

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM,
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI

QORAQALPOG'ISTON TIBBIYOT INSTITUTI



GIGIYENA. TIBBIY EKOLOGIYA
O'QUV (MODUL) DASTURI

Bilim sohasi:	900 000	–	Sog'liqni saqlash va ijtimoiy ta'minot
Ta'lim sohasi:	910 000	–	Sog'liqni saqlash
Ta'lim yo'nalishi:	60910400	–	Tibbiy profilaktika

Tuzuvchilar:

FIO	Ish joyi, lavozimi, ilmiy darajasi va unvoni
Zaydullaeva M.O.	Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti, "Gigiena va atrof-muhit. Epidemiologiya " kafedrası kattá o'qituvchisi
Kadirbergenova S.J.	Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti, "Gigiena va atrof-muhit. Epidemiologiya " kafedrası assistenti
Shaniyazov A.J.	Qoraqalpog'iston tibbiyot instituti, "Gigiena va atrof-muhit. Epidemiologiya " kafedrası assistenti

Taqrizchilar:

FIO	Ish joyi, lavozimi, ilmiy darajasi va unvoni
Ichki taqrizchi	Janibekov J.J. – QTI, "Yuqumli kasalliklar va dermatovenerologiya" kafedrası mudiri, tibbiyot fanlari nomzodi.
Tashqi taqrizchi	Niyazova G.T. – Qoraqalpog'iston Respublikasi sog'liqni saqlash vazirligining OITS ga qarshi kurashish Respublika markazi sanitariya vrachi, tibbiyot fanlari nomzodi.

O'quv dasturi Qoraqalpog'iston tibbiyot institutida ishlab chiqilgan

TOP -300 kiruvchi Koryo universiteti Profliaktik tibbiyot maktabi fakultetining namunaviy dasturi asosida qo'shimcha mavzular kiritilgan.

Fanning o'quv dasturi Qoraqalpog'iston tibbiyot institutining "08" 08 2025 yildagi 1 -sonli buyrug'i bilan tasdiqlangan.

Fan/Modul kodi	O'quv yili	Semestr	ECTS-Kreditlar	
GTEK 13-412	2025-2026	3-4	12,0	
Fan/Modul turi	Ta'lim tili		Haftadagi dars soatlari	
Majburiy	Qoraqalpoq/ Uzbek / Rus		5	
1.	Fan/Modul nomi	Auditoriya mashg'ulotlari (soat)	Mustaqil ta'lim (soat)	Jami yuklama (soat)
	Gigiyena. Tibbiy ekologiya	180	180	360
	I. Fanning/Modulning mazmuni			
	Gigiyena. Tibbiy ekologiya moduli o'quv rejaning klinikada oldi fanlar blokiga taaluqli bo'lib, 2 kursda o'qitiladi. Gigiyena. Tibbiy ekologiya moduli gigiyena sohasidagi ilm-fan va amaliyotning zamonaviy yutuqlarini, sog'liqni saqlash sohasidagi qonunchilik asoslarni o'rgatadi.			
	1.1. Fanni/Modulni o'qitishdan maqsad – talabalarda gigiyenaning ilmiy asoslari, gigiyenik tekshirish usullari va sog'lomlashtirish tadbirlarining asosiy prinsiplarini talabalar tomonidan o'zlashtirilishi ta'minlash hisoblanadi.			
	1.2. Fanning/Modulning vazifalari:			
	- gigiyena va tibbiy ekologiyaning asoslari bilan tanishtirish;			
	- gigiyenaning har bir bo'limini asosiy xususiyatlari bilan tanishtirish;			
	- eng dolzarb gigiyenik va ekologik muammolarni baholash;			
	- talabalar tomonidan gigiyenik tekshirish usullarini o'zlashtirilishi;			
	- talabalarni inson organizmi va atrof muhit bilan o'zaro ta'sirlanish asoslari;			
	- gigiyenik me'yorlashtirish va reglamentlashtirishning asoslari bilan tanishtirish;			
	- talabaning mantiqiy fikrlash qobiliyatini o'stirishga qaratilgan standartga mos amaliy ko'nikmalarni assistent-talaba, talaba-fantom ustlubida avtomatizm darajasiga etkazish;			
	- atrof muhit jumladan, ekologik omillarining holatini tekshirish, uni tahlil qilish va olingan natijalarni gigiyena nuqtai-nazardan baholash (ovqatlanish gigiyenasi, davolash-profilaktika muassasalari gigiyenasi, mehnat gigiyenasi, bolalar va o'smirlar gigiyenasi, radiatsion sohasida) ni o'rgatishdan iborat.			
	II. Fan/Modul o'qitilishining natijalari			
	Fanni o'zlashtirish natijasida talaba:			
	- gigiyena va uning har bir bo'limining maqsadi va vazifalarini;			
	- atrof muhit va odam organizmining o'zaro bog'liqligining asoslari;			
	- atrof muhit omillarining organizmga ta'sir etish xususiyatlari, ijtimoiy-gigiyenik omillarni;			
	2.			

<ul style="list-style-type: none"> - atrof muhit omillarini gigiyenik me'yorlashtirish va reglamentlashtirishning umumiy asoslari; - inson ekologiyasining zamonaviy holati va atrof muhitni muhofaza qilishning gigiyenik asoslarini <i>bilishi</i> va <i>ulardan foydalana olishi</i>; - atrof muhit omillarini baholash bo'yicha vizual, instrumental, hisoblash va laboratoriya tekshirishlarini bajarish; - ob'ektlarni sanitar tekshirish va tavsiflashni; - hona havosining mikroiklim ko'satkichlarini o'lchash va baholashni; - insolyasion tartibni tekshirish va baholash, xonalarning tabiiy va sun'iy yoritilganligini aniqlashni; - yopiq xonalar havosining antropogen ifloslanganligini tekshirish va baholashni; - laboratoriya tekshirishlari uchun turli manbalardan suv namunalarni olish, suvning fizik va kimyoviy xossalarni aniqlash bo'yicha <i>ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> - atrof muhit omillarining organizmga ta'sir etish xususiyatlarini; - ijtimoiy-gigiyenik omillarni, inson salomatligi, ekologiya, ekopatologiyalar va boshqa patologiyalarning eng muhim shakllarini yuzaga kelishidagi atrof muhit omillarining tutgan o'rni; - odam organizmiga turli xildagi ijtimoiy-gigiyenik omillar (ovqatlanish, mehnat, turmush, o'qish va tarbiyalash sharoitlari, harbiy xizmat vazifasini o'tashdagi sharoitlar va b.q.) ta'sirining umumiy gigiyenik ta'riflari va sog'lomlashtirish tadbirlarining asoslari <i>haqida tasavvurga ega bo'lishi</i>;
<p>4- semestr:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mehnat gigiyenasining umumiy asoslarini; - ishlab chiqarish muhitidagi omillarning gigiyenik ta'rifini; - gigiyenik va sog'lomlashtiruvchi tadbirlarni tashkil qilish va o'tkazishning asosiy prinsiplarini; - bolalar va o'smirlar gigiyenasining umumiy asoslari; - oqilona ovqatlanishning gigiyenik asoslarini; - sog'lom turmush tarzining gigiyenik asoslarini <i>bilishi</i> va <i>ulardan foydalana olishi</i>; - laboratoriya tekshirishlari uchun tuproq namunalarni olish va ularni tekshirishga tayyorlashni; - tuproqning fizik-mexanik, kimyoviy xossalarni va gelmentoovoskopik tekshirishni; - ishchi mahitni havosidagi fizik va kimyoviy omillarni aniqlashni; - gazlamaning asosiy fizikaviy va gigiyenik xossalarni aniqlash; - toksikologik tekshirishlarning metodologik asoslarini; - oziq-ovqat mahsulotlarining to'la sifatligini tekshirishning uslubiy asoslarini; - bolalar va o'smirlarning jismoniy rivojlanishini umumiy va shaxsiy tarzda tekshirish va baholashning metodologik asoslarini; - organizmga atrof muhit omillarining organizmga ta'sirini baholash uchun ayrim fiziologik tekshirishlarni bajarish: 	

- organizmga meteoomillarning kompleks ta'sirini tekshirish va baholash usullarini;
- jismoniy mehnatni bajarishda organizmning funksional holatini baholash usullarini;
- aqliy mehnat bajaranda organizmning funksional holatini baholash bo'yicha ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.

III. Asosiy nazariy qism

3.1. Ma'ruza mashg'ulotlari mavzulari ro'yxati:

3-semestr

- 1-mavzu.** Gigienaning predmeti va vazifalari. Gigienaning predmeti va vazifalari. Tibbiy ekologiya. Tibbiy ta'lim tizimida gigienaning tutgan o'rni. "Aholi salomatligi" tushunchasi, salomatlik ko'rsatkichlarining yashash sharoitlariga bog'liqligi. Atrof muhit va ekologik omillar haqida tushuncha. Gigienada qo'llanadigan tekshirish usullari.
- 2-mavzu.** Havo muhiti va uning gigiyenik ahamiyati. Atmosfera havosining fizik xususiyatlariga gigiyenik ta'rif. Atmosfera tuzilishi haqida tushuncha. Atmosfera havosining fizik xususiyatlarini biologik va umumiy sanitar ahamiyati: harorat, namlik, havoning harakat tezligi, barometrik bosim va havoning elektrlanganlik holati. Havoning biologik xususiyatlariga gigiyenik ta'rif. Havo muhitining biologik xususiyatlari va aerogen infeksiyalar haqida tushuncha. Havo muhiti ifloslanishining ekologik ahamiyati.
- 3-mavzu.** Havo muhiti va uning gigiyenik ahamiyati. Quyosh radiatsiyasining gigiyenik ahamiyati. Havoning kimyoviy tarkibi, uning tarkibiy qismlarining fiziologik va sanitar ahamiyati. Havo muhiti ifloslanishining ekologik ahamiyati. Quyosh radiatsiyasining gigiyenik ahamiyati. Quyosh radiatsiyasining optik qismiga sifat va miqdoriy ta'rif, uning faolligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar. Infraqizil, ko'rinadigan va ultrabinafsha nurlarga fizik ta'rif va ularning biologik ahamiyati. Iqlim o'zgarishi.
- 4-mavzu.** Suvning salomatlik omili ekanligi. Aholining suv ta'minotining gigiyenik asoslari. Aholi ta'minotini tashkil etishga bo'lgan gigiyenik talablar. Suvning fiziologik, gigiyenik va epidemiologik ahamiyati. O'zbekiston Respublikasi aholisini suv bilan ta'minlashdagi eng muhim masalalar, mahalliy va markazlashgan suv ta'minoti haqida tushuncha. O'zRda o'rnatilgan suvdan foydalanish me'yorlari. Respublika hududidagi suv manbalariga gigiyenik tariflar. Suv ta'minoti manbalariga bo'lgan umumiy gigiyenik talablar. Suv manbalarining sanitariya muhofazasi mintaqalarini tashkil etish.
- 5-mavzu.** Aholini suv ta'minotini tashkil qilishga bo'lgan gigiyenik talablar. SanQ va M-950-2011 ga muvofiq ichimlik suvining sifatiga bo'lgan talablar. Ichimlik suvini sifatini yaxshilash usullariga umumiy ta'rif. Ichimlik suvining sifatini yaxshilashdagi asosiy usullar: suvni tiniqlashtirish va zararsizlantirish (usullari, vositalari, ishlov berish tartibi va uning gigiyenik nazorati).
- 6-mavzu.** O'zRda sanitariya epidemiologiya xizmatini tashkil etishning asoslari. Sanitariya tashkilotlari shakllanishining asosiy bosqichlari. O'zRda sanitariya-epidemiologiya xizmatining umumiy tarkibi. Sanitariya epidemiologik

osoyishtalik va jamoat salomatligi (SEO va JSB). SEO va JSB ning tarkibi va uning asosiy vazifalari. Ogohlantiruvchi va kundalik sanitariya nazorati haqida tushuncha. 2015-yildagi "Aholining sanitariya-epidemiologik osoyishtaligi to'g'risida"gi Qonunga umumiy tavsif.

7-mavzu. Gigiyenik me'yorlashtirish va reglamentlashtirish haqida tushuncha. Gigiyenik me'yor va reglamentlarning ahamiyati. Atrof-muhit va ishlab chiqarish muhitidagi fizik, kimyoviy, biologik omillarning gigiyenik me'yorlari va gigiyenik reglamentlarini ishlab chiqish asoslari. SanQ va N lar, REK va boshqa me'yoriy hujjatlar..

8-mavzu. Zamonaviy inson ekologiyasi va inson ekologiyasining tibbiyotga oid jihatlari/.

Zamonaviy inson ekologiyasi va inson ekologiyasining tibbiyotdagi tegishli jihatlari. Zamonaviy inson ekologiyasi haqida tushuncha.

Insonning zamonaviy yashash muhitini shakllantirishda texnik taraqqiyot va ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning ahamiyati. Atrof-muhitning ifloslanishi texnika taraqqiyotining asosiy salbiy oqibati ekanligi. Ifloslantiruvchi omillarning turlari va ularning shahar, shuningdek qishloq aholi yashash joylaridagi asosiy manbalari.

Inson ekologiyasining tibbiyotdagi tegishli jihatlari. Biosferada zararli elementlar tabiatining (mavjudligi va o'zgarishi) umumiy qonuniyatlari, biologik zanjirlar haqida tushuncha. O'zR hududidagi ekologik vaziyatlar, ekologik avariyali zonalar va ekologik tang mintaqalarga umumiy tavsif. Atrof-muhitni muhofaza qilish bo'yicha chora-tadbirlar (muammoli).

9-mavzu. Atrof-muhit kasalliklari (tasnifi, tendentsiyalari, oldini olish va davolash usullari)/.

4-semestr:

1-mavzu. Mehnat gigienasining umumiy asoslari. Ishlab chiqarish muhitidagi ruhiy-fiziologik omillarga gigiyenik ta'rif.

Mehnat sharoitlarini gigiyenik o'zgarishi uchun ilmiy-texnika taraqqiyotining ahamiyati. Mehnat gigienasi tushunchasi, mehnat gigienasi soxasidagi zamonaviy muammolar. Ishlab chiqarishga oid zararlar haqida tushuncha, ularning tasniflari. Kasbga doir kasalliklar, O'zR uchun bu muammoning dolzarbligi. Sanoat korxonalarini ishchi va xizmatchilarga tibbiy xizmat ko'rsatishni tashkil etishning asoslari. Ruhiy fiziologik omillarga gigiyenik ta'rif, ularning ishchilar organizmiga zararli ta'sirini oldini olish tadbirlari.

2-mavzu. Ishlab chiqarish muhitidagi fizik omillarga gigiyenik ta'rif. Ishlab chiqarish muhitidagi fizik omillarga gigiyenik ta'rif.

Ishlab chiqarish muhitidagi fizik omillarga gigiyenik ta'rif.

qizdiruvchi) mikroiklim, shovqin, tebranish, ultra va infratovushlarning zararli ta'siriga umumiy ta'rif (fizikaviy ta'rif, ishchilar organizmiga zararli ta'siri, zararli ta'sirini oldini olish tadbirlari).

3-mavzu. Ishlab chiqarish muhitidagi fizik va biologik omillarga omillarga gigiyenik ta'rif. Sanoat changlari, changlarning tasniflari, changga doir patologiyalar haqida tushuncha va ularni oldini olish tadbirlari. Ishlab chiqarish muhitidagi biologik omillarning gigiyenik ahamiyati, kasbga oid infeksiyalar haqida tushuncha, ularni oldini olish tadbirlari.

4-mavzu. Ishlab chiqarish muhitidagi kimyoviy omillarga ta'rif. Zararli kasbdagi ishchilar uchun beriladigan davolovchi-profilaktik ovqatlanish haqida tushuncha.

Umumzaharli ta'sir ko'rsatuvchi kimyoviy omillarga gigienik ta'rif, korxonalarda o'tkir va surunkali zaharlanishlarni oldini olish choralari. Organizmga maxsus ta'sir bo'yicha ishlab chiqarishdagi zararli kimyoviy omillarga ta'rif. Ishlab chiqarish korxonalaridagi ishchilarning davolovchi-profilaktik ovqatlanishi haqida tushuncha, maxsus ovqatlanish ratsionlari, ularni berilish sharoitlari.

5-mavzu. O'zR qishloq xo'jaligidagi mehnat gigienasi asoslari.

Pestitsidlar va mineral o'g'itlarni qo'llash gigienasi asoslari./

O'zR sharoitida qishloq xo'jaligidagi mehnatning o'ziga xos xususiyatlari, zamonaviy muammolari, qishloq xo'jaligi mehnatkashlari organizmiga ta'sir etuvchi nomuvofiq omillarga umumiy ta'rif, ishchilarni sog'lomlashtirish bo'yicha tadbirlar. Mineral o'g'itlar va pestitsidlarni qo'llash gigienasi asoslari, organizmga ularning zararli ta'sirini oldini olish tadbirlari (muammoli).

6-mavzu. Tuproq gigienasi. Kirish (tarkibi, xossalari, ekotizimi) va tuproqning ifloslanishi./ Aholi yashash joylarini tozalashning umumiy asoslari. Aholi yashash joylarini obodonlashtirishning gigienik ahamiyati. Shahar va qishloq aholi yashash joylaridagi turmush sharoitining xususiyatlari va ekologik muammolari.

Atrof muhitning omili sifatida tuproq muhitiga umumiy gigienik ta'rif. Tuproqning sanitar va epidemilogik ahamiyati haqida tushuncha. Biogeokimyoviy hududlar to'g'risida tushuncha, uning shakllanishida tuproqning tutgan o'rimi. O'zR hududining biogeokimyoviy foni va asosiy-endemik kasalliklar, ularni oldini olish tadbirlari. Urbanizatsiyaning ijtimoiy-gigienik muammo ekanligi, zamonaviy bosqichda uning o'ziga xos xususiyatlari. O'zR dagi yirik shaharlardagi yashash sharoitlariga umumiy gigienik ta'rif. SHahar muhiti to'g'risida tushuncha, aholi salomatligi uchun uning ahamiyati. SHaharlarni rejalashtirish va qurishning gigienik prinsiplari. SHahar muhiti yaxshilash bo'yicha tadbirlar. Qishloq aholi yashash joylaridagi turmushning o'ziga xos xususiyatlari ekologik muammolari, O'zR da bu muammoning o'ziga xosligi, uni hal etish yo'llari.

7-mavzu. Bolalar va o'smirlar gigienasining umumiy asoslari.

Zamonaviy sharoitda O'zR dagi bolalar va o'smirlar kontingentining asosiy salomatlik ko'rsatkichlari va uning uchun tarbiyalash va o'qitish sharoitlarining ahamiyati. Bolalar va o'smirlar gigienasi haqida tushuncha, uning maqsadi va vazifalari. Akseleratsiya, uning gigienik ahamiyati, maktabda o'qishga etuklik haqida tushuncha. Bolalar va o'smirlar gigienasi sohasidagi DSENM vrachlarining vazifalari.

8-mavzu. Ovqatlanishning salomatlik omili ekanligi

Aholi salomatligi uchun ovqatlanishning ahamiyati. Zamonaviy sharoitda ovqatlanish muammosining o'tkirligini belgilovchi omillar. Oqilon (to'g'ri) ovqatlanish tushunchasi va unga bo'lgan gigienik talablar. Ovqatlanishning fiziologik me'yorlari. Alimantar kasalliklar to'g'risida tushuncha, tasnifi. Ovqatdan zaharlanishlar tushunchasi, tasnifi. Aholining ovqatlanishini gigienik nazoratining mazmuni. Zamonaviy ekologik sharoitlarda ovqatlanishni ratsionlashtirish imkoniyati.

9-mavzu. Shahsiy gigiena va psixogigienaning dolzarb masalalari. Shahsiy gigiena va sog'lom turmush tarizini shakllantirishning gigienik masalalari.

Zamonaviy shaxsiy gigiena haqida tushuncha va uning sog'lom turmush tarzining asosi ekanligi. Badanni chiniqtirishning gigienik asoslari. Kiyim-boshlar va poyafzallar gigienasi. Zararli odatlar muammolari, ularning inson salomatligiga tasirining oqibatlari. Psixogigiena haqida tushuncha, uning maqsadi va vazifalari, hozirgi zamonadagi dolzarbliigi. Psixogigienaning asosiy bo'limlariga umumiy tarif (bolalar va o'smirlar psixogigienasi, mehnat psixogigienasi, oila psixogigienasi, geriatrik psixogigiena).

IV. Amaliy (seminar, laboratoriya) mashg'ulotlari bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar.

3-semestr:

1-mavzu. Sanitar tekshirish va ta'riflash usuli. Shamollar guli va uning gigienik ahamiyati.

2-mavzu. Xonalar mikroiklimi ko'rsatkichlarini tekshirish usullari

3-mavzu. Atmosfera bosimi va havoning elektrlanganlik holatini tekshirish usullari.

4-mavzu. Organizmga meteofaktorlarning kompleks ta'sirini tekshirish va baholash.

5-mavzu. Xonalar havosining tozaligini tekshirish va baholash. Yopiq xonalar havosining antropogen ifloslanganligini tekshirish

6-mavzu. Xonalarning tabiiy yorug'lik ko'rsatkichlarini tekshirish va baholash usullari.

7-mavzu. Xonalarning sun'iy yorug'lik ko'rsatkichlarini tekshirish va baholash usullari.

8-mavzu. Infraqizil va ultrabinafsha radiatsiya faolligini tekshirish usullari

9-mavzu. Havodagi og'ir metallarni Uv-vi spektrofotometrda tekshirish.

10-mavzu. Laboratoriyadagi xavfsizlik qoidalari haqida tushuncha.

Laboratoriya tekshiruvlari uchun suv namunalarni olish.

11-mavzu. Suvning kimyoviy tarkibini tekshirish usullari (qattiqlik, xloridlar).

Suvning kimyoviy tarkibini tekshirish usullari (temir tuzlari, flor).

12-mavzu. Suvdagi og'ir metallarni tekshirish.

13-mavzu. Hovuzlardagi suvning organik ifloslanish ko'rsatkichlarini tekshirish usullari (suvning oksidlanuvchanligi).

14-mavzu. Hovuzlardagi suvning organik ifloslanish ko'rsatkichlarini tekshirish usullari (oqsil uchligi ko'rsatkichlari).

15-mavzu. Aholi suv ta'minoti masalalari.

4 - semestr

1-mavzu. Asosan jismoniy mehnat bajarganda organizmning funksional holatini baholash usuli. Asosan aqliy mehnat bajarganda organizmning funksional holatini baholash usullari

2-mavzu. Shovqin va tebranishli vaziyatni tekshirishning uslubiy asoslari

3-mavzu. Tebranishli vaziyatni tekshirishning uslubiy asoslari

- 4-mavzu. Ishchi zonasi havosining changlanganligini aniqlash
- 5-mavzu. Chang dispersligini aniqlash usuli
- 6-mavzu. Ishchi zonasi havosining kimyoviy ifloslanganligining laboratoriya tekshirishlari
- 7-mavzu. Toksikologik tekshirishlarning metodologik asoslari
- 8-mavzu. Laboratoriya tekshirishlar uchun tuproqdan namuna olish va uning fizik-mexanik xossalarni aniqlash
- 9-mavzu. Tuproqning kimyoviy sifat tekshirishlari
- 10-mavzu. Tuproqning gelmintooskopi tekshirish
- 11-mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlarining to'la sifatligini tekshirishning uslubiy asoslari
- 12-mavzu. Bolalar va o'smirlarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini tekshirishning metodologik asoslari
- 13-mavzu. Bolalar va o'smirlarning jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini baholash
- 14-mavzu. Kiyim-boshlarning fizikaviy va gigienik ko'rsatkichlarini tekshirish usullari. Gazlamalarning fizikaviy va gigienik ko'rsatkichlarini tekshirish usullari
- 15-mavzu. Loyiha chizmalarini o'qish va gigienik baholashning umumiy asoslari. Loyiha chizmalarida bosh reja va situacion reja. Protkolni rasmiylashtirish.
- 4.2. Laboratoriya mashg'ulotlarining mavzulari ro'yxati:
- 3-semestr:
- 1-Laboratoriya ishi №1. Ob'ektlarni sanitar tekshiruv
- 2-Laboratoriya ishi №2. Havodagi og'ir metallar miqdorini tekshirish
- 3-Laboratoriya ishi №3. Xavo bosimini o'lchash
- 4-Laboratoriya ishi №4. Xonalarda tabiiy yoritilganlikni tekshirish va baholash
- 5-Laboratoriya ishi №5. Xonalarda sun'iy yoritilganlikni tekshirish va baholash
- 6-Laboratoriya ishi №6. Laboratoriya xavfsizligi va tajriba hisobotini yozish.
- 7-Laboratoriya ishi №7. Suvning ahamiyatli kimyoviy ko'rsatkichlarini aniqlash
- 8-Laboratoriya ishi №8. Suvdagi og'ir metallarni UV-U spektrometrdagi tekshirish
- 4-semestr
- 9-Laboratoriya ishi №9. Ish joyida shovqinni tekshirish va tebranishni vaziyatni tekshirish
- 10-Laboratoriya ishi №10. Ichki muhit havosining suniy ifloslanishini tekshirish va changlanganlikni aniqlash
- 11-Laboratoriya ishi №11. Xonalar havosidagi formaldegid miqdorini tekshirish

- 12-Laboratoriya ishi №12. Insolyatsion tartibni tekshirish va baholash
- 13-Laboratoriya ishi №13. O'quv auditoriyasi misolida havo almashish karraligini hisoblash
- 14-Laboratoriya xavfsizligi №14. Umumiy kimyo: Chokmalarni titrlash.

Amaliy mashg'ulotlar multimedia qurollari bilan jhozlangan auditoriyalarda har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlarda faol va interfaol usullar, grafik organayzerlar qo'llaniladi. Tarqatma materiallar va axborotlar multimedia qurollari yordamida uzatiladi.

V. Fanni/Modulni o'qitish davomida egallanadigan kompetensiyalar va amaliy ko'nikmalar.

5.1. Fan/Modul davomida egallanadigan kompetensiyalar (nomi, kodi) ro'yxati:

1. UK 1¹. Abstrakt fikr yuritish, xodisalarni tahlil va sintez qilish qobiliyatiga ega bo'lish;
2. UK 2. Dunyoqarashni shakllantirish uchun falsafiy bilimlarning asoslaridan foydalanish qobiliyati;
3. UK 3. Nostandart vaziyatlarda harakat qilish qobiliyati, qabul qilingan qarorlar uchun ijtimoiy va ahloqiy javobgarlikni olishga tayyorlik;
4. UK 4. O'z-o'zini rivojlantirishga, anglashga, o'qishga, ijodiy salohiyatdan foydalanishga tayyorlik;
5. UK 5. Favquloddagi vaziyatlarda kasalliklarning oldini olish texnikasini, usullarini qo'llashga tayyorlik;
6. UK 6. Har hil vaziyatlarda gigienik asboplarda foydalanish algoritmini bilish;
7. UKK 1². Kasbiy faoliyatning standart vazifalarini axborot, bibliografik manbalar, biotibbiyot terminologiyasi, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari va axborot xavfsizligining asosiy talablarini hisobga olgan holda hal qilishga tayyorlik;
8. UKK 2. Professional faoliyatdagi muammolarni hal qilish uchun og'zaki va yozma ravishda rus va xorijiy tillarda mulqot qilishga tayyorlik;
9. UKK 3. Tibbiy xujjatlarni yuritishga tayyorgalik;
10. UKK 4. Kasbiy muammolarni hal qilishda dori vositalarini va ularning kombinatsiyalarini tibbiy maqsadlarda ishlatishga tayyorlik;
11. UKK 5. SanQ va M, Davlat standartlarini yaxshi o'zlashtirish;
12. UKK 6. Obyekt va laboratoriyalarda asboblardan foydalanishga tayyorlik.

¹UK- umumiy kompetensiya

²UKK- umumiy kasbiy kompetensiya

5.2. Fan/Modul davomida egallanadigan amaliy ko'nikmalar ro'yxati:

3-semestr:

- 1- Ob'ektni sanitar tavsiflash.
- 2- Yopiq xonalar mikroiklimini tekshirish.
- 3- Yopiq xonalar havosining antropogen ifloslanganligini tekshirish.
- 4- Havodagi og'ir metallarni UV-Vis spektrofotometrda tekshirish
- 5- Xonalarning tabiiy yoritilganlik holatini tekshirish.
- 6- Xonalarning sun'iy yoritilganlik holatini tekshirish.
- 7- Laboratoriya tekshirishlari uchun suv namunasini olish.
- 8- Suvning organoleptik va fizikaviy xossalari ko'rsatkichlarini aniqlash.
- 9- Suvdagi og'ir metallarni UV-Vis spektrofotometrda tekshirish.
- 10- Suvning muhim kimyoviy ko'rsatkichlarini aniqlash.
- 11- Suvning organik ifloslanish ko'rsatkichlarini aniqlash.

4 - semestr

- 12- Laboratoriya tekshirishlari uchun tuproq namunasini olish.
- 13- Tuproqning fizik-mexanik xossalari aniqlash.
- 14- Ishchi zonasi havosining kimyoviy ifloslanganligini tezkor usullarda aniqlash.
- 15- Ishchi zonasi havosining changlanganligini tekshirish.
- 16- Gazlamalarning fizikaviy va gigienik xossalari tekshirish.

VI. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular ro'yxati:

3-semestr:

- 1-Gigienaning rivojlanish tarixi. Gigienaning qadimgi davrda shakllanishi, XIX va XX asrlardagi taraqqiyoti.
- 2-Atmosfera qavatlariga ta'rif.
- 3-Kasalxona ichki infeksiyalarini kelib chiqishi uchun havo muhitining bakterilogik ifloslanganligining ahamiyati.
- 4-Xonalarning insolyasiyasi haqida tushuncha, uning ahamiyati. Xonalarning tabiiy yorug'ligini belgilovchi omillar.
- 5-Mahalliy va markazlashgan suv ta'minoti haqida tushuncha, ularning gigienik ahamiyati.
- 6-Ichimlik suvining sifatini yaxshilashdagi asosiy usullar.
- 7-Atmosfera havosi, suv, tuproqning nomuvofiq omillarini gigienik reglamentlashga bo'lgan umumiy yondoshishlar.
- 8-Belgilangan joy uchun shamollar gulini tuzish va undan mazkur vaziyatda foydalanish.

4-semestr:

- 9-Endemik kasalliklarni oldini olishning gigienik asoslari.
- 10- "Tuproqni gigienik baholash" mavzusi bo'yicha TO'TI hisobotini rasmiylashtirish.

- 11- Asosiy ozuqaviy moddalar - oqsillar, yog'larning biologik roli va asosiy manbalari.
- 12- Asosiy ozuqaviy moddalar - karbonsuvlar, mineral moddalar va biologik roli va asosiy manbalari.
- 13- Asosiy ozuqaviy moddalar - vitaminlarning biologik roli va asosiy manbalari.
- 14- Maktabgacha bolalar muassasalari va maktablarga bo'lgan umumiy gigienik talablar.
- 15- Zamonaviy turar-joylar va shaharlardagi yashash mavzulariga bo'lgan gigienik talablar.
- 16- Kiyim-boshlar va oyoq kiyimlari gigienasi. Xo'jalikda sintetik polimer materiallardan tayyorlangan va keng qo'llanadigan buyumlar, o'rov-bog'lash materiallari, idishlarni qo'llash gigienasi.

Tavsiya etilayotgan mustaqil ishlarining shakllari:


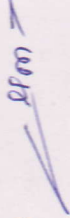

Fan bo'yicha tavsiya etilayotgan mustaqil ishlar modul tizimida turli xil shaklda amalga oshiriladi:

- berilgan mavzu bo'yicha axborot (referat) tayyorlash;
- fanning bo'limlari yoki mavzulari ustida maxsus yoki ilmiy adabiyotlar (monografiyalar, maqolalar) bo'yicha ishlash va ma'ruzalar qilish;
- vaziyatli va muammolarga yo'natirilgan vaziyatli masalalar yechish;
- krossvordlar tuzish va yechish;
- mavzu yuzasidan tahliliy ma'lumot (esse) tayyorlash;
- hisoblash-chizma mustaqil ishini bajarish;
- badiiy-ijodiy ishini bajarish;
- kurs ishi (loyihasi)ni bajarish;
- aniq mavzu bo'yicha tahliliy taqdimot (prezentatsiya) tayyorlash;
- berilgan masalaga aniq yechim topish va uni tahlil etish;
- berilgan muammoni keng tahlil qilish, unga ta'rif va xulosalarni berish;
- berilgan mavzuni chuqur o'rganish va yuqori darajada tahlil qilish;
- tajriba-sinov ishlarini amalga oshirish;
- hisob-grafik-loyihalash ishlanmalarini tayyorlash;
- kasallik tarixini himoya qilish, ekspertiza bayonnomasini tayyorlash;
- amaliyotdagi mavjud muammoning yechimini topish, test, munozarali savollar va topshiriqlar tayyorlash orqali loyihalarni ishlash ko'nikmasini shakllantirish;
- ilmiy maqola, tezislar va ma'ruza tayyorlash; amaliy mazmundagi nostaqandart masalalarni yechish va ijodiy ishlash.

Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlarni tashkil etish bo'yicha umumiy ko'rsatma va tavsiyalar:

- Fan bo'yicha mustaqil ish auditoriya va auditoriyadan tashqari o'tkaziladi.
- Talaba mustaqil ishni tashkil etishda quyidagi shakllardan foydalaniladi:
 - auditoriya mashg'ulotlaridan tashqari trenajyor, mulyaj va simulyatsion

	<p>zallarda/markazlarda tasdiqlangan amaliy ko'nikmalarni pedagog nazoratida son va sifat jihatdan bajarish va amaliy ko'nikmalarni o'zlashtirish daftariida aks ettirish;</p> <ul style="list-style-type: none"> - aholi orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, bolalarni yoshi va sog'lig'iga bog'liq ovqatlanirish tamoyillari haqida suhbat va ma'ruzalarni o'tkazish; - o'tilgan mavzuni chuqur o'rganishlari uchun darslik, o'quv materiallari bilan faol ishlash; - ma'ruza, amaliy mashg'ulotlar va imtihonlarga oldindan tayyorgarlik ko'rish; - fan (modullar) bo'yicha mustaqil ta'lim topshiriqlarini belgilangan muddatlarda taqdim etish; - mustaqil ta'limni topshirish muddati o'tgach vazifalar qabul qilinmasligini, mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarishda plagiat (ko'chirmakashlik)ga yo'l qo'ymasligi doimo yodda tutish; - kichik guruhlarda hamkorlikdagi mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarishda jamoaning umumiy maqsadiga mos harakat qilish, o'ziga yuklatilgan vazifalarni o'z vaqtida bajarish.
3.	<p>VII. Fanni/Modulni o'qitishda qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalari va metodlari</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interfaol o'yinlar; • Seminar (mantiqiy fikrlash, tezkor savol-javoblar); • Guruhlarda ishlash; • Taqdimotlarni kiritish; • Individual loyihalalar; • Jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish uchun loyihalalar; • Keys texnologiya, muammoga asoslangan ta'lim (PBL, CBL, POL)
4.	<p>VIII. Kreditlarni olish uchun talablar:</p> <p>Fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil mushohada yuritish va nazorat uchun berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, nazorat turlari bo'yicha yozma, og'zaki, test va OSKI topshiriqlarini muvaffaqiyatli topshirish.</p>
5.	<p>IX. Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar, hamda axborot manbalari ro'yxati</p> <p>9.1. Asosiy adabiyotlar ro'yxati;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Salomova F.I., Iskandarova Sh.T., Abdulkadirova L.K., Sadullaeva X.A., Sharipova S.A, Axmadaliyeva N.O., Xasanova M.I. "Gigiyena. Tibbiy ekologiya". Darslik. Toshkent. "O'ZKITOBSAVDO", 2020. 2. Ponomareva L.A., Kazakov E.K., Abduqodirova L.K., Tuhtarov B.E.,

<p>bostoni. - 2011.</p> <p>9.2. Qo'shimcha adabiyotlar ro'yxati:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Duschonov B.A., Iskandarova Sh.T. Umumiy gigiyena. Darslik. - Toshkent. Kitob-jurnal. 2008 y. 2. Dade W. Moeller. Environmental health. Third Edition Harvard University Press Cambridge, Massachusetts London, England, 2011. 3. Duschonov B., Yusupova O., Nuraliyeva S., Aminov U. "Radiatsion va harbiy gigiyena". Darslik. - Toshkent, Yangi asr avlodi. - 2008. 4. Ponomareva L.A., Inogamova V.V., Salomova F.I. "Radiatsion gigiyena" o'quv qo'llanma. Toshkent. "O'ZKITOBSAVDO", 2020. 5. Aholining sanitariya-epidemiologik osoyishtaligi to'g'risida Qonuni, T. 2015 y. 6. Melnichenko P.I., Arxangelskiy V.I., Kozlova T.A. va b. "Gigiyena s osnovami ekologii cheloveka", Uchebnik. Moskva. GEOTAR -Media. 2010 g. 7. Rumyansev G.I., Proxorov N.I., Novikov S.M. va b. "Gigiyena" Uchebnik dlya vuzov, Moskva. GEOTAR-Media. 2009 g. 8. Bolshakov A.M. "Obnaya gigiyena" Moskva. GEOTAR-Media. 2009 g. 9. 2024 y 133- sonli Davlat standarti <p>9.3. Internet saytlari:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. www.minzdrav.uz; 2. www.tma.uz 3. www.Ziyouet; 4. www.hygiene.uz; 5. www.radiation.uz; 6. https://www.iaea.org/ (International Atomic Energy Agency) 7. www.radiation-and-risk.com. 	<p>O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i:  Abdullaeva N.Dj.</p> <p>Fakulteti dekani:  Gayipbayev N.R.</p> <p>Kafedra mudiri:  Absattarova V.K.</p>
---	---