

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVASIYALAR
VAZIRLIGI**

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI

QORAQALPOG'ISTON TIBBIYOT INSTITUTI

Ro'yxatga olindi

№ 23/12-6/1

"31" VII 2023yil



TASDIQLAYMAN
Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti
O.A. Ataniyazova
" " " 2023 yil

**«OVQATLANISH GIGIENASI»
MODUL DASTURI**

Bilim sohasi: 900000 - "Sog'liqni saqlash va ijtimoiy ta'minot"

Ta'lim sohasi: 910000 - "Sog'liqni saqlash"

Ta'lim yo'nalishi: 60910400 - "Tibbiy-profilaktika"

Nukus – 2023

Fan/modul kodi Mehnat gigienasi	O'quv yili 2023-2024	Semestr 5-10	Kreditlar 1,0	
Fan/modul turi Majburiy	Ta'lim tili Qoraqalpoq/o'zbek/rus		Haftadagi dars soatlari 36	
Fanning nomi	Semestr	Auditoriya mashg'ulotlari (soat)	Mustaqil ta'lim (soat)	Jami yuklama (soat)
Ovqatlanish gigienasi	5-6	54	36	90
Ovqatlanish gigienasi	7-8	108	72	180
Ovqatlanish gigienasi	9-10	162	108	270

2. Modulning mazmuni.

2.1. Modulning maqsadi - Ovqatlanish gigienasi moduli nazorat ostidagi ob'ektlarda davlat sanitariya nazorati olib borish uchun nazariy va amaliy tayyorgarlikni ta'minlash, mulkchilikning shakllaridan qat'iy nazar oziq-ovqat korxonalarida Davlat sanitariya nazorati o'tkazishda amaliy ko'nikmalarni o'rgatish. Buning uchun mahsulotlar xavfsizligining tibbiy-biologik mezonlari, oziq-ovqat mahsulotlarining sanitar-kimiyoviy ekspertizasi, ovqatlanish xarakteri bilan bog'liq bo'lgan aholi salomatlik holati, alimantar kasalliklarni oldini olish va aholi ovqatlanishini ratsionallashtirishni o'rgatish kerak.

2.2. Modulning vazifalari:

- mahsulotlar xavfsizligining tibbiy-biologik mezonlari;
- oziq-ovqat mahsulotlarining sanitar-kimiyoviy ekspertizasi;
- ovqatlanish xarakteri bilan bog'liq bo'lgan aholi salomatlik holati;
- aholi orasida sog'lom ovqatlanish borasidagi sanitariya maorifi ishlarni targ'ibot qilishga o'rgatish;
- alimantar kasalliklarni oldini olish va aholi ovqatlanishini ratsionallashtirishni o'rgatish.

3. Asosiy nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari)

3.1. Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi:

6-semestr:

1-mavzu. Nutritsiologiya va ovqatlanish gigienasi o'rgatish haqida asosiy tushunchalar, ovqatlanish gigienasi o'rgatining tarixi.

Ovqatlanish gigienasi o'rgatining rivojlanishining asosiy bosqichlari va yo'llari. Ovqatlanish gigenasi o'rgatining rivojlanish tarixi;

2-mavzu. Ovqatlanish nazariyalari

Ovqatlanish nazariyasiga asosan, inson ratsioni quvvati bo'yicha ham, shuningdek, alohida nutrientlar va biologik faol moddalar bilan muvozanatlashtirilgan bo'lishiga karatilgan ma'lumotlarni bayon etish;

3-mavzu. Sog'lom ovqatlanish mezonlari

Aholi orasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ibot etishga qaratilgan. Aholini sog'lomlashtirish, sog'lom turmush tarzini keng targ'ibot etish davlatimiz siyosatini asosiy yo'nalish hisoblanib, u doimo e'tiborda bo'lib kelmoqda;

7-8 semestr:

4 -mavzu. Ratsional va mutanosib ovqatlanish

Ratsional ovqatlanishning asosiy mezonlari va mahsulotlar ta'minotining me'yorlari. Alimenter noinfektsion kasalliklar va ularning profilaktikasi. Issiq iqlim sharoitida ovqatlanish normalarining xususiyatlarni;

5-mavzu. Oqsillarning ovqatlanishdagi ahamiyati

Oqsillar va ularning inson uchun ahamiyati. Oqsillarning ozuqaviy va biologik qiymati Aminokislotalar, ularning ahamiyati va manbalari. «Oqsil etishmasligigining global muammolari va ularni hal qilish yo'llari» Organizmning oqsilga ehtiyojini me'yorlashtirish mezonlari;

6-mavzu. Yog'larning ovqatlanishdagi ahamiyati

Yog' va moylarning xillari. Yog' kislotalari va ularning inson organizmi uchun ahamiyati. Organizmning yog'larga bo'lgan ehtiyojini me'yorlash mezonlari. Yog'larga bo'lgan ehtiyojining ideal formulasi. Yog'larning ozuqaviy va biologik qiymati;

7 -mavzu. Karbonsuvlarning ovqatlanishdagi ahamiyati

Karbon suvlarning reguliator, energetik va plastik o'rni va manbalari. Organizmning karbon suvlarga ehtiyojini me'yorlash mezonlari. O'zbekistonda qandolat mahsulotlari ishlab chiqarish va unga qo'yiladigan gigienik me'yorlarni joriy etishdagi gigienik muammolari;

8-mavzu. Vitaminlarning ovqatlanishdagi ahamiyati

Vitaminlarning turlari, Vitaminlar mutanosibligi, tashqi muhitning salbiy ta'siriga organizmning chidamligini oshirishda vitaminlarning ahamiyati. Vitaminlar va ularning inson uchun ahamiyati. Vitaminlarning manbalari. Organizmning vitaminlarga bo'lgan ehtiyojini me'yorlash mezonlari;

9-mavzu. Mineral elementlarning ovqatlanishdagi ahamiyati

Mineral moddalar, mikroelementlar, ularning inson uchun ahamiyati. Yod va temir etishmovchiligi muammolari, ularni alimenter-profilaktikasi. Biomikroelementlar etishmovchiligi yoki ortishini global va milliy muammolari (yod, temir, flor, selen). Mineral moddalarning manbalari. Inson organizmning mineral moddalarga ehtiyojini me'yorlash mezonlari

9-10 semestr:

10 -mavzu. Sut va sut mahsulotlarining aholi ovqatlanishdagi ahamiyati

Sut va sut mahsulotlari, ularni aholi ovqatlanishdagi ahamiyati. Sut va sut mahsulotlarini ozuqaviy va biologik qiymati. Sut mahsulotlarini sanitar - gigienik va toksikologik ahamiyati. Sut mahsulotlarini xavfsizlik mezonlari.

11-mavzu. Go'sht mahsulotlarini, ularni ovqatlanishdagi ahamiyati

Go'sht mahsulotlarini ozuqaviy va biologik qiymati. Aholi ovqatlanishida go'shta, dengiz va baliq mahsulotlarini ahamiyati. Gelmentlar go'sht orqali yuqadigan

kasalliklar. Ularni epidemiologik va toksikologik ahamiyati. Go'sht mahsulotlarni xavfsizlik muammolari.

12-mavzu. Baliq va baliq mahsulotlari. Baliq va dengiz mahsulotlarini ozuqaviy va biologik qiymati

Aholi ovqatlanishida dengiz va baliq mahsulotlarini ahamiyati Gelmentlar va baliq orkali bo'ladigan kasalliklar. Ularni epidemiologik va toksikologik ahamiyati. Baliq va dengiz mahsulotlarini sanitar-gigienik xavfsizlik mezonlari;

13-mavzu. Aholi ayrim guruhlar ovqatlanishini qilishning gigienik aspektlari

Aholini yoshi jinsi va faoliyatiga ko'ra mehnat intensivligi tasnifi aqliy hamda jismoniy mehnat bilan shug'ullanuvchilarni ratsional ovqatlanishiga gigienik talablar;

14-mavzu. Homilador va emizikli ayollar ovqatlanishining gigienik aspektlari

Homilador va emizuvchi ayollar ovqatlanishini me'yorlashtirish mezonlari. Homilador va emizuvchi ayollar ratsional ovqatlanishiga gigienik talablar;

15-mavzu. Keks yosh va nuroniylar ovqatlanishi

O'zbekiston Respublikasida qariyalarni ijtimoiy himoyalash uchun qo'llaniladigan choralar. Gerontologiya alimantar muammolari. Qariyalarda modda almashinuvining o'ziga xos fiziologik o'zgarishlari, yosh bo'yicha tasnif. Qariyalar ovqatlanishiga qo'yiladigan gigienik talablar.

16-mavzu. Ovqatdan zaharlanish va uni oldini olish

Ovqatdan zaharlanish haqidagi hozirgi zamon ta'limoti. Ovqatdan zaharlanish tasnifi. Ovqatdan zaharlanish xodisalarini muammolari va ularni oldini olishda halqaro va milliy dasturlar.

17-mavzu. Parhez ovqatlanish asoslari

Parhez ovqatlanish mezonlari. Parhez ovqatlanish haqida tushuncha. Ovqatni parhez va farmakologik xususiyati. Davolash-profilaktik muassasalarda parhez ovqatlanish tashkil qilishni asosiy mezonlari.

18-mavzu. Parhez va davolovchi profilaktik ovqatlanish asoslari

Ishlab chiqarish va atrof-muhitni noqulay ta'sirini alimantar profilaktikasi usullari. Profilaktik ovqatlanishni tayinlanish turlari. Xavfli va o'ta xavfli ishlab chiqarish korxonalarida davolovchi profilaktik ovqatlanish.

4. Amaliyot, seminar va laboratoriya mashg'ulotlari bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar.

4.1. Amaliy (seminar) mashg'ulotlarining mavzulari ro'yxati:

6-semestr:

1-mavzu. Ovqatlanish gigienasi o'rgatishning maqsadi, vazifalari va asosiy tushunchalari;

2-mavzu. Aholining ovqatlanishini o'rganish usullari;

3-mavzu. Kunlik energetik sarfini adekvatligini aniqlash;

4-mavzu. Ovqatni energetik adekvatligini taxlil qilish;

5-mavzu. Asosiy modda almashinuvi, ovqat hazm qilish va quvvatni aniqlash;

6-mavzu. Organizmni oziq moddalarga bo'lgan ehtiyojini aniqlash;

7-mavzu. Ozuqaviy qiymati yuqori mahsulotlarning ahamiyati;

8-mavzu. Ovqat bilan o'tuvchi infeksiyon agentlar va parazitlar bilan bog'liq kasalliklar;

9-mavzu. Parhez va profilaktik ovqatlanish;

7-8 semestr:

- 1-mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlarining tibbiy-biologik talabarlari
- 2-mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlarining gigienik tekshirish ekspertizasi
- 3-mavzu. Don mahsulotlarini sanitar-gigienik ekspertizasi.
- 4-mavzu. Un mahsulotlarini sanitar-gigienik ekspertizasi.
- 5-mavzu. Non mahsulotlarini sanitar gigienik ekspertizasi.
- 6-mavzu. Sut mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 7-mavzu. Go'sht mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 8-mavzu. Kolbasa mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 9-mavzu. Konserva mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 10-mavzu. Yaxna ichimliklarni gigienik tekshirish.
- 11-mavzu. Baliq mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 12-mavzu. Yog' mahsulotlarini gigienik tekshirish.
- 13-mavzu. O'simlik moylarini gigienik tekshirish.
- 14-mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlari saqlanadigan idishlarning sanitar ekspertizasi.
- 15-mavzu. Ovqat konservantlarini gigienik tekshirish.
- 16-mavzu. Biologik faol qo'shimchalarni gigienik tekshirish.
- 17-mavzu. Ovqatdan zaxarlanish va uning turlari.
- 18-mavzu. Mahsulotlarni bakteriologik nazorati.

9-10 semestr:

- 1-mavzu.SEO va JSM OGda tashkiliy-uslubiy ishlar.
- 2-mavzu.SEO va JSM OG bo'limi ishini rejalashtirish.
- 3-mavzu.SEO va JSMda nazorat turlari va bosqichlari loyixa ekspertizasi.
- 4-mavzu.Savdo korxonasiga qo'yilgan gigienik talablar va sanitar-gigienik tekshirish
- 5-mavzu.UOKlarga gigienik talablar va sanitar-gigienik tekshirish.
- 6-mavzu.Dexqon bozorlarida sanitariya nazorat.
- 7-mavzu. Bozorlar qoshidagi ovqatlanish shahobchalarni sanitar-gigienik nazorati
- 8-mavzu. Don mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati.
- 9-mavzu.Un mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati.
- 10-mavzu.Non ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati
- 11-mavzu.Sut va sut mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar.
- 12-mavzu.Sut ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 13-mavzu.Yog' ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati
- 14-mavzu.O'simlik moylarini ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati.
- 15-mavzu. Go'sht ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar.
- 16-mavzu.Go'sht ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 17-mavzu. Kolbasa mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar.
- 18-mavzu. Kolbasa ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 19-mavzu. Qandolat mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar.

- 20-mavzu. Qandolat ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 21-mavzu. Konserva ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar
- 22-mavzu. Konserva ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 23-mavzu. Yaxna ichimliklar ishlab chiqarish korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar.
- 24-mavzu. Yaxna ichimliklar ishlab chiqarish korxonasida sanitariya nazorati.
- 25-mavzu. Baliq korxonalariga qo'yilgan gigienik talabalar va nazorati.
- 26-mavzu. Sanitar oqartuv ishlari.
- 27-mavzu. Ilmiy amaliy ish. Yakuniy nazorat va OSKI.

4.2. Amaliy (seminar) mashg'ulotlarini tashkil etish bo'yicha umumiy ko'rsatma va tavsiyalar:

Modul bo'yicha mashg'ulotlar 50% nazariy (ma'ruza va amaliy mashg'ulot) va 50% amaliy qism (o'quv klinik amaliyot)dan iborat bo'lgan holda o'tkaziladi. Amaliy mashg'ulotning nazariy va amaliy qismi o'zaro bog'liq holda o'tkaziladi.

Amaliy mashg'ulotlar multimedia qurilmalari bilan jihozlangan auditoriyada bir akademik guruhga bir o'qituvchi tomonidan o'tkaziladi.

Amaliy mashg'ulotlarni o'tkazishda quyidagi didaktik tamoyillarga amal qilinadi:

- Amaliy mashg'ulotlarning maqsadini aniq belgilab olish;
- O'qituvchining innovatsion pedagogik faoliyati bo'yicha bilimlarni chuqurlashtirish imkoniyatlariga talabalarda qiziqish uyg'otish;
- Talabada natijani mustaqil ravishda qo'lga kiritish imkoniyatini ta'minlash;
- Talabani nazariy-metodik jihatdan tayyorlash va h.k.

4.3. Modul davomida egalanadigan amaliy ko'nikmalar ro'yxati:

1. Oziq-ovqat korxonalari ishchi va xizmatchilarini sog'lomlashtirish tadbirlari rejasini ishlab chiqarish hamda mahsulotlarni ishlab chiqarish, saqlash, tashish va tarqatishda sanitar-gigienik va epidemiologik tadbirlarni yaxshilash;
2. Ovqatdan zaharlanishlarni tahlil qilish va keyinchalik ularga yo'l qo'ymaslik tadbirlarini ishlab chiqish;
3. Zararli va o'ta zararli sharoitli korxonalarda maqsadli davolash-profilaktik ovqatlanishni aniqlash;
4. Aholi orasida sog'lom ovqatlanish borasida sanitariya maorifi ishlarini targ'ibot qilish;
5. Ekstremal vaziyatlarda mahsulotlarni biologik va toksik moddalar bilan ifloslanishini oldini olishning shoshilinch epidemiyaga qarshi sanitar-gigienik himoya tadbirlarini qo'llash.

5. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar.

5.1. Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etilgan mavzular:

6-semestr:

1. Sog'lom ovqatlanish bo'yicha bukletlar va tarqatma materiallar tayyorlash.
2. Talabalar haqiqiy ovqatlanishini o'rganish.
3. Aholi orasida ovqatlanishni o'rganish va unga baho berish.
4. Parhez ovqatlanishni o'rganish va unga baho berish.

5. Biologik faol qo'shimchalarni haqida ma'lumot to'plash.
6. Boyitilgan mahsulotlarning tarkibini o'rganish.

7-8-semestr:

7. Ionli nurlanishlar bilan ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
8. Issiq sharoitda ishlovchi ishchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
9. Qo'rg'oshin bilan muloqatda bo'lgan uchun profilaktik ratsion tuzish.
10. Pestitsidlar bilan ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
11. Xrom birikmalari bilan ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
12. Marganets bilan ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
13. Fosfororganik birikmalar bilan ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
14. Antibiotiklar ishlab chiqaruvchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
15. YUqori xaroratdada ishlovchilar uchun profilaktik ratsion tuzish.
16. SEO va JSM ovqatlanish gigienasi bo'limi faoliyatiga baho berish (JSN).
17. SEO va JSM ovqatlanish gigienasi bo'limi faoliyatiga baho berish (OSN).
18. SEO va JSM ovqatlanish gigienasi bo'limi faoliyatiga baho berish (Laboratoriya ishi bo'yicha).

9-10 semestr:

19. Sut va sut mahsulotlarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
20. Non va non mahsulotlarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
21. Go'sht va go'sht mahsulotlarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
22. Kolbasa mahsulotlarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
23. Qandolat mahsulotlarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
24. Yaxna ichimliklarini sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
25. Sut mahsulotlarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
26. Non mahsulotlarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
27. Go'sht mahsulotlarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
28. Kolbasa mahsulotlarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
29. Qandolat mahsulotlarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
30. Yaxna ichimliklarini bakteriologik ko'rsatkichlarini baholash.
31. Kremli mahsulotlarni sanitar-gigienik ko'rsatkichlarini baholash.
32. Tez buzuluvchi mahsulotlarni o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish.
33. SHartli ist'mol qilinadigan qo'ziqorilarni xususiyatlarini o'rganish.
34. Organizmda allergiya chaqirish xususiyatiga ega mahsulotlar haqida ma'lumotlar to'plash va o'rganish, internet tarmog'idan ma'lumotlar yig'ish va undan xulosa, takliflar tuzishda foydalanish.

5.2. Tavsiya etilayotgan mustaqil ishlarning shakllari:

- Ovqatlanish gigienasi moduli bo'yicha tavsiya etilayotgan mustaqil ishlar modul tizimida mustaqil ishlar modul tizimida turli xil shaklda amalga oshiriladi:
- berilgan mavzu bo'yicha axborot (referat) tayyorlash;
 - ovqatlanish gigienasi modulining bo'limlari yoki mavzulari ustida maxsus yoki ilmiy adabiyotlar (monografiyalar, maqolalar) bo'yicha ishlash va ma'ruzalar qilish;
 - ilmiy maqola, anjumanga ma'ruza tezislari tayyorlash;
 - vaziyatli va klinik muammollarga yo'naltirilgan vaziyatli masalalar echish;

- keys (real klinik vaziyatlar va klinik vaziyatli masalalar asosida sase-study) echish;
- grafik organayzerlash ishlab chiqish va to'ldirish;
- krossvordlar tuzish va echish;
- prezentatsiya va videoroliklar tayyorlash hamda mustakil ish jarayonida keng qo'llash va h.k.

6. Ta'lim natijalari/Kasbiy kompetensiyalari.

6-semestr yakunida:

Talaba:

- ratsional ovqatlanish asoslari, ovqatlanishning zamonaviy nazariyalarini;
- mahsulotlarning ozuqaviy va biologik qiymati. Oziq-ovqat mahsulotlari xavfsizlik mezonini;
- aholi salomatligiga xavf soluvchi alemtar omillar;
- aholi ovqatlanish holatini baholash usullari, mahsulotlarini tibbiy-biologik va gigienik tekshirish;
- profilaktik va parhez ovqatlanish asoslari, ovqatlanish gigienasidan ogohlantiruvchi va joriy sanitar nazorati;
- mahsulotlarni sanitar-epidemiologik ekologik o'rni va ovqatdan zaharlanishlar profilaktikasi borasida *tasavvurga ega bo'lishi*;
- ovqatlanish bilan bog'liq bo'lgan salomatlik holatining o'zgarish ko'rsatkichlarini aniqlashni;
- kunlik quvvat sarfini va ovqatlanishning energiya adekvatligini energometrik va gaz almashtiruvchi usullari bilan aniqlashni;
- aholi ovqatlanish holatini iqtisodiy, gigienik, balans anketa-so'rov, biokimyoviy usullar yordamida qiyosiy analiz qilishni *bilishi va ulardan foydalana olishi*;
- oziq-ovqat korxonalari ishchi va xizmatchilarini sog'lomlashtirish tadbirlari rejasini ishlab chiqish hamda mahsulotlarni ishlab chiqarish, saqlash, tashish va tarqatishda sanitar-gigienik va epidemiologik tadbirlarni yaxshilash kabi malakalariga (*shu jumladan gigienik amaliy ko'nikmalariga*) ega bo'lishi kerak.

8-semestr yakunida:

- ovqatlanish xarakteri, ekologik va sotsial iqtisodiy omillar bilan bog'liq holda aholi salomatlik holatini baholashni o'tkazish;
- oziq-ovqat ob'ektlarida (umumiy ovqatlanish, oziq-ovqat mahsulotlari savdosi, go'sht-sut kombinatlari, non zavodlari, qandolat, yaxna ichimliklar, konserva, baliq korxonalari)da ogohlantiruvchi va joriy sanitariya nazorati o'tkazish;
- zararli va o'ta zararli mehnat sharoitida ishlovchi va xizmatchilarni profilaktik ovqatlanish holatini baholash *tasavvurga ega bo'lishi*;
- mahsulotlar yo'llanma hujjatlarini sanitar-gigienik normalar, qoidalar va mahsulotlar xavfsizligi mezoniga mosligini baholashni;
- sanitar-kimyoviy, mikrobiologik va toksikologik tekshirish uchun oziq-ovqat mahsulotlaridan namuna olishni;
- oziq-ovqat mahsulotlarini sifati va havfsizligi nuqtai nazaridan sanitar- kimyoviy va gigienik tekshirishni;
- tayyor ovqat kaloriyasi va askarbin kislotasini laborator tekshirishni *bilishi va ulardan foydalana olishi*;
- ovqatdan zaharlanishlarni tahlil qilish va keyinchalik ularga yo'l qo'ymaslik tadbirlarini ishlab chiqish;

-zararli va o'ta zararli sharoitli korxonalarda maqsadli davolash–profilaktik ovqatlanishni aniqlash kabi malakalariga (*shu jumladan gigienik amaliy ko'nikmalariga*) ega bo'lishi kerak.

10-semestr yakunida:

- ovqatlanish gigienasi sohasida Davlat sanitariya nazorati bo'yicha tibbiy sanitar va hisobot hujjatlarini tuzish;
- aholi orasida sog'lom ovqatlanish, ovqatlanishning gigienik madaniyati masalalar bo'yicha tushuntirish ishlari olib borish;
- ovqatlanish bilan bog'liq kasalliklarning oldini olish va tarqalishi darajasini kamaytirishda bo'yicha chora-tadbirlar tadbiri qilish;
- oto'g'ri ovqatlanish darajasini kamaytirish bo'yicha keng ko'lamda tushuntirish ishlarini tashkil qilish va aholi orasida to'g'ri ovqatlanish saboqlarini targ'ibot qilish;
- oziq ovqat korxonalari ishchilarini, qishloq xo'jaligi mahsulotlari ishlab chiqaruvchilarni mahsulotlar xavfsizligi muamolari bo'yicha o'qitish to'g'risida *tasavvurga ega bo'lishi*;
- oziq-ovqat uchun mo'ljallangan idishlarni sanitar-gigienik norma va qoidalariga mosligini va toksik elementlar tutishini laborator tekshirishni;
- oziq-ovqat korxonalarini loyixalashda qurilishda va rekonstruksiya qilishda sanitar-gigienik va sanitar-epidemiologik norma va qoidalarga rioya qilishda nazoratni;
- oziq-ovqat ishlab chiqarish, umumiy ovqatlanish savdo korxonalarida sanitar-gigienik va epidemiologik taxlika omillarini baholash va profilaktik chora tadbirlar ishlab chiqishni *bilishi va ulardan foydalana olishi*;
- aholi orasida sog'lom ovqatlanish borasida sanitariya maorifi ishlarini targ'ibot qilish;
- ekstremal vaziyatlarda mahsulotlarni biologik va toksik moddalar bilan ifloslanishini oldini olishning shoshilinch epidemiyaga qarshi sanitar–gigienik himoya tadbirlarini amalga oshirish;
- Oziq-ovqat ishlab chiqarish korxonalarini ogohlantiruvchi sanitariya gnazoratini olib borish;
- Oziq-ovqat ishlab chiqarish korxonalarini joriy sanitariya gnazoratini olib borish;
- Ovqatdan zaxarlanishni oldini olishga qaratilgan chor-tadbirlarni ishlab chiqish kabi malakalariga (*shu jumladan gigienik amaliy ko'nikmalariga*) ega bo'lishi kerak.

7. Ta'lim texnologiyalari va metodlari.

- Ma'ruza.
- Amaliy mashg'ulotlar.
- Videofilmlar, multimediyali va o'qituvchi kompyuter dasturlardan, o'qitish metodikasidagi yangi texnologiyalardan, mavzular bo'yicha nazariy bilimlarni so'rashdan foydalaniladi;
- bakalavrlarning mustaqil ishi, individual va guruhli prezentatsiyalar, uyga berilgan vazifalarni tayyorlash, referatlar yozish, testlar, vaziyatli masalalar va boshqalar.

8. Kreditlarni olish uchun talablar.

Joriy, oraliq nazoratlarini kafedrada ogizaki topshirish, yakuniy nazorat bo'yicha ogizaki yoki test shaklida muvaffaqiyatli topshirish.

9. Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbalari.

9.1. Asosiy adabiyotlar

1. SHayxova G.I. Ovqatlanish gigiyenasi. Darslik. – Toshkent. “YAngi asr avlodi”. 2011 yil.
2. Shayxova G.I. Ovqatlanish gigiyenasi. Darslik. –Toshkent. “Tafakkur bo'stoni”. 2012 yil.
3. Shayxova G.I. Ovqatlanish gigiyenasi fanidan amaliy mashg'ulotlar uchun o'quv qo'llanma. –Toshkent. “Yangi asr avlodi”. 2015 yil. 26
4. SHayxova G.I. Ovqatlanish gigiyenasi fanidan amaliy mashg'ulotlar uchun o'quv qo'llanma. – Toshkent. “Yangi asr avlodi”. 2014 yil.
5. SHayxova G.I. Uchebnoe posobie k prakticheskim zanyatiyam po gigiene pitaniya. Uchebnoe posobie. – Tashkent. “YAngi asr avlodi”. 2014 god.

9.2.Qo'shimcha adabiyotlar:

1. Karimov SH.I. Sog'lom ovqatlanish-salamatlik mezoni. ilmiy-ommopob qo'llanma. Toshkent. 2015 y.
2. SHayxova G.I. tahriri ostida. Ovqatlanish saboqlari. ilmiy-ommopob qo'llanma. Toshkent, 2014 y.
3. SHayxova G.I. tahriri ostida. XXI-asrda ekologiya, barqaror rivojlanish, ratsional ovqatlanish va salomatlik muammolari. Monografiya. Alma-ota, 2014 y.
4. SHayxova G.I. Sovershenstvovanie profilaktiki ojireniya u detey i podrostkov. Monografiya. LAP/LAMBERT Germaniya, 2014 g.

9.3. Internet saytlari:

1. www.gov.uz
2. www.lex.uz
3. www.tma.uz
4. www.fao.org
5. www.mma.ru
6. www.referatw.ru
7. www.tradebooks.ckbib.ru

O'qitish natijalari:

Modulni yakunlaganda talaba biladi:

6-semestr yakunida:

- 1.Ovqatlanish bilan bog'liq bo'lgan salomatlik holatining o'zgarish ko'rsatkichlarini aniqlashni;
- 2.Kunlik quvvat sarfini va ovqatlanishning energiya adekvatligini energometrik va gaz almashinuvini usullari bilan aniqlashni;
- 3.Aholi ovqatlanish holatini iqtisodiy, gigienik, balans anketa-so'rov, biokimyoviy usullar yordamida qiyosiy analiz qilish;

8-semestr yakunida:

- 1.Mahsulotlar yo'llanma hujjatlarini sanitar-gigienik normalar, qoidalar va mahsulotlar xavfsizligi kriteriyga mosligini baholashni;
- 2.Sanitar-kimyoviy, mikrobiologik va toksikologik tekshirish uchun oziq-ovqat mahsulotlaridan na'muna olishni;

3.Oziq-ovqat mahsulotlarini sifati va havfsizligi nuqtai nazaridan sanitar-kimyoviy va gigienik tekshirishni;

4.Tayyor ovqat kaloriyasi va vitamin S saqlashini laborator tekshirishni;

10-semestr yakunida:

5.Oziq-ovqat uchun mo'ljallangan idishlarni sanitar-gigienik norma va qoidalariga mosligini va toksik elementlar tutishini laborator tekshirishni;

6.Oziq-ovqat korxonalarini loyixalashda qurilishida va rekonstruksiya qilishda sanitar-gigienik va sanitar-epidemiologik norma va qoidalariga rioya qilishda nazoratni;

7.Oziq-ovqat ishlab chiqarish, umumiy ovqatlanish savdo korxonalarida sanitar-gigienik va epidemiologik taxlika omillarini baholash va profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqishni;

Modulni yakunlaganda talaba bajara oladi:

6-semestr yakunida:

1.Oziq-ovqat korxonalari ishchi va xizmatchilarini sog'lomlashtirish tadbirlari rejasini ishlab chiqarish hamda mahsulotlarni ishlab chiqarish, saqlash, tashish va tarqatishda sanitar-gigienik va epidemiologik tadbirlarni yaxshilashni;

8-semestr yakunida:

2.Ovqatdan zaharlanishlarni tahlil qilish va keyinchalik ularga yo'l qo'ymaslik tadbirlarini ishlab chiqishni;

10-semestr yakunida:

3.Zararli va o'ta zararli sharoitli korxonalarda maqsadli davolash-profilaktik ovqatlanishni aniqlashni;

4.Aholi orasida sog'lom ovqatlanish borasida sanitariya maorifi ishlarini targ'ibot qilish;

5.Ekstremal vaziyatlarda mahsulotlarni biologik va toksik moddalar bilan ifloslanishini oldini olishning shoshilinch epidemiyaga qarshi sanitar-gigienik himoya tadbirlarini amalga oshirish;

6.Oziq-ovqat ishlab chiqarish korxonalarini ogohlantiruvchi sanitariya nazoratini olib borish;

7.Oziq-ovqat ishlab chiqarish korxonalarini joriy sanitariya gnazoratini olib borish;

8.Ovqatdan zaharlanishni oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlarni ishlab chiqish.

Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti tomonidan ishlab chiqilgan va tasdiqlangan.

10.Fan/modul uchun ma'sullar:

Ataxanova D.O. – Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti, "Gigiena va atrof muhit" kafedrası mudiri, PhD;

Taqrizchilar:

Madreimov A.

Absattarova V.K.

-QTI, "Yuqumli kasalliklar va epidemiologiya" kafedrası professori, tibbiyot fanlari doktori.

-Qoraqalpog'iston Respublikasi SEO va jamoat salomatligi boshqarmasi rahbar muovini, tibbiyot fanlari nomzodi.