

International scientific and practical online conference

## **INTEGRATION INTO THE WORLD AND CONNECTION OF SCIENCES**


Международная научно практическая online-конференция

## **ИНТЕГРАЦИЯ В МИР И СВЯЗЬ НАУК**

Beynəlxalq elmi və praktik internet konfransi

## **DÜNYAYA İNTEQRASIYA VƏ ELMLƏR ARASI ƏLAQƏ**

# 2022

 Baku, Azerbaijan Republic



Conference proceedings available  
at [virtualconference.press](https://virtualconference.press)

## **УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРДА МЕХНАТ ТАЪЛИМ ДАРСЛАРНИ ТАШКИЛЛАШТИРИШГА ҚЎЙИЛАДИГАН ГИГИЕНИК ТАЛАБЛАР**

**НИЗОМ ЭРМАТОВ, КУУАТ ДЖОЛИМБЕТОВ**

Тошкент Тиббиёт академияси

Болалар, ўсмирлар ва овқатланиш гигиенаси кафедраси

Умутаълим мактабларида меҳнат таълим дарсларни ташкиллаштиришга

қўйилган гигиеник талабларни татбиқ қилишдан ыўйидагиларга эътиборни ыартиш керак бўлиб, буларга: СанМваҚ №0341-16 «Умутаълим мактабларида таълим тарбия шароитини ташкиллаштиришнинг санитар-эпидемиологик талаблари» меъёрий хужжатлари асосида ташкиллаштириш, меҳнат таълим дарслари бошқа дарслардан фарқли равишда кунги 2 соатдан хафтанинг ишлаш қобилияти юқори бўлган кунлар қўйилиши, бошланғич синфларда сейшанба ёки чоршанба кунига, ўрта ва юқори синфларда чоршанба ёки пайшанба кунларига қўйилиши, дарс жадвалида куннинг 2 ёки 3 соатларига жойлаштириш, биринчи ва охириги соатларга қўймаслик; юқори синфларда хафтанинг бир кунида ишлаб чиқариш корхоналари ёки ўқувчилар ижодиёт марказлари, мактаблараро ўқув комбинатларида ташкиллаштириш, назарий ва амалий қисмининг хоронологик тақсимотига эътиборни қаратиш, устахоналар бинонинг биринчи қаватида ёки ертўлада жойлаштириш, жихозлар болаларнинг бўйига мос келиши ва шахсий ҳимоя воситаларидан дарс давомида тўлиқ фойдаланишини таъминлаш ва таътилар давомидаги амалиётни ташкиллаштирилишига эътиборни қаратиш зарур.

Калит сўзлар, мактаб ўқувчилари, меҳнат таълим, гигиеник талаблари

Муаммонинг долзарблиги. Болалар, ўсмирлар ва катталарнинг ҳам кун тартибида иккита фаолият турлари физиологик жиҳатдан тасдиқланган бўлиб, ақлий фаолиятнинг самарадорлигини жисмоний фаолият мувофиқлаштиради. Номутоносиб ташкиллаштирилган кун тартиби ва ўқув жараёни бу фаолиятларнинг издан чиқишига олиб келади. Мактаб ўқувчиларнинг кун тартибининг гигиеник талаблар асосида ташкиллаштирилиши, уларнинг ўсиш ва ривожланишини гормониклигини таъминлайдиган асосий омиллардан бири ҳисобланиб, унинг гигиеник талаблар мос келмаслиги эса, нафақат ишлаш

қобилиятининг издан чиқиши, турли соматик ва юқумли касалликларнинг ривожланишига замин яратиши қатор олимларнинг илмий тадқиқот ишларида қайт этилган (1,2,3,4,5).

Дунёнинг ривожланган мамлакатларида аҳолини турли қатламлари орасида ортиқча тана вазни ва турли даражадаги семиришдан азият чекиб келаётган бўлса, айрим давлатларда эса асосий озиқа маҳсулотларининг етишмаслиги натижасида келиб чиқадиган касалликлар сони ортиб бормоқда (5,6,7). Ушбу ҳолатларнинг олдини олишда турли таълим муассасаларида таълим олаётган болалар ва ўсмирлар орасида соғлом турмуш тарзини тарғибот қилиш, жисмоний меҳнат ва жисмоний тарбия, биологик фаоллик даражасини таълим билан биргаликда тарғибот қилиш профилактик тиббиёт ходимларнинг бугунги кундаги хал қилиниш лозим бўлган асосий долзарб муаммолардан биридир.

Ишимизнинг мақсади умутаълим мактабларида меҳнат таълим дарсларни ташкиллаштиришга қўйилган гигиеник талабларни татбиқ қилишдан иборат.

Умутаълим мактабларида дарс жадвали СанМваҚ №0341-16 «Умутаълим мактабларида таълим тарбия шароитини ташкиллаштиришнинг санитар-эпидемиологик талаблари» меъёрий хужжатлари асосида ташкиллаштирилиши зарур. Ушбу меъёрий хужжатга асосан меҳнат таълим дарслари бошқа дарслардан фарқли равишда кунги 2 соатдан ҳафтанинг ишлаш қобилияти юқори бўлган кунлар қўйилиши лозим, яъни бошланғич синфларда сейшанба ёки чоршанба кунига, ўрта синфларда чоршанба ёки пайшанба кунига, юқори синфларда ҳам чоршанба ва пайшанба кунларида қўйилиши керак; меҳнат таълим дарсларнинг кун давомида тақсимланишида эса қуйидаги таснифдан фойдаланиш керак: буларга кунининг 2 ёки 3 соатларига тақсимланиши зарур, чунки биринчи ва охириги соатларга қўйилиши мумкин эмас, бу ўқувчиларнинг ишлаш қобилиятини пасайтиради; бугунги кунда эса юқори синфларда ҳафтанинг бир кунда ишлаб чиқариш корхоналари ёки ўқувчилар ижодиёт марказлари, мактаблараро ўқув комбинатларида ташкиллаштирилиши керак; меҳнат таълим дарсларининг ташкиллаштиришда дарснинг назарий ва амалаий

қисмининг хоронологик тақсимотиига эътиборни қаратиш керак; таълим муассасаларида болалар ва ўсмирлар жамоасини юқори ишлаш ишалш қобилияти, организмнинг морфо-функционал ҳолатини меъёрий даражасини таъминлашда гигиеник нуқтаи назардан ташкиллаштирилган ўқув жараёни ва меҳнат таълим дарсларига эътиборни қаратиш зарур; мактабларда ўқувчиларнинг саломатлик ҳолатини даврий назоратини инобатга олиш керак; саломатлик ҳолатида нуқсонли бўлган мактаб ўқувчиларининг саломатлик ҳолатига мос келадиган меҳнат билан шуғуллантириш орқали саломатлик ҳолатини тиклашнинг йўл харитасини тузиш зарур; меҳнат таълим дарсларни олиб борадиган устахоналар бинонинг биринчи қаватида ёки ертўлада жойлаштирилиши керак; устахоналардаги жихозлар болаларнинг бўйига мос келиши керак; мактаб ўқувчилари шахсий ҳимоя воситаларидан дарс давомида тўлиқ фойдаланишини таъминлаш керак; дарсларнинг ташкиллаштиришда ўқитишнинг фаол усулларида фойдаланиш зарур; дарсларнинг ташкиллаштирилиши даврий равишда санитария эпидемиология осойишталиги хизмати ходимлари томонидан назоратга олиши керак; дарслар орасидаги танаффусларга эътиборни қаратиш керак; касбий жароҳатланишини олдини олиш борасида даврий санитария маорифи ишларни амалга ошириш керак; ижтимоий фойдали меҳнат дарсларни ўрни билиш керак; таътиллар давомидаги амалиётни ташкиллаштирилишига эътиборни қаратиш зарур.

Турли таълим муассасаларида ташкиллаштирилган меҳнат таълим дарслари ташкиллаштиришда ёш, жинс ва меҳнат фаолиятига мос келиш керак; таътилларнинг оптимал вариантларига риоя қилишни ташкиллаштириш; касбий таълим дарсларни ташкиллаштириш бир ва икки кунлик интервал асосида ташкиллаштириш керак; назарий ва амалий дарсларнинг таркибий қисмларига эътиборни қаратиш керак.

Хулоса қилиб шунини таъкидлашимиз жоизки, юқори келтирилган гигиеник талаблар асосида ташкиллаштирилган меҳнат дарслари мактабларда болалар ва ўсмирларнинг юқори ишлаш қобилиятини таъминлаб, берилган топшириқларни юқори даражада ўзлаштиришнинг энг асосий замин бўлиб, нафақат саломатлик

ҳолати, балким уларнинг жисмоний ва ақлий ривожланишни гормоник ҳолатни таъминлайди.

### **Фойдаланилган адабиётлар**

1. Кучма В. Р., Хромцов П. И., Сотникова Е. Н. Новые подходы к интеграции профилактических и оздоровительных технологий в образовательном процессе // Гиг. и сан. - 2006. - №3. – С. 61-64
2. Насолодин В. В., Воронин С. М., Зайцев О. Н., Зайцева И. П. Динамика некоторых показателей иммунной защиты и физической работоспособности у школьников // Гиг. и сан. – 2001.- №2. – С. 54-55.
3. Эрматов Н.Ж., Халилов Ш.Ш ва б., Турли таълим муассасаларида ўқув жараёнини ташкиллаштиришга қўйиладиган гигиеник талаблар // Профилактик тиббиёт: Гигиена фани ва амалиёти, Республика илмий-амалий анжуман тўплами. Тошкент, 2015, 134 бет.
4. Nizom Ermatov, N.Yusufov, D.Alimukhamedov, R. Duschanova, M.Nasridinov, S.Fayziboev. Hygienic Analysis of the Educational Process in Schools in Hot Climates During the COVID-19 Pandemic// American Journal of Medicine and Medical Sciences p-ISSN: 2165-901X e-ISSN: 2165-9036 2021; 11(10): 734-739.
5. Эрматов Н.Ж. Гигиенические основы физического совершенствования детей и подростков. Монография. Ташкент, 2021, 214. С.
6. Шайхова Г.И., Эрматов Н.Ж. Значение эссенциальных микроэлементов в питании// Вестник Ташкентской медицинской академии. №2, 2014.-С.21-25.
7. Шайхова Г.И., Рахимов Б.Б. Пропаганда принципов рационального питания при ожирении // [Медицинский журнал Узбекистана. – Ташкент, 2014. – №2. – С.138-141.

## Contents

### BIOLOGY

**Қурбонова Мехриой Зафарбек қизи - AEGILOPS L. туркум вакилларининг дицеминасия жараёни.....**3

### CULTUROLOGY

**С.С. Абдукаххоров, К.Н. Пулатова - Взаимодействие физической и тактической подготовки изучение зависимости.....**8

**С.С. Абдукаххоров, К.Н. Пулатова - Движение команды в классификации и оборонительная тактика игры центрального защитника.....**13

### MEDICINE

**Зиядуллаева Н.С. - Особенности остеорепарации при замещении костного дефекта Биоактивным стеклом в сочетании с антибиотиком.....**18

**Низом Эрматов, Кууат Джолимбетов: Умумтаълим мактабларда меҳнат таълим дарсларини ташкиллаштиришга қўйиладиган гигиеник талаблар.....**21

**Низом Эрматов, Шохрух Хабибов, Жамшид Қутлиев: Юрак-қон томир тизими касалликлари билан хасталанган беморларнинг овқатланиш рационидаги мева-сабзавотларнинг озукавий қийматини баҳолаш.....**25

**Nizom J. Ermatov<sup>1</sup>, Feruza L. Azizova<sup>2</sup>, Jamshid A. Kutliev<sup>3</sup>: Hygienic assessment of the quantity of bread in the diet of military athletes.....**29

**Низом Эрматов, Хайрулло Мамризаев: Фарғона вилоятида аҳолининг умр кўриш давомийлиги атроф-муҳит омилларининг таъсирини гигиеник баҳолаш.....**32

**Низом Эрматов, Нодирбек Юсуфов: Иссиқ иқлим шароитидаги синфхоналарнинг ички муҳитини гигиеник таҳлили.....**36

**Ortikov Bobomurod Baymamatovich: Hygienic analysis of the anthropometric indicators of the covid-19 patients.....**40

### PHILOLOGY

**Қамола Аскарова Саидикрамова – Сулаймон Бокмўғоний девони қўлёзма нусхаларининг матн хусусиятлари.....**43

### TECHNOLOGY

**Сайфуллаева М.И. – Цифровизация современной системы высшего образования.....**49