



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
O'ZBEKISTON DAVLAT JAHON TILLARI UNIVERSITETI
INGLIZ TILI I - FAKULTETI

REFERAT

MAVZU: Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fanining maqsadi, vazifasi, ahamiyati va rivojlanish tarixi

Bajardi: 223 guruh talabasi

Ahadova Y.

Tekshirdi: dots.Kamalova M.

TOSHKENT-2016

Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fanining maqsadi, vazifasi, ahamiyati va rivojlanish tarixi

Reja:

- 1. Yosh fiziologiyasi predmeti.*
- 2. Maktab gigiyenasi predmeti va ahamiyati.*
- 3. Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fanining boshqa fanlar bilan aloqasi.*
- 4. 2000 yil - sog`lom avlod yili.*
- 5. "Sog`lom avlod uchun" dasturi*
- 6. Fanning rivojlanish tarixi*

Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fani biologiyaning mustaqil bir tarmog'i hisoblanib, ikkita alohida fanning birikmasidir. Bu fanlar o'zaro bir-birini to'ldiradi va yosh avlodni tarbiyalashda katta ahamiyatga ega. Shuning uchun ham Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fani 1970 yildan boshlab pedagogika oliy o'quv yurtlarining o'quv rejasiga kiritildi.

Yosh fiziologiyasi fiziologiya fanining bir qismi hisoblangan odam fiziologiyasida yangi ma'lumotlarning to'planishi natijasida mustaqil fan bo'lib ajralib chiqdi.

Yosh fiziologiyasi fani turli yoshdagi bolalar va o'smirlarning organizmlarida kechadigan o'sish va rivojlanish jarayonlarini, organlari, to'qimalari va tizimlarining o'ziga xos yosh hususiyatlarini o'rganadi.

Yosh fiziologiyasi o'rganadigan asosiy ob'ekt bolalardir.

Yosh fiziologiyasi biologiya fanlari qatoriga kiradi, biologik fanlarga asosan odam anatomiyasi, odam fiziologiyasi, gigiyena, sanitariya, iqlimshunoslik, pedagogika, psixologiya kabi boshqa fanlar bilan aloqada.

Maqsadi o'sish va rivojlanish qonuniyatlarini ochib berish, bir butun organizm, uning tizimlari, organlari, to'qimalari va hujayralarini ishlash xususiyatlarini turli yoshga aloqadir davrlarda aniqlashdir.

Vazifasi bo'lajak o'qituvchilarni bolalar va o'smirlarning yoshiga oid morfologik xususiyatlari, nerv sistemasi, yurak qon tomir, tayanch-harakatlanish sistemasi fiziologiyasi va rivojlangan organizmning boshqa xususiyatlari, kasalliklarning oldini olish, sog'liqni saqlash kabi holatlarni o'rganishdan iborat.

Yosh fiziologiyasi ayniqsa bola organizmi va psixologiyasining yosh xususiyatlarini tushunishga katta yordam beradi.

Maktab gigiyenasi fanining maqsadi, mazmuni va vazifalari

Gigiyena grekcha «gigiyenos» so'zidan olingan bo'lib, «sog'lom» ma'nosini bildiradi. Gigiyena tashqi muhit sharoitining odam sog'ligiga ta'sirini o'rganadi.

Gigiyena fani maktab gigiyenasi, mehnat gigiyenasi, ovqatlanish gigiyenasi, epidemiologiya hamda gigiyenaga oid boshqa fanlarni o'z ichiga oladi.

Maktab gigiyenasi bolalar va o'smirlar organizmi bilan tashqi muhit o'rtasidagi qonuniyatlarni o'rganib, bolaning to'g'ri o'sishi va rivojlanishi uchun zarur gigiyena asoslarini ishlab chiqadi.

Bolalar va o'smirlar gigiyenasi o'qituvchini ilmiy asoslangan gigiyenik tavsiyalar (ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil etish, kun rejimi va o'quvchilar dam olishi, ovqatlanish, o'quv jihozlari bilan ta'minlash, bolalar muassasalarini loyihalash va qurishni tashkil etish sohalariga oid) bilan qurollantiradi.

Maktab gigiyenasining asosiy maqsadi bola mehnat qobiliyatining funksional imqoniyatlari ortib borishi, umumiy immunologik reaktivligi, turli sharoitga moslashishi va boshqa xususiyatlarga ta'sir etish hamda turli kasalliklarning oldini olish uchun chora-tadbirlar ishlab chiqishdan iborat. Shuningdek bolalar muassasalarining sanitariya-gigiyena holatini yaxshilash, maktablarni to'g'ri qurish, obodonlashtirish, ta'lim-tarbiya jarayonining gigiyenik asoslari va shunga o'xshash boshqa masalalar bilan shug'ullanadi.

Sanitariya-lotincha «sanitar», sog'liq ma'nosini berib, u odam salomatligini ta'minlaydigan gigiyena talablarini hayotga tadbqiq etadi.

Gigiyenada tabiiy eksperiment usuli asosiy usul bo'lib, u organizmga tashqi muhitning har tomonlama ta'sirini o'rganadi.

Fiziologik, gigiyenik tadqiqotlardan olingan ma'lumotlar matematik usulda qayta ishlanib, dalillar yanada oydinlashtiriladi. Tabiiy gigiyenik eksperiment usulida bola uchun tabiiy yashash sharoitida (dars soatlari, jismoniy mashqlar, sport va oddiy o'yinlar va h.k) organizm va tashqi muhit o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik, tabiiy omillarning bola organizmiga ta'sirini kuzatib, shu yoshdagi bolalarga anatomo-fiziologik imqonichliklariga qarab tegishli normalar belgilanadi.

Gigiyenaning asosiy vazifasi bolaning har tomonlama barkamol bo'lib o'sishi va rivojlanishi, jismonan va ruhan yetuk bo'lishi, farovon hayot kechirishi uchun qulay sharoit yaratib berishdan iborat.

Gigiyena bir kishining shaxsiy ishi bo'libgina qolmay, davlat va jamoatchilik ishi ham ekanligini yoddan chiqarmaslik kerak. Davlat tomonidan yaratib berilgan qulayliklar, sharoit hali insonlar uchun, ularning sog'ligi uchun sharoit yaratib berdi degani ham emas. Agar davlat maktabga shinam, qulay maktab binosini qurib bersa, uni o'quvchilar uchun mos o'quv jihozlari bilan ta'minlasa hali bu yetarli bo'lmaydi. O'quvchi o'ziga qaramasa, xonani, o'tirgan joyini iflos qilib

ketaversa bu uning sog'ligi uchun to'g'ri kelmay qolishi mumkin. Shu sababdan shaxsiy gigiyena ham alohida ahamiyatga ega. Yoshlikdan boshlab, to umrining oxirigacha odam to'g'ri gigiyenik tavsiyalarga rioya qilsa, hamisha sog'-salomat bo'lib yuradi va uzoq umr ko'radi. Sog'lom ota-onadan sog'lom bola tug'ilishi azaldan ma'lum.

Agar inson sog'ligini 100% deb qaralsa, uning 50% i turmush tarziga, 20%i tashqi muhit sharoitiga, 20%i naslga, 10%i tibbiy yordamga tegishlidir. Demak, sog'liqni asrashda eng asosiy omil insonning qanday hayot kechirishi hisoblanadi.

Yosh fiziologiyasi va maktab gigiyenasi fanining boshqa fanlar bilan aloqasi va ahamiyati

Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi bir qancha fanlar: tibbiyot, pedagogika psixologiya fanlari bilan chambarchas bog'langandir. Yosh fiziologiyasi bularning ilmiy-nazariy asosi hisoblanadi.

Tibbiyotning talaygina sohalari — pediatriya, bolalar xirurgiyasi, bolalar va o'smirlar gigiyenasi — yosh fiziologiyasi ma'lumotlaridan juda keng miqyosda foydalanadi. Shular asosida o'z fan sohalarini rivojlantirib boradi.

Masalan, bolalar anatomiyasi fani jigarining qayerda joylashgani, uning og'irligini o'lchaydi, fiziologiya esa jigar to'qimasida, hujayralarida ketadigan hayotiy jarayonlarni aniqlaydi. Yosh fiziologiyasi va maktab gigiyenasi fani esa jigarining turli yosh davrlaridagi og'irligini, bajaradigan ishining o'zgarishini, uning kasallanmaslik chora-tadbirlarini ko'rish bilan shug'ullanadi, tavsiyalar beradi. Yoki ekologiya faniga oid ma'lumotlardan, masalan, atrof-muhitning sog'lomlik darajasi haqidagi ma'lumotlardan gigiyena ham foydalanadi, deylik maktab binosini qayerga va qanday qurish lozimligini tavsiya qiladi va h.k.

Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi pedagogika va uning barcha sohalari uchun ilmiy-tabiiy asosdir. Yosh psixologiyasi ham yosh fiziologiyasi ma'lumotlariga tayanadi, Pedagoglar ta'lim-tarbiya ishlarini yosh fiziologiyasi va gigiyenasi ma'lumotlariga asoslangan holda olib borishlari muhim ahamiyatga ega. «Pedagog bilib olishi shart bo'lgan birinchi narsa, bu bola tanasining tuzilishi va hayoti,

bolalar anatomiyasi, fiziologiyasi va uning rivojlanishidir. Busiz yaxshi pedagog bo`lish, bolani to`g`ri tarbiyalash mumkin emas». Bolaning jismoniy va aqliy qobiliyatlarini, uni nimalarga qodir ekanligini bilmasdan hamda yoshga aloqador hususiyatlarini nazar — e'tiborga olmasdan turib ta'lim-tarbiya ishlarini to`g`ri yo`lga qo`yish mumkin emas. Bolalarni to`g`ri o`stirib tarbiyalash mamlakatni yuksaltirish va taraqqiy ettirish garovidir.

O'zbekiston Respublikasi hukumatining yosh avlodni tarbiyalash va sog'lomlashtirish xususidagi qarorlari va chora-tadbirlari.

Donishmandlar salomatilik to'g'risida

Mamlakatimiz mustaqillikka erishgan davrdan boshlab yosh avlodni tarbiyalashga qaratilgan qarorlarini qabul qildi, bir qator ishlar amalga oshirildi va oshirilmoqda.

Bolaning o'sishi va rivojlanishida tashqi muhit sharoiti va turmush tarzi katta o'rin egallaydi. Ammo qulay sharoitning yaratilmasligi va gigiyena talablariga amal qilinmasligi bolaning o'sishi va rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, bolalarning talay qismida o'sish va rivojlanishning buzilishi, turli kasalliklarga chalinish kabi salbiy holatlar ortib bormoqda. Bu kabi salbiy holatlarning oldini olish va bartaraf etish uchun O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi 1993 yil 3 dekabrda 589 qarori bilan «Yosh avlodni sog'lomlashtirish muammolarini majmual hal etishning kengaytirilgan dasturi»ni tasdiqladi. Mazkur dasturda odam sog'ligini mustahkamlash va umrini uzaytirishda jamiyatimizning har bir a'zosi sog'lom turmush tarziga amal qilishi muhim ahamiyatga ega ekanligi qayd qilingan.

2000 yil sog`lom avlod yili deb elon qilinishi mamlakatimizda olib borilayotgan oliyjanob, savobli ishlarning davomi deb hisoblanadi. Mustaqil O`zbekiston oldida turgan asosiy masalalardan biri bu talim-tarbiya tizimini tubdan o`zgartirib, uni hozirgi zamon talabi darajasiga ko`tarishdir. Mamlakatimizning

birinchi ordeni "sog`lom-avlod uchun" ordeni bo`lib, u 4 mart 1999 yilda qabul qilingan. 29 aprel 1993 yilda "sog`lom-avlod uchun" jamg`armasi tuzildi.

Sog'lom turmush tarzi tushunchasi kishi hulq-atvorining hamma tomonlarini qamrab oladi. Har kimning ma'suliyatli vazifasi hisoblangan o'z-o'zini bilish tushunchasi buning bir qismi hisoblanadi. Bu har bir odam o'z organizmining tuzilishi va funksional xususiyatlarini yaxshi biladi degani. Shu xususiyatlarni asrash va rivojlantirish chora-tadbirlarini ko'radi, amal qiladi, kun tartibiga, sanitariya gigiyena talablariga rioya qiladi, o'z his-hayajonini boshqara biladi, qattiq hayajon va ruhiy zarbalarga bardosh beradi, ovqatlanishni nazorat qiladi, harakatchanlikni odat qiladi. Spirtli ichimliklar, kashandalik, giyohvandlikdan voz kechadi va h.k.

O'qituvchilar va ota-onalar yosh fiziologiyasi va maktab gigiyenasidan qanchalik chuqur bilimga ega bo'lsalar, bu bilimlarni hayotga tadbiq etsalar, kelajak avlod shuncha aqli tiniq, barkamol shaxs bo'lib yetishadi.

O'zbekiston Prezidenti I. A. Karimovning O'zbekiston yoshlarining barkamol voyaga yetishi uchun yaratayotgan chora-tadbirlari, ishlari, maslahatlari beqiyosdir. Uning «Barkamol avlod orzusi» asarida bu masalaga chuqur e'tibor berilgan.

Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi fanining qisqacha rivojlanish tarixi

Fiziologiya fanining mustaqil bir tarmog'i bo'lgan yosh fiziologiyasi va maktab gigiyenasi fani biologiya fanlari bilan birgalikda rivojlanib keldi.

Fiziologik jarayonlarning yoshga qarab o'zgarishiga qadimgi davrlarda yashagan allomalar ham e'tibor berganlar.

Eramizdan oldingi bir necha ming yilliklardayoq qadimgi Yunon, Rim, Xitoy, Misr, Hindistonda tibbiyot fanlariga qiziqish katta bo'lgan, ular funktsiyalar to'g'risidagi ilk tushunchalarga asos solganlar bunday olimlardan Gippokrat, Aristotel, Galen, Eroziy va boshqalarni eslatish mumkin. Gippokrat (460-377 y. Eramizdan avval) ko'xna Yunonistonda yashagan buyuk

shifokor, tibbiyot, falsafa, etika va boshqa fanlarga katta hissa qo`shgan. U inson sog`ligiga tashqi muhit (havo, tuproq, suv, quyosh) ni kuchli ta'sir etishi to`g`risida kitob yozgan. Gippokratni tibbiyotning asoschisi deyish mumkin. Arestotel (384-322 y. Eramizdan avval) yashab uning «Hayvon tanasining tuzilishi» kabi asarlari bilan mashhur hisoblanadi. Galen (134-211 y.) cho`chqa va maymunlarda tajribalar o`tkazib anatomiya, fiziologiyaga fanlari rivojiga katta hissa qo`shgan. U birinchi bo`lib, odamning ruhiy xususiyatlari bosh miya faoliyatiga bog`liq bo`lishini aytgan.

Fiziologiyaning rivojlanishiga Markaziy Osiyo alloma va hakimlari ham katta hissa qo'shdilar.

X asrning ikkinchi yarmida Abu Bakr ibn Axavay Buxoriyning "Hidoyat" (tibbiyotni o`rganuvchilarga qo`llanma) kitobida odam va bolada uchraydigan ko`pgina kasalliklar va ularni davolashda qo`llaniladigan dorilar haqida ma'lumotlar berilgan. O`sha davrlarda Abu Mansur Buxoriyning "Oddiy dorilar haqida katta to`plam", Abu Saxl Masix Jurjoniyning yuz bobli "Al—kimyo" kitobida tibbiyotni o`rganishda darslik sifatida keng qo`llanilgan.

Entsiklopedist olim Abu Rayxon Beruniy ham tibbiyot faniga katta hissa qo`shgan. Uning "Saydana" kitobida o`simlik va hayvon mahsulotlaridan hamda mineral moddalardan tayyorlanadigan mingdan ortiq dorilar haqida ma'lumot berilgan.

Jaxon ilmiy tafakkuri rivojiga katta hissa qo`shgan buyuk alloma Abu Ali ibn Sino juda katta ilmiy meros qoldirgan. U o`zidan oldin o`tgan Sharq, mutafakkirlarining asarlarini chuqur o`rganish bilan birga, qadimgi yunon tibbiy-ilmiiy va falsafiy merosini, hususan, Aristotel, Evklit, Ptolomey, Galen, Gippokrat, Pifagor kabilarning asarlarini qunt bilan o`rgandi. Ibn Sinoning "Kitob al—qonun fittib" (Tib qonunlari) kitobi beshta katta kitobdan iborat bo`lib, 1956 va 1962 yillarda rus va o`zbek tillarida to`liq nashr etilgan. Bu kitoblarda odam anatomiyasi, fiziologiyasi va gigiyenasi kabi tibbiyotning nazariy fanlariga hamda ichki kasalliklar, jarroxlik, dorishunoslik, yuqumli kasalliklarga ta'luqli bilimlar bayon etilgan. Bu kitob 600 yil davomida butun jaxondagi shifokorlar uchun

asosiy qo'llanma bo'lib keldi, undagi ko'pgina ma'lumotlar hozir ham o'z ahamiyatini saqlab kelmoqda. U 36 marta qayta nashr etilgan. Ibn Sino turli yuqumli kasalliklarning kelib chiqishi va tarqalishida ifloslangan suv va havoning roli katta ekanini uqtirib, suvni qaynatib yoki filtrlab iste'mol qilishni tavsiya etgan. U tashqi muhitdagi turli tabiiy narsalar havo, suv orqali kasallik tarqatuvchi ko'zga ko'rinmaydigan "mayda hayvonlar" ya'ni mikroblar haqida L.Pasterdan 800 yil ilgari o'z fikrini bildirgan. U kasalliklarni oldini olishda tashqi muhitni muxofaza qilish, shaxsiy va ijtimoiy gigiyena qoidalariga amal qilish zarurligi haqidagi fikrlarni bundan 1000 yil ilgari aytgan edi.

XII asrda yashab ijod qilgan Ismoil Jurjoniy, Najibuddin Samarqandiy, XVI asrda yashagan Sulton Ali Tabib Xorosoniy tibbiyot fanini rivojiga katta hissalarini qo'shganlar. XVII asr fiziologiyaning paydo bo'lish davri hisoblanadi. 1628 yilda V.Garvey qon aylanish sistemasini, XVII asrning birinchi yarmida fransus filaso'fi R. Dekart refleksi kashf etdi. Lekin «refleks» iborasini XVIII asr oxirida chex olimi G. Proxaski joriy qilgan. XIX asrda fiziologiya mustaqil fan sifatida tez rivojlana boshladi. Fiziologiya rivojlanishiga hissa qo'shgan rus olimlaridan I.M.Sechenov, I.P.Pavlov, S.P.Botken, A.A.Ostroumov kabi fiziologlari va klinistlari ishlab chiqqan progressiv, materialistik ta'limot yaratildi. I.M.Sechenov 1862 yili «Markaziy nerv sistemasidagi tiormozlanish xususiyatlari» 1863 yili «Bosh miya reflekslari» 1904 yilda I.Pavlov hazm tizimi fiziologiyasiga oid ishlari uchun Nobel mukofotiga sazovor bo'ldi. U shartli reflekslarni kashf etdi, oliy nerv faoliyati tiplarini yaratdi, ikkinchi signallar tizimini o'rgandi. Yosh fiziologiyani mustaqil fan sifatida tarkib topishida A.A. Leonova, A.R. Luriya, N.D. Levitova, A.A.Morkosyan, A.S. Xripkovalarning xizmatlari katta.

Hozirgi kunda fanga hissa qo'shgan juda ko'p o'zbek olimlari etishib chiqdi. Jumladan, akademik A.Yu.Yunusov (1910-1970) fiziologiya fanining rivojlanishiga salmoqli hissa qo'shgan. Ayniqsa, akademik A.Yu.Yunusovning yosh fiziologiyasini o'rganish sohasida olib borgan ilmiy tekshirish ishlari, alohida o'rin tutadi. Yosh fiziologiyasi masalalari Toshkent tibbiyot institutida, Nizomiy

nomidagi Toshkent Davlat Pedagogika universitetida va Pedagogika ilmiy tekshirish institutida ishlab chiqilmoqda, Professor D.D.Sharipova, E.S.Maxmudov, Z.T.Tursunov, R.D.Axmedov, V.D.Xodjimatov va M.G.Xodjimatov M.G.Mirzakarimova va ularning shogirdlari yosh fiziologiyasi fanini rivojlantirishda o`z hissalarini qo`shib kelmoqdalar.

Adabiyotlar:

1. B. Sodiqov, L. Kuchkarova, Sh. Qurbanov “Bolalar va o`smirlar fiziologiyasi va gigiyenasi” O`zbekiston milliy entsiklopediyasi davlat milliy nashriyoti. T. 2005 y.
2. Q.S. Sodiqov “O`quvchilar fiziologiyasi va gigiyenasi” T. O`qituvchi, 1992.
3. A.G. Xripkova, M.V. Antropova, D.A. Farber, “Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi” M. Prosvesheniye 1990.
4. Sog`lom avlod yurtimiz kelajagi “O`qituvchi gazetasi”. № 48. 8.12.1999.
5. www.ziyonet.uz