

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM
VAZIRLIGI O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG'LIQNI SAQLASH
VAZIRLIGI

TIBBIY TA'LIMNI RIVOJLANTIRISH MARKAZI
Qashqadaryo viloyati Shahrizabz Abu Ali Ibn Sino nomidagi jamoat
salomatligi texnikumi

“TASDIQLAYMAN”

Shahrizabz Abu Ali Ibn Sino nomidagi
jamoat Salomatligi texnikumi direktori

_____ U R Amirov
“_____” _____ 20223yil

“Valeologiya”

fani ishchi o'quv dasturi

Tayyorlov yo'nalishi: 50910401-“FARMATSIYA ISHI”
Kvalifikatsiya nomi: Farmasevt assistenti

2023 yil

O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy va o‘rta maxsus, kasb-hunar ta’limi yo‘nalishlari bo‘yicha o‘quv-uslubiy birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi kengashining 2023-yil ”11” avgustdagi 4-son yig‘ilishida ma’qullangan va Vazirlikning 2023-yil ”25” avgustdagi 391-son buyrug‘i bilan tasdiqlangan namunaviy o‘quv dasturi asosida ishlab chiqildi.

Tuzuvchi: Axmedova Roxila - Shahrisabz Abu Ali ibn Sino
nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
“Valeologiya”fani o‘qituvchisi.

Ichki taqrichi: Raxmonova Raxima. – Shahrisabz Abu Ali ibn Sino
nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
II - kasbiy fanlar kafedrasida mudiri.

Tashqi taqrizchi:

Modulning ishchi o‘quv dasturi № I-Kasbiy fanlar kafedrasida ko‘rib
chiqilib tasdiqlashga tavsiya etildi.

Kafedra mudiri: Gupronova Dilnoza

O‘TIBDO’: Qobilov M.

Uslubchi: Raximova D.

1. O'quv modulning o'qitilishi bo'yicha uslubiy ko'rsatmalar
“Valeologiya” moduli talabalarning, Nazariy bilimlar, amaliy ko'nikmalar, uslubiy yondashuv hamda ilmiy dunyoqarashini shakllantirib borish vazifalarini bajaradi.

2. Modulni o'qitish davomida rejalashtirilgan natijalar

2.1 O'quv modulining maqsadi: aholi orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish;

odam organizmini ichki imkoniyatlarini oshirib, salomatlikni saqlash va mustahkamlashga o'ynaltirilgan ijobiy hayot tarzini shakllantirish..

2.2 O'quv modulining vazifalari: Valeologiya fanining tibbiyotda tutgan o'rni haqida tushunchaga ega bo'ladilar;

- Hayot tuzilishi, hayot uslubi, hayot sifati haqida tushunchaga ega bo'ladilar;
- Muloqat va uning turlari, tibbiy xodimlar faoliyatida muloqat olib borish ko'nikmalari haqida tushunchaga ega bo'ladilar;
- Sanitariya ma'orifi haqida ma'lumotga ega bo'ladilar;
- Sog'lom turmush tarzining oila a'zolari salomatligiga ta'siri, uning tarkibiy qismlari haqida tushunchaga ega bo'ladilar;
- Dispanser ko'rigi haqida tushuncha, uning maqsad va vazifalari haqida ma'lumotga ega bo'ladilar

giyoxvandlik, tamaki maxsulotlarini iste'mol qilish va ichkilikbozlikni inson salomatligiga ta'siri, profilaktik tibbiyotning muammolari, salomatlikni asrash va mustahkamlash masalalarini aniqlash haqida ma'lumotga ega bo'ladilar..

2.3 Modul bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakalariga qo'yiladigan talablar

Talaba:

- Valeologiya fanining tibbiyotda tutgan o'rni.
- Hayot tuzilishi, hayot uslubi, hayot sifati tushunchalari.
- Ritorika haqida tushuncha.
- Muloqat va uning turlari, tibbiy xodimlar faoliyatida muloqat olib borish ko'nikmalari.
- Sog'lom turmush tarzining oila a'zolari salomatligiga ta'siri, uning tarkibiy qismlari.
- Dispanser ko'rigi haqida tushuncha, uning maqsad va vazifalari.
- Salomatlik darajasini baholash usullari.
- Ratsional ovqatlanishga qo'yiladigan talablar.
- Jismoniy mashqlar turlari va inson a'zolariga ularning ta'siri.
- Chiniqtirishning salomatlikka ta'siri, asosiy qoidalari, turlari va vositalari.
- Inson organizmiga psixosotsial holatning ta'siri.
- Balog'atga yetmasdan turmushga chiqish va homilador bo'lishning zararli oqibatlarini va oldini olish yo'llari.
- giyoxvandlik, tamaki maxsulotlarini iste'mol qilish va ichkilikbozlikni inson salomatligiga ta'siri. profilaktik tibbiyotning muammolari, salomatlikni asrash va mustahkamlash masalalarini aniqlashni ***bilishi kerak***;

3. Modul tuzilmasi

3.1 Modul yuklamasi va o'quv ishlar turlari

O'quvchining umumiy o'quv yuklamasi 72 soat, shu jumladan mashg'ulot turlari bo'yicha ajratilgan soatlar:

Semestr	Umumiy yuklama hajmi	Nazariy (soat)	Amaliy (soat)	Semenar	Mustaqil ta'lim (soat)	Nazorat turi va shakli	Kredit hajmi
I	72	38	6	4	24	Joriy nazorat, oraliq nazorat, yakuniy nazorat	2

3.2 Nazariy mashg'ulotlar

№	Mavzular	Soatlar hajmi	Egallashi shart bo'lgan kompetensiyalar kodi
1.	Valeologiya asoslari,tarixi. Valeologiya fanini boshqa ilmiy sohalar ichida tutgan o'rni.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
2	Salomatlik darajalari, ko'rsatkichlari. Birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi profilaktika.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
3	Sog'lom turmush tarzi va uning salomatlikni shakllantirishdagi ahamiyati.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
4.	Insonlarni individual xususiyatlari, organizm rezervlari va adaptatsiya	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
5.	Ritorika (nutqning) o'rta tibbiyot xodimlarning faoliyatidagi ahamiyati	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
6	Sog'lom turmush tarzini shakllanitirish bo'yicha o'tkaziladigan tadbirlarda tibbiyot xodimlari etika va deontologiyasi.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
7.	Sog'lom hayot tarzini shakllantirishga individual yondashuv tamoyillari	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
8	Dispanser ko'rigi haqida tushuncha, uning maqsad va vazifalari. Inson salomatligini mustahkamlashga qaratilgan standart va algoritmlar	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
9.	Aholi orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda hamshiraning o'rni.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
	Jami	18	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
	I-semestr amaliy mashg'ulot		UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
1	Maqsadli guruhlarini aniqlash Aholining turli guruhlarini salomatligiga ta'sir etuvchi	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10

	omillarni aniqlash		
2	Salomatlik darajasini baholashda qoʻllaniladigan populyatsion dasturlarni yaratish	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
3	Sogʻlom va tartibli ovqatlanish madaniyatini shakllantirish	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
	Jami	6	
	II-semestr		
1.	Ratsional ovqatlanishning valeologik tamoyillari	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
2	Psixoemotsional holatning roli va valeologik ahamiyati	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
3	Jismoniy tarbiyaning roli va valeologik ahamiyati. Yoshiga, jinsiga va salomatlik darajasiga munosib jismoniy faollik	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
4.	Jinsiy va reproduktiv salomatlikning valeologik ahamiyati	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
5.	Balogʻat yoshi haqida – ruhiy, jismoniy va jinsiy rivojlanish davri. Yoshlarda jinsiy tarbiyava madaniyatni shakllantirish	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
6.	Xulq atvor omillariga taʼsir etishni valeologik yondashuvi	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
7.	Giyohvandlikni oldini olishda zamonaviy valeologik yondoshuvlar	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
8.	Ichkilikbozlikni oqibatlari hamda uni oldini olishning chora-tadbirlari	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
9.	Tamaki mahsulotlarini chekishning oqibatlari hamda uni oldini olishning chora-tadbirlari	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
10.	OIV/OITS muammolarini oldini olishda valeologik yondashuvlar	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10
	Jami	20	
	II-semestr amaliy mashgʻulot		
1	Antistress dasturlar yaratish	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,KK-8 KK-9,KK-10

2	OIV/OITSni oldini olishning zamonaviy yoʻnalishlari va dasturlari.	2	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10
	Jami:	4	
		N-38 A-10	

4. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

№	Mustaqil ish mavzulari	ajratilgan soati	Kompetensiyalar	Turi	O'quv uslubi ta'minoti
	I semester				
1.	Tibbiyotda vrach-o'rta tibbiy xodim munosabatlaridagi yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Algoritm	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
2.	Tibbiyotda o'rta tibbiy xodim-bemor munosabatlaridagi yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Test	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
3.	Sog'lom turmush tarzi tushunchasi, uning asosiy maqsadi va vazifalari, sog'lom turmush tarzining oila a'zolari salomatligiga ta'siri	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Rasm	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
4.	Dispanser ko'rigi haqida tushuncha, uning maqsad va vazifalari.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Referat	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
5.	Inson salomatligi. Ijtimoiy va shaxsiy salomatlik. Aholi salomatligining ko'rsatkichlari.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Test	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
6.	Salomatlik darajasini oshirish yo'li bilan kasalliklarni birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi profilaktikasini	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Krossvord	www.med.uz , www.ziyonet.uz , www.google.uz , www.lex.uz

			10		
7.	- Individual salomatlikning mohiyati to`g`risidagi tushunchani o`rganish, modellarini izlab topish, baholash, prognoz qilish usullarini ishlab chiqish va hayotga tatbiq etish;	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Jadval	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
8.	-Aholi salomatligiga ta'sir etuvchi omillari, asosiy mezonlari; ijtimoiy muhit, hayot tarzi, atrof+muhit omillari, butun dunyo va O`zbekistonda feldsher hizmati haqida	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Referat	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
9.	Salomatlikka ta'sir etuvchi omillar.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Test	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
10.	Ratsional ovqatlanish — kasallikning oldini olish omilidir.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Algoritm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
11.	Bolalarni va homilador ayollarni ovqatlantirish.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Ma'ruza	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
12.	Aqliy va jismoniy mehnat qiluvchi kishilarning psixoemotsional holati.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Rasm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
	Jami	12			
	II semester				
1.	Psixologik ta'sir — davolash usuli sifatida.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Rasm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
2.	Reproduktiv huquq xaqida tushunchalari, reproduktiv salomatlikni muhofaza	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-	Algoritm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz

	qilishdagi tamoyillar		8, KK-8 KK-9, KK-10		www.lex.uz
3.	Jinsiy va reproduktiv salomatlik xaqida tushuncha, sog'lom bola tug'ilishini ta'minlash, jismoniy, sog'lom va ruhiy rivojlangan avlodni tarbiyalash asoslari.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Test	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
4.	Balog'atga etmagan qizlar organizmida rivojlanish davrlardagi o'zgarishlar va ular salomatligiga ta'sir etuvchi omillar	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Test	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
	Erta homiladorlik va tug'ruqlarni oldini olish. YOshlarda jinsiy madaniyatni shakllantirish yo'llari.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Rasm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
5.	Xulq-atvor haqida tushuncha. Xulq-atvorning inson salomatligiga ta'siri.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Algoritm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
6.	Insonning salomatligiga salbiy ta'sir etuvchi xulq-atvor omillari va ularni oldini olish chora-tadbirlari.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Test	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
7.	Aholi salomatligiga giyoxvandlikning ta'siri.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Test	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
8.	Aholining salomatligiga OIV/OITSni ta'siri.	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Rasm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
9.	Individual salomatlikni populyatsiya orqali salomatlik darajasini oshirish dasturini ishlab chiqish;	1	UK-1, UK-2, UK-3 UK-5, UK-8, KK-8 KK-9, KK-10	Algoritm	www.med.uz , www.ziynet.uz , www.google.uz , www.lex.uz

10.	- Patronaj xizmatini to'g'ri tashkillashtirish, aholi orasida sog'lom turmush tarzini yo'lga qo'yish;	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Test	www.med.uz , www.ziyounet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
11.	- Sog'liqni saqlashda sifatni nazorat qilish;	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Algoritm	www.med.uz , www.ziyounet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
12.	- Zararli odatlar,shaxsiy gigiena,oilada tozalikning muhim ekanligini feldsherlar tomonidan aholiga etkazib berish.	1	UK-1,UK-2,UK-3 UK-5,UK-8,UK-8 KK-9,UK-10	Test	www.med.uz , www.ziyounet.uz , www.google.uz , www.lex.uz
	Jami	12			

5. Modul bo'yicha talabalar bilimni nazorat qilish va baholash mezonlari

5.1 Talabalarning modul bo'yicha nazariy bilimni nazorat qilish va baholash mezonlari

(shakllari va nazorat turlari bo'yicha JN, ON, YAN)

№	Baholash usullari	Baholash mezonlari	Baholash shkalasi
1	YOzma, og'zaki, savol-javob, test, yozma ish, tezkor testlar	Faol qatnashib, to'liq ma'lumot beradi, (mustaqil xulosa qilish va qaror qabul qilish, mustaqil mushoxada yuritishi, mavzu mohiyatini tushunish, bilish, aytib berish, tasavurga ega bo'lish)	5 (a'lo)
		Faol qatnashib, noto'liq ma'lumot beradi (mavzu mohiyatini tushuntirish, bilish, aytib berish, tasavurga ega bo'lish)	4 (yaxshi)
		Passiv qatnashib, qisman ma'lumot beradi	3

		(mavzu bo'yicha tasavurga ega bo'lish)	(qoniqarli)
		Passiv qatnashib, umuman ma'lumot bermaydi (anq tasavvurga ega bo'lmaslik, bilmaslik)	2 (qoniqarsiz)

Test savollari uchun:

18-20 javob tugri 85-100% (10 ball) «5» baxo

15-17 javob tugri 71-84% (8-9 ball) «4» baxo

11-14 javob tugri 51-70% (6-7 ball) «3» baxo

1-10 javob tugri 0-50% (1-5 ball) «2» baxo

5.2 Talabalarning modul bo'yicha amaliy bilimini nazorat qilish va baholash mezonlari

№	Baholash usullari	Baholash mezonlari	Baholash shkalasi
1	YOzma, og'zaki, savol-javob, test, amaliy topshiriqlar	Olgan bilimlarini bemorlar bilan ishlaganda qo'llay oladigan teri va tanosil kasalliklar fanini anatomiya, farmakologiya, mikrobiologiya, yuqumli kasalliklar, pediatriya, terapiya, xirurgiya, hamshiralik isi asoslari fanlari bilan bog'lay oladigan, mustaqil ish vazifalarini to'liq bajargan, o'tilgan kasalliklar bo'yicha statistic ma'lumot to'play oladigan, mavzuni hayot bilan bog'laydigan, o'zining odob ahloqida va diantologiya qoidalariga amal qila	5 (a'lo)

	oladigan o'quvchilarga.	
	Oquv ko'rgazmali qurollar va texnik vositalardan foydalana oladigan, olgan bilimlarini tibbiyot sohasida o'rmini to'g'ri tushungan, mustaqil amaliy ko'nikmalar algoritmini bajara oladigan va tushuntirib bera oladigan o'quvchilarga.	4 (yaxshi)
	Darslarda 95 % gacha qatnashgan, mavzular matnini amaliy ko'nikmalar algoritmini yozgan, kundalik to'ldirish qoidalariga rioya qilgan. O'quv qurollari to'liq bo'lgan, adabiyotlardan foydalanishni bilgan o'quvchilarga.	3 (qoniqarli)
	Ta'lim standartlarida belgilangan bilim va ko'nikmalarni 55% dan kam o'zlashtirgan o'quvchilarga.	2 (qoniqarsiz)

Izoh: Amaliy darslarda hamma o'quvchi albatta baholanadi va natija o'tish balidan(3 ball) past bo'lganda qayta nazorat belgilanadi

Tavsiya etiladigan adabiyotlar ro'yxati Prezident asarlari

1. [SHavkat Mirziyoev. «Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz» 1-jild](#) Toshkent : O'zbekiston, 2017.
2. SHavkat Mirziyoev. "Erkin va farovon davlat barpo etpmiz" Toshkent O'zbekiston, 2017
3. [SHavkat Mirziyoev. "Erkin va farovon davlat barpo etamiz"](#) Toshkent "O'zbekiston", 2017.
4. [SHavkat Mirziyoev. Qonun ustuvorlig va inson manfaatlarini ta'minlash](#) 2016 yil 7 dekabr

1. Irgashev SH.B. "Valeologiya". Toshkent, 2015
2. Irgashev SH.B. "Meditsinskaya valeologiya". Tashkent, 2012

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Avitsenna. Kanon vrachebnoy nauki.
2. Irgashev SH.B., Tursunxodjaeva L.A., «Pervichnaya profilaktika narkozavisimosti sredi uchashixsya obrazovatel'nyx shkol». Uchebno-

metodicheskoe posobie dlya uchiteley, Ministerstvo zdravooxraneniya Respubliki Uzbekistan, Tashkent 2011.

3. Karimov I.A. “Demokratik isloxatlarni yanada chuqurlashtirish va fuqorolik jamiyatini shakllantirish – mamlakatimiz taraqqiyotining asosiy mezonidir”. Toshkent 2011.
4. Karimov I.A. “O‘zbekiston mustaqillik erishish ostonasida”. Toshkent 2011.
5. Irgashev SH.B. «Valeologicheskie prinsipy ratsionalnogo pitaniya». Tashkent – 2010 g. Metodicheskie rekomendatsii
6. Lisitsyn YU.P. «Общественное здоровье и здравоохранение. Учебник. Москва, 2010.
7. Irgashev SH.B. «Современные направления формирования здорового образа жизни среди населения». 2008g, Metodicheskoe posobie
8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2009 yil 13 apreldagi “Sog‘lom avlodni shakllantirish, onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish bo‘yicha qo‘shimcha choralar to‘g‘risida”gi PQ-1096-sonli qarori
9. Karimov I.A. «YUksak ma’naviyat – engilmas kuch”. Toshkent 2008 y.
10. “YOshlar yili” Davlat dasturi (2008 y.);
11. “Ijtimoiy muhofaza yili” Davlat dasturi (2007 y.);
12. “Sihat-salomatlik yili” Davlat dasturi (2005 y.);
13. “Sog‘lom avlod yili” Davlat dasturi (2002 y.)
14. “Ona va bola yili” Davlat dasturi (2000 y.);
15. Internet saytlar

www.ZiyoNet

www.Google.ru

www: tma.uz.

www.mediasphera.ru

www.medvuz.ru.

