркого стручкового. Заливають таким же розсолем, як і в першому випадку. Помідори витримують 2–3 дні при кімнатній

температурі, потім ставлять у прохолодне місце або для консервування зливають розсіл, доводять до кипіння, кип'ячать 3–5 хв., заливають банку і швидко герметизують. Банку перевертають догори дном і витримують накритою до охолодження.

Солоні помідори зелені. Зелені плоди сливовидних помідорів замочують у холодній воді на 12 год., змінюючи її через кожні 3–4 год. Після цього воду зливають, плоди проколюють біля плодоніжок і заливають розсолем, приготованим з розрахунку по одній столовій ложці солі і цукру на 1 л води. Помідори при укладанні в тару перешаровують зеленню селери і м'ятою. Заливають киплячим розсолем і ставлять у прохолодне місце.

Соління буряків. Коренеплоди ретельно миють, обчищають, знову миють, вкладають у будь-яку ємкість. Великі буряки розрізають на половинки та четвертинки, заливають розчином солі (300–400 г солі на 10 л води). Замість розсолу можна заливати буряковим відваром. Для цього 1,5–2,5 кг буряків відварюють, відвар проціджують, охолоджують і заливають, не добавляючи солі. Буряки накривають тканиною, дерев'яним кружком і кладуть гніт. При температурі 20 °С вони переброджують за 12–15 днів.

Зі солоних буряків готують борщ, вінегрет, квас. Зберігають їх при температурі 0–5 °С.

Соління моркви. Промиту моркву обчищають, ріжуть на половинки і кладуть у ємкість. Готують 6% розсіл (620 г солі на 10 л води) і заливають, зверху кладуть гніт. При температурі 20 °С за 4 дні морква готова. Зберігають і використовують її так само, як і буряки.

Соління перцю солодкого. Перець миють, іноді вичищають насіння, якщо його не вичищати, перець проколюють виделкою в кількох місцях. Укладають у тару і заливають 5% розсолем (50 г солі на 1 л води). Далі все роблять так само, як при солінні помідорів.

За болгарською технологією з перцю видаляють плодоніжки з насінням, потім кожен перчину пересипають сіллю з розрахунку 50 г солі на 1 кг підготовленої сировини. Укладають одну перчину в другу і вміщують у тару (бочки, каструлі тощо). Накривають гнітом і витримують 12–15 год. Потім перець з виділеним соком доливають розсолем 5% концентрації. Зберігають у прохолодному місці. Перед вживанням перець миють, відмочують у холодній воді протягом 8–10 год. і використовують для фарширування.

3. Технологія квашення овочів.

Квашення – вид переробки овочів, біотехнологія переробки овочів, простий і ефективний спосіб збільшити термін зберігання певних продуктів, біохімічний процес консервування овочів, що ґрунтується на молочнокислому бродінні, під час якого утворюється молочна кислота, що є консервантом овочевої продукції. В основному квасять капусту, огірки, помідори та буряк. У російських народів Печорського і Пермського краю квасили рибу.

Квашення – давня традиція зберігання харчів; за умови герметичності, затемнення та потрібної температури, вони не псуються місяцями. Ферментація як метод збереження харчових продуктів відома людству уже тисячі років.

В минулому, капусту і огірки квасили без застосування солі. Згодом, огірки стали зберігати заливаючи їх розчином солі. Пізніше, сіль стали використовувати і при квашенні капусти.

В теперішній час між методами квашення і соління принципової різниці немає, так як в обох випадках консервантами є молочна кислота і сіль.

Квашення є найбільш давнім способом консервування овочевих продуктів для приготування сезонних запасів (здебільшого на зиму), яким найчастіше користувалися у ХІХ ст., оскільки у ХІХ ст. переважав рослинний характер харчування.

При квашенні продукції додають сіль, прянощі. Залежно від температури, квашення може проходити від кількох днів до кількох місяців.

Для зберігання квашення, коренеплодів та овочів використовували заглиблену в землю споруду – льох («погріб»).

В процесі квашення за допомогою молочно-кислого бродіння колоїди клітинної тканини під дією солі і кислоти частково руйнуються або незворотно коагулюють, сильно набухаючи. Це призводить до втрати клітиною життєвих функцій, внаслідок в ній зупиняються всі біохімічні процеси гідролітичного і окиснювального характеру, властиві живій тканині. Під дією солі і кислоти зупиняється або гальмується життєдіяльність більшості мікроорганізмів (гнилостних бактерій і багатьох плісень), дія яких в звичайних умовах призводить до знищення овочів.

Овочі солять і квасять, використовуючи в основному самовільне бродіння при якому участь бере вся епіфітна мікрофлора овочів. Тому, при квашенні участь беруть не лише молочнокислі бактерії, а й дріжджі, маслянокислі і оцтовокислі бактерії, бактерії групи *solі aerogenes* і ін. Молочнокислі бактерії, які беруть участь в процесі, різняться за силою кислотоутворення і умовами розвитку. Одні з них виділяють гази, інші перетворюють цукор в молочну кислоту без виділення газів; деякі бактерії виробляють ароматичні речовини – складні ефіри. В огірках інколи зустрічається довга паличка *V.abderhaldi*, яка викликає ослизнення розсолу, робить його тягучим.

Бактерії, що залишилися в продукті квашення, називаються лактобактерії, вони зберігають їстівні якості овочів і надають їм пікантного смаку, який подобається багатьом людям. Ці бактерії для людей не ворожі – навпаки, вони корисні для травлення і для здоров'я, наш шлунково-кишковий тракт потребує їх, щоб боротися зі шкідливими бактеріями, поновлювати баланс в імунній системі і сприяти повноцінній роботі всього організму.

Квашення капусти. Квасять капусту у найпізніші строки, коли зовнішня температура повітря стійко низька. Краще використовувати пізні сорти капусти з щільними головками і високим вмістом цукрів.

Головки капусти обчищають від верхніх зелених, брудних і пошкоджених листків, одночасно обрізують качани нарівні з головкою і подрібнюють їх ножом нахрест на 4–8 частин.

Капусту не миють водою, щоб не розбавлявся нею розсіл.

Шаткують, використовуючи шаткувальну дошку. Можна шаткувати її ножом або рубати січкою на дерев'яній дошці. Бажано, щоб товщина смужок шаткованої капусти не перевищувала 3–5см. У качанах міститься близько 40– 60мг% вітаміну С, тому їх бажано ретельно подрібнити на тертці і додати в шатковану масу.

Подрібнену капусту, масу якої зважують на вагах, вміщують в ємкість, бажано емальовану. Можна використати корито, вистеливши його чистою плівкою або клейонкою.

Згідно з рецептурами додають моркву, яблука, буряки, перець, журавлину, брусницю, тмин, лаврове листя тощо.

Підготовка їх полягає в тому, що моркву, буряки сортують за якістю, миють, обчищають від шкірочки, труть на тертці або ріжуть на кружальця товщиною не більше 0,3см і діаметром від 0,5 до 4см.

Яблука осінніх сортів миють і додають до капусти цілими або ріжуть на половинки і четвертинки, видаляючи насінну камеру. Щоб уникнути потемніння, до закладання в капусту їх зберігають не більше 2 год. у 2% розчині кухонної солі (2 чайні ложки на 1л води).

Підготовлену капусту перемішують з прянощами, морквою, яблуками чи буряками згідно з рецептурою, добавляють суху сіль з розрахунку 1,7–2 % (170–200 г солі на 10 кг шаткованої капусти). Всю суміш вкладають у підготовлені бочку або іншу ємкість (емальоване відро, каструлю, скляний бутель), дуже щільно утрамбовують до появи соку на поверхні. Зверху кладуть чисте полотно, підгнітний круг і гніт. На відміну від огірків і помідорів бродіння капусти при температурі 18–22°C триває протягом 10– 12 днів. Чим нижча температура, тим довше капуста бродить. У перші дні бродіння не рекомендується знижувати температуру за 15°C, інакше воно припиниться і капуста почне

гнити. В процесі бродіння слід змивати водою гніт, підгнітний круг, полотнище від піни і плісняви. Залежно від смаку капусту можна вживати в їжу до закінчення бродіння.

Зберігають капусту в холодному приміщенні, погребі, холодильнику (при температурі 0°C).

У процесі бродіння і зберігання капусту періодично протикають добре вимитою, прошпареною дерев'яною палкою для видалення газів. Потрібно також стежити, щоб поверхня капусти була вкрита капустяним соком.

Для одержання 10кг квашеної капусти потрібно взяти: рецепт 1 – капуста свіжа шинкована – 10кг, морква нарізана – 250г, яблука свіжі – 800, лаврове листя – 3, тмин – 5, сіль кухонна – 170–200г. Рецепт 2 – капуста свіжа, обчищена – 11,2кг, морква обчищена – 300г, яблука свіжі – 800, ягоди брусниці і журавлини – по 100– 200, тмин – 5, лаврове листя – 2–3, запашний перець, аніс – за смаком, сіль кухонна – 170–200г; рецепт 3 – капуста свіжа зачищена – 10,4кг, морква свіжа – 450г, пастернак свіжий – 390, сіль кухонна – 170–200г.

До капусти можна додавати столові буряки, перець солодкий, гіркий, гриби.

Капуста квашена головками. Головки обчищають від верхнього листя, укладають рядами в бочки. Великі головки розрізають на половинки або четвертинки. Потім перешаровують шаткованою капустою і заливають заздалегідь виготовленим 4% розчином солі (41г на 10л води).

Так можна квасити капусту без перешаровування шаткованою.

Зверху капусту накривають чистим полотнищем, придавлюють гнітом. Зберігають при тій же температурі, що й шатковану. Таку капусту можна використовувати для голубців, а також для капусти «Провансаль».

Капуста «Провансаль». Для її приготування беруть квашену головками капусту, нарізують шматочками довжиною 3–4см і змішують згідно з рецептурою таку суміш: капуста квашена головками – 8,6кг, цукор-пісок – 500г, олія рослинна (краще оливкова) – 500, ягоди журавлини чи брусниці – 400.

Непогано додати яблука мочені або мариновані, моркву, вишні, сливи, агрус маринований. Іноді додають маринадну заливку або 300г томату-пюре на 10кг суміші.

Капусту «Провансаль» зберігають 2–3 доби в прохолодному приміщенні і 10 діб у холодильнику. Цю капусту не пастеризують, а використовують в їжу в міру приготування.

Капуста квашена пастеризована. Квашену звичайним способом шатковану капусту відділяють від розсолу. Для цього її кладуть у друшляк, а потім укладають у підготовлені скляні банки чи бутлі. Розсіл фільтрують через марлю, кип'ятять в емальованій каструлі протягом 10 хв. Капусту в склотарі заливають киплячим розсолем, прикривають кришками і пастеризують при температурі 90–95°C банки місткістю 0,5л протягом 10 хв., 1л – 10–12 хв., 3л – 15 хв. Потім банки швидко герметизують кришками, перевертають догори дном, накривають рушником і витримують 30–40 хв. Зберігають у затемненому приміщенні.

Якщо немає бочки або вона протікає, то для квашення капусти слід використовувати поліетиленові вкладиші. Технологія їх використання така сама, як і при солінні огірків чи помідорів.

Приготування свіжо заквашеної капусти. Протягом осінньо-зимового сезону через кожні 15–20 днів можна одержувати свіжо заквашену капусту. Для цього шатковану капусту з добавками і прянощами згідно з вищезазначеними рецептурами укладають у бутлі або емальований посуд, щільно утрамбовують і тримають при температурі 18–24°C. Для прискорення бродіння можна додавати цукор. У міру приготування її використовують в їжу.

Капуста квашена з буряками по-грузинськи. Головки капусти відчищають від верхніх покривних листків, ріжуть на 6–8 частин. Буряки столові обчищають від шкірочки і ріжуть на 4–6 шматків. Капусту з буряками перемішують, додаючи лаврове листя і гіркий перець, і вміщують у бочки чи банки. Суміш пригнічують і заливають розсолем 2

% концентрації. Витримують 2–3 дні для початку бродіння, потім ставлять у прохолодне місце.

Швидко квашена капуста. Обчищену білоголову капусту розрізають на шматки по 200–300г (качан видаляють). Часник і зелень петрушки нарізують дрібними шматочками, хрін натирають на тертці, буряк нарізують великими кубиками. Підготовлену капусту перемішують з часником, петрушкою, хроном, буряками, укладають в емальований або скляний посуд, заливають теплим розсолем і зберігають протягом 48 год. при температурі 18°C, а потім переносять в прохолодне місце. Через 5 днів капуста готова для вживання. Її споживають цілими шматочками або ріжуть, додаючи рослинну олію.

На 8кг капусти беруть 100г часнику, 100 – хрону, 50–100–зелені петрушки, 300г столових буряків. Для приготування розсолу на 4л води беруть 200г кухонної солі, 200г цукру, змішують, доводять до кипіння, охолоджують.

Квашена червоноголова капуста. З цієї капусти готують дуже смачний продукт. Капусту очищають від брудних верхніх покривних листків, потім дрібно шаткують. На 5кг капусти додають 75г солі кухонної і все ретельно перемішують. Капусту слід скласти в бочки або якусь іншу тару і щільно притиснути до тих пір, поки на поверхні не з'явиться сік. Зверху кладуть доброякісні цілі листки, на них гніт – дерев'яну кришку, а на неї – камінь. В умовах кімнатної температури бродіння закінчується через 10–12 днів. Зберігають капусту в прохолодному місці.

Використовують квашену червоноголову капусту для їжі з м'ясними, рибними стравами тощо.

Квашення баклажанів. Відбирають плоди однакового розміру, не пошкоджені, не перестиглі, миють їх, відрізають плодоніжки і розрізають вподовж, відступивши від кінця на 2–3см. Невеликі плоди бланшують у киплячій підсоленій воді (20–25г солі на 1л води) протягом 7 хв., великі – до 10 хв. Щоб визначити готовність бланшованих плодів, сірником проколюють тупий кінець баклажана. Якщо сірник легко проколює, плоди готові.

Бланшовані баклажани кладуть на дошку, встановлену під уклоном для того, щоб стекла вода, і охолоджують на повітрі. До баклажанів додають товчений часник. У підготовлену тару насипають лаврове листя, кладуть баклажани, зверху знову листя і заливають розсолем 7% концентрації. Після цього 2–3 дні баклажани витримують при кімнатній температурі, а потім переносять в прохолодне місце. Щоб подовжити строк зберігання, готові після бродіння баклажани складають у склотару, заливають доведеним до кипіння розсолем і стерилізують при температурі 100°C банки місткістю 1л протягом 70 хв., 3л – 90 хв. Потім тару герметизують, перевертають догори дном, накривають рушником і витримують 15–20 хв.

Витрата сировини: баклажани – 10кг, лаврове листя – 5г, селера – 500, часник – 250, сіль – 50г, гіркий стручковий перець – 5 шт.

Квашення баклажанів фаршированих. Підготовка баклажанів така сама, як указано вище, за винятком того, що на баклажани кладуть зверху дошку, гніт і залишають на 4–6 год. для видалення вологи. Для приготування фаршу (на 10кг баклажанів) потрібно: моркви – 2кг, цибулі – 500г, кореня петрушки – 500, зелені петрушки – 100, селери (з зеленню) – 250, олії для обсмажування – 500, для заливання – 500, солі – 200–300г, часнику – 30–35 зубків.

Готують фарш так само, як для фарширування перцю, за деяким винятком. Зелень селери (стебла) кладуть у посуд і обробляють кип'ятком протягом 15–20 хв., після чого виймають, охолоджують і використовують для перев'язування кожного плоду фаршированих баклажанів. Якщо стебел селери недостатньо, плоди перев'язують нитками.

У бочку чи в будь-яку ємкість укладають фаршировані баклажани, пересипаючи частиною солі і товченим часником, зверху заливають олією, кладуть полотно, кружки, гніт і ставлять у прохолодне приміщення з температурою 0–10°C.

За смаком можна не використовувати смажені моркву, цибулю, білі корені і не заливати олією. Замість них до фаршу можна додати більше білих коренів, часнику. Баклажани фарширують цією сумішшю, укладають у тару і заливають 6–7% розчином солі. Всі інші операції такі самі.

З метою подовження строку зберігання баклажани складають у 3-літрові бутлі, заливають киплячим розсолем, в якому квасилися баклажани, і стерилізують при температурі 100°C протягом 80–90 хв.

Квашення смажених баклажанів і солодкого перцю. Баклажани і перець готують так само, як для приготування баклажанів і перцю фаршированих квашених, потім обсмажують їх у рослинній олії.

Для смаку беруть такі прянощі: кріп, листя селери, часник, перець гіркий стручковий. Готуючи їх так само, як при приготуванні вищевказаних квашених овочів. На дно бочки кладуть суміш прянощів, потім чергують шари баклажанів і перцю, пересипаючи їх сіллю, зверху знову шар прянощів. Баклажани і перець можна квасити окремо.

На 10кг баклажанів (чи 10кг перцю) потрібно 400–500г прянощів і 200–300г солі.

Зберігають у прохолодному приміщенні при температурі 0–10°C. Для подовження строку зберігання овочі складають у чисті банки і стерилізують при температурі 100°C місткістю 0,5л протягом 50 хв., 1л – 70 хв., 3л – 90 хв.

Сациви з баклажанів синіх. Баклажани миють, видаляють плодоніжки, роблять надріз вподовж, заливають підсоленою киплячою водою, витримують 5 хв., викладають на стіл, накривають дошкою і витримують під вантажем 40–50 хв. для видалення води. Після цього баклажани фарширують частиною фаршу. Останній готують так: товчені горіхи заливають оцтом, додають нарізану ріпчасту цибулю, товчений часник, сіль, перець гострий червоний, зелень м'яти та кінзи. Другу половину цієї суміші розводять оцтом, солять і заливають фаршировані баклажани. Через 2–3 дні сациви готове для вживання.

Витрата сировини: баклажани – 1кг, ядра горіхів – 150г, оцет – 25г, часник – 1 головка, перець гіркий – 1 стручок, цибуля ріпчаста – 1 головка, зелень м'яти, кінза, сіль за смаком.

4. Технологія консервування грибів.

Відомі дві основні технології консервування грибів: соління та маринування. У засолку традиційно йдуть пластинчасті гриби з гірчинкою (грузді, вовнянки, рижики, сирійки, рядовки), які попередньо вимочують. Солять гарячим або холодним способом, у дерев'яній, емальованому або скляному посуді, додаючи кріп, листя смородини, вишні, дуба, хрін, часник, прянощі (гвоздику, запашний перець, кмін).

При солінні гриби поміщають під гніт, щоб вони дали сік. Консервування грибів в оцтовому маринаді також буває двох видів: маринад варять разом з грибами або окремо. В останньому випадку маринад виходить прозорим і світлим, але втрачається фортеця грибного запаху і смаку. Маринують білі, боровики, підберезники, масляки, опеньки, рядовки, лисички. Солоні і мариновані гриби – відмінна зимова закуска.

Соління. Дуже розповсюджений спосіб заготівлі грибів. Солити можна практично всі види грибів, однак звичайно солять тільки пластинчасті гриби з гострим гірким смаком: грузді, валуї, волнушки, рижики, сирійки, рядовки, говорушки.

Гриби високої якості, що володіють специфічним смаком й ароматом (грузді, рижики), солять окремо, більше низькосортні гриби – упереміш.

Гриби солять у дерев'яних барилах, скляних й емальованих ємностях з неущкодженою емаллю. Ємності для засолування грибів повинні бути дуже чистими й не містити сторонніх заходів. Не можна використати для соління грибів глиняний посуд,

тому що під дією солей і кислот вона стає непридатною до подальшого застосування. Крім того, у глазури, що покриває глиняний посуд, може виявитися свинець, що, розчиняючись у розсолі, отруєє гриби. Не можна також солити гриби в оцинкованому бляшаному посуді.

Існує холодний і гарячий спосіб посолки.

Холодний спосіб відрізняється тим, що перед засолуванням гриби не відварюють. Гриби очищають і промивають. Волнуші, валуї, грузді, горькуші й інші гриби, що володіють їдким смаком, протягом 1-3 доби вимочують у злегка підсоленій воді. Гриби, що не містять горечі, вимочувати не слід.

На дно ємності насипають сіль, потім 6-8 сантиметровий шар грибів, знову сіль і шар грибів і так до заповнення ємності. На 1кг грибів кладуть 40-60м солі.

Високоякісні гриби солять без усяких добавок, щоб зберегти їхній специфічний смак й аромат. У дійсні грузді при засолуванні додають небагато часнику. Іноді при засолуванні в гриби додають перець, часник, кріп, листи чорної смородини, вишні, лавровий лист. Зверху засолені гриби придавлюють дерев'яним кружком, на який ставлять гніт. Як гніт не можна використати цегли, вапняні камені й металеві предмети. Через пару днів гриби пускають сік й осідають.

Рижики солять і сухим способом, при якому гриби не миють. Їх очищають, протирають вологою ганчіркою й укладають у тару, пересипаючи сіллю. Затверджують, що рижики, засолені сухим способом, більше смачні й ароматні.

Гриби стають готовими до вживання через місяць, півтора. Не гіркі види сиріжок і рижики можна використати вже через 5-10 днів

Зберігають солоні гриби при низьких позитивних температурах (не вище +6-8°C), стежачи за тим, щоб вони були покриті зверху розсолем. Якщо розсіл зникає, додають холодної солоної води (50мл солі на 1л води). цвіль, Що З'явилася, забирають, кришку промивають у гарячій воді, а краю ємності витирають чистою ганчіркою.

Гарячий спосіб засолення застосовується для соління грибів з гірким смаком: всі види груздів, млечники, валуї, волнуші.

Очищені й промиті гриби варять у підсоленій воді протягом на півгодини або бланширують (опускають в окріп на 5-15 хвилин). Потім їх відкидають на друшляк, щоб вони небагато обсохнули. Далі ними заповнюють ємності, пошарово пересипаючи сіллю, так само, як і при холодному способі. Гриби, засолені гарячим способом, можна вживати в їжу вже через 2-3 тижні.

Маринування. Маринують звичайно гриби із кращими смаковими якостями, ніж ті, які використовуються для соління. При маринуванні печериць відбирають гриби, капелюшки яких не перевищують 15-35см у діаметрі. Гриби очищають, підрізають ніжки, ретельно промивають холодною водою й, відкинувши на друшляк, дають стекти воді.

Для того щоб замаринувати кілограм грибів, знадобиться маринад, приготовлений з 0,5л води, 50-60м 30% оцтової кислоти, 10-12 горошин перцю, 2-3 лаврових листочків, 10мл солі; корицю, гвоздику й мускатний горіх додають по смаку. Маринад готують у такий спосіб: у воду вливають оцтову кислоту, кладуть спеції й доводять до кипіння.

Гриби відварюють протягом 5 хвилин у злегка підсоленій воді, потім їх виймають шумівкою, даючи воді стекти. Ще кілька хвилин гриби проварюють у маринаді, потім перекладають у підготовлені банки й відразу ж закривають.



При маринуванні гриби можна відварювати відразу ж безпосередньо в маринаді. Для маринування 1 кг грибів візьміть 1/3 склянки води, 1 їдальню ложку солі, 2/3 склянки 8% оцту. Маринад доводять до кипіння в емальованій каструлі, потім у нього поміщають промиті й очищені гриби.

Час варіння грибів залежить від їхнього виду: так, для вішанки воно становить 30 хвилин, для печериці - 20. Піну, що утвориться під час варіння, знімають шумівкою, після того як піна припиняє з'являтися, у киплячий маринад додають 1 чайну ложку цукру, 5-6 горошин перцю, 2 лаврові листи, 2 м гвоздики, небагато кориці й лимонної кислоти (на кінчику ножа). Після відварювання гриби перекладають у банки, заливають маринадом і закривають.

Консервування в герметично закритій тарі. У цей час для консервування різних продуктів у домашніх умовах застосовуються скляні банки із бляшаними й скляними кришками. Бляшаними кришками закривають банки за допомогою закаточних машинок, скляні кришки втримуються спеціальними бляшаними хомутиками.

Гриби кладуть у гарячі банки. Потім у банку наливають заздалегідь приготовлену гарячу (киплячу) заливку. Ступінь наповнення банок повинна бути максимальної, щоб залишалася можливо менше повітря. Стерилізувати банки можна в бачку або каструлі, на дно яких покладена дерев'яні ґрати, металева сітка або ж шматок полотна, складений в 3-4 рази (важливо, щоб банки не стосувалися дна й стінок). Налиту воду нагрівають до 50-60°, потім ставлять туди наповнені грибами й прикриті кришками банки. Кількість води в бачку повинне бути таким, щоб рівень її доходив до горловини банок або був трохи нижче.

Після цього воду доводять до кипіння й витримують півлітрові банки 20-25 літрові - 25-30 хвилин з моменту кипіння води. По закінченні стерилізації банки виймають, при цьому стежать, щоб не піднімалися й не зрушувалися кришки, і швидко укупувають за допомогою закаточної машинки.

При виготовленні маринадів банки укупувають до пастеризації (з метою попередження зникнення оцтової кислоти). У таких випадках може бути зрив кришок під час нагрівання (внаслідок значного підвищення тиску усередині банки). Щоб уникнути цього, на кришки попередньо надягають спеціальні сталеві затиски (гвинтові або пружинні). Укупоренні банки повинні бути повністю занурені у воду. Банки зі скляними кришками також укупувають до стерилізації. При стерилізації їх занурюють у воду разом із кришкою. Після закінчення стерилізації банки прохолоджують, і затиски знімають (але можна їх і не знімати).

5. Технологія консервування плодів і ягід.

Мочіння плодів і ягід. Яблука відбирають осінніх або зимових сортів, таких як Антонівка, Пешінка литовська, Аніс та ін. Плоди відбирають, миють. Краще мочити плоди в дубових бочках, емальованому посуді або склотарі. На дно кладуть миту житню або пшеничну солому, листя м'яти, вишні, смородини чорної. Яблука укладають шарами доверху, заливають приготуваним розчином, в який входять цукор, сіль, солод (замість солоду можна брати житнє борошно).

Розчин з житнього борошна готують так: у холодній воді розбавляють борошно і заливають кип'ятком. Добрий запах мочені яблука набувають, якщо замість цукру беруть мед (його беруть у 2 рази більше, ніж цукру).

Для приготування заливки на 10л води слід брати 200-300г цукру, 100-150 - солі, 50-75г солоду (або 150г житньої соломи).

Перші 5-8 днів яблука витримують при температурі 15-18°C, потім бродіння триває при температурі 0-1°C. За місяць яблука готові.

Для мочіння груш готують таку саму заливку.

Мочіння слив. Краще брати сорти слив Угорки. Сливи миють, укладають в тару. На 25кг слив готують заливку - 400-500г цукру, 225-250г солі і 250-300г солоду. Після

витримування при кімнатній температурі протягом 7–10 днів сливи виносять у прохолодне місце, і через місяць вони готові.

Мочіння журавлини і брусниці. Відбирають стиглі ягоди, миють. Заливку готують з розрахунку на 10л води 300–500г цукру і 100–300г солі; додають гвоздику і корицю. Брусницю можна заливати кип'яченою водою з додаванням 200г цукру на 10л води. Зберігати краще в прохолодному місці.

Консервування плодів та ягід з допомогою цукру. Варення можна приготувати з будь-яких ягід і фруктів. Спосіб приготування заснований на варінні плодів і ягід з цукром з додаванням невеликої кількості води або з цукровим сиропом, причому під час варіння цукор з сиропу переходить в плоди, а вода частково видаляється з них. Кращою посудом для варіння варення вважаються ємності з нержавіючої сталі, міді або латуні. На кожен кілограм фруктів або ягід слід брати не менше 1кг цукру. Можна замість цукру (в рівноцінному кількості) варити варення на меду. Для приготування сиропу цукор розчиняють у певній кількості (по рецептурі) води, ставлять на вогонь і нагрівають до кипіння при постійному помішуванні сиропу. Після 2–3-хвилинного кип'ятіння і повного розчинення цукру сироп, знімають з вогню, закладають в нього ягоди і фрукти. Потім знову ставлять на вогонь, кип'ятять кілька хвилин і знову знімають з вогню. Зазначені операції повторюють кілька разів, після чого варення остаточно доварюють. При доварюванні слід знімати піну ложкою або шумівкою і злегка струшувати посуд. У готовому варенні ягоди і фрукти не спливають наверх, а рівномірно розподіляються в прозорому сиропі. Визначати готовність варення рекомендується за такою ознакою: якщо крапля сиропу не остиглого розпливається на блюдце, зберігає свою форму – варення можна вважати готовим.

Варення з яблук. Найбільш придатні солодкі сорти яблук. Нарізані часточки яблук варять у цукровому сиропі до прозорості. По мірі готовності частина часточок обережно виймають, перекладають у миску, інші продовжують варити до повної готовності. На 1кг яблук – 1кг цукру, 3/4 склянки води.

Варення з груш. Міцні, переспілі груші заливають холодною водою (вода злегка покриває плоди) і варять до розм'якшення. У посуд для варіння варення кладуть цукор, заливають 2 склянками отриманого відвару, розмішують, дають закипіти, а потім у гарячий сироп опускають приготовані груші та при слабкому кипінні варять до готовності. На 1кг груш – 1,5кг цукру.

Варення з слив. Підготовлені сливи заливають гарячим сиропом і залишають на добу. Потім сироп зливають, кип'ятять і вдруге заливають ним плоди. Через добу в цьому сиропі сливи варять до готовності. На 1кг слив – 1,5кг цукру, 2 склянки води.

Варення з вишень. Промиті ягоди з кісточками або без них варять до готовності, краще ступінчастим методом, в гарячому сиропі (див. попередній рецепт). На 1кг вишні - 1,5кг цукру, 3/4 склянки води.

Варення з малини. Ягоди укладають на блюдо, засипають цукром (половиною норми) і ставлять на 5–6 годин у холодне місце. З утворився соку та іншого цукру варять сироп, охолоджують. Ягоди закладають в сироп, струшують до занурення і варять до готовності. На 1кг малина - 1кг цукру.

Варення з полуниці. Ягоди опускають у приготовлений сироп, струшують до занурення і варять на слабкому вогні. При великій соковитості полуниці сироп готується так далі, як для варення з малини без додавання води. На 1 кг суниць – 1 кг цукру, 1/2 склянки води.

Варення з агрусу. Зелений (недозрілий) агрус промивають кілька разів струшують і ставлять на 5-6 годин у холодне місце, потім варять у сиропі до готовності. На 1кг агрусу - 1кг цукру, 3 склянки води.

Варення з чорної смородини. Ягоди заливають холодною водою, промивають крізь сито, засипають в густий сироп і варять на слабкому вогні 40–50 хв. На 1кг ягід – 1кг цукру, 1 склянку води.

Варення з моркви. Молоді коренеплоди ретельно миють, бланшують у киплячій воді 4–10 хв., занурюють у холодну воду, очищають від шкірки і нарізають кружечками або кубиками. На 1кг очищеної і нарізаної моркви беруть 1 – 1,1кг цукру, ділять його на 2 частини. З однієї готують 50% сироп (на 1л води 1кг цукру). Морква заливають гарячим сиропом, настоюють 5–6 годин, доводять до кипіння, варять кілька хвилин і знову витримують 12 годин. Потім додають цукор, що залишився і доварюють варення до готовності. Наприкінці варіння додають 2-3г лимонної кислоти на кожен кілограм моркви і за бажанням ванілін або корицю.

Варення із зелених помідорів. Невеликі плоди миють, видаляють плодоніжки, очищають від насіння і бланшують у гарячій воді 4–6 хв. На 1кг помідорів беруть 1,2 – 1,3кг цукру, який додають у вигляді 80% сиропу (на 1л води 4 кг цукру). Помідори заливають сиропом, залишають на 6–8 годин, потім доводять до кипіння і варять до готовності. Перед кінцем варіння додають лимонну кислоту (2г на 1кг помідорів) і ванілін. Варення розфасовують в скляні банки і стерилізують у киплячій воді 15–20 хв.

6. Консервування м'яса і виготовлення м'ясних продуктів.



Для продовження терміну зберігання харчових продуктів їх потрібно піддавати спеціальному обробленню, яке називають консервуванням. Застосовують чотири основних принципи консервування харчових продуктів: біоз, анабіоз, ценобіоз і абіоз.

Найчастіше м'ясопродукти консервують за принципами анабіозу та абіозу.

Принцип анабіозу полягає у пригніченні життєдіяльності мікроорганізмів і гальмуванні ферментативних процесів, що відбуваються в продуктах.

Технологія охолодження і зберігання м'яса та м'ясних продуктів. М'ясо і м'ясні продукти направляють на охолодження у парному (36 – 37°C) і рідше в остиглому (не вище ніж 12°C) стані. При цьому туші, які мають температуру 36 – 38°C, розміщують у камери охолодження з температурою від –3 до –8°C, де вони охолоджуються до температури в товщі 0 – 4°C.

Перед завантаженням камери охолодження приводять у належний санітарний стан і охолоджують повітря на 3 – 5°C нижче від температури охолодження (паспортної). Туші розміщують у камері одна від одної на відстані не менше ніж 5см, щоб не допустити загару внаслідок повільної віддачі теплоти. У камеру охолодження рекомендується розміщувати туші одного виду однакової категорії вдовоаності і з якомога однаковою масою. Середнє завантаження становить 250 – 380кг/м³.

У процесі охолодження у м'ясі можуть відбуватися біохімічні перетворення, які зумовлені дією ферментів тканин, фізико-хімічні реакції за рахунок контакту сировини з навколишнім середовищем, розвиток мікробіологічних процесів. Проте швидкість цих реакцій і процесів значно уповільнюється.

Зміна якості м'яса при охолодженні та подальшому зберіганні залежить від виду сировини (розміру і маси туші товщини жирового покриву), ступеня розвитку автолізу, значення рН (при рН м'яса понад 6,2 терміни зберігання різко скорочуються), початкового мікробіологічного обсіменіння, режимів та умов холодильного оброблення, може супроводжуватися зміною зовнішнього вигляду, кольору і консистенції м'яса,

зменшенням маси (усихання), формуванням специфічного смаку і запаху, ростом бактерій і плісняви та іншими явищами.

Основною причиною псування м'яса може бути розмноження психрофільної аеробної мікрофлори, яка різко погіршує органолептичні показники і має токсичність. Аеробна мікрофлора розвивається переважно в кровоносних судинах поблизу кісток та суглобів. Пліснява розвивається в місцях, де погано циркулює повітря. Ознаками псування є поява слизу та наявність липкої поверхні м'яса. На ступінь пригнічення життєдіяльності мікробів впливає температура, швидкість тепловідведення, значення рН м'яса, вологий стан поверхні туш. Випаровування вологи з поверхні супроводжується утворенням кірочки підсихання, призводить до зниження значення A_{te} і, як правило, інгібує життєдіяльність мікроорганізмів.

Зміни властивостей м'яса зумовлюються розвитком автолітичних процесів. Незважаючи на зниження температури в період після забійного зберігання, у м'ясі розвиваються ферментативні процеси і пов'язані з ними фізико-хімічні й мікроструктурні перетворення тканин, сукупність яких призводить до зміни консистенції, соковитості, смаку, аромату та вологозв'язувальної здатності м'яса.

На практиці використовують прискорений або швидкий метод охолодження. Прискорене охолодження проводять за температур, що наближаються до криоскопічних. Інтенсивність процесу підвищують за рахунок збільшення швидкості руху повітря від 0,1 до 2 м/с і зниження його температури з 2 до -3°C .

Прискорення швидкості охолодження дещо знижує втрати м'яса в процесі охолодження.

При повільному зменшенні температури туша має надмірно виражену кірочку підсихання, що збільшує втрати маси, погіршує функціонально-технологічні властивості сировини. Крім того, недостатня інтенсивність охолодження в товщі м'язів стегна великої рогатої худоби і свиней за несприятливих санітарних умов первинної переробки може призвести до росту гнильних бактерій і утворення явища «загару» з появою неприємного різкого запаху і нехарактерного кольору. Утворення загару м'яса спричинюється його повільним охолодженням і несприятливими санітарними умовами при первинній переробці худоби.

При швидкому методі охолодження на першому етапі проводять залежно від інтенсивності за температури від -6 до -8°C і швидкості руху повітря не менш як 0,8 м/с.

Використання швидкого методу охолодження забезпечує гарний товарний вигляд, збереження яскравого кольору, тоненьку кірочку підсихання, зменшує втрати маси (на 20 – 30%) і високу стабільність сировини при зберіганні (обсмінення м'яса швидкого охолодження менша, ніж отриманого при повільному охолодженні).

Проте слід мати на увазі, що при швидкому охолодженні може змінитися напрямок автолітичних процесів, які супроводжуються розвитком холодної контракції (холодовий шок, холодне скорочення), а це призводить до збільшення жорсткості м'яса і зниження вологозв'язувальної здатності особливо в периферійних шарах туші і в червоних м'язових волокнах. Таке явище спостерігається в яловичині, баранині та птиці; не дуже виражене воно при зберіганні свинини, оскільки наявність жиру зменшує швидкість охолодження.

Найчастіше холодне скорочення виникає в яловичині, якщо температура зменшилася нижче за 11°C перш ніж значення рН стало нижчим за 6,2.

Розвиток холодної контракції, незважаючи на зовнішню схожість, відрізняється від утворення актоміозинового комплексу в процесі післясмертного задубіння (Rigor mortis) тим, що в останньому випадку між актином і міозином утворюються іонні зв'язки і



м'язові волокна послаблюються внаслідок розпаду АТФ при дозріванні.

Щоб запобігти появі холодної контракції, потрібно:

– витримувати м'ясо після забою за температури 10 – 15°C протягом 10 – 12 год. для розпаду основної частини АТФ;

– механічно розтягувати м'язові волокна;

– охолоджувати туші у підвішеному стані, оскільки механічне розтягування волокон зменшує ймовірність холодної контракції;

– застосовувати електростимуляцію, яка дає змогу прискорити ферментативні процеси.

Ймовірність появи холодної скорочення і його вираженість зменшується, коли в м'язах уже розпочався процес післясмертного задубіння.

Зменшити вираженість холодної контракції можна тривалим (7 – 14 діб) витримуванням м'яса на дозріванні. Враховуючи економічні та технологічні міркування застосовують два способи оброблення м'яса після забою:

1. швидке охолодження м'ясних туш у підвішеному стані в умовах інтенсивної циркуляції повітря з подальшим тривалим витримуванням сировини при дозріванні;

2. переробка у виробництві ковбас парного м'яса до настання післясмертного задубіння і унеможливлення ймовірності виникнення холодної контракції.

Зберігання охолодженого м'яса за температури від 0 до –1°C, відносної вологості повітря 85 – 90% і швидкості руху до 0,2м/с для яловичини триває не більше ніж 16 діб, для свинини і баранини – до 12 діб.

Використання різноманітних пакувальних матеріалів дає змогу зменшити втрати маси, зменшує активність психрофільних мікроорганізмів, поліпшує якість м'яса, збільшує термін зберігання.

Попереднє обгортання туш вологою тканиною сприяє зменшенню втрат маси при зберіганні у холодильних камерах, регулює інтенсивність теплообміну, поліпшує товарний вигляд сировини (поверхня м'язової тканини зберігає яскравий рівномірний колір, підшкірний жир стає світлішим, поверхня – гладенькою).

Добрий результат можна отримати при поверхневому обробленні туш водяною аерозольною сумішшю, яка містить 2,0% оцтової, 1,0% молочної, 0,25% лимонної і 0,1% аскорбінової кислот. Яловичі туші після цього мають високу якість при зберіганні навіть за температури від 7 до 15°C.

Охолодження тушок птиці пов'язане з технологією переробки і є заключним етапом. При механізації первинної переробки доцільно використовувати інтенсивне охолодження тушок з метою забезпечення потоковості процесу. М'ясо птиці охолоджують у повітрі, у льодоводяній суміші та льодяній воді до температури у товщі грудних м'язів 4°C. Повітряне охолодження здійснюють за температури від 0 до –1°C і швидкості повітря 1,0 – 1,5м/с.

Залежно від виду і категорії вгодованості тривалість охолодження тушок, упакованих у дерев'яні або металеві лотки, становить 12 – 24 год. Процес охолодження може бути інтенсифікований за рахунок зниження температури до - 0,5 - 4,0°C і збільшення швидкості руху повітря до 3 – 4м/с. У цьому разі процес триває 6 год. Повітряне охолодження тушок супроводжується втратою маси від 0,5 до 1%. Для зменшення усихання рекомендується попередньо охолоджувати тушки до температури 15 – 20°C зрошенням водопровідною водою з наступним охолодженням у підвішеному стані за температури від –4 до –6°C і швидкості руху повітря 3 – 4м/с.

Зберігання охолодженого м'яса. Охолоджене м'ясо зберігають за режимів, які стримують небажані зміни за винятком біохімічних процесів, що сприяють поліпшенню поживної цінності продукту.

Охолоджене м'ясо зберігають у камерах з відносною вологістю повітря 85 – 90% і швидкістю його руху 0,2 – 0,3м/с та температурою для яловичини, свинини і баранини – 1°C.

Допустимі терміни зберігання яловичини не перевищують 16 діб, свинини та баранини – 12 діб.

Охолоджене м'ясо птиці зберігають у холодильних камерах за температури 0 – 2°C і відносної вологості повітря 80 – 85%. Термін зберігання тушок птиці становить 5 діб, а упакованих у поліетиленові пакети – 5 – 6 діб. Усихання охолоджених у повітрі тушок птиці при зберіганні протягом 3 діб становить 0,7 – 1,0 %. При зберіганні охолоджених упакованих тушок усихання зменшується у 5 разів.

Технологія підморожування м'яса. Тривалість зберігання м'яса з поліпшенням умов транспортування при зменшенні усихання можна збільшити, знизивши температуру у поверхневому шарі (на глибині 1см) до –3–5°C. Оскільки товщина підмороженого шару в ділянці стегна при цьому не повинна перевищувати 4см, а температура у товщі м'язів стегна на глибині 6 см. 2 – 0°C, то небажані наслідки утворення льоду для структури тканин і стану білків порівняно незначні. Наведені режими оброблення дають змогу зберегти напрямок автолітичних процесів при значному зменшенні швидкості їх перебігу. Задубіння підмороженого м'яса настає приблизно на 8 – 10 добу дозрівання, що збільшує терміни його зберігання.

Підморожене м'ясо можна зберігати і транспортувати у підвішеному стані або у штабелях за температури –2–3°C. Тривалість зберігання до 20 діб.

Підморожування тушок птиці здійснюють за два етапи. На першому етапі охолодження тушки птиці безпосередньо після первинного оброблення здійснюють зрошення льодяною водою до досягнення температури у центрі грудних м'язів 6 – 8°C. На другому етапі упаковані тушки підморожують у повітряному середовищі або розчині до температури у товщі грудних м'язів 0 – 1°C, а на глибині 0,5см – не нижче за –4°C.

Тривалість процесу підморожування м'яса птиці за температури –23°C і швидкості руху повітря 3 – 4м/с становить 2 – 3 год. залежно від виду і категорії птиці. Подальше зберігання здійснюють за температури (–2 ± 0,5)°C протягом 25 діб.

Щоб збільшити терміни зберігання охолодженого і підмороженого м'яса, можна додатково використовувати оброблення вуглекислим газом, ультрафіолетовими променями, озоном, які зумовлюють загибель або уповільнюють розвиток мікроорганізмів.

Практичний блок

1. Створити мультимедійну презентацію на тему: «Консервування в домашніх умовах».
2. Підготувати перелік рецептів соління помідорів, огірків чи патисонів.
3. Створити відеотеку на тему: «Квашення капусти».
4. Підготувати доповідь на тему: «Підготовка грибів до консервування».

Контроль та перевірка знань

1. Квашення овочів засноване на:
 - а) Дії оцтової кислоти
 - б) Дії молочної кислоти
 - в) Консервацію дії молочної кислоти, яка утворюється молочнокислими бактеріями в результаті зброджування цукрів, що знаходяться у свіжих овочах
 - г) Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
2. Соління – спосіб консервування за допомогою засолювальних речовин:
 - а) Солі, цукру, нітриту натрію, харчових фосфатів і аскорбату натрію
 - б) Солі, молочної кислоти, цукру, оцтової кислоти
 - в) Нітриту натрію, солі, цукру, оцтової кислоти
 - г) Нітриту натрію, харчових фосфатів і аскорбату натрію

3. Маринування овочів засноване на:
- Дії оцтової кислоти
 - Дії молочної кислоти
 - Консервацію дії молочної кислоти, яка утворюється молочнокислими бактеріями в результаті зброджування цукрів, що знаходяться у свіжих овочах
 - Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
4. Для продовження терміну зберігання харчових продуктів їх потрібно піддавати спеціальному обробленню, яке називають:
- Консервуванням
 - Сушіння
 - Заморожування
 - Усі відповіді вірні
5. Сушіння – це:
- Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
 - Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
 - При процесі з плодів і овочів видаляється волога до залишкового вмісту її в овочах від 6–14%
 - Відбувається у морозильних камерах при температурі від –25 до –50
6. Заморожування плодів і овочів:
- Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
 - Відбувається у морозильних камерах при температурі від –25 до –50
 - При процесі з плодів і овочів видаляється волога до залишкового вмісту її в овочах від 6–14%
 - Полягає в тому, що оброблене і ізольоване від навколишнього повітря сировину піддають тепловій обробці, в результаті якої знищуються мікроорганізми і руйнують ферменти
7. Назвіть чотири основних принципи консервування харчових продуктів.
8. Запишіть технології охолодження і зберігання м'яса та м'ясних продуктів.

Практична робота № 15

Технологія вирощування квітів та догляд за ними

- Технологія вирощування лікарських рослин.
- Лікарські рослини у народній медицині, їх значення. Види лікарських рослин (нагідки, ехінацея, наперстянка, ромашка лікарська, звіробій, череда, живокість, чорнобривці, меліса, м'ята).
- Лікарські рослини свого регіону. Біологічні ознаки лікарських рослин. Характеристика лікарських рослин за терміном цвітіння, висотою, розміром та кольором квітів. Умови вирощування лікарських рослин.
- Інвентар для заготівлі рослин. Терміни заготівлі, способи зберігання. Отруйні квіткові рослини.
- Технологія вирощування декоративних квітів: пересадка кімнатних рослин; способи догляду; особливості розміщення у помешканні.
- Дизайн інтер'єру за допомогою кімнатних рослин.

Інформаційний блок

1. Технологія вирощування лікарських рослин.

Лікарська рослина – рослина, органи або частини якої є сировиною для отримання засобів, що використовуються в народній, медичній або ветеринарній практиці з лікувальною або профілактичною метою.

Як правило, єдине, що дійсно потрібно для вирощування лікарських рослин і трав – *сонце*. Дуже мало видів, які дають нормальний урожай в тіні, або хоча б півтіні. Особливо необхідно сонце ефірномасляним рослинам. Чим яскравіше і тепліше сонце, тим більше вони накопичують діючих речовин. В півтіні добре почувуються лише валеріана, котовник, кропива.

Більшість лікарських рослин, будучи за своїм походженням дикорослими, *не занадто вимогливі до поживності ґрунту*, безсмертник піщаний взагалі здатний рости на чистих пісках. Крім того, поживність ґрунту легко регулюється підгодівлею. Більш чутливі вони до механічного складу. Всі рослини, сировиною яких є корінь, воліють пухкі, добре дреновані ґрунти. З рослин, у яких заготовляють наземну частину, дуже чутливі до ґрунту м'ята і естрагон. *Рихлість ґрунту* і відсутність на ній щільної кірки дуже важливі при розмноженні лікарських рослин насінням, так як у багатьох з них дрібні та слабкі сходи.

Вимоги до *вологості ґрунту* так само не дуже різняться. Велика частина рослин потребує високої вологості під час проростання насіння і появи сходів. В подальшому, з розвитком коренів, потребу в поливі знижується. Вологі місця для росту воліють м'ята, синюха, фенхель, родіола рожева, валеріана – рослини, які в природі ростуть біля води.

Лікарські рослини майже *не страждають від хвороб і шкідників*. Виняток становлять, мабуть, тільки рослини сімейства зонтичних, на яких поселяються морквяна і кминна моль і тля, а також паразитні грибки, що викликають почорніння пагонів.

Як правило, лікарські рослини *не вимагають обробки інсектицидами*. Якщо ж виникає все-таки необхідність, краще використовувати рослинні інсектициди: деревій, часник, пижмо, перець, піретрум, тютюнову пил, а хімічні препарати – не менш, ніж за два тижні до збирання сировини.

2. Лікарські рослини у народній медицині, їх значення. Види лікарських рослин (нагідки, ехінацея, наперстянка, ромашка лікарська, звіробій, череда, живокість, чорнобривці, меліса, м'ята).

На сьогодні відомо близько 500 000 видів рослин, однак лише невелика частина (приблизно 10%) з них широко застосовується в медицині.

Рослини є джерелом для отримання різноманітних лікарських речовин. Більше 30% усіх лікарських препаратів отримують з рослинної сировини. Рослини використовують для отримання алкалоїдів, серцевих глікозидів, вітамінів та ін. Найширше лікарські рослини застосовуються в народній медицині. Низька токсичність більшості лікарських рослин дозволяє використовувати їх у лікуванні хронічних захворювань, для протирецидивного або реабілітаційного лікування.

Нагідки лікарські або Календула лікарська – вид трав'янистих рослин роду Нагідки.

Нагідки лікарські мають сильно виражені бактерицидні властивості відносно багатьох збудників хвороб, особливо стафілококів та стрептококів. Препарати з них застосовують для лікування опіків, ран, для полоскання горла при ангіні та порожнини рота при стоматиті.

Ехінацея – рід багаторічних трав'янистих рослин родини айстрових.

Ще здавна індіанці Північної Америки використовували ехінацею пурпурову для лікування багатьох хвороб.

Сучасні дослідження показали, що ехінацея пурпурова має протизапальну, противірусну та антибактеріальну, проти алергічну дію. Особливо, ехінацея ефективна при хронічних інфекційних процесах.

Ще вона надає стимулюючу дію на центральну нервову систему, сприяє загоєнню ран, виразок, опіків, посилює сексуальну потенцію. Глікозид ехінакозид і полісахариди викликають підвищене виробництво інтерферону, впливаючи на Т-лімфоцити. Завдяки цьому підвищується опірність організму інфекційним і вірусним захворюванням.

Наперстянка – дворічна або багаторічна трав'яниста рослина сімейства

Наперстянка, завдяки наявності серцевих глікозидів, має ті ж властивості і надає таку ж дію на організм як і наперстянка пурпурова. Препарати наперстянки шерстистої швидше всмоктуються, мають менший кумулятивний ефект, надають декілька більша діуретичну дію. Листя наперстянки шерстистої використовують для виробництва

препаратів: «Ацетілдігітоксін», «Дигоксин», «Лантозид», «Целанід».

Ромашка аптечна (інші назви: ромашка обдерта, дівочий квітка, румянок, романець) – однорічна рослина сімейства Складноцвіті. Має тонкий, гіллясте стрижневий корінь.

Ромашка аптечна (лікарська) проявляє широкий діапазоном терапевтичних властивостей. Вона має протизапальну, антимікробну, знеболювальну, потогінну властивість.

Її препарати знімають спазми органів черевної порожнини, стимулюють секреторну діяльність травних залоз і жовчовиділення, покращують апетит, зменшують газоутворення, регулюють менструальну функцію.

Препарати ромашки будуть ефективними при лікуванні захворювань травної

та сечовидільної системи, які супроводжуються спазмами, при жовчнокам'яній хворобі зі спазмами, при метеоризмі, дитячих проносах з коліками і здуттям живота, при болісних менструаціях.

Препарати ромашки також широко застосовуються як зовнішній засіб – полоскання при лікуванні запалення ясен, слизових оболонок, при ангінах; примочки при екземі, наривах, виразках, опіках рентгенівськими променями; припарки при лікуванні ревматизму, артритів, забитих місць, подагри; спринцювання при запальних захворюваннях жіночих статевих органів.

Звіробій (інші назви: звіробій звичайний, кровавник, червона травиця, іванівська трава, жорстке сіно) – багаторічна трав'яниста рослина сімейства Звіробійні. Кореневище тонке, сильне, гіллясте. Щорічно дає кілька стебел. Стебло щільний, прямостоячий, циліндричний, з двома поздовжніми ребрами.

Звіробій має спазмолітичну, судинорозширювальну, протизапальну, в'язку, бактеріостатичну, сечогінну, протиглистову властивості.



Знімаючи спазми, препарати звіробою відновлюють нормальну перистальтику і травну здатність шлунково-кишкового тракту, також збільшують відтік жовчі, перешкоджають застою жовчі в жовчному міхурі і тим самим запобігають можливості утворення в ньому каменів.

Надаючи капілярно укріплюючу дію, звіробій покращує венозний кровообіг і кровопостачання деяких внутрішніх органів, зменшує напругу стінок сечоводів і збільшує фільтрацію в ниркових клубочках. Вміщені в звіробої дубильні речовини, наділяють його протизапальним і легким в'язким властивостями.

Застосовують звіробій звичайний для лікування жовчних шляхів, холециститу, жовчнокам'яної хвороби на початковій стадії, при гепатитах, застої жовчі в жовчному міхурі, гіпоацидний гастрит, гострому і хронічному коліті, простих і кривавих проносах, метеоризмі, геморої. При сечокам'яній хворобі на початковій стадії і при зниженні фільтраційної здатності нирок звіробій призначають як сечогінний засіб. Також застосовують звіробій при розладах нервової системи, при нейродистонії, мігрені, головних болях, безсонні, для лікування нічного нетримання сечі у дітей. Речовини, що містяться в звіробої, сприяють підвищенню серотоніну в клітинах головного мозку, тому ця рослина можна використовувати при легких формах депресії.

Для зовнішнього застосування використовують звіробійного масло – лікування опіків, гінгівіту, для загоєння ран. Настойкою або настоєм звіробою проводять полоскання порожнини рота при неприємному запаху з рота, при стоматитах, гінгівітах.

Черета – трав'яниста рослина сімейства Складноцвіті. Має тонкий, сильно розгалужений, стрижневий корінь.

Настій трави череди має потогінний, сечогінними, жовчогінними, седативними, бактерицидними властивостями, також нормалізує обмін речовин, покращує апетит.

Масляний екстракт низки проявляє протизапальні та ранозагоювальні властивості.

Спиртовий екстракт череди ефективний для лікування псоріазу. Приймають його по 20 крапель на 1/4 склянки води 3 рази на день до їжі.

У народній медицині траву череди у вигляді настою або відвару всередину приймають для лікування захворювань печінки та селезінки, при цукровому діабеті, при поганому травленні, бронхітах, як сечогінний при лікуванні запалення сечового міхура.

Внутрішньо і зовнішньо (ванни, обмивання, примочки) настій череди застосовують для лікування рахіту, подагри, артриту, ексудативного діатезу, при вуграх, прищах, фурункулах.

Інфіковані, гнійні рани і виразки присипають порошком із сухої трави череди або прикладають розтерті свіже листя череди. Настояєм миють голову, уражену себореєю.

Живокіст лікарський (інші назви: живокіст, бурачник, костолом). Багаторічна трав'яниста рослина сімейства Бурачникових. Має товсте, коротке кореневище чорнуватого кольору.

Живокіст лікарський проявляє протизапальну, антисептичну, кровоспинну, ранозагоювальну обволікаючу властивості, сприяє регенерації тканин організму, прискорює зрощення кісток.

У народній медицині настій коренів живокосту всередину приймають для лікування хронічних бронхітів з рясним виділенням мокроти, туберкульозу легенів, при дизентерії, проносах, запальних явищах у шлунку та кишечнику, при виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки.

Зовнішньо настій коренів застосовують у вигляді обмивань, компресів, ванн для лікування переломів кісток, вивихів, ударів, маститів у годуєчих матерів, тромбофлебиту нижніх кінцівок, які довго не загоюються ран і виразок; при ревматичних і подагричних болях у суглобах, для поліпшення обміну речовин; при різних захворюваннях шкіри (трофічні виразки, тріщини шкіри, гнійничкові висипання, попрілості); для лікування захворювань порожнини рота (стоматит, інфекційні тріщини куточків рота).

Меліса лікарська (інші назви: лимонна меліса, лимонна трава, бджолина трава, дамське щастя). Багаторічна трав'яниста рослина сімейства Губоцвіті з гіллястим кореневищем.

Меліса лікарська має заспокійливу, спазмолітичну, вітрогінну, протизапальну, сечогінну, болезаспокійливу властивостями.

Вона збуджує апетит і виділення травних соків, знімає напругу гладких м'язів кишечника. Препарати меліси будуть корисні людям, які легко збуджуються від емоцій.

Якщо безсоння, скачки артеріального тиску або колька в животі пов'язані з нервовим збудженням, то в такому випадку буде показана меліса. Таким людям необхідно провести лікувальний курс чаєм або настоєм з листя меліси. Також препарати меліси уповільнює частоту дихання і частоту серцевих скорочень.

У народній медицині мелісу лікарську використовують при нервовому збудженні, безсонні, істеричних випадках, при поганому травленні, серцебитті, вегето-судинній дистонії, недокрив'ї, хворобливих менструаціях, запамороченні, затримці менструацій, подагрі, як проти нудотний засіб для вагітних. Зовнішньо відвар меліси лікарської застосовують у вигляді ванн як заспокійливий засіб.

М'ята перцева (інші назви: м'ята холодна, м'ята англійська). Багаторічна трав'яниста рослина сімейства Губоцвіті. Має горизонтальне кореневище з численними корінням, розташованими близько до поверхні ґрунту.

М'ята перцева має спазмолітичну, заспокійливу, жовчогінну, антисептичну, болезаспокійливу, слабким гіпотензивну властивостями. Вона покращує апетит, посилює секрецію травних залоз і жовчовиділення, знижує тонус гладкої мускулатури кишечника, а також жовчовивідних і сечовивідних шляхів.

Настій або чай з листя м'яти будуть показані при нудоті різного походження, блювоті і нападів блювоти (у тому числі у вагітних), шлунково-кишкових спазмах, печії, проносі, метеоризмі, спазмах в жовчному міхурі, жовчовивідних і сечовивідних шляхах, холециститі, холангіті, гепатиті, жовчнокам'яній хворобі, станах нервового збудження, безсонні, при болях в серці, кашлі, для підвищення апетиту.

Також настій і чай з м'яти пригнічують процеси бродіння в травному тракті і, знімаючи спазми гладкої мускулатури кишечника, сприяють вільному проходженню їжі. Завдяки тому, що м'ята стимулює жовчоутворювальну функцію печінки і посилює секрецію інших травних залоз, її препарати (настій або чай) будуть корисні тим людям, у яких погано перетравлюється жирна їжа.

Перцева м'ята входить до складу різних чаїв (жовчогінний, заспокійливий, шлунковий, потогінний).

Вона надає спазмолітичну дію не тільки на гладку мускулатуру шлунково-кишкового тракту, жовчовивідних і сечовивідних шляхів, а й на судини голови. Свіже листя м'яти прикладають до лоба при сильному головному болі.

Препарати цієї рослини мають досить широке застосування як зовнішній засіб. Зовнішньо, у вигляді обмивань, компресів, ванн настій м'яти застосовують при запальних процесах, що зудять дерматитах, нейродерміті, екземі, опіках.

У вигляді полоскань, настій м'яти використовують при лікуванні поганого запаху з рота. Лікувальний ефект зовнішнього застосування настою м'яти можна підсилити, якщо його одночасно приймати всередину.

Свіжим соком м'яти змащують ділянки шкіри уражені грибком (при неускладненій формі).

Корисні властивості м'яти перцевої багато в чому обумовлені вмістом ментолу в ефірному маслі. Ментол входить до складу багатьох препаратів як перорального, так і зовнішнього застосування. Нижче буде дано короткий опис деяких препаратів, що містять ментол.

3. Лікарські рослини свого регіону. Біологічні ознаки лікарських рослин. Характеристика лікарських рослин за терміном цвітіння, висотою, розміром та кольором квітів. Умови вирощування лікарських рослин.

Дніпропетровська область розташована у степовій зоні. Для неї характерні ковила, типчак, різнотрав'я. У долинах річок розташовані заплавні луки. Серед рослин, що занесені до Червоної книги України, на території області ростуть астрагал шерстистоквітковий, ковила, любка дволиста, півонія. В області знаходяться декілька невеликих лісових масивів: самарський ліс, Дібрівський ліс, Комісарівський ліс, Грушеватський ліс, Обухівський ліс, Дніпровсько-Орільський природний заповідник, Царичанський ліс, які здебільшого соснові та дубові. Також на території області розповсюджені лікарські рослини: звіробій звичайний, валеріана лікарська, горицвіт весняний, кропива дводомна, ромашка лікарська.

Лікувальні властивості лікарських рослин залежать від наявності біологічних речовин, різноманітних за своїм складом і що відносяться до різних класів хімічних сполук. При надходженні в організм людини і тварин вони надають фізіологічний вплив і виявляють свої цілющі властивості. Вони можуть перебувати або у всіх частинах рослини, або в якій-небудь однієї частини: у листі, квітках, плодах, кореневищах, коренях, корі, нирках. *З медичної точки зору ці сполуки можна класифікувати на три групи:*

1. Діючі, чи фармакологічно-активні речовини - це сполуки, що мають лікувальну дію та обумовлюють цінність кожного виду лікарської сировини.

2. Супутні речовини, що мають для лікувального впливу підсобне значення. Вони або полегшують всмоктування діючих речовин, або змінюють їх властивості.

3. Баластні речовини - сполуки, байдужі у медичному відношенні.

Різкого розмежування між цими групами немає. Наприклад, дубильні речовини якого-небудь лікарської сировини є чинними і мають в'язучими властивостями, а в інших випадках вони є баластними і заважають вилученню з сировини інших діючих речовин, тому їх доводиться видаляти при виробництві ліків.

Наскільки різноманітні за хімічною будовою діючі речовини, настільки неоднакові і їх лікувальні властивості. Лікарські засоби можуть впливати на організм людини двоюко – деякі мають місцеву дію, тобто надають ефект на ту ділянку тіла або на той орган, з яким вони стикаються. Це – в'язучі, обволікаючі, дратівливі засоби (наприклад, дія гірчичника на спину). Інші надають загальну дію на весь організм. Так, болезаспокійливі засоби впливають на нервову систему, кровоносну систему, дихання і т.д.

Хімічний склад, кількість і якість діючих речовин залежать як від виду рослини, так і від умов його місцеперебування, часу збирання, способів сушіння та умов зберігання. Різні умови життя різко змінюють цінність рослин, іноді вони повністю втрачають свої лікувальні властивості або зберігають їх лише в незначній мірі.

У рослинах містяться головним чином такі основні групи речовин, що визначають лікувальну цінність сировини.

Ефірні олії – леткі органічні речовини найрізноманітнішого хімічного складу, здатні переганятися з водяною парою. Це безбарвні, іноді пофарбовані, сильно леткі рідини з дуже характерним, часто приємним ароматичним запахом і пекучим смаком.

Смоли – тверді і напіврідкі липкі органічні речовини різноманітного хімічного складу. Вони володіють характерним запахом, іноді сильно ароматичним. Деякі смоли володіють протимікробною, дезинфікуючі і ранозагоювальні властивості, багато хто є баластними речовинами.

Гіркоти – речовини, що володіють сильно гірким смаком. Розрізняють чисті гіркоти (гіркі речовини) і ароматичні гіркоти, до складу яких входять ефірні масла. Гіркоти збуджують апетит, посилюють секрецію шлункового соку і поліпшують травлення.

Ферменти – особливі органічні речовини білкової природи, що мають властивості каталізаторів. Знаходяться в клітинах рослин. Ферменти відіграють виняткову роль у

різноманітному обміні речовин організму людини, Одним лише своєю присутністю ферменти збуджують і значно прискорюють хімічні процеси в організмі.

Органічні кислоти. У багатьох рослинах містяться різні органічні кислоти: яблучна, лимонна, щавлева, янтарна, бензойна, саліцилова, мурашина та інші. Особливо багато їх в овочах і фруктах.

Мінеральні солі. До складу рослин входять також різні мінеральні солі неорганічних кислот. Значна кількість їх містять овочі та фрукти. Мінеральні солі і їх хімічні елементи мають велике значення у здійсненні нормальних процесів життєдіяльності організму людини. Вони входять до складу клітин і міжклітинних рідин, забезпечують нормальний перебіг фізико-хімічних процесів, беруть участь у процесах обміну речовин і ферментативної діяльності організму, впливають на збудливість нервової та м'язової систем залежно від стану сольового обміну організму. Кальцій, фосфор, магній входять до складу кісток і зубів. Йод, цинк, цирконій, літій, ванадій – до складу секретів деяких ендокринних залоз. Натрій, хлор – травних залоз. Залізо, мідь, кобальт беруть участь у процесі кровотворення. Кобальт і марганець підсилюють вироблення антитіл в організмі.

Мікроелементи – хімічні речовини, які знаходяться в організмі в дуже невеликих кількостях, але мають дуже велике значення в біологічних процесах. Це мідь, марганець, цинк, алюміній, хром, нікель, кобальт, йод, бром та інші. Вони надходять в організм з їжею, головним чином з овочами та фруктами.

Антибіотики – особливі речовини, які утворюються і виділяються мікробами, грибами, квітковими рослинами і тваринами. Антибіотики мають виборчої здатністю вбивати або пригнічувати ріст і розмноження тільки певних видів хвороботворних мікробів.

Фітонциди – органічні речовини самого різного хімічного складу, що утворюються в рослинах у процесі обміну речовин і мають потужний антибіотичним властивістю, тобто властивістю вбивати мікробів, цвілеві гриби та інфузорій. Фітонциди іноді називають «антибіотиками вищих рослин».

Лікарські властивості рослин залежать в значній мірі і від наявності в них цих речовин. Їх утримують цибуля, часник, червоний стручковий перець, хрін, качанова капуста, яблука, апельсини, мандарини, лимони, кропива, шавлія, евкаліпт, береза, дуб, сосна, бузок, журавлина, брусниця, калина, черемха.

Вітаміни – особливі органічні речовини різноманітного хімічного складу, необхідні для життєдіяльності організму людини. Відсутність їх призводить до захворювань, а іноді й смерті. Навіть у малих дозах вони володіють значною активністю і мають потужний вплив на біологічні процеси, що протікають в органах і клітинах тіла людини. Недолік їх знижує стійкість організму до заразних та інших хвороб. Захворювання, що викликається нестачею в організмі будь-якого вітаміну, носить назву гіповітамінозу, а повною відсутністю вітаміну – авітамінозу.

4. Інвентар для заготівлі рослин. Терміни заготівлі, способи зберігання. Отруйні квіткові рослини.

До збору лікарських рослин варто готуватися й спостерігати за фазами місяця. А ще пам'ятати правило: коли трапляється галявина з лікарськими рослинами, то на кожен квадратний метр обов'язково потрібно лишити три-п'ять рослин. Збір лікарських рослин – прадавня українська народна традиція. У давнину на їх заготівлю виходили, керуючись положенням планет на небі, наші пращури були кращими астрономами. Коли місяць росте – збирають усе, що йде уверх, тобто наземну частину рослини, траву. Коли місяць старий, збирають коріння лікарських рослин. Слід пам'ятати, що рослини, які ростуть у тій місцевості, де проживає хворий, – найкращі для його лікування.

При збиранні рослин необхідно знати:

1. Які частини того чи іншого виду лікарської рослини мають застосування в народній медицині;

2. В який час повинен проводитися збір і як саме технічно він виконується;
3. Як повинна сушитися рослина;
4. Які заходи повинні бути прийняті для кращого збереження заготовленого матеріалу.

Кількість діючих речовин, що містяться в лікарських рослинах, в різні періоди росту та розвитку буває неоднаковою і коливається, тому час збирання лікарських рослин залежить від часу найвищої концентрації вмісту в них діючих речовин. Так, якщо потрібна вся рослина, її збирають на початку цвітіння, у такий же час збираються і рослини, від яких вживаються всі надземні частини – трава. Збір листя здійснюється, як правило, перед цвітінням, за винятком «мати-й-мачухи» яку збирають після цвітіння. Корені, кореневища та бульби збирають восени, коли в рослині припиняється сокорух або ранньою весною до початку його. Насіння і плоди – у період їх повного дозрівання, за деякими винятками. Збір надземних частин рослини, особливо квітів, має здійснюватись у суху погоду і по висиханні роси, бо тільки так вдається при сушінні зберегти у частин рослини їх природний колір.

Правила збору окремих частин рослин:

Бруньки збирають ранньою весною, в період набухання, до їх розпускання. Соснові бруньки зрізують з гілок ножем, дрібні (наприклад, березові) зрізують разом з гілками. Сушать їх розстеляючи тонким шаром, у добре провітрюваних приміщеннях. Висушені гілки обмелюють або бруньки обривають руками.

Кору збирають у період посиленого весняного сокоруху, до розпускання листя. Роблять два півкільцевих надрізи ножем на відстані 20-30см, з'єднують двома повздовжніми надрізами і знімають кору частинами у вигляді жолобків. Кора знімається зі стовбурів і гілок (крушини), а у дуба – тільки з гілок. Кору сушать на сонці, під навісами або в закритих провітрюваних приміщеннях.

Листя збирають у період бутонізації, цвітіння рослин, іноді у фазі плодоношення. Товсті соковиті черешки, які не містять корисних речовин (мати-й-мачуха), видаляють, оскільки вони ускладнюють сушку. Дрібне шкірясте листя (брусниця) зрізують разом з гілочками, а потім відділяють листя. Сушать в тіні під навісами, в закритих приміщеннях, на горищах, розклавши тонким шаром.

Квіти збирають в період повного розпускання, іноді в стадії бутонізації. Сушать в тіні, іноді в затемненому приміщенні (волошки).

Трави збирають в період повного цвітіння або бутонізації, зрізуючи всю надземну частину на рівні нижніх листків, у рослини з жорсткими стеблами (полин, череда) збирають окремо листя і квітучі верхівки. Сушать у тонких пучках, підвішуючи їх на протязі, або розкладають тонким шаром у затінку на добре провітрюваному місці, наприклад, на горищі.

Плоди та насіння збирають у період повної зрілості, а іноді трохи недозрівшими (шипшина) в тому випадку, якщо при повному дозріванні плоди осипаються, або, стають м'якими, мнуться при зборі. Соковиті плоди збирають вранці або ввечері, так як при денному зборі в сильну спеку вони швидко псуються. Перед сушінням їх в'ялять на сонці протягом 1–2 днів, а потім сушать при температурі 70–90° в печах. Мити плоди перед сушінням не можна.

Перед сушінням сировину сортують, видаляючи частини інших рослин. Розкладають рослини тонким шаром, перемішують 3–4 рази на день (крім квіток). Сировина повинна зберігати зелений колір, не пересихати. Сушку закінчують, коли листя і квіти легко розтираються в порошок, стебла ламаються з характерним тріском, коріння ламаються, але не гнуться, ягоди при стисканні в руці розсипаються.

Суху сировину зберігають в мішечках з тканини, паперових пакетах, коробках, банках. Пахучі лікарські рослини потрібно зберігати окремо від не пахучих. Сухі ягоди гігроскопічні, тому їх краще тримати в сухому місці на протязі в паперових пакетах. Сировина повинна перебувати окремо від речовин зі специфічними запахами - гасу,

нафталіну і т.п. Зазвичай термін зберігання квітів, трави та листя не перевищують 1–2 років, а коренів, кореневищ, кори – 2–3 років.

Отруйні рослини – рослини, в яких містяться токсини та/або хімічні речовини, які являють собою серйозний ризик виникнення хвороби, травми або смерті у людей чи тварин. Отруйні речовини (рослинні токсини, отрути рослин) можуть міститися у всій рослині загалом, або в різних її частинах – у надземних: листках, квітках, плодах, насінинах, корі, та підземних: кореневищах, коріннях, цибулинах, бульбах. Дія отруйних рослин зумовлена вмістом у них різних отруйних речовин: глюкозидів, ефірних олій, алкалоїдів, органічних кислот, смол, та інших хімічних сполук.

Отруйні рослини використовують у народній медицині та для виготовлення ліків у фармацевтичній промисловості.

Дурман. Однією з найбільш отруйних рослин є дурман.

Це однорічна трав'яниста рослинна з гіллястим порожнистим стеблом. Листки яскраво-зелені з більш блідою нижньою поверхнею. Квіти великі, з лійкоподібними білими віночками. Плід – коробочка, покрита численними колючками. Вся рослина отруйна. Явища отруєння: сильний головний біль, сухість у роті, нервово збудження, психічні розлади.

Блекота чорна. Росте скрізь – на дворах, пустирях, вздовж парканів та доріг. Стебло рослини клейкувате, в пухнастих волосках. Квіти подібні до квітів картоплі. Плід – двогнізда коробочка з кришкою. Розкривши коробочку і висипавши на руку насіння, маленькі діти можуть вкинути його до рота, приймаючи за зерна маку. Симптоми отруєння подібні до отруєння дурманом.

Цикута отруйна. Рослина сімейства зонтичних, заввишки від 60 до 120 сантиметрів. Росте на низинних місцях, біля рік та ставків, а то прямо у воді. Квіти білі, найотрутніша частина – кореневище. Воно здує, розподілене перетинками на окремі порожнини. Листки та інші частини рослини, якщо їх потерти пальцями, неприємно пахнуть. Отруєння бувають, коли приймають кореневища цикути або сік цієї рослини за їстівні.

Болиголов – друга отруйна рослина сімейства зонтичних. Місця виростання – городи, пустирі, рідше береги річок. Стебло до 60 – 180 сантиметрів, голе, гіллясте, в нижній частині з червоними плямами. Цвіте білими квітками, зібраними в зонтик, наприкінці червня – липня. Рослина неприємно пахне, якщо її розтерти між пальцями (запах миші). При отруєнні болиголовом потерпілі скаржаться на головний біль і запаморочення.

Жостір. Небезпечними для вживання є ягоди деяких кущів. Жостір (крушина) – досить великий кущ, заввишки до трьох метрів. Листки еліпсоподібні, розташовані на стеблі окремо один від одного, по спіралі. Квіти з внутрішнього боку білі, зовні – зеленуваті. Плоди червоні, потім чорніють. На одному кущі трапляються ягоди різного кольору і відтінків. Листки і плоди можуть спричинити блювання та розлади травлення.

Жимолость – кущ заввишки до двох метрів. Листки овальні, супротивні, з короткими черешками, молоді листки і гілочки в м'яких волосочках. Кора на старих гілках темно-сіра. Темно-червоні ягоди сидять попарно, так само розташовані і квіти (травень-червень), що мають жовто-білий колір.

Вовче личко (вовча ягода) – одна з найотрутніших рослин середньої смуги. Невисокий кущ, який переважно росте в листяних лісах. Цвіте до появи листків, коли ще не зійшов сніг. Кора жовтувато-сіра з дрібними бородавочками. Плоди – яскраво-червоні, овально-довгасті ягоди, солодкі на смак. Кілька з'їдених ягід можуть спричинити смерть. Кора також отруйна - вона легко здирається. Квіти подібні до бузку і мають тонкий аромат, схожий на запах гіацинта.

Беладонна звичайна. Особливо небезпечний плід – фіолетово-чорна, блискуча, соковита ягода з темно-фіолетовим соком, тому що діти плутають її з вишнею. Ознаки отруєння такі ж, як і при отруєнні блекотою чорною.

Конвалія равнева. Отруйні всі її частини – листки, квіти, плоди – червоно-жовтогарячі ягоди. Легке отруєння рослиною проявляється нудотою, блювотою, проносом, сильним головним болем і болем у шлунку. У важких випадках порушуються ритм і частота серцевих скорочень. Іноді уражається і нервова система. Про це свідчать збудження, розлад зору, судоми, втрата свідомості. Може наступити смерть від зупинки серця.

Наперстянка пурпурова. Всі частини рослини отруйні навіть у невеликій дозі. Дітей особливо приваблюють плоди наперстянки – яйцеподібні коробочки з дуже дрібним насінням. Симптоми отруєння наперстянкою такі ж, як і при отруєнні конвалією травневою.

Жовтець їдкий. З сімейства лютикових. Сік жовтців дуже отруйний. Отруйна рослина виділяє пари, які найсильніше подразнюють слизову оболонку ока, носа та гортані. Від контакту зіткнення з жовтцем може виникнути сльозотеча, нежить, подразнення горла, кашель аж до ядухи та спазму м'язів гортані. Проковтнута рослина викликає різкий біль у стравоході, шлунку, кишечнику. Отруєння супроводжується блювотою, проносом, у важких випадках – зупиняється серце.

Чистотіл звичайний. Місцеві назви - гладушник, прозорник, бородавник тощо. Росте чистотіл на смітниках і узліссях, в листяних мішаних лісах. Тіньовитривала рослина. У соку чистотілу містяться такі алкалоїди: хелідоні, гомохелідонін, оксихелідонін, протопін, алокриптонін, берберин, спартеїн; органічні кислоти – яблучна, лимонна, хелідонова і хелідонінова; сліди ефірної олії, камеді та смоли. В траві чистотілу містяться також холін, метиламін, гістамін, тирамін, сапонін, флавоноїди, вітамін С, каротин, мінеральні речовини - кремній, залізо, кальцій, магній, фосфор, сірка, хлор, алюміній і радіоактивний калій. Застосування чистотілу у медицині ґрунтується на його жовчогінних, антисептичних, сечогінних і фунгіцидних властивостях. Цвіте у квітні – вересні.

Омела біла. Омела біла – напівпаразит. Росте на тополях, акаціях, липах, вербах, березах, глоді, яблунях, грушах та інших деревах. Кущова вічнозелена рослина, як правило, кулеподібної форми, від 20–30 до 120–130 см у діаметрі. Стебла має дерев'янисті, листки жовто-зелені, вилчато або супротивно розгалужені. Квітки дрібні, жовтувато-зелені, розташовані пучками. Плід – клейка біляста несправжня ягода, яку у зимові місяці поїдають зголоднілі птахи і таким чином сприяють поширенню рослини. Омела біла отруйна, і тому її препарати не можна вживати всередину, протягом тривалого терміну.

Борщовик. Росте він обабіч річок, доріг, лісів та полів, а тепер поступово перебирається і на селянські поля, дачні ділянки. Борщовик – отруйна рослина висотою до двох метрів, а то й більше. Його листя та інші частини стебла можуть викликати небезпечні опіки. Коли сік потрапляє на шкіру, то через декілька годин, а то й днів вона червоніє. При сильних опіках піднімається температура, починається лихоманка, з'являються виразки. Після лікування на їх місці залишаються темні плями. Можливі і смертельні випадки після контакту з борщовиком. Особливо, якщо вражаються рот чи гортань. Найчастіше від борщовика страждають діти.

Чемериця біла – вид родини Лілійних, представлений життєвою формою багаторічних трав, заввишки до 1,6 м. В Україні зростає два види, – власне, Чемериця біла та Чемериця чорна, українські ботаніки виокремлюють ще третій вид – чемерицю Лобеля, хоча це лише підвид чемериці білої. Найбільш токсичною частиною чемериці є її м'ясисте кореневище. На основі чемериці розробляють ліки проти раку. Листя, стебла і квіти містять значно менші концентрації токсинів, проте, можуть спричинити сильне отруєння. Чемериця діє на нервову систему людини, спричиняючи блокаду передачі нервових імпульсів, зупинку дихання та серцебиття. Симптоми отруєння проявляються впродовж кількох годин після вживання чемериці – це нудота, блювота, розкоординація рухів (людина наче п'яна), параліч і смерть.

Наперстянка велькоквіткова – вид родини Ранникових, представлений життєвою формою багаторічних трав, заввишки до 1,2м. У середньовічній Європі з неї виготовляли ліки, проте дуже часто траплялись летальні випадки, тому популярність настоянок з цієї рослини зійшла нанівець. Лише у ХІХ столітті спиртові витяжки з наперстянки були введені у медицину з метою лікування серцево-судинних захворювань. Основним токсином є глюкозид дігітоксин, який міститься в усіх частинах рослини. Симптоми отруєння проявляються у вигляді нудоти, блювоти, кишкових колітів, анорексії, проносу, гарячки і марення, згодом розпочинаються галюцинації, послаблення кров'яного пульсу, тремору, конвульсій та смерті.

Борець або аконіт – рослина родини Жовтецевих, представлена життєвою формою багаторічних трав, заввишки до 1,8м. В Україні розповсюджено 19 видів аконіту, 10 з яких зростають у Карпатах. Зовні Борці дуже схожі між собою і їх може розрізнити лише фахівець, тому у статті вони наведені під загальною назвою аконіт. Смертельною для людини є доза 1,5–6 міліграм. Аконітин дуже швидко поглинається слизовими оболонками рота і кишківника, проте, що найцікавіше, так само швидко він проникає через шкіру у організм. Дія отрути проявляється уже через кілька хвилин – виникає відчуття оніміння (парестезія) у ділянці проникнення токсину, яке розповсюджується по всьому організмі, згодом настає повна втрата чутливості (анестезія), починає морозити, спостерігається активне потовиділення, іноді отруєння супроводжується проносом. При значних концентраціях – настає смерть.

Арніка гірська – вид родини Айстрових або Склад-ноцвітих, представлена життєвою формою багаторічних трав, заввишки до 35–40см. Жовтогарячі квіти арніки гірської на альпійських і після лісових луках Карпат завжди причаровують туристів, проте, ця рослина є отруйною. Дана речовина легко проникає через слизові оболонки та шкіру в організм, спричиняючи інтоксикацію. Дія геленаліну не є такою потужною, як алкалоїди і глікозиди вище згаданих видів, але при приготуванні чаїв чи спиртових витяжок можливе передозування ним. При цьому спостерігається нудота, ускладнене дихання, блювота, пітливість, кишкові коліти, пронос, можлива зупинка серця.

Гліцинія. Квіти гліцинії утворюють пишні блакитні, рожеві та білі каскади на лозі, котра плететься парканами та деревами. Рослина, яку також називають декоративним горошком, є абсолютно токсичною і може спричинити нудоту, судоми та діарею, а для покращення стану недужого може знадобитись навіть крапельниця.

5. Технологія вирощування декоративних квітів: пересадка кімнатних рослин; способи догляду; особливості розміщення у помешканні.

Підготовка та вибір ґрунту.

Торф – це основа, яка входить склад всіх ґрунтосумішей. Потрібно розрізнити верховий торф і низинний. Верховий – він кислий, а низинний – слабокислий. При додаванні торфу поліпшується ґрунт, стає більш пухким, коріння рослин добре розвиваються. Якщо готуємо ґрунт для розсади квітів, які люблять кислий ґрунт – вибираємо верховий торф, для всіх інших кольорів – низинний.

Дернова земля. Вона також входить до складу будь-якої ґрунтосумішей. Такий ґрунт для розсади володіє необхідними мікроелементами, які потрібні для нормального росту рослин. Її можна накопати самостійно. Ідеально підходить для вирощування розсади та дернова земля, на якій виростали злаки, горох, боби. У такому ґрунті дуже багато азоту. Дернову землю використовують для вирощування квітів на балконі, так як вона добре тримає вологу і не допустить пересихання квітів в спекотний сонячний день.

Листяна та хвойна земля. Ідеально підходить для вирощування розсади деяких квітів. Підготовка ґрунту для розсади з хвойного субстрату не займає багато часу. Заготовити її можна в хвойному лісі. Є види квітів, які дуже люблять хвойну землю – віола, братки, азалія, орхідеї. Її просто заготовити самостійно. Дуже хороша земля з перепрілих листів під липою, горіхом, кленом. Листяна земля легка і пухка, що дозволяє їй

використовувати, як ґрунт для розсади. Замінює перепрілий чорнозем, біогумус. Потрібна для рослин, яким необхідні органічні добавки.

Земля з компосту – дуже багата мікроелементами. Її беруть з компостних куп, які є на будь-якому дачній ділянці. В купі зазвичай перегній трава після прополки, гній, органічні відходи – все добре перегній.

Пісок. Його включають в суміш, коли ведеться підготовка ґрунту для розсади. До піску не варто ставитися зневажливо. Його цінність в тому, що робить важку ґрунт легшою, пухкої, менш вологоємність. Кращим є білий.

Перегній. Його роблять з будь-якого гною, який згодом піддається перегною разом з листям, травою, бадиллям рослин. Хороший перегній той, що готувався рік. Його застосовують у поєднанні з іншими компонентами ґрунту.

Існує два основних способи посіву: на розсаду і у відкритий ґрунт. Кожен з них застосовується в залежності від особливостей культури, вимог до її вирощування, кліматичних умов регіону. Однорічні культури, як вже згадувалося, вирощуються тільки з насіння посівом в ґрунт або на розсаду з подальшою пікіровкой і пересадкою в ґрунт. Дворічні культури також вирощують через насіння посівом у ґрунт навесні з подальшою пересадкою на постійне місце в кінці літа. Багаторічні рослини можна вирощувати й розмножувати різними способами: генеративну через насіння та вегетативно шляхом ділення куща, кореневища, цибулини, живцюванням.

Глибина посіву насіння залежить не тільки від їх величини, але також і від виду і механічного складу ґрунту: якщо ґрунт важкий, вологий, насіння висівають дрібно, а якщо сухий – глибше. Крім того, при весняному посіві насіння, як правило, розміщують ближче до поверхні ґрунту, ніж при осінньому.

Виробляти пересадку під час інтенсивного росту недоцільно, оскільки це затримає розвиток рослин і ускладнить процес пересадки. Але якщо з яких-небудь непередбачених обставин виникне необхідність у літній пересадці, рослину треба обережно викопати, пересадити, регулярно рясно поливати. Необхідно відзначити, що багатолітники з довгими м'ясистими корінням – люпин, борщівник, мак навіть при гарному догляді дуже погано переносять річну пересадку.

Велике значення для подальшого розвитку має глибина посадки, яка залежить від розмірів та виду рослини, термінів посадки (5–30см); орієнтуватися слід по кореневої шийки, яка повинна знаходитися на такому ж рівні, на якому була до пересадки.

Як занадто глибока, так і дрібна посадка небажані: при дрібній осінній посадці збільшується небезпека вимерзання, занадто глибока посадка призводить до пізнього проростання рослин і послаблює цвітіння.

Правильний полив – найважливіша умова для росту рослин. При надлишку води деякі види сильно розростаються і погано цвітуть, наприклад настурція. При нестачі вологи у рослин може загальмуватися зростання, вони стануть тонкими і будуть мати нездоровий високий вид.

Спочатку необхідно визначити їхню потребу у воді, потім встановити стан ґрунту, розім'явши її грудочку в руці. Суха земля розсипається, як пил. У такій землі рослини, не переносять посуху, в'януть. Найкращий час для поливу – ранок або вечір, коли сонце низько над горизонтом. При поливі спекотного дня вода швидко випаровується і рослинам її дістається дуже мало.

Квіткові рослини слід поливати відразу ж після посадки незалежно від ступеня вологості ґрунту. Однорічники поливають щодня, поки рослини не приживуться, а потім (в залежності від погоди) – 2–3 рази на тиждень. Багатолітники в перший рік життя (рік посадки) поливають регулярно і часто. Надалі, коли рослини розростуться, полив проводять тільки в посушливі періоди. Деякі багаторічники посухостійкі і вимоглива до поливу. Однак такі рослини, як люпин, рясно та тривало цвітуть тільки при достатній вологості ґрунту.



Для поливу і обприскування рослин важлива також температура води. Якщо водопровідна вода до використання варто більше доби, вона містить менше хлору і має потрібну температуру.

Що стосується самої техніки поливу, то вона різноманітна. Потрібно тільки пам'ятати, що сильним струменем можна розмити коріння, тому краще поливати подалі від них.

Утеплення квіткових культур

Більшість багаторічних квіткових рослин, що зимують у ґрунті, в умовах середньої смуги морозостійко. Проте в безсніжні зими з сильними морозами молоді посадки можуть вимерзнути, тому їх слід приховувати. До настання морозів цього робити не треба, тому що в теплу осінь під товстим покривом рослини підпрівають.

Кращий час для укриття квіткових культур – наступ стійких морозів, коли на ґрунті з'являється тверда невідтавша кірка завтовшки не менше 2–3 см. Як утеплювачі застосовують хвойні гілки, сухе листя дерев, мох, торф або перегній. їх розсипають шаром 7–10 см вкривають рослини в два прийоми: спочатку настиляють мох або перегній, а з настанням більш сильних морозів поверх укладають хвойні гілки, листя. Це відноситься до ірисів, півоній, флоксів. Грядки з цибулинними присипають торфом і закривають лапником. Для роз укриття влаштовують складніше: їх після обрізки також присипають до половини куца ґрунтом, накривають ялиновим гіллям, а з настанням постійних низьких температур ставлять ще дерев'яні однорічники можна висаджувати в наступному порядку: у перший рік – айстру, на другий – гвоздику, на третій – запашний горошок, далі – левкой, календулу, левиний зів, чорнобривці, настурцію, ціннію, ешшольцію і знову айстру. Будь-яку одно- або дворічну культуру не варто висаджувати на колишнє місце раніше ніж через 5 років.

Дуже важливо заздалегідь продумати і спланувати культурооборот квіткових культур. Це полегшить роботу в квітнику і дозволить уникнути багатьох труднощів і помилок.

Добриво квіткових культур

Для отримання багатого і тривалого цвітіння декоративних культур, поліпшення їх здоров'я і підвищення опірності хвороб і шкідників необхідно забезпечувати їх додатковими дозами поживних речовин, тобто удобрювати.

Неодмінною умовою вирощування більшості квіткових культур є до посадочне удобрення ґрунту, тобто внесення добрив до посадки. Для поповнення ґрунту поживними речовинами і поліпшення її структури застосовують органічні добрива – гній, пташиний послід, компост, торф, сидерати.

Крім органічних під рослини вносять мінеральні добрива, значно підвищують поживність ґрунту. Як би добре не був заправлений ґрунт органічними та

мінеральними добривами перед посівом або посадкою квіткових культур, в більшості випадків він повністю не може забезпечити всіма поживними елементами швидкорослі рослини. Тому необхідно застосовувати систематичну підгодівлю, яка сприятиме швидкому росту рослин і отриманню якісної квіткової продукції.

Вирішальним фактором в отриманні високих декоративних якостей квітників, тривалості цвітіння і поліпшення загального зовнішнього вигляду рослини є азотні добрива, а додавання до них фосфору і калію посилює їх сприятливу дію. Фосфорні і калійні добрива краще вносити з осені, а азотні – навесні. Норми внесення залежать від ґрунту, рослин, які будуть на ній зростати і росли в попередній рік. Живлення рослин – складна наука. Багаторічний досвід вирощування показує, що на початку росту декоративним рослинам потрібно більше азоту, а при бутонізації та цвітіння – калію і фосфору.

Основна умова ефективної дії мінеральних добрив на ріст і розвиток квіткових рослин – це правильне і раціональне їх застосування. Необхідно, щоб доза добрив, як і види самих добрив, підбиралися з урахуванням вмісту елементів живлення в ґрунтах і фази розвитку рослин.

Дуже ефективно внесення добрив в якості підгодівлі, особливо рідких, на початку росту і при бутонізації. Щоб уникнути надлишку окремих елементів, краще використовувати комбіновані мінеральні добрива: нітроаммофоску, нітрофоску, кристалін та ін. Середня доза при першій підгодівлі 20–30г добрив на 10л води. Якщо добриво концентроване, наприклад сечовина або хлористий калій, то дозу краще зменшити. У другу і органічні і мінеральні добрива. У відкритому ґрунті можуть бути використані різні види органічних добрив – гній, торф, різні компости. Посів, посадка та пересадка

6. Дизайн інтер'єру за допомогою кімнатних рослин.

Кімнатні рослини – це старовинний метод декору інтер'єру, який надає йому індивідуальність, але зовсім ще недавно практично єдиною традиційною зоною розміщення кольорів були підвіконня.

У наш час дизайнери стали більш активно застосовувати кімнатні рослини в сучасному інтер'єрі, не тільки як декоративні прикраси але і в ролі інструменту для зонування простору, виділяючи достоїнства або приховуючи невігравших деталі. На сьогоднішній день магазини з продажу квітів надають величезний вибір оригінальних рослин і супутніх товарів до них.

Розташування кімнатних квітів

По перше. Традиційний варіант: під вікном. Ефектним і нестандартним рішенням стане розміщення кольорів в одному горщику, на весь підвіконня. Тара вибирається виходячи з стилю кімнати: для класичного інтер'єру – керамічна або дерев'яна, для авангардного – пластикова або скляна.

Для такої майстерної імітації клумби потрібно підбирати квіти різної висоти: плетуться, ампельні, прямостоячі і густолисті. Крім цього можна додати квіти мають строкате листя, для того щоб урізноманітнити зелень. Квіти можна висадити в землю, а можна помістити в горщики з рослинами, тоді подібна експозиція придбає динамізм.

По-друге. Це розміщення ємностей на підставках для приміщень. Подібні декоративні підставки можна виготовити з деревини, викувати з металу або сплести з лози. Розташування таких підставок в кімнаті можна змінювати в залежності від пори року, ступеня освітленості або настрою.

За допомогою витких рослин можна створити фон для квітів з красивими бутонами (наприклад, узамбарські фіалки, глоксинії або фуксії на тлі плюща), а плетуться можна застосовувати як живі перегородки.

По-третє. Це кашпо, таке рішення зручно для декорування маленьких кімнат, як варіант прикраси картини або дзеркала або поживавлення фону.

Але навіть самий стандартний горщик з глини може виглядати досить мило, якщо грамотно це підкреслити. Наприклад, в приміщенні можна розташувати кілька ідентичних

красиво квітучих рослин в подібних горщиках, а застосований в інтер'єрі текстиль (штори, завіси, скатертини) вибрати того ж колірного спектра або з принтом цих же кольорів. Крім цього, глиняні горщики – один з найбільш підходящих матеріалів для квітів.

Красиві, благородні рослини (амаранти, азалії або гарденії) можна помістити в окремо розташованих ємностях. А в широкій дрібній тарі можна розташувати дрібні або середні квіти.



Вимоги при розміщенні квітів в інтер'єрі

При створенні інтер'єру постає питання, чи всі рослини можуть мирно уживатися один з одним. При розташуванні різних кольорів по сусідству, необхідно враховувати схожість їхніх вимог до харчування і воді, освітленості, крім цього, треба постаратися, щоб ці квіти розрізнялися за своєю формою і забарвленню листя, а також за розміром.

Як класичну композицію можна порекомендувати вертикальне вирощування квітів або подібне розташування в одній ємності: по краях маленькі ампельні рослини, які будуть утворювати пишній бордюр, другий ряд – рослини мають густі яскраві листя, а по центру - один прямостоячий високий квітка. Подібна композиція буде ідеально виглядати по центру кімнати.

Для стилів мінімалізм і хай тек активно застосовуються дуже не квітучі рослини такі як щучі хвости, фікуси, драцени. Отже, застосовуйте масивні НЕ квітучі кімнатні квіти і горщики «під сталь», якщо необхідно підкреслити сучасний дизайн інтер'єру вашої квартири.

А наприклад для дизайну інтер'єрів скандинавських стилів активно застосовуються і квітучі рослини. Кращий варіант - вибрати горщики по відношенню до квітів яскравою контрастного забарвлення.

Багатий вибір кімнатних рослин пропонує величезну різноманітність при оформленні інтер'єру. Безліч характеристик: навколишній інтер'єр і є сусідами квіти, падаюче світло, колірний фон, змусять будь-яка рослина виглядати зовсім по-різному. Внаслідок цього найголовніша порада – проявіть фантазію і експериментуйте.

Якщо ви абсолютно не знаєте з чого почати і де помістити рослина, можна для початку просто спробувати різні варіанти розташування, і тоді вона сама зможе знайти своє

місце. Крім цього не принципово слідувати ідеальним правилам дизайну, оскільки кімнатні рослини в інтер'єрі зобов'язані в першу чергу подобатися вам.

Практичний блок

1. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему «Технологія вирощування лікарських рослин»;

2. Розробити питання для вікторини або кросворду з теми «Лікарські рослини свого регіону».

3. Підготувати відео теку «Отруйні квіткові рослини».

4. Розробити творчий проект. Орієнтовний перелік тем: «Дизайн інтер'єру спальні(або вітальні, дитячої кімнати, кухні) за допомогою кімнатних рослин».

Контроль та перевірка знань

1. Які рослини називаються лікарськими?

а) Рослини, які містять отруйні речовини

б) Рослини, які людина використовує в лікувальних цілях

в) Рослини, які ростуть, розмножуються і розселяються без участі людини

г) Жодна відповідь не є вірною

2. Лікарські рослини – це:

а) Тільки трави й дерева

б) Тільки трави й чагарники

в) Тільки чагарники й дерева

г) Усі відповіді вірні

3. До лікарських рослин не належить:

а) Будяк

б) Перцева м'ята

в) Ромашка аптечна

г) Омела біла

4. До отруйних лікарських рослин відноситься:

а) Мати-й-мачуха

б) Календула лікарська

в) Дурман звичайний

г) Череда

5. Рослина, яка належить до родини Лілійних, що представлена життєвою формою багаторічних трав, також досягає висоти 1,6м, це:

а) Жимолость

б) Борщовик

в) Череміця біла

г) Гліцинія

6. Найкращий час для укриття квіткових культур, це:

а) Час, коли рослини починають підпрівати під товстим покривом листя

б) Настання стійких морозів, коли на ґрунті з'являється тверда кірка льоду

в) Підчас сезону дощів, коли рослини достатньо насичуються вологою и необхідними мікроелементами

г) Жодна відповідь не є вірною

7. Умови до посадки рослини. Як виконується підготовка та вибір ґрунту?

Правильний полив.

8. Рослини в інтер'єрі. Вимоги до розміщення квітів в інтер'єрі.

КОНТРОЛЬНА РОБОТА ЗА МАТЕРІАЛАМИ ДРУГОГО МОДУЛЯ
ПІДСУМКОВА КОНТРОЛЬНА РОБОТА ЗА МАТЕРІАЛАМИ КУРСУ

7. ІНДИВІДУАЛЬНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
1	Гармонія спілкування людини і природи (ароматерапія).	1	4
2	Гармонія спілкування людини і природи (фітотерапія).	1	4
3	Техніка створення букетів різного призначення.	1	4
4	Декорування предметів побуту.	1	4
5	Розподіл обов'язків у родині.	1	4
6	Основи конфліктології у сім'ю.	1	4
7	Мистецтво подарунку.	1	4
8	Організація сімейних свят.	1	4
9	Невербальні засоби спілкування у родині.	1	4
10	Імідж сучасної родини.	1	4
11	Технологія електротехнічних робіт в системі домашнього господарювання.	1	4
12	Технологія вирощування лікарських рослин.	1	4
13	Технологія дизайну інтер'єру.	1	4
14	Сутність потреб сім'ї.	1	4
15	Характеристика сім'ї та шлюбу в системі домашнього господарювання.	1	4
16	Роль економічних знань в системі домашнього господарювання.	1	4
17	Інноваційні матеріали для ведення домашнього господарювання.	1	4
18	Розробка міні проектів щодо домострою сучасної родини.	1	4
19	Функції та основні параметри сучасної сім'ї.	1	4
20	Типологія сімей.	1	4
21	Напрями та зміст соціально-педагогічної роботи з проблемними сім'ями.	1	4
22	Догляд за житлом: прибирання, прання, прасування, виведення плям.	1	4
23	Догляд за одягом: дрібний ремонт одягу.	1	4
24	Види обладнання та способи роботи з ним у побуті.	1	4
25	Естетика інтер'єру.	1	4
26	Культура одягу: стиль та мода.	1	4
27	Способи оформлення та презентації подарунків.	1	4
28	Фінансові ресурси домогосподарства.	1	4
29	Об'єкти господарського розвитку: матеріальні та нематеріальні економічні блага.	1	4
30	Ознаки та основні види економічних законів у родині.	1	4
31	Принципи розрахунку сімейного бюджету.	1	4
32	Загальні відомості про консервування: призначення консервування, способи консервування харчових продуктів, тара та упаковка для консервування.	1	4
33	Способи пастеризації та стерилізації харчових продуктів.	1	4
34	Умови зберігання консервованих виробів.	1	4
35	Еволюція внутрішнього оздоблення приміщення житла.	1	4
36	Функціональні зони в інтер'єрі помешкання: інтер'єр	1	4

	вітальні, загальної кімнати, кухні, дитячої, шкільного куточку, кабінету тощо.		
37	Компоненти оформлення інтер'єру приміщення: композиційні особливості інтер'єру; симетрія та асиметрія; зорові ефекти зміни розміру та структури простору приміщення.	1	4
38	Розробка проектів сучасного помешкання.	1	4
39	Декорування домашніх помешкань різного функціонального призначення виробами з різних матеріалів.	1	4
40	Роль ароматерапії (свічок) у декоративному інтер'єрі жилого простору.	1	4
41	Основи флористики. Техніка створення букетів.	1	4
42	Технологія розробки та створення екїбан.	1	4
43	Розробка портфоліо щодо дизайну домашнього помешкання.	1	4
44	Екологія а планування інтер'єру житла: розміщення меблів. Вплив колірного рішення.	1	4
45	Заходи щодо покращення екологічної безпеки житла.	1	4
46	Історичні відомості про виникнення та розвиток декоративних пакувань. Новітні тенденції в пакуванні подарунків.	1	4
47	Види декорування (драпірування тканиною, обробка декоративним шнуром, оздоблення квітами з атласних стрічок, намистинами, бісером).	1	4
48	Проектування та виготовлення подарункової упаковки.	1	4
49	Технологічні процеси виготовлення виробів із текстильних матеріалів.	1	4
50	Компоненти оформлення інтер'єру житла за допомогою виробів з текстильних матеріалів.	1	4
51	Використання виробів декоративно-ужиткового мистецтва в інтер'єрі дому.	1	4
52	Історичні відомості про стилі (стилі стародавніх цивілізацій, відродження, бароко, рококо, класицизм, ампір, модерн). Сучасні стилі: хай-тек, мінімалізм, кіч (еклектика).	1	4
53	Принципи дизайну: відповідність змісту, цілісність, єдність форми та змісту.	1	4
54	Засоби художнього конструювання: пропорції, повтори, симетрія, контраст. Основи колористики.	1	4
55	Проектування та виготовлення предметів інтер'єру.	1	4
56	Краса жінки (фізкультура, харчування). Користування косметичними засобами.	1	4
57	Догляд за шкірою. Догляд за волоссям. Зачіска сучасної жінки.	1	4
58	Створення прикрас у техніці «пастіже».	1	4
59	Домашня переробка овочів та грибів.	1	4
60	Технологія соління овочів.	1	4
61	Технологія квашення овочів.	1	3
62	Технологія консервування плодів і ягід.	1	3
63	Консервування м'яса і виготовлення м'ясних продуктів.	1	2
64	Лікарські рослини у народній медицині, їх значення. Види лікарських рослин (нагідки, ехінацея, наперстянка, ромашка	1	4

	лікарська, звіробій, череда, живокість, чорнобривці, меліса, м'ята).		
65	Лікарські рослини свого регіону. Біологічні ознаки лікарських рослин. Характеристика лікарських рослин за терміном цвітіння, висотою, розміром та кольором квітів. Умови вирощування лікарських рослин.	1	2
66	Дизайн інтер'єру за допомогою кімнатних рослин.	1	2
	Разом:	66	256

Методичні рекомендації до виконання навчального проекту

Навчальний проект виконується один раз за період вивчення дисципліни, обсягом 1 д.а. (24 сторінки). Структура проекту:

- завдання (пропонує – викладач, обирає – студент);
- планування діяльності у проекті (пропонує студент, затверджує викладач);
- дослідження теми проекту;
- наукові джерела (добирає студент);
- зміст проекту (виконує студент);
- результати проекту (демонстрація проекту студентом);
- рекомендації до використання (практична цінність проекту).

Навчальний проект виконується згідно вимог ВАК під час оформлення документації (Шрифт *Times New Roman*, розмір шрифту – 14, міжрядковий інтервал – 1,5, відступ на абзац – 1,27 см, мова – українська. Формат А-4; поля: ліве – 30 мм, праве – 15 мм, верхнє та нижнє – по 20 мм. У кінці проекту – список використаної літератури. Посилання на кожне джерело є обов'язковим).

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Складання узагальнюючих схем – 5%.

Розрахунки та оформлення лабораторних досліджень – 10% (виконуються індивідуально по ходу лабораторного дослідження).

Тестові завдання – 5% (студенти виконують по завершенню лабораторних досліджень).

Завдання самостійної роботи – 10% (виконуються індивідуально або в малих групах за методичними рекомендаціями або вступним консультуванням викладача чи тьютора).

Виконання навчального проекту – 10% (оцінка за навчальний проект виражається за відповідними критеріями).

Підготовка та проведення лекційного заняття – 15% (готує викладач).

9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Експрес-контроль підготовки студентів до практичного заняття, проведення розрахунків і оформлення результатів лабораторно-практичної роботи; оцінка роботи студентів протягом лабораторного заняття; перевірка ведення конспекту тем, що винесені на самостійне опрацювання; оцінка за навчальний проект; підсумковий письмовий проект тощо.

Також використовується рейтингова система оцінювання (встановлюється рейтинг студента в період вивчення всього курсу).

Тестове діагностування (проводиться на початку вивчення дисципліни з метою виявлення рівня знань за програмою загальноосвітньої школи та вже вивчених дисциплін з кулінарії).

Поточне опитування – 5% (проводиться перед виконанням лабораторного дослідження з метою виявлення рівня підготовленості до його здійснення).

Поточне тестування – 10% (проводиться в період вивчення окремого модуля на кожному рівні складності).

Підсумкове тестування – 20% (проводиться по завершенню вивчення модуля чи курсу в цілому).

Оцінювання всіх видів навчальної діяльності проводиться за визначеними критеріями, зазначеними у пункті 9 програми.

10. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЩО ПРИСВОЮЮТЬСЯ СТУДЕНТАМ

Успішність студентів оцінюється за **наступною шкалою** (відповідно до вимог Положення про організацію навчального процесу у Криворізькому державному педагогічному університеті та ECTS):

За національною шкалою (залік)	За національною шкалою (екзамен)	За шкалою ECTS	Кількість балів
З Р А Х О В А Н	ВІДМІННО	A	90-100
	ДОБРЕ	B	80-89
		C	70-79
	ЗАДОВІЛЬНО	D	60-69
		E	50-59
НЕ ЗАРАХОВАНО	НЕЗАДОВІЛЬНО	FX	25-49
		F	1-24

Під час виставлення підсумкової оцінки за навчальну дисципліну заліковий кредит (100% – **100 балів**) розподіляється для оцінювання в балах рівня, якості та обсягу знань, умінь та навичок студента відповідно до таких *залікових модулів*:

- 1. Відвідування лекцій** – до 5%
- 2. Участь у практичному занятті** – до 35%

(Виступ, доповнення до виступу, опанування виступу тощо. Передбачається, що максимальною оцінкою за виступ може бути 4 бали, отже студент може виступити не менш ніж 6 раз з максимальною оцінкою відповіді 4 бали).

3. Самостійна робота – 10% (засвоєння тем і питань, що винесені на самостійне опрацювання).

- 4. Індивідуальна робота** – 5% (опрацювання першоджерел)
– написання рефератів – 5%;
– написання тез, статей, участь у науково-дослідній роботі – 10%.

5. Поточний контроль – 10%, зокрема *тестування* – 5%; *контрольна робота* – 5%.

- 6. Фінальний іспит** – до 25%.

Крім того, студент може отримати додаткові заохочувальні бали (до **20 балів**) за активну участь в науково-дослідній роботі з технології приготування страв, основ харчових технології, обслуговування та естетики підприємств громадського харчування, обладнання підприємств громадського харчування та методики трудового навчання (доповідь на студентській науковій конференції, участь в роботі наукового гуртка або проблемної групи тощо). Автоматично залік отримують лише студенти, які за роботу протягом навчального курсу (залікові модулі 1-2) набрали не менше **30 балів** (причому необхідно набрати не менш як по **5 балів** з кожного модуля). Для загальної позитивної оцінки за курс необхідно набрати не менше **20 балів** за весь курс.

11. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Опорні конспекти лекцій (рукопис та електронний варіант). Методичні рекомендації до проведення практичних робіт. Індивідуальні та самостійні завдання, питання до контрольної роботи та електронний варіант, навчально-контролююча програма.

12. ЛІТЕРАТУРА ДО КУРСУ

Основна:

1. Горбачев А. Тайм-менеджмент в два счета / А. Горбачев. – СПб.: ИД Питер, 2009.
2. Кульбацкий Е.М. Теория и практика домоведения: [учебное пособие] / Е.М. Кульбацкий, Г.В. Ганьшина, А.В. Короткова, И.Ю. Рябова. – М.: ИНФРА-М, 2009.
3. Мескон М.Е. Основы менеджмента / М. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури. – М.: Дело, 1992.
4. Резник С.Д. Персональный менеджмент: [учебник для вузов] / С.Д. Резник, Ф.Е. Удалов, С.Н. Соколов, В.В. Бондаренко. – Пенза: ПГАСА, 2000.
5. Тюгашев Е.А. Семейведение: [учебное пособие] / Е.А. Тюгашев. – Новосибирск: СибУПК, 2006.

Допоміжна:

1. Абрамова С.Б. Деньги как социальная ценность: поколенческий срез проблемы / С.Б. Абрамова // Социологические исследования. – 2000. – № 7.
2. Вызов Л.Г. Уровень потребления и имущественные характеристики среднего класса / Л.Г. Вызов // Социс. – 2000. – № 3.
3. Ватерман Г. Дизайн вашей квартиры: Пер. с нем / Г. Ватерман. – М.: Кристина, 2000.
4. Виханский О.С. Менеджмент / О.С. Виханский, А.И. Наумов. – М.: Высшая школа, 1994.
5. Герчикова И.Н. Менеджмент: [учебник] / И.Н. Герчикова. – М.: ЮНИТИ, 2001.
6. Детали интерьера: сам себе декоратор: Советы профессионалов: Пер. с англ. – М.: Ниола-Пресс, 2000.
7. Жеребий В.М. Экономика домашних хозяйств / В.М. Жеребий, А.Н. Романов. – М.: Финансы: ЮНИТИ, 1998.
8. Комнатные растения в интерьере / Пер. с исп. С. Субботиной. – М.: Ра, 2000.
9. Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: [учеб. пособие] / Автор и сост. Р.Р. Кагнапов. – Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 2000.
10. Основы менеджмента / М.Е. Мескон, М. Альберт, Ф. Хедоури. – М.: Дело, 1992.
11. Миляков А.В. Налоги и налогообложение / А.В. Миляков. – М.: АКИДИ, 2000.
12. Основы страховой деятельности: [учебник] / Отв. ред. Т.А. Федорова. – М.: БЕГ, 2001.
13. Поведение потребителей / Д. Энджел, Р. Блэкуэлл, П. Миниард. – СПб.: Питер, 2000. Гл. 21.
14. Персональный менеджмент: [учебник для вузов] / С.Д. Резник, Ф.Е. Удалов, С.Н. Соколов, В.В. Бондаренко. – Пенза: ПГАСА, 2000.
15. Прудникова О. Красочные встречи. Четыре комнаты / О. Прудникова. – М., 2000.
16. Резник С.Д. Управление персоналом: [учеб. пособие] / С.Д. Резник. – Пенза: ПГАСА, 1999.
17. Резник С.Д. Управление семейной экономикой / С.Д. Резник, В.А. Бобров. –

М.: Экономика, 2003.

18. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: [учеб. пособие]: В 2 кн. – 3-е изд / Е.И. Рогов. – М.: Гуманист: ВЛАДОС, 2001. Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения.

19. Семенова А.Н. Секреты домостроя / А.Н. Семенов. – СПб.: Невский проспект, 2001.

20. Симоненко В.Д. Семейная экономика / В.Д. Симоненко, О.Н. Пелепина. – М.: Бита-Пресс, 2000.

21. Современное домоводство, или Советы со всего света о том, как вести дом, укреплять семью и здоровье / Сост. В.Н. Бакланов. – М.: Евразия+, 2000.

22. Социальный менеджмент: [учебник] / Под ред. А.В. Волового. – М.: ЗАО Бизнес-школа «Интел-Синтез», 2000.

23. Стили интерьера: от классики до авангарда. Советы профессионалов: Пер. с англ. – М.: Ниола-Пресс, 2000.

24. Фенько А.Б. Дети и деньги / А.Б. Фенько // Вопросы психологии. – 2000. – № 2.

25. Хрусталева Е. Евроремонт своими руками / Е. Хрусталева. – М.: Ригиол классик, 2000.

26. Энциклопедия комнатных растений. – М., 2002.

13. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

Бібліотека факультету дошкільної та технологічної освіти КДПУ – пр. Гагаріна, 26

Бібліотека Криворізького державного педагогічного університету – пр. Гагаріна 54

Технічна бібліотека №11 м. Кривого Рогу – пр. Гагаріна, 26.

Джерела Інтернет

Відповіді на тестові завдання до модулів:

I модуль «Основні концептуальні положення ведення домашнього господарства»:

1. 1)В; 2)Б; 3)Б; 4)В; 5)А; 6)Г

2. 1)Б; 2)В; 3)А; 4)Б; 5)А; 6)Б

3. 1)Б; 2)А; 3)Б; 4)В; 5)Б; 6)Г

4. 1)Б; 2)В; 3)А; 4)В; 5)Б; 6)Г

5. 1)Б; 2)А; 3)В; 4)А; 5)Б; 6)Б

6. 1)Б; 2)А; 3)Б; 4)Г; 5)А; 6)Г

7. 1)Б; 2)В; 3)В; 4)А; 5)Б; 6)Б

8. 1)В; 2)А; 3)В; 4)А; 5)Б; 6)Б

9. 1)Б; 2)Б; 3)В; 4)А; 5)Г; 6)Г

II модуль «Практикум з основ домашнього господарювання»

10. 1)В; 2)А; 3)Б; 4)В; 5)А; 6)В

11. 1)Г; 2)А; 3)В; 4)А; 5)В; 6)Б

12. 1)В; 2)А; 3)В; 4)Б; 5)Б; 6)Г

13. 1)А; 2)Б; 3)В; 4)Г; 5)В; 6)Г

14. 1)В; 2)А; 3)А; 4)Г; 5)В; 6)Б

15. 1)Б; 2)Г; 3)А; 4)В; 5)В; 6)Б