

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG‘LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI  
RESPUBLIKA O‘RTA TIBBIYOT VA FARMASEVTIKA XODIMLARI  
MALAKASINI OSHIRISH VA ULARNI IXTISOSLASHTIRISH MARKAZI**

**«KELISHILDI»**

Respublika o‘rta tibbiyot va  
farmasevtika xodimlari  
malakasini oshirish va ularni  
ixtisoslashtirish markazi

hududiy xay’at raisi  
M. Xakimova



*M. Xakimova* 2025 y.

**« TASDIQLAYMAN»**

Respublika o‘rta tibbiyot va  
farmasevtika xodimlari malakasini  
oshirish va ularni ixtisoslashtirish  
markazi direktori

L.X. Musadjanova



«12» *Musadjanova* 2025y.

**Bilimlar sohasi: Sog‘liqni saqlash**

**Davolash badantarbiya instruktori**

(sikli bo‘yicha ixtisoslashtirish guruhlari uchun)

**O‘QUV DASTURI**

**(216-kredit )**

**Toshkent – 2025 yil**

**TUZUVChILAR:**

U.B.Ergasheva

Respublika o'рта tibbiyot va farmasevtika xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi uslubchisi

D.R.Tagayeva

Respublika ixtisoslashtirilgan terapiya va tibbiy rehabilitatsiya ilmiy -amaliy tibbiyot markazi Davolash jismoniy badantarbiya bo'limi shifokori

**TAQRIZChILAR:**

Z.Z.Imamova

Respublika o'рта tibbiyot va farmasevtika xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi o'quv ishlari bo'yicha direktor o'rinbosari

M.M.Saidova

Respublika ixtisoslashtirilgan terapiya va tibbiy rehabilitatsiya ilmiy -amaliy tibbiyot markazi Davolash jismoniy badantarbiya bo'limi mudiri

O'quv dasturi Respublika o'рта tibbiyot va farmasevtika xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazining Pedagogik kengashida ko'rib chiqildi va tasdiqlashga tavsiya etildi.

« 9 » 12 2025 .y.

bayonnoma № 6

Pedagogik kengash raisi



L.X.Musadjanova

O'quv dasturi direktorlar kengashida ko'rib chiqildi, muhokama qilindi, tasdiqlashga tavsiya etildi.

« 12 » 12 2025 .y.

bayonnoma № 5

## **Kirish**

Mazkur namunaviy o'quv dasturi O'zbekiston Respublikasida o'rta tibbiyot xodimlarini qayta tayyorlash, ixtisoslashtirish, tibbiyot muassasalarida hamshiralik ishini xalqaro andozalarga mos tarzda tashkil etish borasida zamonaviy tizimni yaxshilash maqsadida yaratilgan. O'quv dastur O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 6 maydagi "Tibbiyot va farmatsevtika ta'limi va ilm-fani tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ- 4310-son va 2020 yil 7 apreldagi "Tibbiy-sanitariya sohasida kadrlarni tayyorlash va uzluksiz kasbiy rivojlantirishning mutlaqo yangi tizimini joriy etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ 4666-sonli qarorlari, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 19 may 2021 yildagi "O'zbekiston Respublikasida xorijiy tillarni o'rganishni ommalashtirish faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqish chora -tadbirlari" PQ-5117 sonli qarori, O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligining 2020 yil 15 iyundagi 160-sonli "Tibbiy-sanitariya va farmatsevtika kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini tashkil etish bo'yicha meyoriy hujjatlarni yanada takomillashtirish to'g'risidagi" buyrug'i ijrosini ta'minlash, doirasida yaratilgan. Dastur O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi tamonidan 2015 yili 24 avgustdagi "O'rta tibbiyot va dorishunos xodimlarni malakasini oshirish va ixtisoslashtirishdan o'tkazish to'g'risida"gi 336-buyrug'iga asosan, tibbiyot xodimlarini "Davolash jismoniy tarbiya instruktoriga 216 kredit ixtisoslashtirish uchun mo'ljallangan bo'lib, unda o'quv fanining mazmuni, uni o'zlashtirish shakli va usullari mujassamlashtirilgan.

Ushbu dastur bo'yicha "Davolash jismoniy tarbiya instruktoriga" ixtisoslashtirish guruhlarida Respublika davolash profilaktika muassasalarida turli yo'nalishlarda faoliyat olib borayotgan, keyinchalik rehabilitatsiya bo'limlarida ish olib borishni rejalashtirgan, tibbiyot kollejini davolash, akusherlik, hamshiralik ishi yo'nalishlari bo'yicha diplomga ega bo'lgan o'rta tibbiyot xodimlari o'qitiladi.

Dastur mazmunida nazariy bilimlarni amaliy ko'nikmalar orqali mustahkamlash va chuqur bilimlarni egallash alohida e'tiborga olingan. Dasturda fanlar modullarga ajratilgan bo'lib, kasbiy rivojlanish moduli fanlari hamda mutaxassislik fanlar bo'yicha ta'lim olayotganlarning har tomonlama kasbiy, ma'naviy va siyosiy dunyoqarashlarini kengaytirishga qaratilgan yangiliklar, shuningdek, sog'liqni saqlash tizimidagi islohatlar, tibbiyot sohasining ilm – fani va amaliyotining rivojlanishi tendensiyalari va yutuqlari, yangi texnika va texnologiyalari to'g'risida ma'lumotlar kiritilib, tibbiy ta'limda uzluksizligi va uzviylikini, fanlar va bo'limlarni ketma-ketligini ta'minlangan holda tinglovchilarni mustaqil ishlashga va fikrlashga qaratilgan o'quv materiallarini qamrab olgan.

### **1.1. Maqsad:**

O'qish natijasida o'rta tibbiyot xodimlarining mavjud kompetensiyalarini takomillashtirish va kasbiy faoliyat uchun zarur yangi bilim va ko'nikmalarni egallash va kasbiy darajasini oshirish. Shifoxona, shifomaskan (sanatoriy) va ambulator (poliklinika) sharoitida turli kasalliklar bilan kasallangan bemorlarni

davolashda, asoratlarni oldini olishda va profilaktika maqsadida fizikaviy va davolovchi jismoniy tarbiya usullarni qo'llanishini o'rgatish. Aholini salomatligini yaxshilash va mustaxkamlash, mavjud kompetensiyalarini takomillashtirish va kasbiy faoliyat uchun zarur yangi bilim va ko'nikmalarni egallash, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchi insonlarni sog'lig'ini saqlash, mustahkamlash, kasallik va patologik holatlarni davolash-profilaktik chora tadbirlarni amalga oshirish. O'qish natijasida o'rta tibbiyot xodimlarining mavjud kompetensiyalarni takomillashtirish va kasbiy faoliyat uchun zarur yangi bilim va ko'nikmalarni egallash va kasbiy darajasini oshirish. Ushbu yo'nalishda faoliyat olib borishni istagan hamshiralarni har tomonlama yetuk, yetarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlariga erishish, ular faoliyatini yanada takomillashtirish.

### **1.2. Vazifalar:**

- Sog'liqni saqlash bo'yicha asosiy qonunlarni, amaldagi direktiv hujjatlarni hamshiralarni ish faoliyatida qo'llay bilishni o'rgatish;
- aholini mavjud xavf omillaridan kelib chiqib, xavf guruhlariga bo'lish;
- zamonaviy klinik protokollar, tibbiyot sohasidagi yangiliklar, va standartlar bilan tanishtirib, ular asosida amaliy ko'nikmalarini shakllantirish;
- etika va deontologiyaning zamonaviy jixatlarini shakllantirish;
- jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchilarni dispanser kuzatib turish (kuzatish, kasallikni aniqlab davolash va oldini olish)ni o'rgatish.
- jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchilarni tibbiy ko'rikdan o'tkazishni o'rgatish;
- o'quv-mashq darslarini shifokor bilan birga nazorat qilish, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish sharoitlari ustidan doimiy sanitariya nazoratini o'tkazib borishni o'rgatish;
- aholining jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishini targ'ibot qilish;
- kasalliklar tufayli buzilgan funksiyalarni kayta tiklaydigan va kompensatsiya qiladigan maxsus davolovchi tadbirlarni bemorlarga individual holda ishlab chiqarish;
- aholini salomatlik holati, yoshi, tana vazni, bajaradigan ish faoliyatiga mos holda xar bir bemorga mos keladigan individual davolovchi jismoniy tarbiya dasturini tuzishni o'rgatish;
- aholi o'rtasida tibbiy madaniyatni oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, profilaktik chora tadbirlarni amalga oshirish orqali ko'p tarqalgan kasalliklarni oldini olishga o'rgatish;
- jismoniy faollik va zararli odatlar to'g'risida maslahat berish asosiy tamoyillarini o'rgatish;
- kechiktirib bo'lmaydigan holatlarda bemor ahvolini baholash, asoratlarni oldini olish chora-tadbirlarini qo'llay olish;
- bemorlar hayotiga xavf soluvchi patologik xolatlar va ularga olib keluvchi xavf omillarida shoshilinch tez tibbiy yordam ko'rsatish bo'yicha nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni mukamallashtirish.

### **1.3. Ta'lim oluvchilar toifasi (kontingenti):**

O‘quv dasturi Respublika davolash profilaktika muassasalari turli yo‘nalishlarida faoliyat olib borayotgan, keyinchalik reabilitatsiya bo‘limlarida faoliyat olib borishni rejalashtirgan, tibbiyot kollejni davolash, akusherlik, hamshiralik ishi yo‘nalishlari bo‘yicha mutaxassisligini *tasdiqlovchi hujjati* bo‘lgan o‘rta tibbiyot xodimlari uchun mo‘ljallangan.

#### **1.4. O‘quv dasturni o‘zlashtira olish uchun zarur bo‘lgan tinglovchi kompetensiyasi:**

- Tibbiy etika va deontologiyani amalda qo‘llay oladigan, notiqlik san’atining asoslarini amaliyotda qo‘llay olishi;
- amaldagi meyoriy xujjatlar bilan ishlash, soxa bo‘yicha zamonaviy yutuqlardan xabardor bo‘lib, uni amalda qo‘llay olish qobiliyatiga ega bo‘lishi;
- mutaxassislik bilimlarini doimo boyitib borish, yangi axborotlarni o‘rganish, yangi ma’lumotlarni izlab topish, ularni qayta ishlash va o‘z faoliyatida qo‘llay bilishi;
- kasbiy faoliyatni amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan bilim, ko‘nikma va malakalarni egallash va ularni amalda qo‘llay olishi;
- kasbiy faoliyatda subyektlar bilan muloqotga kirisha olish, sog‘lom psixologik muhitni yarata olish, turli salbiy psixologik ziddiyatlarni o‘z vaqtida angelay olish va bartaraf eta olish;
- kasbiy o‘shirishga erishish, malaka darajasini oshirib borish, kasbiy faoliyatda o‘z ichki imkoniyatlarini namoyon qilish, zamonaviy vosita, texnika va texnologiyalardan foydalana olish;
- kechiktirib bo‘lmaydigan holatlarda shifokorgacha birinchi tibbiy yordam ko‘rsatish bilim va ko‘nikmalariiga ega bo‘lishi.

#### **1.5. Dasturning dolzarbligi:**

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 6 maydagi “Tibbiyot va farmatsevtika ta’limi va ilm-fani tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-4310 -son va 2020 yil 7 apreldagi “Tibbiy–sanitariya sohasida kadrlarni tayyorlash va uzluksiz kasbiy rivojlantirishning mutlaqo yangi tizimini joriy etish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-4666-sonli qarorlari, O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligining 2020 yil 15 iyundagi №160 “Tibbiy-sanitariya va farmatsevtika kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini tashkil etish bo‘yicha meyoriy hujjatlarni yanada takomillashtirish to‘g‘risidagi”, buyrug‘i ijrosini ta’minlash, uzluksiz kasbiy ta’lim tizimida tibbiy kadrlarni qayta tayyorlash va ixtisoslashtirish, o‘rta tibbiyot xodimlarini o‘z sohasining yetuk mutaxassislari sifatida shakllantirish.

**1.6. Dastur hajmi:** 216 kredit (kuniga 6 kredit, haftada 36 kredit).

#### **1.7. O‘qish shakli:**

- kunduzgi - o‘qish ishdan ajralgan holda
- on/offline, masofaviy / a‘nanaviy o‘qish ishdan ajralgan/ ajralmagan holda

**1.8. Mashg‘ulotlarni o‘tish tartibi:** Mashg‘ulotlar “Tibbiy-sanitariya va farmatsevtika kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini tashkil etish to‘g‘risidagi” O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligining 2020 yil 15 iyundagi 160-sonli buyrug‘i va markazning ichki tartib-qoidalari asosida

rejalashtiriladi va amalga oshiriladi. Mashg‘ulotlar 9<sup>00</sup> da boshlanib, 13<sup>40</sup> da tamom bo‘ladi. Tushlik - 30 daqiqa.

Kuniga 6 kreditdan, haftasiga 36 kredit. Umumiy- 216 kredit

**1.9. Malaka oshirishdan so‘ng:** o‘quv kursni to‘liq o‘zlashtirgan va yakuniy attestatsiyani topshirgan tinglovchilarga “Davolash jismoniy tarbiya instruktori” yo‘nalishi bo‘yicha 216 kredit ixtisoslashtirishdan o‘tganligi haqida Davlat talablari namunasidagi sertifikat taqdim etiladi.

## **2. REJALASHTIRILAYOTGAN TA'LIM NATIJALARI**

**2.1. Rejalashtirilayotgan ta'lim natijalaridan so‘ng takomillashtirilishi (yangilanishi) lozim bo‘lgan kasbiy kompetensiyalar:**

- o‘rta tibbiyot xodimining fikrlash, tahlil va sintez qilish, jamoa bilan ishlash va uni boshqarish, intizomlilik, boshlagan ishini mantiqiy yakuniga yetkazishga tayyorligini rivojlantiradi;
- o‘z-o‘zini baholash, tanqidiy tahlil qilish va to‘g‘ri qarorlarni qabul qilish, ona - bolalar sog‘lig‘ini saqlash va mustahkamlash doirasida, aholi orasida tibbiy madaniyat, sog‘lom turmush tarzi, kasallik rivojlanishining oldini olish borasida profilaktik sanitariya targ‘ibot tadbirlarni olib borish, sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini shakllantirishda innovatsion texnologiyalarni keng tadbiq etish;
- hamkasblar, hamshiralalar va kichik tibbiy xodimlar, bemorlar va qarindoshlar bilan muloqotda tibbiy faoliyatning axloqiy va deontologik jihatlarini amalga oshirishga tayyorligi va amalga oshirishi;
- intizomiy, ma‘muriy, fuqarolik, jinoiy javobgarlikni amalga oshirayotganda tibbiy xatolarning oldini olish bo‘yicha o‘z faoliyati natijalarini tahlil qilish tayyorligi va amalga oshirishi;
- so‘rov o‘tkazish, jismoniy ko‘rikdan o‘tkazish, ambulator va statsionar bemorlarga tibbiy xujjatlarni to‘g‘ri rasmiylashtirish;
- bemorlarni tashxislashda foydalaniladigan tibbiy va texnik jihozlar bilan ishlash, shaxsiy kompyuter texnologiyalari, turli manbalardan ma‘lumot olish, global kompyuter tarmoqlarida ma‘lumotlar bilan ishlash imkoniyati va istagi oshadi;
- kasallikni erta va yashirin turlarini, havf omillarini aniqlash uchun zamonaviy birlamchi, ikkilamchi profilaktik ishlarni amalga oshirish;
- so‘rov o‘tkazish, jismoniy ko‘rikdan o‘tkazish, ambulator va statsionar bemorlarga tibbiy kartani yozish;
- aholi salomatligini mustahkamlash, sog‘lomlashtirish, davolash va profilaktikasi asoslari bo‘yicha bilim va ko‘nikmalari oshadi;
- jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanuvchi shaxslarni doimo tibbiy tekshiruvlardan o‘tkazib, saralash va nazorat qilish ko‘nikmalari yangilanadi;
- kasallikni erta va yashirin turlarini, havf omillarini aniqlash uchun zamonaviy birlamchi, ikkilamchi profilaktik ishlarni amalga oshirish qobiliyati yangilanadi;
- reabilitatsiya davomida bemorlarni ahvolini baholash ko‘nikmalari yangilanadi;
- reabilitatsiyaga tegishli meyoriy hujjatlarni sifatli yuritadi;
- tibbiy-ijtimoiy va hamkorlik faoliyatini olib borish, kelishmovchiliklarni hal etish, hamkasabalar, patsiyentlar va ularning yaqinlari bilan to‘g‘ri muloqot qilish;
- kasallikni erta va yashirin turlarini, havf omillarini aniqlash uchun zamonaviy

- birlamchi, ikkilamchi profilaktik ishlarni amalga oshirish;
- reabilitatsiya usullarni ketma ketligi va bosqichlarni bilish, unda olib boriladigan tadbirlarni o‘tkazishni amalga oshirish;
  - jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanuvchilarni tibbiy ko‘rikdan o‘takazish, fiziologik o‘zarishlarni bilishi;
  - funksional sinamalarni o‘tkazishi;
  - antropometrik o‘lchovlarni olishi;
  - shug‘ullanuvchining organizmiga jismoniy yuklamaning ta‘sirini kuzatish va o‘rganish qobiliyati oshadi;
  - davolovchi jismoniy tarbiyaning umumiy asoslari, shakllari va vositalari, xarakter faolligi tushunchasi, kasalliklarni profilaktikasidagi o‘rnini bilish;
  - inson salomatligini saqlash hamda uni tiklashda jismoniy tarbiya mashqlari va xarakter faolligini samarali omillardan biri ekanligini bilish;
  - davolovchi jismoniy tarbiyani organizmga fiziologik ta‘sirini, ularni turli yoshdagi sog‘lom odamlarda hamda, bemorlarda qo‘llash metodikasini
  - jismoniy yuklamalardan noratsional foydalanilganda kelib chiqadigan asoratlarning oldini olish qobiliyati oshadi;
  - shoshilinch holatlarni o‘z vaqtida tashhislash, birlamchi tezkor yordamni amalga oshirish, o‘rnatilgan tartibda hujjatlashtirish ko‘nikmalarini mustahkamlaydi.

### 3. DASTUR MAZMUNI

#### 3. “Davolash jismoniy tarbiya instruktori” dasturi ixtisoslashtirish kursi o‘quv rejasi

№	Modul va mavzular nomi	Kredit	Auditoriya mashg‘ulotlari		Attestatsiya
			Nazariy mashg‘ulot	Amaliy mashg‘ulot	
<b>1.0</b>	<b>Kasbiy rivojlantirish moduli</b>	<b>54</b>	<b>32</b>	<b>22</b>	
<b>1.1</b>	Modul: 2019-2025 yillarda O‘zbekiston Respublikasining Sog‘liqni saqlash tizimini yanada rivojlantirish konsepsiyasining maqsadlari, vazifalari va asosiy yo‘nalishlari.	6	6	-	
<b>1.2</b>	Modul: Tibbiyotda zamonaviy axborot kommunikatsion texnologiyalari	6	2	4	
<b>1.3</b>	Modul: Xorijiy til	6	2	4	

1.4	Modul:Sog'liqni saqlash tizimidagi islohotlar va amaldagi meyoriy hujjatlar.	6	6	-	
1.5	Modul:Sanitariya epidemiologik tartib meyorlari va infeksiyon nazorat	6	4	2	
1.6	Modul:Hamshiraning shaxslararo kommunikativ munosabatlari	6	4	2	
1.7	Modul:Sog'lom turmush asoslari, to'g'ri ovqatlanish mezonlari va jismoniy faollik	6	2	4	
1.8	Modul:Favqulotda holatlarda tez tibbiy yordam ko'rsatish.	12	6	6	
2.0	<b>Mutaxassislik fanlar moduli</b>	<b>156</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	
2.1	Modul:Davolovchi jismoniy tarbiya fanining maqsad va vazifalari. Umumiy asoslari,shakllari va vositalari. Jismoniy tarbiya dasturini tuzish prinsiplari.	12	4	8	
2.2	Modul:Yurak qon-tomir tizimining kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyani zamonaviy usullari.	18	6	12	
2.3	Modul:Nafas olish a'zolari tizimi kasalliklarida jismoniy mashqlarning qo'llanilishi va ahamiyati.	18	6	12	
2.4	Modul:Hazm a'zolari va moddalar almashinuvi buzilishi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning shakl va vositalari.	18	6	12	
2.5	Modul:Asab tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning ahamiyati.	24	8	16	
2.6	Modul:Tayanch harakat tizimi shikastlanishlari va kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning qo'llanilishi va xususiyatlari.	24	12	12	
2.7	Modul: Akusherlik va ginekologik kasalliklarda davolovchi jismoniy tarbiya.	12	4	8	
2.8	Modul: Pediatriyada davolovchi jismoniy tarbiyaning xususiyatlari, qo'llanishi va zamonaviy yondashuvlar.	30	10	20	

	<b>Attestatsiya</b>	<b>6</b>			<b>6</b>
	<b>Jami:</b>	<b>216</b>	<b>88</b>	<b>122</b>	<b>6</b>

**“Davolash jismoniy tarbiya instruktori” ixtisoslashtirish kursi o‘quv modullarining mazmuni**

**1.1.Modul. 2019-2025 yillarda O‘zbekiston Respublikasining Sog‘liqni saqlash tizimini yanada rivojlantirish konsepsiyasining maqsadlari, vazifalari va asosiy yo‘nalishlari.**

Sog‘liqni saqlash tizimini rivojlantirishning maqsad va vazifalari. Sog‘liqni saqlash tizimida olib borilayotgan keng ko‘lamli islohotlar. 2019-2025 yillarda O‘zbekiston Respublikasining Sog‘likni saqlash tizimini rivojlantirish konsepsiyasining maqsadi va vazifalari. Onalar va bolalarga tibbiy yordam ko‘rsatish tizimini takomillashtirish borasida amalga oshirilayotgan islohotlar. Davlat-xususiy sheriklik va tibbiyot turizmini rivojlantirish borasida amalga oshirilayotgan islohotlarning mazmun, mohiyati. Sog‘liqni saqlash tizimini tashkil etishning yangi moduli va davlat tibbiy sug‘urtasi mexanizmining xuquqiy asoslari. Korrupsiyaga qarshi kurashishning asosiy prinsiplari va korrupsiyaga qarshi kurashish sohasidagi davlat siyosatining asosiy yo‘nalishlari.

**1.2.Modul. Tibbiyotda zamonaviy axborot kommunikatsion texnologiyalari.**

Tibbiyot sohasida kompyuter texnologiyalaridan foydalanishdagi nazariy va amaliy bilimlar. Tibbiyotda qo‘llanilayotgan fizik va matematik modellar to‘g‘risidagi zamonaviy nazariy bilimlar. Tibbiy statistik ma‘lumotlarni to‘g‘ri tahlil qilish va ulardan kasallikning oldini olish yoki davolashda qo‘llash. Axborot texnologiyalaridan foydalanish borasida amaliy ko‘nikmalarga ega bo‘lish, internet tarmog‘ida ishlash, axborot qidirish va ulardan foydalanish, tibbiyot axborot tizimlari hususiyatlari, ma‘lumotlar bazasini tashkil etish, ekspert tizimlari va axborot xavfsizligi asoslarini bilish.

**1.3.Modul. Xorijiy til.**

Ingliz tilini o‘qitishning maqsadi va vazifalari. Ingliz tilini tibbiyot hamshiralari ish faoliyatlaridagi o‘rni. Ingliz tili alifbosidagi harflar va asosiy qo‘llaniladigan terminlar. Ularning so‘zlarda qo‘llanishi. Ingliz tilida 1dan 1000gacha bo‘lgan sonlarning nomlanishi. Kishilik olmoshlari haqida ma‘lumot. ”To be , to have ” fe‘llarining darak, so‘roq va inkor shakllarida qo‘llanilishi. Ingliz tilida o‘zini tanishtirish va ularni og‘zaki nutqda qo‘llash. Tana a‘zolarining nomlanishi. Tibbiyotda ko‘p uchraydigan kasalliklar, kasallik belgilari hamda tibbiyot mutaxassislarining nomlarini ingliz tilidagi talaffuzi. Ularni og‘zaki nutqda ishlatilishini amaliy mashqlar yordamida o‘rgatish va qo‘llash.

**1.4. Modul. Sog‘liqni saqlash tizimidagi islohotlar va amaldagi meyoriy hujjatlar.**

Sog‘liqni saqlash tizimini Davlat dasturlari, sog‘liqni saqlash tizimi islohotlariga oid Prezident Farmonlari va Vazirlar Mahkamasining qarorlari. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash tizimini isloh qilishni asosiy yo‘nalishlari. Birlamchi tibbiy sanitariya yordamini isloh qilish. Onalik va bolalikni muhofaza qilish tizimini milliy modulini yaratish. Shoshilinch tibbiy yordamni samarali va to‘liq tizimini yaratish. Aholiga ixtisoslashtirilgan tibbiy yordamni rivojlantirish. Ijtimoiy ahamiyatga ega bo‘lgan kasalliklarga qarshi kurashish chora-tadbirlarini takomillashtirish. Tibbiyot kadrlarini tayyorlash tizimini takomillashtirish. Respublikada epidemiologik barqarorlikka erishish va uni ushlab turish. Davlat xususiy- sheriklik va tibbiyot turizmini rivojlantirish borasida islohotlarning mazmun mohiyati. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 12-noyabrdagi “Sog‘likni saqlash tizimini tashkil etishning yangi modeli va davlat tibbiy sug‘urtasi mexanizmlari. Sog‘liqni saqlash tizimini tashkil etishning yangi moduli va davlat tibbiy sug‘urtasi mexanizmining xuquqiy asoslari. Sog‘liqni saqlash tizimidagi meyoriy hujjatlar.

#### **1.5. Modul. Sanitariya epidemiologik tartib meyorlari va infeksiyon nazorat.**

Davolash profilaktika muassasalarida shifoxona ichi infeksiyasini oldini olish borasida qabul qilingan normativ hujjatlar. Shifoxona ichi infeksiyasini oldini olishda hamshiralarning vazifalari. Tibbiy muolajalar orqali yuqadigan kasalliklarni oldini olish. Yuqumli kasalliklar (o‘ta havfli va karantin infeksiyalar, OITS)ni tarqalishini oldini olish. OIV/OITSGa oid normativ hujjatlar. OIV etiologiya va patogenezi, epidemiologiyasi. OIV/OITS infeksiyasi. Kasalliklardan (COVID19) himoyalash tamoyillari. Himoya kiyimlari va ulardan foydalanish tartibi.

#### **1.6. Modul. Hamshiraning shaxslararo kommunikativ munosabatlari**

Jamiyat va bemorning salomatligi yo‘lida halol mehnat qilish, har qanday sharoitda ham tibbiy yordam ko‘rsatish. Bemorga diqqat e‘tibor va g‘amxo‘rlik bilan munosabatda bo‘lish va o‘zining barcha xatti-harakatlarida yuksak insoniy qoidalarga rioya qilish. Jamoada, individual va turli guruhlarda shaxslararo muloqot madaniyati. Kasbning oliyjanob an‘analarini saqlash.

Ichki madaniyat qoidalari, intizomga rioya qilish. Jamoat mulki tushunchasi va unga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo‘lish. Hamjihatlik va kollegiallik tuyg‘ulariga rioya qilish.

#### **1.7. Modul. Sog‘lom turmush asoslari, to‘g‘ri ovqatlanish mezonlari va jismoniy faollik.**

Sog‘lom turmush tarzini tashkil etish asoslari. Sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda maqsadli guruhlar bilan ishlash. Atrof muhit va ekologik omillarning salomatlikka ta‘siri, to‘g‘ri ovqatlanish prinsiplari, kun tartibini to‘g‘ri tashkil etish, jismoniy faollik va chiniqishning salomatlikdagi ahamiyati, zararli odatlarning organizmga ta‘siri, tibbiy ko‘riklarni tashkil etish va aholini jalb etish.

#### **1.8. Modul. Favqulotda vaziyatlar va shoshilinch holatlarda tez tibbiy yordam ko‘rsatish.**

Favqulotda vaziyatlar, halokatlar haqida asosiy tushunchalar. Favqulotda vaziyatlar tasnifi, uning turlari, kelib chiqish sabablari, manbalari. Tibbiy evakuatsiya bosqichlari. Favqulotda vaziyatlarda fuqaro muhofazasi bo'yicha o'tkaziladigan chora-tadbirlar. Favqulotda vaziyatlarda tibbiyot xodimining vazifalari. Favqulotda holatlar tasnifi, uning turlari, kelib chiqish sabablari, manbalari. Shaxsiy muhofaza vositalarni qo'llash. Bemorlarni saralash tartibi. Evakuatsiya bosqichlarida tibbiy yordam turlari. Aholi uchun havfsiz muhitni yaratish, jarohatlar va baxtsiz hodisalarning oldini olish. Shoshilinch holatlarda bemor holatini baholash, birinchi hamshiralik yordamini ko'rsatish. O'tkir nafas yetishmovchiligi, o'tkir yurak qon – tomir yetishmovchiligida asosiy tadbirlarning "SAV" ketma-ketligi. Bemor uchun zarur vaziyatni yaratish. Hayotiy muhim ko'rsatkichlarni aniqlash va monitoringini olib borish. Koma, shok turlari, sabablari, yordam ko'rsatish. Hushdan ketish va kollapsda vrachgacha yordam ko'rsatish.

## **2.1. Modul. Davolovchi jismoniy tarbiyaning umumiy asoslari, shakllari va vositalari. Bemorlarga individual davolovchi jismoniy tarbiya dasturini tuzish prinsiplari.**

Davolovchi jismoniy tarbiyaning fanining maqsad va vazifalari. Davolovchi jismoniy tarbiyaning qisqacha rivojlanish tarixi.

Umumiy asoslari, shakllari va vositalari. Jismoniy tarbiya dasturini tuzish prinsiplari. Harakat faolligi tushunchasi, kasalliklarni profilaktikasidagi o'rni. Davolovchi jismoniy tarbiyani organizmga fiziologik ta'siri. Inson salomatligini saqlash hamda uni tiklashda jismoniy tarbiya mashqlari va xarakat faolligini samarali omillari. Jismoniy mashqlarni oddiy va murakkab, kuchsiz va kuchli, sekin va tez bajarilish turlari. Sog'lom odamlarda hamda bemorlarda davolovchi jismoniy mashqlarni qo'llash metodikasi. DJT vositalari va shakllari. Harakat tartibotlari. DJT muolajasini belgilash prinsiplari. DJT bo'yicha hujjatlarni rasmiylashtirish. Bemorlarni davolashda qo'llaniladigan DJT usullarining samaradorligini aniqlash. Davolovchi jismoniy tarbiyaning vositalari, ularning turlari va qo'llanilish maqsadlari. Davolovchi jismoniy tarbiyaning harakat tartibotlari, ularning vazifalari. Jismoniy yuklamalarga organizmni moslashtirib borish. Organ va sistemalar orasidagi o'zaro aloqalarning korrelyativligini yaxshilash. Bemorlarni kasb va yashash faoliyatlariga tayyorlash. Bemorlarga individual davolovchi jismoniy tarbiya dasturini tuzish prinsiplari. Davolovchi gimnastika muolajasini o'tkazishga nisbiy va absolyut qarshi ko'rsatmalar.

## **2.2. Modul. Yurak qon-tomir tizimining kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyani zamonaviy usullari.**

Yurak qon-tomir tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyani zamonaviy usullari, asosiy vositalari. Yurak qon-tomir kasalliklarida gimnastik mashqlar, mehnat vositasi bilan davolash. Yurak qon-tomir kasalliklarida nerv-reflektor, gumoral (qon va limfa), mexanik ta'sirlari. Yurak qon-tomir kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning umumiy mashqlari haqida tushuncha. Yurak qon-tomir kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning umumiy usullarini

organizmga ta'siri. Yurak qon-tomir kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarni bajarilishi. Yurak ishemik kasalliklarida DJTni qo'llash. Yurak qon-tomir kasalliklari uchun dinamik jismoniy mashqlar. Davolovchi jismoniy tarbiyaga qarshi ko'rsatmalar.

### **2.3.Modul. Nafas olish a'zolari tizimi kasalliklarida jismoniy mashqlarning qo'llanilishi va ahamiyati.**

Nafas kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarining qo'llanilishi. Davolovchi jismoniy tarbiyani a'zo va sistemalarga ta'siri. Davolovchi jismoniy tarbiyani boshqa davolash usullari bilan muvofiqlikda qo'llash qoidalari. Nafas kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning turlari va vositalari. Muolajani statik nafas olish mashqlarini bajarish bilan boshlash. Nafas olish mexanikasini (harakatlarini) normallashtirish. Nafas olishning yetishmasligini kamaytirish. Statik nafas mashqlarini bajarish. O'pkaning drenaj funksiyasini yaxshilash. Dinamik xarakterdagi drenajlovchi mashqlar. Nafas olish mashqlari yordamida balg'amning yaxshi va tez ajralishiga, diafragma qo'zg'aluvchanligining va nafas olishda ishtirok etayotgan mushaklar kuchining oshishiga, periferik qon aylanishining faollashishiga, tashqi nafas olish funksiyasining yaxshilanishiga erishish. Jismoniy yuklamani belgilash. Davolovchi jismoniy tarbiyaga qarshi ko'rsatmalar.

### **2.4.Modul. Hazm a'zolari va moddalar almashinuvi buzilishi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning shakl va vositalari.**

Jismoniy mashqlar yordamidagi hazm a'zolari faoliyatining yaxshilash. Moddalar almashinuvi buzilishi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning mohiyati. Davolovchi gimnastika va muolajasini bajarish qoidalari. Davolovchi jismoniy tarbiyaning usullari. Oshqozon va 12 barmoq ichak yara kasalliklarida davolovchi gimnastika muolajalari. Surunkali xoletsistitda davolovchi gimnastika muolajalari. Moddalar almashinuvi buzilishi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning shakl va vositalari. Qandli diabet kasalligida davolovchi jismoniy tarbiyaning ahamiyati. Qandli diabetda davolovchi jismoniy tarbiyaga ko'rsatma va qarshi ko'rsatmalar.

### **2.5.Modul. Asab tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning ahamiyati.**

Asab kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning mohiyati. Davolovchi jismoniy tarbiyaning vazifalari. Davolovchi jismoniy tarbiya usullari va vositalari. Davolovchi gimnastika va muolajasini bajarish. Asab kasalliklarida organizmning umumiy tonusini ko'tarish, sog'liqni mustahkamlash va jismoniy rivojlanishni yaxshilash maqsadida gigiyenik gimnastikaning kompleks mashqlarini qo'llash. Bosh miya tomirlarining shikastlanishida qo'llaniladigan rehabilitatsion mashqlar. Fizik rehabilitatsiyaning bosqichlari, usullari. Asab tizimi patologiyasida davolovchi gimnastika metodikasi, turlari. Davolovchi jismoniy tarbiyaga qarshi ko'rsatmalar.

## **2.6.Modul. Tayanch harakat tizimi shikastlanishlarida va kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiyaning qo'llanilishi va xususiyatlari.**

Tayanch harakat tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarining tamoyillari va vazifalari. Tayanch harakat tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarining ahamiyati. Tayanch xarakat tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya vositalari va uslublari. Tayanch xarakat tizimi kasalliklarida bemorlarda davolovchi jismoniy tarbiya o'tkazish va asosiy hayotiy ehtiyojlarni qondirishda unga ko'maklashish, kasallik holatlarida yordam berish. Tayanch xarakat tizimi kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarini bajarish. Tayanch xarakat tizimi kasalliklarida jismoniy tarbiyaning usullari. Suv muhitida jismoniy mashqlar. Osteoxondrozda davolovchi jismoniy tarbiya. Tizza bo'g'imlari uchun davolovchi mashqlar. Tos-bo'ksa bo'g'imlarining mashqlari. Revmatoid artritda qo'llaniladigan shifobaxsh jismoniy tarbiya. Davolovchi jismoniy tarbiyani tavsiya etishga qarshi ko'rsatmalar.

## **2.7.Modul Akusherlik va ginekologik kasalliklarda davolovchi jismoniy tarbiya.**

Homiladorlikda davolovchi jismoniy tarbiyaning umumiy vazifalari. Homiladorlar uchun kompleks mashqlar. Davolovchi gimnastikani bajarish uchun uslubiy ko'rsatmalar. Tug'ruqdan keyingi davrda davolovchi jismoniy tarbiya. Ginekologik kasalliklarni davolashda davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarining tamoyillari va vazifalari. Ginekologik kasalliklarda davolovchi jismoniy tarbiya vositalari va uslublari. Ayollar jinsiy a'zolarini surunkali yallig'lanishida davolovchi jismoniy mashqlarining ahamiyati. Ginekologik operatsiyadan keyingi davrlarda bajaradigan davolovchi mashqlar. Davolovchi jismoniy tarbiyaga qarshi ko'rsatmalar.

## **2.8.Modul.Pediatrriyada davolovchi jismoniy tarbiyaning xususiyatlari, qo'llanilishi va zamonaviy yondashuvlar.**

Bolalar kasalliklarida davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarining umumiy usullari, jismoniy tarbiyaning o'ziga xos xususiyatlari. Sog'lom va bemor bolalar organizmini chiniqtirish, salomatligini mustahkamlash, buzilgan a'zolarning funksiyasini tiklashda davolovchi jismoniy tarbiyaning ahamiyati. Bolalarda raxit kasalligini oldini olishda jismoniy tarbiyaning ahamiyati. Massaj va davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarini birgalikda qo'llanilishi. Yassi tovon, skoliozlarda davolovchi jismoniy tarbiya mashqlari. Davolovchi jismoniy tarbiya mashqlarini o'tkazishga ko'rsatma va qarshi ko'rsatmalar.

## **4. DASTURNI AMALGA OSHIRISHNING TASHKILY-PEDAGOGIK TA'MINOTI**

**4.1. O‘kuv bazalari:** Respublika o‘rta tibbiyot va farmatsevtika xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi Shifokorlar ko‘chasi-2 , 14-uy .Davolash profilaktika muassasalari qoshidagi o‘quv bazalari.

**Amaliyot bazasi:** davolash profilaktika muassasalari qoshidagi o‘quv bazalari.

**4.2. Mashg‘ulotlarni o‘tkazish uchun zarur jihozlar ro‘yxati:**

Modul buyicha dars olib borish uchun nazariy, amaliy va seminar darslar o‘tiladigan o‘quv auditoriyalari

Multimediali jamlanma: slaydlar to‘plami bo‘lgan rrt ko‘rinishli ma‘ruzalar SD diskda ko‘rgazma materiallar, ekran videofilmlar.

Klinik amaliy ko‘nikmalarni mustaxkamlash trening o‘kuv xonasi mulyaj, fantom v.b jihozlar.

Mavzular bo‘yicha turli jadvallar, tasviriy ko‘rgazma va qo‘llanmalar,

**4.3. Tavsiya etiladigan adabiyotlar**

**4.3.1. Qonunchilik va meyoriy-xukuqiy hujjatlar:**

1.O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining farmon va qarorlari.

2.O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash Vazirligining buyruq va meyoriy hujjatlari.

3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.M.Mirziyoyevning 2018 yil 7-dekabrda 2019- 2025 yillarda O‘zbekiston Respublikasining Sog‘liqni saqlash tizimini rivojlantirish konsepsiyasi to‘g‘risidagi farmoni.

4.O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.M.Mirziyovning 2020-yil 12-noyabrdagi birlamchi tibbiy-sanitariya yordami muassasalari faoliyatiga mutlaqo yangi mexanizmlarni joriy qilish va sog‘liqni saqlash tizimida olib borilayotgan islohotlar samaradorligini yanada oshirish chora –tadbirlari tug‘risidagi farmoni.

5.O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.M.Mirziyoyevning 2020-yil 12-noyabrdagi Sog‘liqni saqlash tizimini tashkil etishning yangi modeli va davlat tibbiy sug‘urtasi mexanizmlarini Sirdaryo viloyatida joriy etish chora- tadbirlari to‘g‘risidagi qarori.

6.O‘zbekiston Respublikasining “Korrupsiyaga karshi kurashish tug‘risida”gi qonuni. 2017 yil 3-yanvar

7.O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 10 noyabrdagi “Aholining sog‘lom ovqatlanishini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi PQ 4887-sonli qarori.

8. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 18 dekabrda 2018 yil 18 dekabrda “Yuqumli bo‘lmagan kasalliklarning profilaktikasini, sog‘lom turmush tarzini qo‘llab – quvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ 4063-sonli qarori.

**4.3.2. Adabiyotlar ro‘yxati:**

1. Yepifanov V.A. «Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina» M., 2000g.

2. Popov V.I., Chogovadze V.G. « Fizicheskaya reabilitatsiya», Rostov na Donu 2001g.
3. Yepifanov V.A. “Lechebnaya fizicheskaya kultura”, M., 2003g.
4. Dubrovskiy V.A. “ Lechebnaya fizkultura”, M., 2004 g
5. Yevdokimova T.A. Milyukova I.V. Noveyshiy spravochnik“ Lechebnaya fizkultura”, M., 2004g.
6. Nazirov F.G., Axmedova D.M., Suyumov F.A., Vasilyev V.D, Shayxova G.I. «Meditsinskiye osnovi fizicheskogo vospitaniya i formirovaniya zdorovya i garmonichnogo razvitiya detey i podrostkov», Tashkent, 2003g
7. Karpman V.L. «Serdse i sport» M., 1999
8. Edvard T., Xouli B. Don-Frenks «Rukovodstvo instruktora ozdorovitel'nogo fitnessa», Kiyev, 2004g.
9. Bet Shou “Yoga fit trening dlya zdorovya”, M. 2005 g.
10. Milyukova I.V., Yevdokimova T.A. “Gimnastika dlya detey”, M. 2004 g.
11. Bokov A., Sergeyev S. “ Yoga dlya detey”, M. 2004 g.

### **4.3.3. Elektron ta'lim resurslari**

[www.medi.ru](http://www.medi.ru),  
[www.medlinks.ru](http://www.medlinks.ru),  
[www.medscape.com](http://www.medscape.com),  
[www.medland.ru](http://www.medland.ru),  
[www.med-lib.ru](http://www.med-lib.ru),  
[www.ksmed.ru/pat/gynecology](http://www.ksmed.ru/pat/gynecology),  
[www.medsan.ru](http://www.medsan.ru),

## **5.YAKUNIY ATTESTATSIYA**

### **5.1. Yakuniy attestatsiyaga kuyiladigan talablar**

Yakuniy attestatsiya O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash Vazirligining 2020 yil 15 iyundagi 160-sonli buyrugi 3-ilovasidagi «Tibbiy-sanitariya va farmatsevtika kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish ta’lim muassasalarida tinglovchilarning kasbiy bilim va ko‘nikmalarini baxolash to‘g‘risidagi Nizom» ga asosan o‘tkaziladi.