

Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: SHAXSNING FIZIOLOGIK RIVOJLANISHI		
Fan kodi: SHFR2404	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 4	davomiyligi: 1 semestr
Kafedra: O'zbek tili va professional ta'lim		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: 60112400 - Professional ta'lim: oziq-ovqat texnologiyasi;		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: kat.o'q. Tadjibayeva Maxmuda Rixsibayevna		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar:120	Email: mrihsibaevna86@gmail.com Kamolaikramova1985@gmail.com	
Fan seminar mashg'ulotlari o'qituvchisi: kat.o'q. K.A.Ikromova		
Prerekvizitlar: Tanlov turi: qo'shimcha fan umumta'lim kadrlarni tayyorlash		
<i>Fanning qisqacha bayoni:</i> "Shaxsning fiziologik rivojlanishi" fani majburiy fanlar blokiga kiritilgan kurs hisoblanib, 2kursda o'qitilishi maqsadga muvofiq. Fanni puxta o'zlashtirish nazariy materiallarni bilish bilan birga, barkamol avlodga mukammal ta'lim va tarbiya berish uchun talabalarda inson organlarining fiziologiyasi va gigiyenasiga doir bilim, ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi.		

Fanning maqsadi: Fanni o'qitishdan maqsad- zamonaviy bilim berish uchun avvalo murabbiy o'sib, rivojlanib kelayotgan avlodning turli davrlardagi fiziologik o'zgarishlarini yaxshi bilib olgandagina o'quv-tarbiya jarayonini to'g'ri tashkil eta oladi. Barkamol avlodga mukammal ta'lim va tarbiya berish uchun talabalarda inson organlarining fiziologiyasi va gigiyenasiga doir bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdan iborat.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- Shaxsning fiziologik rivojlanishining mohiyati, o'sish va rivojlanish qonuniyatlarini ochib bera oladi;
- Bir butun organizm, uning tizimlari, organlari to'qimalari va hujayralarini ishlash xususiyatlarini turli yoshga aloqador davrlarda aniqlashni o'rganadi;
- Fiziologik jarayonlarni o'zaro munosabatlari va ular o'rtasidagi bog'lanish sabablarini aniqlay oladi;
- Yuksak darajada tuzilgan materiya, ya'ni bosh miya po'stlog'ining organlar va umuman butun organizm faoliyatida yetakchi rol o'ynashini tushuntirib bera oladi;
- Bolalar va o'smirlar uchun ta'lim-tarbiya usullarini aniqlash va asoslash imkoniyatini beruvchi, ularni aqliy va jismoniy yuklamalarini fiziologik me'yorlarini o'rganish va belgilashga o'rgatadi.

- Inson organizmga tashqi muhitning ta'sirini, akseleratsiya jarayonining ijobiy va salbiy tomonlarini tahlil qila oladi;
- Organizmning shakllanishiga irsiyat va muhitning ta'sirini tushunib yetadi;
- O'quv maskanlarining jihozlanishi va ularning yosh organizmga ta'sirini o'rganadi;
- Turli funksional tizimlarga ontogenez davomida tashqi muhit omillarning ta'siri mohiyatini ochib bera oladi;
- Ovqatlanish fiziologiyasi yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashning gigienik asoslari haqida tasavvurga ega bo'ladi;
- Inson organizmida boradigan fiziologik jarayonlar bo'yicha ko'nikmalariga ega bo'ladi;

Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari katta sig'imli, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.

Amaliy mashg'ulotlar

Amaliy mashg'ulot multimedia qurilmalar bilan jihozlangan auditoriyada o'tkazilishi lozim. Mashg'ulotlar trening shaklda, faol va interfaol usullar yordamida o'tilishi mos ravishda munosib pedagogik va axborot texnologiyalari qo'llanilishi maqsadga muvofiq.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan referatlar, materiallar, videoroliklar tayyorlash va uni taqdimot qilish tavsiya etiladi.

№	Fan mavzulari	Ma'ruza soatlar hajmi	Amaliy mashg'ulot soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1.	Shaxsning fiziologik rivojlanishi fanining predmeti, maqsad va vazifalari.			
1.1.	Shaxsning fiziologik rivojlanishi fanining predmeti, maqsad va vazifalari o'rganish.			
2.	Yurak va qon-tomir sistemasi.			
2.1.	Yurak va qon-tomir sistemasining yoshga bog'liq xususiyatlarini o'rganish.			
3.	Nafas olish va uning yoshga bog'liq xususiyatlari.			
3.1.	Nafas olish va uning yoshga bog'liq xususiyatlarini o'rganish.			
4.	Ovqatlanish fiziologiyasi va uning yoshga bog'liq xususiyatlari.			
4.1.	Ovqatlanish fiziologiyasi va uning yoshga bog'liq xususiyatlarini o'rganish.			
5.	Moddalar va energiya almashinuvi va uning yoshga bog'liq xususiyatlari.			
5.1.	Modda va energiya almashinuvining yoshga bog'liq xususiyatlarini o'rganish.			
6.	Ayiruv fiziologiyasi va yoshga bog'liq xususiyatlari.			
6.1.	Ayiruv organlarining ichki muhit organizm faoliyatidagi ahamiyati va xususiyatlarini o'rganish.			
7.	Ichki sekresiya bezlari va ularning yoshga bog'liq xususiyatlari.			
7.1.	Ichki sekresiya bezlarining yosh xususiyatlarini o'rganish.			

8.	Nerv tizimining fiziologiyasi va yoshga bog'liq xususiyatlari.			
8.1.	Nerv tizimining fiziologiyasi va yoshga bog'liq xususiyatlarini o'rganish.			
9.	Oliy nerv faoliyati va uning yoshga bog'liq xususiyatlari.			
9.1.	Oliy nerv faoliyati. Shartli va shartsiz reflekslar. Shartli reflekslarning hosil bo'lish mexanizmlarini o'rganish.			
10.	Muskullar va ularning funksiyasi.			
10.1.	Muskullar va ularning funksiyasini o'rganish.			
11.	Sezish organlarining yosh xususiyatlariga bog'liq fiziologiyasi va gigiyenasi.			
11.1.	Sezgi organlarining yosh xususiyatlariga bog'liq fiziologiyasi va gigiyenasini o'rganish.			
12.	Fiziologiya va jismoniy madaniyat.			
12.1.	Jismoniy madaniyat va sport gigiyenasining asosiy vazifalari. Sog'lom turmush tarzini shakllantirish, zararli odatlarga qarshi kurash profilaktikasini o'rganish.			
Jami		24	24	72

Adabiyotlar

Asosiy adabiyotlar

1. S.X.Aripova, G.A.Shaxmurova "Yosh fiziologiyasi va Gigiyenasi" (o'quv qo'llanma) T. 2013.
2. Z.T Rejamuradov, B.M.Bozorov. Yosh fiziologiyasi va gigiyenasi. T.2013.
3. T.T.Jo'raev, B.B.Rasulova, A.N.Doniyorov. Yoshga doir fiziologiya. Toshkent. 2008.
4. B.A.Sodiqov, L.S.Qo'chqorova, Sh.Q. Qurbonov Bolalar va usmirlar fiziologiyasi va gigiyenasi/Oliy o'quv yurtlari uchun darslik sifatida tavsiya etilgan. O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi Davlat ta'lim nashriyoti. T.: 2005.

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Sh.M.Mirziyoyev "Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz". T. "O'zbekiston", 2017. 488 b.
2. Mirziyoev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak" – T.: - "O'zbekiston" – 2017.
3. The Right Start to a Healthy Life, Edited by Ingrid Stegeman and Caroline, Costongs EuroHealthNet, Rue de la Loi 67, 1040 Brussels, Belgium, 2012.
4. Almatov K. "Ulg'ayish fiziologiyasi" / T.: M.Ulug'bek nomidagi bosmaxona. 2004.

Internet saytlari

www.tdpu.uz

www.ziyonet.uz

www.fiziologiya.ru

www.google.uz.

Kontakt soatlari*: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murojat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
---	-----	------	------

1.	Seshanba	10:00-12.00	S.D/60 302
2.	Juma	11:00 –13.00	S.D/60 308