

EKOLOGIYA VA SALOMATLIK

Mazkur dastur umumiy o'rta ta'lim maktablarining V-IX sinflari va maktabdan tashqari ta'lim muassasalari uchun mo'ljallangan.

Tuzuvchilar:

tibbiyot fanlari doktori, professor,
Biologiya fanlari nomzodi, dotsent
Biologiya fanlari nomzodi, dotsent

D.Yo.Teshaboev
L.S.Qo'chqorova
J.T.Siddiqov

Taqrizchilar:

tibbiyot fanlari nomzodi, dotsent,
Biologiya fanlari nomzodi

T.B.Mustonov
S.S.Pozilova

Dastur Respublika ta'lim markazi Ilmiy-metodik kengashi tomonidan tasdiqlangan va chop etishga tavsiya etilgan.

Tushuntirish xati

O'zbekiston Respublikasi hukumati tomonidan «Sog'lom avlod» dasturining ishlab chiqilishi va uning hayotga tadbqiq qilina boshlashi bilan mamlakatimiz aholisi salomatligiga bo'lgan e'tibor yana ham ortdi.

Ushbu dastur mohiyatidan kelib chiqqan holda aytish mumkinki, aholi salomatligini mustahkamlash, respublikamizda insonning o'rtacha umrini uzaytirish, kishilarning tibbiy bilimlar sohasini kengaytirish, ulardagi ekologik ong va madaniyatni chuqurlashtirish, insonlarning dori-darmonlar bilan ta'minlanish darajasini yaxshilash kechiktirib bo'lmaydigan vazifalardandir.

Yuqoridagi fikr-mulohazalar maktab va maktabdan tashqari ta'lim muassasalarida yoshlarimizga respublikamizda vujudga kelgan ekologik vaziyat va uning inson salomatligiga ta'siri, ekologik o'zgarishlar tufayli kelib chiquvchi kasalliklar, ekologik holatni yaxshilashga qaratilgan chora-tadbirlar haqida bilimlar berib borishning juda ham dolzarbligini ta'kidlaydi. Mazkur to'garak dasturi loyiha bo'lib hisoblanadi va u lozim bo'lgan to'ldirishlar bilan boyitilib borilishi mumkin.

Dastur mashg'ulotlari bir yilga mo'ljallangan bo'lib, 144 soatni tashkil etadi. Unda nazariy bilimlar berish va amaliy mashg'ulotlar o'tishni tashkil qilish ko'zda tutilgan (80 soat nazariy va 64 soat amaliy dars).

«Ekologiya va salomatlik» to'garak dasturining mavzular rejasi

№	Mavzular nomi	Nazariy	Amaliy	Jami
---	---------------	---------	--------	------

Sentyabr				
1	Kirish. Ekologiya va gigiyena haqida ma'lumotlar	2		2
2	Ekologiya va gigiyena fanlari haqida tushuncha	2		2
3	Atmosfera havosining fasllarga qarab o'zgarishi	2		2
4	Atmosfera havosining tarkibi		2	2
5	Atmosfera havosining ekologik holatini aniqlovchi manbalar	2		2
6	Atmosfera havosining ekologik jihatdan buzilishi		2	2
7	Ekologik jihatdan ifloslangan havoning odam organizmiga ta'siri	2		2
8	O'quvchilarni atrofdagi ekologik muhit bilan tanishtirish	2		2
Oktyabr				
9	Ekologik holatning inson organizmiga ta'siri		2	2
10	Tayanch-harakat sistemasi holatining inson organizmi salomatlik darajasi bilan bog'liqligi		2	2
11	Qonning odam organizmi uchun ahamiyati. Uning kasalliklarga chidamlilikni ta'minlashdagi ahamiyati		2	2
12	Yuqumli kasalliklarning oldini olish choralari	2		2
13	Kasallik davrida ko'riladigan choralar		2	2
14	Ovqat hazm qilish sistemasi haqida ma'lumotlar	2		2
15	Kasb kasalliklari haqida tushuncha	2		2
16	Avtotransport vositalari va korxonalardan chiqadigan gazlar haqida	2		2
Noyabr				

17	Transport vositalaridan chiqadigan gazlarning inson organizmiga salbiy ta'siri haqida	2		2
18	Qishloq xo'jaligida yetishtiriladigan poliz mahsulotlarining inson organizmi uchun ahamiyati haqida	2		2
19	Turli xil mevalarning inson organizmi uchun ahamiyati haqida		2	2
20	Dorivor o'simliklar haqida		2	2
21	Yengil sanoat va ekoloqiya		2	2
22	Yengil sanoat va kasb kasalliklari	2		2
23	Yengil sanoatda kasb kasalliklarining oldini olish		2	2
24	Shahar havosini toza holda saqlash tadbirlari haqida	2		2
Dekabr				
25	Ichimlik suvi muammolari haqida	2		2
26	Ichimlik suvini tozalash choralari haqida		2	2
27	Suv bilan tarqaladigan me'da-ichak kasalliklari haqida		2	2
28	Ayrim suv manbalariga tavsif	2		2
29	Chuqur yer osti suv manbalari		2	2
30	Chuqur yer osti suv manbalariga ekologik gigiyenik tavsif		2	2
	Yer yuzasidagi ochiq suv manbalari	2		2
32	Hovuz suv havzalarining ekologik, gigiyenik, sanitar tavsifi		2	2
Yanvar				
33	Sanitariya va gigiyena talab normalari	2		2
34	Aholini suv bilan ta'minlashni nazorat qilish	2		2
35	Bolalar, o'smirlar va gigiyena hamda ekologiya	2		2
36	Bolalar organizmiga ta'sir etuvchi omillarni o'rganish	2		2

37	Bolalarda uchrovchi kasalliklar	2		2
38	Tuproq gigiyenasi, tuproq tarkibi	2		2
39	Tuproq orqali tarqaluvchi kasalliklar		2	2
40	Aholi yashash joylariga ekologik tavsif		2	2
Fevral				
41	Aholining yashash va jamoat joylarida ekologiya sanitariyasi	2		2
42	Turar joylarning yoritilishini ta'minlash muammolari	2		2
43	Shovqin va uning organizmga ta'siri	2		2
44	Turar joylar atrofiga yashil o'simliklar ekishning ahamiyati		2	2
45	Ovqatlanish gigiyenasi. Ovqatning fiziologik ahamiyati	2		2
46	Oziq-ovqat mahsulotlarining fiziologik va ekologik ahamiyati		2	2
47	Umumiy ovqatlanish korxonalarining sanitariya ahvoli	2		2
48	Oziq-ovqatdan zaharlanish va uning oldini olish	2		2
49	Ozig-ovqat mahsulotlarining ekologik holati	2		2
Mart				
50	Qishloq xo'jalik mahsulotlarining ekologik holati	2		2
51	Qishloq xo'jalik mahsulotlarining sanitariya holati		2	2
52	O'zbekistondagi ekologik o'zgarishlar		2	2
53	O'zbekistondagi ekologik muammolar		2	2
54	Orolbo'yi mintaqasining ekologik holati	2		2
55	Orolbo'yi aholisining salomatligi		2	2
56	Aspera dasturining yaratilishi haqida ma'lumotlar		2	2

57	Orolbo'yi aholisiga tibbiy yordam ko'rsatish masalalari	2		2
Aprel				
58	Asipera dasturining qismlari		2	2
59	Ekologiya va gigiyena haqida hadislarda keltirilgan ma'lumotlar	2		2
60	Ekologiya va gigiyena haqida ota-bobolarimizning hikmatlari	2		2
61	Inson salomatligi va gigiyena haqida Ibn Sino hikmatlari	2		2
May				
62	Ibn Sinonin qiqiyena haqida yozgan asarlari	2		2
63	Salomatlikni asrash haqida		2	2
64	Badantarbiyaning sog'ligi uchun ahamiyati	2		2
65	Kasalliklarga chalinmaslik chora-tadbirlari	2		2
66	Ibn Sino mijoz va uning turlari haqida		2	2
67	Shahsiy gigienaga amal qilish	2		2
68	Oilada ekologik tarbiya		2	2
69	Ekologiya va ayol salomatligi		2	2
70	Yoshlarda ekologik ong va madaniyatni shakllantirish		2	2
71	Umumbashariy ekologik muammolar		2	2
72	Yakuniy mashg'ulot		2	2
		80	64	144

“Ekologiya va salomatlik”.

1-Mavzu Kirish. Ekologiya va gigiyena haqida ma'lumotlar

Ekoloaiva va gigiyena atamaları haqida tushuncha berish. Ekologiya va gigiyenaning salomatlik bilan bog'liqligini tushuntirish. Ekologik muammolarning hal qilinishi hozirgi paytda juda ham dolzarb masalalardan ekanligini oquvchilarga tushuntirish.

2-Mavzu. Ekologiya va gigiyena fanlari haqida tushuncha

Ekologiya va gigiyena fanlarining yaratilish tarixi, ularning boshqa biologik va tibbiy fanlar orasida tutgan o'rni va bu fanlarning vazifalari haqida tushuncha berish.

3-Mavzu. Atmosfera havosining fasllarga qarab o'zgarishi

Atmosfera havosining yil fasllariga qarab o'zgarib turishi, uning yilning turli davrlarida turlicha xilda bo'lishi haqida ma'lumotlar berish.

4-Mavzu. Atmosfera havosining tarkibi

Atmosfera havosining tarkibiy qismlari, har bir tarkibiy qismning biologik ahamiyati haqida tushuncha berish. . .

Amaliy mashg'ulot. Chizma va grafiklar asosida atmosfera havosining tarkibiy qismlari haqida batafsil ma'lumotga ega bo'lish.

5-Mavzu. Atmosfera havosining ekologik holatini ifloslantiruvchi manbalar

Atmosfera havosining ekologik holatini buzuvchi manbalarning qiyosiy ta'rifi. Ushbu manbalarning salbiy ta'sirini kamaytirish chora-tadbirlari.

6-Mavzu. Atmosfera havosining ekologik jihatdan buzilishi

Atmosfera havosining ekologik jihatdan buzilishi va uning tirik organizmlar hayot faoliyati uchun salbiy oqibatlar haqida tushuncha berish.

Amaliy mashg'ulot. Chizma, diagrammalar asosida atmosfera havosining ekologik jihatdan salbiy tarafga o'zgarishining tirik mavjudotlar uchun zarari haqida ma'lumotlar berish.

7-Mavzu. Ekologik jihatdan ifloslangan havoning odam organizmiga ta'siri

Ekologik jihatdan ifloslangan havoning inson organizmining turli a'zo va sistemalari uchun zarari hamda buning natijasida ro'y berishi mumkin bo'lgan salbiy oqibatlar haqida tushunchaga ega bo'lish.

8-Mavzu. O'quvchilarni atrofdagi ekologik muhit bilan tanishtirish

To'g'arak qatnashchilari atrofdagi ekologik muhit bilan tanishtirilib, ularda ushbu masala bo'yicha ma'lum bir bilim va tasavvur hosil qilinadi.

9-Mavzu. Ekologik holatning inson organizmiga ta'siri

O'quvchilarda ekologik holat va inson salomatligu o'rtasida bog/liqlik borligi haqida tushuncha hosil qilinadi

Amaliy mashg'ulot. Plakatlar, tablitsalar yordamida ekologik holat va undagi salbiy siljishlarning inson organizmi uchun zarari haqida ma'lumot beriladi.

10-Mavzu. Tayanch-harakat sistemasi holatining inson organizmi salomatlik darajasi bilan bog'liqligi Tayanch-harakat sistemasining inson salomatligini saqlashda tutgan o'rni, jismoniy harakatning sog'liq uchun ahamiyati haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Sxema, plakatlar, diafilmlar yordamida jismoniy harakatning yurak faoliyati, qon aylanishi va nafas olishdagi ahamiyati to'g'risida ma'lumot beriladi.

11-Mavzu. Qonning odam organizmi uchun ahamiyati. Uning kasalliklarga chidamlilikni ta'minlashdagi o'rni. Qon sistemasining funktsiyalari, uning organizmning kasalliklarga chidamlilik, ya'ni immunitetni ta'minlashdagi o'rni haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Har xil preparatlar va mikroskop yordamida o'quvchilarni qonning shaklli elementlari va ularning funktsiyalari bilan tanishtiriladi.

12--Mavzu. Yuqumli kasalliklarning oldini olish choralari

Yuqumli kasalliklarning turlari, tarqalish usullari va ularning insonlar uchun salbiy oqibatlar haqida tushuncha beriladi.

13-Mavzu. Kasallik davrida ko'riladigan choralar

Xastalik paytida bemorlarni avaylash, ularni to'g'ri parvarish qilish va davolash

haqida ma'lumotlar beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar shifoxonaga olib boriladi va ularga bemorlarni umumiy parvarish qilish, davolash haqida tushuncha beriladi.

14-Mavzu. Ovqat hazm qilish sistemasi haqida ma'lumotlar

Inson organizmi uchun hazm sistemasining ahamiyati, bu tuzilmaning boshqa a'zolar faoliyatini ta'minlashda tutgan o'rni haqida tushuncha beriladi.

15-Mavzu. Kasb kasalliklari haqida tushuncha

To'garak a'zolariga turli xil kasblar bilan bog'liq bo'lgan xastaliklar, ularning kelib chiqish sabablari va oldini olish choralari haqida ma'lumot beriladi.

16-Mayzu. Avtotransport vositalari va korxonalardan chiqadigan gazlar haqida

Avtotransport vositalari va korxonalardan chiqadigan gazlarning inson organizmi uchun salbiy tomonlari, ularning zararli ta'sirini kamaytirish haqida tushuncha beriladi.

17-Mayzu. Transport vositalaridan chiqadigan gazlarning inson organizmiga salbiy ta'siri haqida Transport vositalarining turlari, ularning havoni ifloslantirish darajasi, zaharli gazlarning inson organizmi uchun zararli xususiyatlari haqida ma'lumot beriladi.

18-Mavzu. Qishloq xo'jaligida yetishtiriladigan poliz mahsulotlarining inson organizmi uchun ahamiyati haqida

Poliz mahsulotlari, ular tarkibidagi darmon-dorilar va ularning inson organizmining hayot faoliyati uchun ahamiyati haqida ma'lumot beriladi.

19-Mavzu. Turli xil mevalaming inson organizmi uchun ahamiyati haqida

To'garak a'zolariga har xil mevalar, ularning ayrim kasalliklarda shifobaxsh xususiyatga ega ekanligi to'g'risida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Har xil mevalaming gerbariylari, rasmlari yordamida o'quvchilar shifobaxsh mevalar haqida, kasalliklarda ulardan foydalanish usullari haqida ma'lumot oladilar.

20-Mavzu. Dorivor o'simliklar haqida

O'zbekistonda o'suvchi dorivor o'simliklar, ularning shifobaxsh xususiyatlari, ularning turli xil kasalliklarni davolashda qo'llanilishi haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Turli xil gerbariylar, o'simliklarning rasmlari yordamida o'simliklarning dori tayyorlashda ishlatiladigan qismlari, ulardan dorilar tayyorlash usullari haqida ma'lumot beriladi.

21-Mavzu. Yengil sanoat va ekologiya

Yengil sanoatda ishlatiluvchi har xil ximikatlarning ekologik holatga ta'siri haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Turli xil ko'rgazmali qurollar yordamida yengil sanoat uchun zarur bo'lgan kimyoviy moddalarning ekologik holatga ta'siri haqida ma'lumot beriladi.

22-Mavzu. Yengil sanoat va kasb kasalliklari

To'garak a'zolariga yengil sanoatda ishlatiluvchi kimyoviy moddalar ma'lum bir vaqtdan so'ng kasb kasalliklariga olib kelishi mumkinligi, ulardan saqlanish choralari haqida tushuncha beriladi.

23-Mavzu. Yengil sanoatda kasb kasalliklarining oldini olish

O'quvchilarga yengil sanoatda mashg'ul bo'lgan ishchilarda kasb kasalliklarining oldini olish zarurligi va bunga erishish choralari haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar to'qimachilik fabrikasiga olib borilib, u yerdagi ish jarayoni kasb kasalliklariga olib kelishi mumkin bo'lgan moddalar bilan tanishtiriladi.

24-Mavzu. Shahar havosini toza saqlash tadbirlari haqida

Shahar havosining toza bo'lishining ahamiyati, uni toza holda saqlash chora-tadbirlari haqida ma'lumot beriladi.

25-Mavzu. Ichimlik suvi muammolari haqida

Ichimlik suvi va uning ahamiyati, uni tejab-tergab ishlatish lozimligi haqida tushuntiriladi.

26-Mavzu. Ichimlik suvini tozalash choralari haqida

Hozirgi paytda ichimlik suvini tozalashning nihoyatda zarurligi, uni amalga oshirish choralari haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilarga suvni tozalash moslamalari haqida ma'lumot berilib, ular ushbu moslama tuzilishi bilan bevosita tanishadilar.

27-Mavzu. Suv bilan tarqaladigan me'da-ichak kasalliklari haqida

Oshqozon-ichak kasalliklarining suv bilan tarqaluvchi xillari, ularning qo'zg'atuvchi-mikroblari haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Mikroskop, preparat, diafilmlar yordamida suv bilan tarqaluvchi me'da-ichak kasalliklarining qo'zg'atuvchilari haqidagi ma'lumotga ega bo'linadi.

28-Mavzu. Ayrim suv manbalariga tavsif

Respublikamizda mavjud bo'lgan suv manbalari, ulardagi suv hajmi, ulardan oqilona foydalanish yo'llari haqida ma'lumot beriladi.

29-Mavzu. Chuqur yer osti suv manbalari

To'garak a'zolariga chuqur yer osti manbalari, ulardagi suv tarkibi va sifati, ularni ishlatish usullari haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Plakatlar yordamida chuqur yer osti suv manbalarining joylashishi, ularning tozalik darajasi, miqdori to'g'risida ma'lumot beriladi.

30-Mavzu. Chuqur yer osti suv manbalariga ekologik-gigiyenik tavsif

Chuqur yer osti suv manbalariga har tomonlama va batafsil tavsif beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Ko'rgazmali qurollar yordamida chuqur yer osti suv manbalari har taraflama tahlil qilinib, o'quvchilarga tushuncha beriladi.

31-Mavzu. Yeryuzasidagi ochiq suv manbalari

To'garak a'zolariga yer yuzidagi ochiq suv manbalari, ularni ifloslanishdan saqlash zarurligi va ulardan foydalanish usullari haqida ma'lumot beriladi.

32-mavzu. Hovuz suv havzalarining ekologik, gigiyenik, sanitar tavsifi. . Respublikamizdagi hovuz suv havzalari, ulardagi suv hajmi va sifati, ekologik, Sigiyenik, sanitar ta'rifi izohlab beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Ko'rgazmali qurollar yordamida hovuz suv manbalari haqida tushuncha beriladi va o'quvchilar uchun yaqin o'rtada joylashgan hovuz suv havzasiga sayohat uyushtiriladi.

33-Mavzu. Sanitariya va gigiyena talab normalari

O'quvchilarga davlat sanitariya va gigiyena talab normalari mavjudligi, ular juda ko'p narsalarga, shu jumladan oziq-ovqat mahsulotlariga ham belgilanishi haqida tushuntiriladi.

34-Mavzu. Aholini suv bilan ta'minlashni nazorat qilish

To'garak a'zolariga aholini suv bilan ta'minlashni nazorat qilishning zarurligi va uni amalga oshirish usullari haqida ma'lumot beriladi.

35-Mavzu. Bolalar, o'smirlar va gigiyena hamda ekologiya

Gigiyena va ekologik holatning bolalar hamda o'smirlar organizmi uchun ahamiyati, ularning rivojlanishida tutgan o'rni haqida tushuncha beriladi.

36-Mavzu. Bolalar organizmiga ta'sir etuvchi omillarni o'rganish

Bolalar organizmiga ijobiy va salbiy ta'sir etuvchi omillar, ularning turlari haqida ma'lumot beriladi.

37-Mavzu. Bolalarda uchrovchi kasalliklar

Bolalik yoshida ko'p uchraydigan kasalliklar, ulardan saqlanish yo'llari va davolash usullari haqida ma'lumot beriladi.

38-Mavzu. Tuproq gigiyenasi, tuproq tarkibi

Tuproqning tarkibiy qismlari, tuproqni asrab-avaylash, uni sho'rlanish va ifloslanishdan saqlash chora-tadbirlari haqida tushuncha beriladi.

39-Mavzu. Tuproq orqali tarqaluvchi kasalliklar

Tuproq orqali tarqaluvchi kasalliklar, ularning qo'zg'atuvchilari va tarqalish usullari haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Ko'rgazmali qurollar, mikroskop va preparatlar yordamida tuproq orqali tarqaluvchi kasalliklarning qo'zg'atuvchilari bilan tanishib chiqiladi.

40-Mavzu. Aholi yashash joylariga ekologik tavsif

Aholi yashash joylari ekologik talab me'yorlariga javob berishi kerakligi, uning ahamiyati haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar bilan birgalikda biron-bir aholi yashash joyiga ekologik tavsif beriladi va xulosalar to'g'arak a'zolari daftarida qayd qilinadi.

41-Mavzu. Aholining yashash va jamoat joylarida ekologiya sanitariyasi

Respublikamiz aholisining yashash joylari va turli xil jamoat joylarida ekologiya sanitariyasi normalari va ularga rioya qilish lozimligi to'g'risida axborot beriladi.

42-Mavzu. Turar joylarning yoritilishini ta'minlash muammolari

Aholi turar joylarini yoritishning zarurligi va buning o'ziga xos muammolari, elektr energiyasidan tejab-tergab foydalanish lozimligi haqida ma'lumot beriladi. 43-Mavzu. Shovqin va uning organizmga ta'siri Yirik shaharlarda shovqinning ko'pligi, uning inson asab sistemasiga salbiy ta'siri, shovqinni kamaytirish yo'llari haqida tushuncha beriladi.

44-Mavzu. Turar joylar atrofiga yashil o'simliklar ekishning ahamiyati

Aholi turar joylari atrofiga yashil o'simliklar ekishning ahamiyati, ularning havo tozaligini saqlashdagi o'rni haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar maktab tajriba uchastkasiga olib chiqilib, u yerdagi mevali va mevasiz daraxtlar bilan tanishtiriladi.

45-Mavzu. Ovqatlanish gigiyenasi. Ovqatning fiziologik ahamiyati

Ovqatning inson organizmi uchun energetik ahamiyati, to'g'ri ovqatlanishning ahamiyati, ovqatning inson salomatligini saqlashdagi tutgan o'rni haqida ma'lumot beriladi.

46-Mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlarining fiziologik va ekologik ahamiyati

Turli xil oziq-ovqat mahsulotlarining inson organizmi uchun fiziologik ahamiyati, noto'g'ri ovqatlanish natijasida kelib chiqishi mumkin bo'lgan kasalliklar, ovqatning ekologik jihatdan tozaligini aniqlash haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Ko'rgazmali qurollar yordamida ovqatning organizmda hazm bo'lish jarayoni haqida ma'lumot beriladi.

47-Mavzu. Umumiy ovqatlanish korxonalarining sanitariya ahvoli

Ovqatlanish korxonalarida sanitariya darajasi yuqori bo'lishi lozimligi haqida tushuncha beriladi.

48-Mavzu. Oziq-ovqatdan zaharlanish va uning oldini olish

Oziq-ovqatdan zaharlanishning salbiy oqibatlari, undan saqlanish choralari, oziq-nat mahsulotlarini to'g'ri saqlashning ahamiyati haqida tushuncha beriladi.

49-Mavzu. Oziq-ovqat mahsulotlarining ekologik holati

Oziq-ovqat mahsulotlarining ekologik holatining inson salomatligi uchun ahamiyati to'g'risida ma'lumot beriladi.

50-Mavzu. Qishloq xo'jalik mahsulotlarining ekologik holati

Turli xil qishloq xo'jalik mahsulotlarining ekologik jihatdan toza bo'lishining inson oraanizmi uchun ahamiyati haqida ma'lumot beriladi.

51-Mavzu. Qishloq xo'jalik mahsulotlarining sanitariya holati

Qishloq xo'jalik mahsulotlari sanitariya normalariga javob berishi lozimligi, uni nazorat qilishning ahamiyati haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar har xil qishloq xo'jalik mahsulotlaridan turli salatlar tayyorlab, o'zlarining pazandalik mahoratlarini namoyish qiladilar.

52-Mavzu. O'zbekistondagi ekologik o'zgarishlar

Respublikamizda sodir bo'lgan ekologik o'zgarishlar, ularning salbiy oqibatlari haqida tushuncha beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Har xil ko'rgazmali qurollar yordamida ekologik o'zgarishlarning inson organizmiga ta'siri haqida ma'lumot beriladi.

53-Mavzu. O'zbekistondagi ekologik muammolar

Jumhuriyatimizdagi ekologik muammolar, ularning tirik mavjudotlar organizmiga ta'siri haqida tasavvur hosil qilinadi.

Amaliy mashg'ulot. Turli xil ko'rgazmali qurollar yordamida ekologik muammolarning tutgan o'rni tahlil qilinadi.

54-Mavzu. Orolbo'yi mintaqasining ekologik holati

Orolbo'yi mintaqasidagi ekologik ahvol, u yerdagi kishilar sog'lig'i, ichimlik suvi muammolari tahlil qilinadi.

55-Mavzu. Orolbo'yi aholisining salomatligi

Ushbu hududda yashovchi bolalar, kattalar salomatligi, ularni har xil yuqumli kasalliklardan asrash masalalari tahlil qilinadi.

Amaliy mashg'ulot. Orolbo'yi hududida yashovchi aholi haqida kinofilm namoyish qilinadi va tegishli xulosalar chiqariladi.

56-Mavzu. Aspera dasturining yaratilishi haqida ma'lumotlar

Ushbu dasturning yaratilish tarixi, uning aholi salomatligini yaxshilashdagi roli haqida ma'lumotlar beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Qisqa muddatli kinofilmlar namoyish qilinib, ular orqali respublikamizda ish olib borayotgan salomatlik yo'nalishidagi dasturlar haqida axborot beriladi.

57-Mavzu. Orolbo'yi aholisiga tibbiy yordam ko'rsatish masalalari

Bu hududda yashovchi aholiga tibbiy yordam ko'rsatishning nechog'lik zarurligi, «Ekosan» va boshqa tashkilotlar tomonidan bu yerga ko'rsatilayotgan yordam haqida tushuncha beriladi.

58-Mavzu. Aspera dasturining qismlari

Ushbu dasturning tarkibiy qismlari, uni bosqichma-bosqich amalga oshirish yo'llari haqida axborot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Mazkur dastur haqida kinofilm namoyish qilinadi.

59-Mavzu. Ekologiya va gigiyena haqida hadislarida keltirilgan ma'lumotlar. ekologiya va gigiyena haqidagi hadislardan misollar keltirilib, ularning ma'nosi tahlil

60-Mavzu. Ekologiya va gigiyena haqida ota-bobolarimizning xikmatlari uta-bobolarimizning ekologiya va gigiyena haqidagi xikmatlari, milliy qadriyatlar haqida ma'lumot beriladi.

61-Mavzu- Inson salomatligi va gigiyena haqida Ibn Sino hikmatlari iWK , ' ibn s'noning inson salomatligi va gigiyena haqidagi hikmatlaridan ln'b' ularning ma'nosi tahlil qilinadi.

62-Mavzu. Ibn Sinoning gigiyena haqidagi yozgan asarlari

Buyuk bobokalonimiz Abu Ali ibn Sinoning gigiyena haqida yozgan asarlarining nomi keltirilib, ularda gigiyena haqida aytilgan fikrlarga izoh beriladi.

63-Mavzu. Salomatlikni asrash haqida

Salomatlikni asrashning naqadar muhimligi to'g'risida ma'lumotlar berilib, ulardan tegishli xulosalar chiqariladi.

Amaliy mashg'ulot. Salomatlikni asrash haqida videofilm namoyish qilinadi.

64-Mavzu. Badantarbiyaning sog'liq uchun ahamiyati

Badantarbiyaning sog'liq uchun ahamiyati, u bilan muntazam ravishda shug'ullanish lozimligi haqida ma'lumot beriladi.

65-Mavzu. Kasalliklarga chalinmaslik chora-tadbirlari

Sog'liqni asrash, organizmni chiniqtirish, harxil xastaliklarga chalinmaslik chora-tadbirlari haqida tushuncha beriladi.

66-Mavzu. Ibn Sino mijoz va uning turlari haqida

Abu Ali ibn Sinoning inson mijozi haqida aytgan fikrlari tahlil qilinadi.

Amaliy mashg'ulot. O'quvchilar bilan suhbat o'tkazilib, ularga mijoz haqida batafsil axborot beriladi.

67-Mayzu. Shaxsiy gigiyenaga amal qilish

Shaxsiy gigiyenaga rioya qilishning inson salomatligini saqlashdagi ahamiyati haqida ma'lumot beriladi.

68-Mavzu. Oilada ekologik tarbiya

Oilada ekologik tarbiya olib borishning ahamiyati, uni amalga oshirish chora-tadbirlari to'g'risida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Oilada ekologik tarbiya berishning zaruriyati, uning naqadar dolzarbligi haqidagi masalalar yuzasidan amaliy mashg'ulot o'tkaziladi.

69-Mavzu. Ekologiya va ayol salomatligi

Ekologik vaziyatning ayol salomatligi uchun ahamiyati, ayol sog'lig'ining ekologik holatga ham bog'liqligi to'g'risida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Ekologik holatning ayol salomatligiga ta'siri batafsil tahlil qilinuvchi amaliy mashg'ulot o'tkaziladi.

70-Mavzu. Yoshlarda ekologik ong va madaniyatni shakllantirish

Yosh avlodda ekologik ong va madaniyatni shakllantirishning naqadar muhimligi, uni amalga oshirish chora-tadbirlari haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Yoshlarda ekologik ong va madaniyatni shakllantirish

masalalariga bag'ishlangan amaliy dars o'tkaziladi.

71-Mavzu. Umumbashariy ekologik muammolar

Sayyoramizda keyingi yillarda ro'y bergan ekologik muammolar haqida ma'lumot beriladi.

Amaliy mashg'ulot. Umumbashariy muammolar batafsil tahlil qilinishiga bag'ishlangan amaliy mashg'ulot o'tkaziladi.

72-Mashg'ulot

To'garak a'zolarining bilimlarini aniqlashga bag'ishlangan yakuniy mashg'ulot va mutaxassislar bilan davra suhbat o'tkaziladi.

Tavsiya etiluvchi adabiyotlar

1.A Karimov. O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. -T.: O'zbekiston, 1997.

3. M.Mahkamov, Q.Sodiqov. Sog'lom avlod tarbiyalaylik. -T.: O'qituvchi, 1996.

4. M.G.Nishonboeva. Biologiya darslarida ekologik tarbiya. - T.: O'qituvchi, 1992.

5. Sh.T.Otaboev, M.N.Nabiev. Inson va biosfera. -T.: Meditsina,1984.

6. Yo.H.To'raqulov va muallifdoshlar. Umumiy biologiya. - T.: 1996. . A.To'xtaev, A.Xamidov. Ekologiya asoslari va tabiatni muhofaza qilish. -T.: O'qituvchi, 1994.

7.Umumiy o'rta ta'limning davlat ta'lim standartlari va o'quv dasturi. 3-maxsus son. Biologiya. -T.: Sharq, 1999.

8.Ю.Ш.Шадиметов. Введение в социэкологию. -Т.: УОитувчи, 1993.

9. L.S.Qo'chqorova va muallifdoshlar. Ekologiya va salomatlik. Test savollari. «Bioekosan», 2-to'plam. T., 2002.

10. L.S.Qo'chqorova Oziqlanish ekologiyasi va sog'lom avlod. “Ekologiya xabarnomasi”. 2000. №2-3. 56-59b.