

**10– AMALIY MASHG‘ULOTI**  
**MAVZU. SOG‘LOM TURMUSH TARZI VA ZARARLI ODATLAR**

***Topshiriq va savollari:***

1. Alkogolizmni kelib chiqishi va tarqalish tarixini yoriting.

---

---

---

2. Etil spirti qanday fizik va kimyoviy belgilarga ega?

---

---

---

3. Alkogol modda organizmga qanday ta’sir ko’rsatadi?

---

---

4. Spirtli ichimliklarni ko’p iste’mol qilish qanday kasalliklarga olib keladi?

---

---

---

---

5. Alkogolizm kasalligini rivojlanish bosqichlarida sodir bo‘ladigan belgilarni yozing.

1 – bosqich – \_\_\_\_\_

---

---

2 – bosqich – \_\_\_\_\_

---

---

3 – bosqich – \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Alkogolizmni qanday davolash mumkin? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Alkogolizm va ichkilikbozlikka qarshi kurash bo'yicha qanday chora – tadbirlar qo'llanilgan (tarixda va O'zbekistonda)?

\_\_\_\_\_

8. Kompyuter, multimedia va uyali aloqa texnikalarining ijobiy tomonlarini yoritib bering. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. Kompyuter, multimedia va uyali aloqa texnikalaridan foydalanish gigienasiga rioya qilmaslik qanday oqibatlarga olib keladi?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

10. Internet global tarmog'idan foydalanishning ijobiy va salbiy tomonlarini ochib bering. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

11. Internet global tarmog'i orqali bo'ladigan ma'naviy taqditlarga nimalar kiradi?

\_\_\_\_\_

12. Qanday chora – tadbirlar yoshlarni kompyuter o'yinlariga, uyali telefonga va internet tarmoqlariga ruhiy bog'lanib qolishni oldini oladi?

\_\_\_\_\_