**8-SINF**

**ODAM VA UNING SALOMATLIGI**

**(Haftasiga 2 soat, jami 68 soat.)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dars soati.** | **Bob va mavzular** | **Soat** | **Dars o‘tish muddati. Sana** | **Uyga vazifa** |
| 1. | Kirish. Odam va uning salomatligi-odam anatomiyasi, fiziologiyasi va gigienasi haqida umumiy tushuncha. |  1 |  |  |
| 2. | Odam tanasining tuzilishi va funksiyasi. Hujayralar shakli, tuzilishi va ko‘payishi. Hujayraning tarkibiy qismlari. |  1 |  |  |
| 3. | To‘qimalar. Organ va organlar sistemasi.  |  1 |  |  |
| 4. | Organizm va tashqi muhit. **Epidemiologik favqulodda vaziyatlar.** |  1 |  |  |
| 5. | **1-laboratoriya mashg‘uloti.**Epitelial (qoplovchi), biriktiruvchi, muskul va nerv to‘qimalar tuzilishi bilan tanishish. |  1 |  |  |
| 6. | Tayanch-harakatlanish tizimining tuzilishi. |  1 |  |  |
| 7. | Suyaklarning tuzilishi va tarkibi.  |  1 |  |  |
| 8. | Muskullar va ularning funksiyasi. |  1 |  |  |
| 9. | Odam tanasi muskullarining asosiy guruhlari. **Nazorat ishi-1.** |  1 |  |  |
| 10. | Muskullarning ishlashi. Muskul ishining turlari, rivojlanishida harakatning roli. |  1 |  |  |
| 11. | Qad-qomatning shakllanishi. Umurtqa pog‘onasining roli, tananing ressori |  1 |  |  |
| 12. |  **2-labaratoriya mashg‘uloti.** 1**.** Muskullarning dinamik va statik ishi. 2. Tayanch-harakatlanish tizimi shakllanganda yordam berish. |  1 |  |  |
| 13. | Umumlashtiruvchi dars.  |  1 |  |  |
| 14. | Qon-organizmning ichki muhitining tarkibiy qismi. |  |  |  |
| 15. | Qonning tarkibi va shaklli elementlari. |  1 |  |  |
| 16. | Qon guruhlari. **Nazorat ishi-2** |  1 |  |  |
| 17. | Immunitet. 3**-laboratoriya mashg‘uloti.** Qonning shaklli elementlarini o‘rganish. |  1 |  |  |
| 18. | Qon aylanish tizimi haqida umumiy tushuncha. |  1 |  |  |
| 19. | Katta va kichik qon aylanish doirasi. |  1 |  |  |
| 20 | Limfa aylanishi |  1 |  |  |
| 21. | Qonning tomirlar bo‘ylab harakatlanishi. |  1 |  |  |
| 22. | Tashqi muhit omillarining yurak faoliyati va qon bosimiga ta’siri. |  1 |  |  |
| 23. | **4-laboratoriya mashg‘uloti.** Jismoniy mashqlarning yurak-qon tomir tizimiga ta’sirini aniqlash. |  1 |  |  |
| 24. | Nafas olish, nafas olish a’zolarining tuzilishi. |  1 |  |  |
| 25. | Ovoz apparati. |  1 |  |  |
| 26. | O‘pka va to‘qimalarda gazlar almashinishi.  |  1 |  |  |
| 27. | Sun’iy nafas oldirish.**Nazorat ishi-3.** |  1 |  |  |
| 28 | **5-laboratoriy mashg‘uloti.** 1.Ko‘krak qafasining harakatini kuzatish.1. 2. Nafas bilan chiqadigan havodagi karbonat angidridni aniqlashga oid tajriba qo‘yish.
 |  |  |  |
| 29. | Ovqat hazm qilishning ahamiyati |  1 |  |  |
| 30. | Ovqat hazm qilish a’zolarining tuzilishi va vazifasi.  |  1 |  |  |
| 31. | Me’da va ichaklarning tuzilishi va vazifasi. **Nazorat ishi-4** | 1 |  |  |
| 32. | Jigar. Me’da osti bezi. Ovqat hazm qilishning boshqarilishi. |  1 |  |  |
| 33. | Ovqat hazm qilish a’zolari gigiyenasi. Me’da ichak kasalliklari va ularning oldini olish. |  1 |  |  |
| 34. | **6-laboratoriya mashg‘uloti.** So‘lak fermentlarining kraxmalga ta’siri |  1 |  |  |
| 35. | Moddalar va energiya almashinuvi haqida umumiy tushuncha. |  1 |  |  |
| 36. | Vitaminlar. |  1 |  |  |
| 37. | Energiya almashinuvi. |  1 |  |  |
| 38. | **7-laboratoriya mashg‘uloti.** Bir kecha-kunduzgi ovqat ratsionini tuzish. |  1 |  |  |
| 39. | Ayirishning ahamiyati.  |  1 |  |  |
| 40. | Byurakda siydik hosil bo’lishi **Nazorat ishi-5.** |  1 |  |  |
| 41. | Terining tuzilishi va funksiyasi. |  1 |  |  |
| 42. | Organizmni chiniqtirish. Teri gigiyenasi. Teri shikastlanganda birinchi yordam. |  1 |  |  |
| 43. | Ichki sekretsiya bezlari haqida umumiy tushuncha. |  1 |  |  |
| 44 | Qalqonsimon, qalqon orqa va ayrisimon bezlar. |  1 |  |  |
| 45. | Buyrak usti, me’da osti va jinsiy bezlar. |  1 |  |  |
| 46. | Nerv tizimining ahamiyati va tuzilishi. |  1 |  |  |
| 47. | Bosh miyaning tuzilishi va funksiyasi.  |  1 |  |  |
| 48 | Bosh miya katta yarim sharlari **Nazorat ishi-6** |  1 |  |  |
| 49. | Vegetativ nerv tizimi. |  1 |  |  |
| 50. | Nerv sistemasi kasalliklari. | 1 |  |  |
| 51. | **8-laboratoriya mashg‘uloti.** Tizza refleksi hosil bo‘lishini o‘rganish. |  1 |  |  |
| 52. | Oliy nerv faoliyati haqida tushuncha. Shartsiz va shartli reflekslar. |  1 |  |  |
| 53. | Markaziy nerv tizimida tormozlanishi. |  1 |  |  |
| 54. | Oliy nerv faoliyatining asosiy shakllari. |  1 |  |  |
| 55. | Nutq va fikrlash. |  1 |  |  |
| 56. | Uyqu va uning ahamiyati. |  1 |  |  |
| 57. | Nerv tizimi gigiyenasi.  |  1 |  |  |
| 58. | Sezgi a’zolarining ahamiyati. |  1 |  |  |
| 59. | Ko‘zning tuzilishi va funksiyasi. |  1 |  |  |
| 60. | **9-laboratoriya mashg‘uloti.** 1. Ko‘rish o‘tkirligini aniqlash.2.Ko‘zning qorachig‘ reflekslarini aniqlash. |  1 |  |  |
| 61. | Eshitish a’zosi (eshitish analizatori). |  1 |  |  |
| 62. | Muvozanat organi (vestibular analizator). |  1 |  |  |
| 63. | Muskul, pay va bo‘g‘imlar orqali sezish (Harakat analizatori). **Nazorat ishi-7.** |  1 |  |  |
| 64. | Hid va ta’am bilish a’zolari. |  1 |  |  |
| 65. | Ko‘payishning ahamiyati. Ko‘payish a’zolarining tuzilishi. |  1 |  |  |
| 66. | Urug‘lanish va homilaning rivojlanishi. |  1 |  |  |
| 67. | Bolaning o‘sishi va rivojlanishi. **Nazorat ishi-8** |  1 |  |  |
| 68. | Umumlashtiruvchi dars. |  1 |  |  |