

Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: AN'ANAVIY VA INNOVATSION NUTRITSIOLOGIYA		
Fan kodi: AIN4806	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 6	davomiyligi: 1 semestr
Kafedra: "Oziq-ovqat xavfsizligi va funksional mahsulotlar ishlab chiqarish texnologiyasi"		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: 60720500 – Funksional ovqatlanish va bolalar mahsulotlar texnologiyasi		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Shamaksudova.K.D		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 180	Email: kamola.shomaksudova.84@mail.ru	
Fan seminar mashg'ulotlari o'qituvchisi(lari): Shamaksudova.K.D.		
Prerekvizitlar: Oziq-ovqat texnologiyasi asoslari, Mikrobiologiya, Oziq-ovqat kimyosi		
Tanlov turi: Majburiy		
Fanning qisqacha bayoni: Talaba aholining turli guruhlarini ovqatlanishi va salomatligi. Umumiy va amaliy ovqatlanish, funksional ovqatlanish masalalarini hal qilish .mohiyatini bilib oladi.		

Fanni o'qitishdan asosiy maqsad. Nutritionologiyaning maqsadi oziq-ovqat va iste'mol qilish jarayonining inson salomatligiga ta'siri qonuniyatlarini o'rganish, oziq-ovqat mahsulotlarini oson so'rilish, qayta ishlash, utilizatsiya qilish va organizmdan chiqarib tashlash yo'llarini topishdir. Shuningdek, insonning oziq-ovqat tanlash sabablarini va bu tanlovning uning sog'lig'iga ta'sir qilish mexanizmlarini o'rganish. Oziqlanish fanining kontseptsiyasini dietologiya bilan aralashtirib yubormaslik kerak.

Ushbu bilim sohasi uchta yo'nalishga ega:

- Oziq-ovqat mahsulotlarini ishlab chiqarish va iste'mol qilishni tashkil etish.
- Moddalar almashinuvi, oziq moddalarning so'rilishi va qayta taqsimlanishi jarayonlari hamda ularning organizmga ta'siri.
- Oziq-ovqat inson organizmiga profilaktika va shifobaxsh ta'sir omili sifatida talabalarga o'rgatishdan iborat.

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

Talabalarga nutritionologiyaning qiziqish doirasiga ovqatlanish va oziq-ovqat, ozuqa moddalari va oziq-ovqat mahsulotlari, ozuqa moddalari va ularning metabolik mahsulotlarini olish, iste'mol qilish va chiqarish bilan bog'liq bo'lgan organizmdagi fiziologik va biokimyoviy jarayonlar kiradi. Oziqlanish faniga to'g'ridan-to'g'ri bog'liq bo'lib, to'yib ovqatlanmaslik ta'sirida sog'liqning buzilishi jarayonlari va aksincha, sog'lom oziq-ovqat va sog'lom turmush tarzining inson organizmiga profilaktik va terapevtik ta'siri hamda An'anaviy va innovatsion nutritsiologiyada tayorlanadigan oziq-ovqat mahsulotlariga qo'yiladigan umumiy standart talablar va sinov olib borish mumkin bo'lgan standart talablarni bir-biridan ajrata olish va sinovlarni to'g'ri tashkillashtira olish **ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak.**

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'ulotlar multimedia qurilmalari bilan jihozlangan auditoriyada har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar faol va interfaol usullar yordamida o'tiladi, "Keys-stadi" texnologiyasi ishlatiladi. Ko'rgazmali materiallar va axborotlar multimedia qurilmalari yordamida uzatiladi. Shuningdek, mavzudan kelib chiqib dars mashg'uloti mehmonxonada sayyor dars tarzida olib boriladi.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan taqdimotlar, guruh bilan ishlanmalar, sillabuslar tayyorlanadi.

№	Fan mavzulari	Ma'ruza soatlar hajmi	Amaliy mashg'ulot soatlar hajmi	Laboratoriya mashg'ulot soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	Umumiy nutritsiologiya. Fanning maqsad va vazifalari				
2	Funksional nutritsiologiya				
3	Dietologiya va nutritsiologiyaning asosiy tamoyillari				
4	Oziqlanish va salomatlik				
5	Turli aholi guruhlari ovqatlanishi				
6	Amaliy nutritsiologiya				
Jami		24	24	24	108

Asosiy adabiyotlar

1. G.Shayxova, N.Ermatov "Nutritsiologiya" darslik, 480 bet, 2021y., Toshkent.
2. Дмитриев А.В., Гунина Л.М. , Спортивная нутрициология. – М.: Спорт, 2020. – 640 с.

Qo'shimcha adabiyotlar

Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz", Toshkent. "O'zbekiston", 2017, 488b.

2. Нутрициология-2040. Горизонты науки глазами ученых/Под редакцией В.В. Бессонова. В.Н. Княгинина, М.С. Липецкой. СПб: Фонд «Центр стратегических разработок «Северо- Запад», 2017-105 с

Н

У

Р

Ў

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

Н

К

Н

К

h

t

h

№	Kun	Vaqt	Xona
1.			
2.			