

## **БОЛАЛАР ВА ЎСМИРЛАР ГИГИЕНАСИ ФАНИДАН МАГИСТРАТУРАГА КИРУВЧИЛАР УЧУН САВОЛЛАР ТЎПЛАМИ**

1. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанининг гигиеник фан сифатида тутган ўрни, мақсади ва вазифалари.
2. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанининг бошқа гигиеник, тиббий, биологик ва техник фанлар билан алоқаси.
3. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фани ва соҳасида фойдаланиладиган усуллар.
4. Ф.Ф.Эрисмана, А.П. Добраславин, Г.В.Хлопин, В.Е.Игнатъев, Д.Д.Бекарюковларнинг мактаб гигиенаси фанининг ривожланишида тутган ўрни. Ўзбекистонда мактаб гигиенаси, болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанини ривожланишида ката хисса қўшган олимларнинг ўрни.
5. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанини меъёрлаштиришнинг асосий гигиеник мезонлари.
6. Саломатлик тушунчасига таъриф беринг, болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолатини баҳоловчи асосий кўрсаткичлари. Болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолатини баҳолаш мезонлари.
7. Болаларда патологик ҳолатларнинг ривожланиш хусусиятлари. Болалар ва ўсмирлар жамоаси орасида касалланишни ривожланишининг ёш хусусиятлари. Болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолатига таъсир кўрсатувчи омиллар.
8. Болалар ўсмирлар ўсиш ва ривожланиш қонуниятлари. Ўсиш ва ривожланишга биологик ва ижтимоий омилларнинг таъсири.
9. Болалар ва ўсмирларнинг ўсиш ва ривожланишида акселерация ва ретрадация муамолари.
10. Ёш даврийлиги ва унинг болалар ва ўсмирлар гигиенасида тутган ўрни.
11. Мактабгача тарбия ёшидаги болаларнинг морфофункционал хусусиятлари (3-6 ёш).
12. Кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларнинг морфофункционал хусусиятлари (7-10 ёш).
13. Катта мактаб ёшидаги ўқувчилар морфофункционал хусусиятлари (11-15 ёш).
14. Турли таълим муассасаларида хаво-иссиқлик алмашинувини гигиеник асослари.
15. Болалар ва ўсмирлар хоналарида оптимал ёритилганликни таъминлашнинг гигиеник асослаш тартиби.

16. Мактабгача таълим муассасаларида ўқув-тарбиявий жараёнини ташкиллаштиришнинг гигиеник мезонлари.

17. Турли таълим муассасаларида ўқув жараёнини ташкиллаштиришнинг гигиеник талаблари (дарс жадвали, кун давомидаги дарсларнинг давомийлиги, йил ва ҳафта давомидаги дарслар).

18. Харакат фаоллигини меъёрлаштиришнинг гигиеник асослари, ёш ва жинсий хусусиятларни инобатга олган ҳолда организмнинг харакат бўлган биологик эҳтиёжи.

19. Мактабгача тарбия ёшидаги болалар кун тартибини меъёрлаштиришнинг асосий мезонлари.

20. Болалар ва ўсмирлар ақлий фаолиятини меъёрлаштиришнинг асосий мезонлари.

21. Чарчашнинг физиологик аҳамияти, болаларнинг толиқишини олдини олишнинг ёндошиш муаммолари.

22. Турли аҳоли яшаш минтақаларида мактабларни лойихалаштиришнинг гигиеник талаблари.

23. Мактабгача таълим муассасаларини лойихалаштиришнинг гигиеник талаблари.

24. Академик лицей ва коллежларни лойихалаштиришнинг гигиеник талаблари.

25. Тана ҳолатни тўғри шаклланишининг физиолого-гигиеник асослари. Мактаб жихозларига қўйилган гигиеник талаблар.

26. Жисмоний тарбиянинг соғломлаштирувчи аҳамияти. Мактабгача таълим муассасаларида ташкиллаштиришнинг гигиеник мезонлари.

27. Жисмоний меҳнатнинг ўсувчи организмга таъсири. Болалар ва ўсмирлар меҳнат фаолиятини функционал тизимини шакллантириш хусусиятлари.

28. Касбий таълим жараёнида ўқувчилар организмнинг саломатлик ҳолати, функционал тизимлари ва ишлаш қобилиятининг динамикаси.

29. Касбга яроқлилик ҳолатининг психофизиологик мезонлари. Ўсмирларнинг касбга аҳамиятлилик моҳияти функциясини шаклланиш хусусиятлари.

30. Касбга йўналтиришнинг тиббий-физиологик аспектлари.

31. Жисмоний юклага ўсмирлар организмнинг жавоб реакциясини хусусиятлари.

32. Болалар ўйинчоқларига қўйилган гигиеник талаблар.

33. Болаларнинг ўқитиш жараёнининг ёш хусусиятлари. Ўқув дарсликлари ва китобларга қўйилган гигиеник талаблар.

34. Илк болалик ва мактабгача ёшдаги болалар кийимларига қўйилган гигиеник талаблар.

35. Болалар пойабзалларига қўйилган гигиеник талаблар.

36. Мактаб ва спорт кийимларига қўйилган гигиеник талаблар.

37. Болалар жихозларни тайёрлашда фойдаланиладиган синтетик материалларга қўйилган гигиеник талаблар.

38. Саломатлигида нуқсони бўлган болалар муассасаларида ўқув-тарбиявий ва соғломлаштириш ишларни ташкиллаштиришнинг гигиеник мезонлари.

39. Болалар муассасаларида овқатланишини ташкиллалаштиришнинг гигиеник мезонлари.

40. Ўсмирлар муассасаларида овқатланишни ташкиллаштиришнинг гигиеник мезонлари.

41. Болалар ва ўсмирлар овқат рационининг таркибида витаминларнинг ахамияти. Гиповитаминозларнинг олдини олиш муаммолари.

42. Болалар организмнинг ўсиш ва ривожланишида минерал моддаларининг ахамияти.

43. Соғломлаштириш масканларида овқатланишни ташкиллаштириш талаблари.

44. Ўсмирларни касбий таълим тарбия жараёнининг гигиеник мезонлари.

45. Болалар ва ўсмирлар орасида соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг гигиеник мезонлари.

46. Болалар ва ўсмирлар муассасалари ходимлари, ота-оналар орасида санитария маорифи ишларини ташкиллаштиришда тиббий ходимларнинг тутган ўрни.

47. Оилда соғлом турмуш тарзини шакллантиришда санитария врачининг иш фаолиятининг мазмуни.

48. Болалар ва ўсмирларга даволаш-профилактик хизматини ташкиллаштиришнинг давлат тизими. Имтиёзли тиббиёт шароитида саломатлик ҳолатини химоялашга ёндошув.

49. ДСЭНМ Болалар ва ўсмирлар гигиенаси бўлими врачининг вазифалари.

50. Ҳозирги тараққиёт даврида санитария эпидемиология хизматининг асосий вазифалари, атроф-муҳит омиллари таъсирида болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолатини бошқариш тизими тартиби.

51. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанининг тушунчаси, асосий вазифалари ва йўналишларни тушунтириб беринг.

52. Ўсувчи оранигзмга таъсир қилувчи омилларни изохлаб беринг.

53. Болалар ва ўсмирлар гигиенаси фанининг бошқа гигиеник фанлардан фарқ тушунтириб беринг.

54. Болалар ва ўсмирлар орагнизмига таъсир қилувчи омилларни салбий таъсири қайси усуллар ёрдамида аниқланади.
55. ДСЭНМнинг болалар ва ўсмирлар гигиенаси бўлимининг иш мезонига нималари кирмайди.
56. ДСЭНМ Болалар ва ўсмирлар гигиенаси бўлимини ташкилий ишларнинг асосий йўналишига нималари киради.
57. Болалар ва ўсмирлар организмнинг биологик эҳтиёжининг мезонларни кўрсатинг.
58. Ўсувчи орагнизмининг ўсиш ва ривожланишининг энг эҳтимоли назариятларни кўрсатинг.
59. Болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолатининг асосий кўрсаткичларини кўрсатинг.
60. Тез-тез касалланувчи болалар аниқлаш ва баҳолаш кўрсаткичларни кўрсатинг.
61. Мактабгача таълим ёшидаги болалар муассасаларини лойихалаштиришнинг гигиеник мезонларни кўрсатинг.
62. Баҳолаш жадваллари ёрдамида жисмоний ривожлашни баҳолаш усулларини кўрсатинг.
63. Болалар ва ўсмирларнинг биологик ривожланиш кўрсаткичларни аниқлаш усулларни кўрсатинг.
64. Мактаб ўқувчиларининг чуқурлаштирилган тиббий кўрик дастурига нималар киради.
65. Жисмоний ривожланишнинг морфофоунокионал кўрсаткичларини санаб беринг.
66. Индекслари усули ёрдамида жисмоний ривожланишини баҳолаш тартибини тушунтириб беринг.
67. Болалар ва ўсмирлар жисмоний ривожланишини баҳолаш усулларни тушунтириб беринг.
68. Организмнинг пластик жараёнларининг суммар бирлигини нима ташкил қилади.
69. Акселерация болалар ва ўсмирларнинг қайси ёшида кенг намоён бўлади.
70. Саломатлик индекси деб нимага айтилади.
71. Болалар ва ўсмирлар организмнинг қаршилик даражаси нима билан баҳоланади.
72. Болалар ва ўсмирлар саломатлик ҳолати ва жисмоний ривожланишини назорат қилишда нимага эътибор қаратилади.
73. Акселерация нима. Болалар ва ўсмирларда акселерациянинг баҳолаш назариятларни тушунтириб беринг.
74. Болаларда акселерациянинг ҳосил бўлган қайси белгиларни биласиз.
75. Болаларни саломатлик грухларига ажартишнинг негизи асосида нима ётади.
76. Касалланиш нима. Болаларнинг касалланишига таъсир қиладиган омилларни санаб беринг.

77. Скрининг тест синамаси ёрдамида саломатлик ҳолатни қандай баҳоланади.
78. Чақолоқларда касалланиш ва ўлим даражасининг ошиши нималарга боғлиқ.
79. Биринчи навбатда Болалар ва ўсмирлар касалланиши ва ўлимини олдини олишга қартилган чора-тадбирларнинг энг асосийларига нималари киради.
80. Болаларнинг мактабга етуклигини аниқлашга қаратилган белгиларга нималар кирмайди.
81. Болалар ва ўсмирларнинг морфофункционал белгиларни аниқлаш кўрсаткичларини қандай баҳоланади.
82. Инсон ҳаёт цикли босқичларни кўрсатинг.
83. Болаларни жисмоний ривожланиш даражаларни кўрсатинг.
84. Болаларнинг жисмоний ривожланишига қайси омиллар таъсир кўрсатади.
85. Болалар ва ўсмирларнинг ўсиш ва ривожланишига таъсир кўрсатадиган ижтимоий омилларни кўрсатинг.
86. ЖССТнинг маълумотлари ва мезонларга асосан салмоатлик ҳолатига таъриф беринг.
87. Организмига тўғридан-тўғри бошқарилишига таъсир қиладиган кўрсаткичларни кўрсатинг.
88. Илк болалик даврида таълим жараёнини бошлаш болаларнинг шаклланишига нима учун салбий таъсир кўрсади.
89. МТМда кўкаламзорлаштириш майдонинг энг минимал майдонининг ўлчамини кўрсатинг.
90. Болалар ва ўсмирлар жисмоний ривожланиши қандай баҳоланади.
91. ДСЭНМ БЎГБ ОСН йўналишларни кўрсатинг.
92. БЎМ ер майдонини лойиҳалаштириш ва ташкиллаштириш мезонларининг энг асосийларни тушунтириб беринг.
93. Мактаб-интернатларининг қаватларининг тавсия этилган режасини кўрсатинг.
94. Канализация қурилмаларнинг режаси қайси планда кўрсатилган.
95. Ёзги соғломлаштириш оромгоҳларининг тиббий пункт таркибига кирмайдиган хоналарни гигиеник жиҳатдан асослаб беринг.
96. Таълим тарбия муассасаларининг типик лойиҳаларини лойиҳалаштириш асосига нималари киради.
97. МТМларни ер майдонини лойиҳалаштиришнинг оптимал вариантларни асосига нималар киради.
98. БЎМлар транспорт йўлидан қандай масофада жойлаштирилиши керак.
99. БЎМ майдонинг қизил чизиқ масофасига қўйилган гигиени к талабларини тушунтириб беринг.
100. БЎМларнинг қаси хоналарини шимолий ориентацияда жойлаштириш мумкин.

101. БЎМларнинг қайси хоналарининг жанубий ориентацияда жойлаштириш мақсадга мувофиқ.
102. Иссиқ микроиклим шароитида аҳола яшаш жойидан қанча масофада БЎМларни жойлаштириш мумкин.
103. МТМ ухлаш хонасининг битта болага белгиланган ўлчамлари ва талабларини кўрсатинг.
104. Мактабнинг гигиеник нуқтаи назардан оптимал ўринлар сонини кўрсатинг.
105. Жарима солиш ҳисоб шакллари кўрсатинг.
106. Аҳоли яшаш минтақасидаги БЎМларни жойлаштиришнинг энг асосий гигиеник мезонларини санаб беринг.
107. Мактабларнинг лойиҳасида кўрсатилган асосий хоналарнинг жамламасини кўрсатинг.
108. Қишлоқ аҳоли яшаш минтақалари учун қулай бўлган гигиеник лойиҳа режаларини кўрсатинг.
109. Мактабларда фаоллар ва овқатланиш залларни бирлаштирилган қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
110. Иссиқ микроиклим шароитида гигиеник талабларга мос келадиган мактаб биноларнинг турлари ва талабларини тушунтириб беринг.
111. Мактаб кутубхонасида ўқувчилар учун мўлжалланган майдон ўлчамини кўрсатинг.
112. Мактабларда ўқувчилар учун қулай майдон ўлчамини кўрсатинг.
113. МТМнинг гуруҳ ва буфет майдонининг учун мўлжалланган майдонини кўрсатинг.
114. МТМнинг очик сузиш майдонининг чуқурлигини кўрсатинг.
115. Касбий мактабларнинг ер майдони ўлчамини кўрсатинг.
116. Микрорайонда мактабдан ташқари муассасанинги ўлчамини кўрсатинг.
117. Ёш натуралистлар тўғарақлари хоналарининг ўлчамларини кўрсатинг.
118. Хореография залига қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
119. Хорерография хонасида шовқинга қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
120. Ёғли мойлар билан ишлайдиган устахонларнинг ёритилганлигига қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
121. Чуқурлик коэффиценти нима. Аниқлаш усулларни тушутириб беринг.
122. Соя тушиш коэффиценти нима. Аниқлаш усулларни тушунтириб беринг.
123. Болалар муассасаларни қуриш учун ер майдонининг рельефини кўрсатинг.
124. Лойиҳалаштириш давомида сунъий ёритилганликка қўйиладиган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
125. Болалар муассасаларининг бош режасида қандай масалаларга эътибор қаратилади.

126. СанМваҚ талабларига кўра кичик боғча ёшидаги болалар гуруҳ хоналарги қўйиладиган гигиеник талаблар тушутириб беринг.
127. МТМ биноти лойиҳалаштириш турларни кўрсатинг.
128. Харакат фаоллиги нима. Уни баҳолаш мезонларини тушутириб беринг.
129. Кунининг қайси вақтида кучли қўзғалувчанлик кузатилиди.
130. Динамик характери эга бўлган дарсларни баҳолаш усулларни кўрсатинг.
131. Қайси синамалар ёрдамида болаларнинг ақлий фаолияти баҳоланади.
132. Жамлама зичлигини баҳолаш усулларни кўрсатинг.
133. Устахонларда станокларнинг баландлиги қандай бўлиши керак.
134. КЛО нима ва қандай баҳоланади.
135. Болалар организмнинг функционал ҳолати ва ишлаш қобилиятини теклашнинг самарали дам олиш усулларни кўрсатинг.
136. Соғлом болаларда кунлик биоритм қандай текланади.
137. Куннинг қайси вақтида уйга вазифаларни бажариш мақсадга мувофиқ.
138. Иккинчи сменада ўқийдиган ўқувчилар уй вазифасини қачон тайёрлаши мақсадга мувофиқ.
139. Ўта чарчаш омилларни кўрсатинг.
140. «Гиперкинезия» келиб чиқиш сабабларини тушунтириб беринг.
141. «Кинезофилия» келиб чиқиш сабабларини тушунтириб беринг.
142. «Гипокинезия» келиб чиқиш сабабларини тушунтириб беринг.
143. Жисмоний тарбия дарсининг умумий зичлиги қандай баҳоланади.
144. Жисмоний тарбия дарсининг мотор зичлиги қандай баҳоланади.
145. Чиниқтиришнинг асосий мезонларига нималар киради.
146. Тренировка – нима...:
147. Жисмоний тарбия нима, унинг асосий вазифаларни тушунтириб беринг.
148. Жисмоний воситаларга қўйилган талабларни тушунтириб беринг.
149. Профессиограмма – бу...:
150. Ўзбекистонда ўсмирларни касбга йўналтириш мезонларни кўрсатинг.
151. Касбга йўналтиришда қайси усуллардан фойдаланилади.
152. Мехнат таълимга ўргатиш мезонларни кўрсатинг.
153. Касбга йўналтиришнинг алтернатив усулларни тушунтириб беринг.
154. Ишлаб чиқаришда қуйидаги зарарли омиллар мавжуд бўлса: ноқулай микроклим, газ, чанг, токсик моддалар билан мулоқат қиладиган ўсмирларда қайси касалликлар ман қилинади.
155. Касбий мактабларнинг ўқув юкмасига қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
156. Дурадгорлик устахонларининг хароратига қўйилган гигиеник талаблар.
157. Сузишга ўргатиш бассейнларига қўйилган гигиеник талаблар.
158. БЎМ хоналарида зарарли хидларни аниқлаш талабларни санаб беринг.
159. Полимер материалларга қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
160. БЎМ асосий хоналарида электрнинг солиштирма оғирлиги аниқлаш тартибини тушунтириб беринг.

161. Сузиш майдонидан синамалар олиш давомийлигини кўрсатинг.
162. БЎМ ер майдонидаги тупроқдан қандай синамаларга намуна олинади?
163. БЎМ ухлаш хонасидаги шовқин даражаси ва аниқлаш усуллари айтиб беринг.
164. Сертификат нима.
165. Қандай ҳолатларда маҳсулотларга ветеринар хулоаси керак.
166. Ошхона анжомарида маҳсулотларни ташишига рухсат бериладими?
167. БЎМ ошхона анжомларини зарарсизлантириш усулларни айтинг.
168. Каратин вақтида қанча муддатга идишларни зарарсизлантириш мумкин.
169. Назовите учётную форму «Протокола измерения освещённости»:
170. Ёритилганликни аниқлаш баённомасини протоколини тўлдириш тартибини тушунтириб беринг.
171. БЎМни текшириш тартибида БЎГ врачидан ташқари кимлар иштирок этади.
172. Паст ҳавонинг ҳаракат тезлигини аниқлаш асбобини иш принципини тушунтириб беринг.
173. Бактериологик синма учун олинган сувнинг ҳажми нимага боғлиқ.
174. БЎМ тупроқдан бактериологик синма учун олинadиган намуналарга қўйилadиган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
175. Суъний ёритилганлик куннинг қайси вақтларида аниқланади?
176. Соғломлаштириш оромгоҳларида оксилнинг кунлик меъёрини тушунтириб беринг.
177. Мехнат ва раҳат соғломлаштириш масканларида кунлик рационинг энергетик қиймати қанча бўлиши керак.
178. Мактаб спорт зали хароатига қўйилadиган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
179. БЎМ нон сақлаш шкафларни нима билан зарарсизлантиради. Нима мақсадда?
180. Боланинг тиббий хисоб картаси рақамини кўрсатинг.
181. БЎМ ҳавоси таркиби чангнинг миқдори қанча бўлиши керак.
182. Нурли истишга қўйилган гигиеник талабларни айтиб беринг
183. Жамоат санитар инстекторининг хисоб шакли ва унинг иш фаолиятига қўйилган гигиеник талабларни айтиб беринг.
184. Сувдан олинadиган синамалар ва хисоб шаклини тўлдиришга қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
185. Болалар ва ўсмирланинг функционал ҳолатини аниқлаш усулларни тушунтириб беринг.
186. Кегль нима.
187. Мактаб жихозларни танлашда қайси кўрсаткичларга эътибор қаратилади.
188. Мактаб жихозларига қўйилган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
189. Даср давомида ўқувчиларнинг ишлаш қобилиятига нимага боғлиқ.
190. Организминг биологик эҳтиёжини баҳолаш усулларни тушунтириб беринг.



191. Кетма-кет дарсларга қўйиладиган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
192. 5 кунлик мактабларга қўйиладиган гигиеник талабларни тушунтириб беринг.
193. Мактаб ўқувчилар кун тартибига қўйиладиган гигиеник талаблар.
194. Болалар ва ўсмирларни чиниқтиришнинг гигиеник мезонларни айтиб беринг.
195. Қайси асбоб ёрдамида болаларнинг чиниққанлик даражасига баҳо берилади.
196. Болаларни чиниқтиришда қайси воситалардан фойдаланилади.
197. Мактабгача таълим ёшидаги болалар жиҳозларига қайси талаблар қўйилади.
198. Мактаб дарсликларининг шрифтларига қўйиладиган гигиеник талаблар.
199. Мактаб ўқувчилар кийимлари матосига қўйиладиган гигиеник талаблар.
200. Мактаб врачининг асосий вазифаларни тушунтириб беринг.

**Тузувчилар: ТТА Болалар, ўсмирлар ва овқатланиш гигиенаси кафедраси мудири, тиббиёт фанлари доктори Н.Ж. Эрматов.  
Кафедра профессори профессор Г.И.Шайхова**