



_____ hokimligi
maktabgacha va maktab ta'limi
boshqarmasi

_____ maktabgacha va
maktab ta'limi bo'limi tasarrufidagi
_____ umumiy o'rta ta'lim maktabi
biologiya fani o'qituvchisi
_____ning

20__-20__-o'quv yilida

8-9-10-11-sinf iqtidorli o'quvchilar uchun

TO'GARAK
HUJJATLARI

To'garak a'zolari haqida ma'lumot

<i>Nº</i>	Familiya ismi va sharifi	Tug'ilgan sanasi	Sinfi	Manzili (to'liq)	Ota-onasi (Ismi sharifi)	Telefon (uy yoki mobil)	Izoh
<i>1.</i>							
<i>2.</i>							
<i>3.</i>							
<i>4.</i>							
<i>5.</i>							
<i>6.</i>							
<i>7.</i>							
<i>8.</i>							
<i>9.</i>							
<i>10.</i>							
<i>11.</i>							
<i>12.</i>							
<i>13.</i>							
<i>14.</i>							

15.							
16.							
17.							
18.							
19.							
20.							
21.							
22.							
23.							
24.							
25.							
26.							
27.							
28.							
29.							
30.							

O'tkazilgan xona _____

20__-20__-o‘quv yili uchun tuzilgan “-----” to‘garagining
ISH REJASI

№	Yillik ish reja mavzulari	Soat	Sana	Izoh
1.	Nafas olish organlarining tuzilishi.	1		
2.	Oshqozon-ichak kasalliklari va ularning oldini olish.	1		
3.	Vitaminlar va ularning ahamiyati.	1		
4.	Terining tuzilishi va funksiyasi.	1		
5.	Nerv sistemasining funksiyasi.	1		
6.	Xotira.	1		
7.	Ko‘rish analizatorlari.	1		
8.	Muvozanat saqlash, muskul sezish va tuyg‘u organlari tuzilishi.	1		
9.	Prokariot va eukariot hujayralar.	1		
10.	Uglevodlar.	1		
11.	Oqsillar. Aminokislotalar.	1		
12.	Hujayrada plastik almashinuv.	1		
13.	Tirik organizmlarning ko‘payish xillari.	1		
14.	Urug‘lanish.			
15.	Genlarning polimer ba ko‘p tomonlama ta’siri.	1		
16.	Jins genetikasi.	1		
17.	Odamdagi irsiy kasalliklar.	1		
18.	Hujayraning anorganik birikmalari.	1		
19.	Lipidlar.	1		
20.	Nuklein kislotalar.	1		
21.	Golji majmuasi.	1		
22.	Hujayrada moddalar almashinuvi.	1		
23.	Prokariot va eukariot hujayralarning bo‘linishi.	1		
24.	Jins genetikasi.	1		
25.	Genotipik o‘zgaruvchanlik turlari.	1		
26.	Ekosistemalarning tarkibiy qismlari.	1		
27.	Quruqlik-havo, tuproq, tirik organizmlar yashash muhitlari sifatida.	1		
28.	Yorug‘lik – muhitning ekologik omili.	1		
29.	Antropogen omillar.	1		
30.	Ekotizimlarning trofik strukturasi.	1		
31.	Biosfera chegaralari.	1		
32.	Biosferadagi tirik moddaning xususiyatlari va funksiyalari.	1		
33.	Inson faoliyatining biosferaga ta’siri.	1		
34.	Organik olam filogenezing umumiy tavsifi.	1		

Sana: “__” _____ 20__yil. Sinflar: _____. To‘garak rahbari: _____

Mavzu: Nafas olish organlarining tuzilishi.

Maqsadlar:

a) odam organizmining tuzilishi, undagi organlar sistemasi, to‘qimalar va organlarning faoliyati, o‘shish va rivojlanish qonuniyatlari haqida tushuncha berish, o‘quvchilarda mavzuga nisbatan qiziqish uyg‘otish, mavzu asosida kerakli bilim va ko‘nikmalar hosil qilish, mavzuga oid tarqatilgan topshiriqlarni yakka va guruh holatida o‘rganib, o‘zlashtirishga erishish.

b) odamning sog‘lom bo‘lishi hamda uzoq umr ko‘rishida jismoniy tarbiya hamda sportning ahamiyati, sog‘lom turmush tarziga rioya qilishni tushuntirish, biologiya va tibbiyotga oid bilimlarini kengaytirish.

v) salomatlik odam organizmining biologik, aqliy, ruhiy, jismoniy holatlari va mehnat faoliyatining muvozanatlashgan birligi haqida tushuncha berish, O‘zbekiston Respublikasida sog‘lom, jismonan baquvvat, bilimli, ma‘naviy-axloqiy yetuk, har tomonlama kamol topgan shaxsni shakllantirish.

O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:

Kommunikativ kompetensiya:

ijtimoiy vaziyatlarda ona tili hamda birorta xorijiy tilda o‘zaro samarali muloqotga kirisha olish, muloqotda muomala madaniyatiga amal qilish.

Axborotlar bilan ishlash kompetensiyasi:

mediamanbalardan zarur ma‘lumotlarni izlab topa olish, saralash, qayta ishlash, saqlash, ulardan foydalana olish.

O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:

doimiy ravishda o‘zini o‘zi jismoniy, ma‘naviy, ruhiy va intellectual rivojlantirish, kamolotga intilish, hayot davomida mustaqil o‘qib-o‘rganish.

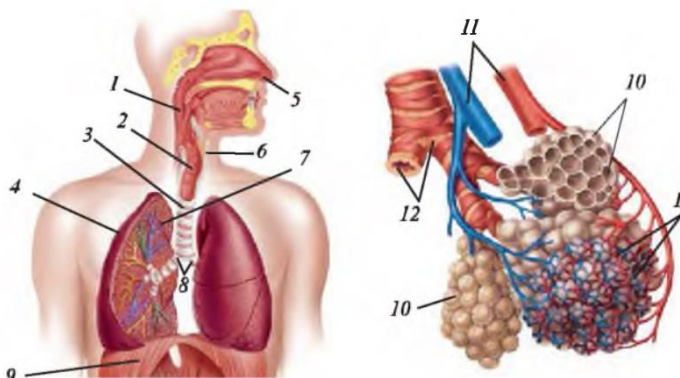
Mashg‘ulot turi: mavzuga oid yangi ma‘lumotlarni o‘quvchilarga yetkazishda yangi texnologiyalardan foydalanish, yozma, og‘zaki, ko‘rgazmali aralash mashg‘ulot, suhbat, munozara, noananaviy, hamkorlikda ishlash, yangi tushuncha va bilimlarni shakllantirish.

Mashg‘ulot jihozi: mavzuga oid ko‘rgazmali qurollar, tarqatma materiallar, mavzuga oid jadvallar, mavzuga oid video roliklar, slaydlar, guruhlar uchun rag‘bat kartochkalari.

I.Tashkiliy qism: salomlashish, yo‘qlama qilish, o‘quvchilarni mashg‘ulotga tayyorgarliklarini tekshirish.

II. Yangi mavzu bayoni:

Nafas olishning mohiyati. Nafas olish odamning tashqi muhitdan kislorod olib, karbonat angidrid chiqarishidan iborat. Kislorod ta‘sirida hujayralardagi organik moddalar suv va karbonat angidridgacha parchalanib, ko‘p miqdorda energiya ajralib chiqadi. Suv va karbonat angidrid ayirish va nafas olish organlari orqali chiqarib yuboriladi, energiya esa organlarning ishlashi, hujayraning ko‘payishi va o‘shishi uchun sarf bo‘ladi. Nafas olish sistemasi havo o‘tkazuvchi yo‘llar (burun bo‘shlig‘i, halqum, hiqildoq, kekirdak, bronxlar) va gaz almashinuv organi - o‘pkadan iborat (45-rasm). Burun bo‘shlig‘i. Burun bo‘shlig‘i suyak va tog‘ay to‘siq bilan chap va o‘ng qismga ajralgan. Bo‘shliq devoridagi ilonizi yo‘llar uning yuzasini kengaytiradi. Burun bo‘shlig‘i devori shilliq parda bilan qoplangan. Shilliq pardada juda ko‘p tuklar, bezlar, kapillar qon tomirlari va nerv tolalari bo‘ladi. Tuklar nafas olinayotgan havodagi chang zarrachalarini tutib qoladi.



III. Mustahkamlash:

Har bir odam faqat uning o‘ziga xos ovoz bilan gapiradi. Shu sababdan odamni uning avozidan oson tanib olish mumkin. Nima sababdan odamni ma‘nosiz tovushidan emas, faqat ma‘noli nutqidan tanib olish mumkin?

IV. Uyga vazifa: Kekirdak va yirik bronxlar devori halqasimon tog‘aylar bilan qoplanganligi nafas olishda qanday ahamiyatga ega?

Sana: “__” _____ 20__yil. Sinflar: _____ To‘g‘arak rahbari: _____

Mavzu: Oshqozon-ichak kasalliklari va ularning oldini olish.

Maqsadlar:

a) odam organizmining tuzilishi, undagi organlar sistemasi, to‘qimalar va organlarning faoliyati, o‘shish va rivojlanish qonuniyatlari haqida tushuncha berish, o‘quvchilarda mavzuga nisbatan qiziqish uyg‘otish, mavzu asosida kerakli bilim va ko‘nikmalar hosil qilish, mavzuga oid tarqatilgan topshiriqlarni yakka va guruh holatida o‘rganib, o‘zlashtirishga erishish.

b) odamning sog‘lom bo‘lishi hamda uzoq umr ko‘rishida jismoniy tarbiya hamda sportning ahamiyati, sog‘lom turmush tarziga rioya qilishni tushuntirish, biologiya va tibbiyotga oid bilimlarini kengaytirish.

v) salomatlik odam organizmining biologik, aqliy, ruhiy, jismoniy holatlari va mehnat faoliyatining muvozanatlashgan birligi haqida tushuncha berish, O‘zbekiston Respublikasida sog‘lom, jismonan baquvvat, bilimli, ma‘naviy-axloqiy yetuk, har tomonlama kamol topgan shaxsni shakllantirish.

O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:

Kommunikativ kompetensiya:

ijtimoiy vaziyatlarda ona tili hamda birorta xorijiy tilda o‘zaro samarali muloqotga kirisha olish, muloqotda muomala madaniyatiga amal qilish.

Axborotlar bilan ishlash kompetensiyasi:

mediamanbalardan zarur ma‘lumotlarni izlab topa olish, saralash, qayta ishlash, saqlash, ulardan foydalana olish.

Ijtimoiy faol fuqarolik kompetensiyasi:

jamiyatda bo‘layotgan voqea, hodisa va jarayonlarga daxldorlikni his etish va ularda faol ishtirok etish, o‘zining fuqarolik burch va huquqlarini bilishi, unga rioya qilish.

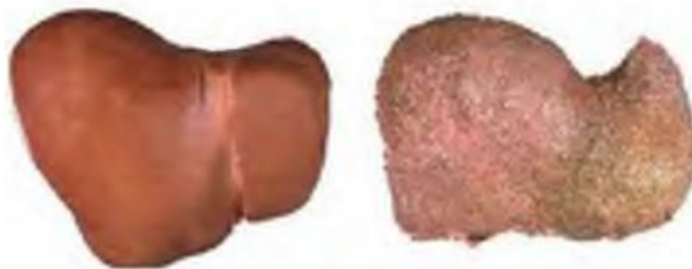
Mashg‘ulot turi: mavzuga oid yangi ma‘lumotlarni o‘quvchilarga yetkazishda yangi texnologiyalardan foydalanish, yozma, og‘zaki, ko‘rgazmali aralash mashg‘ulot, suhbat, munozara, noananaviy, hamkorlikda ishlash, yangi tushuncha va bilimlarni shakllantirish.

Mashg‘ulot jihozi: mavzuga oid ko‘rgazmali qurollar, tarqatma materiallar, mavzuga oid jadvallar, mavzuga oid video roliklar, slaydlar, guruhlar uchun rag‘bat kartochkalari.

I.Tashkiliy qism: salomlashish, yo‘qlama qilish, o‘quvchilarni mashg‘ulotga tayyorgarliklarini tekshirish.

II. Yangi mavzu bayoni:

Oshqozon va ichakning yallig‘lanishi. Ovqatlanish tartibining buzilishi, o‘ta achchiq, sifatsiz tayyorlangan taomlar, spirtli ichimliklarning muntazam iste‘mol qilinishi oshqozon shilliq pardasining yallig‘lanishi - gastritga yoki ingichka ichak shilliq pardasining yallig‘lanishi enteritga olib keladi. Bu kasalliklarda qorin og‘rib, ich ketish yoki qabziyat paydo bo‘ladi, ba‘zan odamning ko‘ngli ay nib, qayt qiladi. Oshqozon va ichakning yuqumli kasalliklari. Yuqumli kasalliklar ovqat hazm qilish sistemasiga kasallik tug‘diruvchi mikroorganizmlar ko‘p miqdorda tushib qolganida paydo bo‘ladi. Botulizm eskirib qolgan go‘shli oziq-ovqat iste‘mol qilinganida ovqatdan zaharlanish oqibatida paydo bo‘ladi. Kasallangan odamga bir necha piyola iliq suv ichiriladi. So‘ngra tomoqqa choy qoshiq yoki barmoq tiqib, sun‘iy qusdirish orqali ovqat oshqozondan chiqarib tashlanadi. Ichburugvabo, ichterlama, yuqumli gepatitkabi kasalliklar mikroblari asosati pashshalar orqali yuqadi. Bu kasalliklar mikroblari ichimlik suvi va ba‘zan bemor foydalangan narsalar orqali ham yuqishi mumkin. Yuqumli kasalliklarga qarshi kurashda antibiotik dori-darmonlardan keng miqyosda foydalaniladi.



Yuqumli kasalliklar ovqat hazm qilish sistemasiga kasallik tug‘diruvchi mikroorganizmlar ko‘p miqdorda tushib qolganida paydo bo‘ladi. Botulizm eskirib qolgan go‘shli oziq-ovqat iste‘mol qilinganida ovqatdan zaharlanish oqibatida paydo bo‘ladi. Kasallangan odamga bir necha piyola iliq suv ichiriladi. So‘ngra tomoqqa choy qoshiq yoki barmoq tiqib, sun‘iy qusdirish orqali ovqat oshqozondan chiqarib tashlanadi. Ichburugvabo, ichterlama, yuqumli gepatitkabi kasalliklar mikroblari asosati pashshalar orqali yuqadi. Bu kasalliklar mikroblari ichimlik suvi va ba‘zan bemor foydalangan narsalar orqali ham yuqishi mumkin. Yuqumli kasalliklarga qarshi kurashda antibiotik dori-darmonlardan keng miqyosda foydalaniladi.

III. Mustahkamlash:

1. Nima sababdan: «Qoming og‘risa nafsingni», deyiladi.

2. Qon aylanish sistemasi orqali qonning oqishini nazarda tutgan holda quyidagi jumboqni yeching: Nima sababdan exinokokk pufagi, odatda, yurakda emas, balki jigari yoki o‘pka to‘qimalarida hosil bo‘ladi?

IV. Uyga vazifa:

«Kasa bolsang nafsingni tiy, oqil bo‘lsang tilingni...» maqoli qanday tarbiyaviy ma‘noga ega?

Maktab MMIBDO‘ _____ sana- _____ 20__-yil

Sana: “ ” _____ 20__yil. Sinflar: _____. To‘garak rahbari: _____

Mavzu: Vitaminlar va ularning ahamiyati.

Maqsadlar:

a) odam organizmining tuzilishi, undagi organlar sistemasi, to‘qimalar va organlarning faoliyati, o‘shish va rivojlanish qonuniyatlari haqida tushuncha berish, o‘quvchilarda mavzuga nisbatan qiziqish uyg‘otish, mavzu asosida kerakli bilim va ko‘nikmalar hosil qilish, mavzuga oid tarqatilgan topshiriqlarni yakka va guruh holatida o‘rganib, o‘zlashtirishga erishish.

b) odamning sog‘lom bo‘lishi hamda uzoq umr ko‘rishida jismoniy tarbiya hamda sportning ahamiyati, sog‘lom turmush tarziga rioya qilishni tushuntirish, biologiya va tibbiyotga oid bilimlarini kengaytirish.

v) salomatlik odam organizmining biologik, aqliy, ruhiy, jismoniy holatlari va mehnat faoliyatining muvozanatlashgan birligi haqida tushuncha berish, O‘zbekiston Respublikasida sog‘lom, jismonan baquvvat, bilimli, ma‘naviy-axloqiy yetuk, har tomonlama kamol topgan shaxsni shakllantirish.

O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:

O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:

doimiy ravishda o‘zini o‘zi jismoniy, ma‘naviy, ruhiy va intellectual rivojlantirish, kamolotga intilish, hayot davomida mustaqil o‘qib-o‘rganish.

Milliy va umummadaniy kompetensiya:

vatanga sadoqatli, insonlarga mehr-oqibatli hamda umuminsoniy va milliy qadriyatlarga e‘tiqodli bo‘lishni, badiiy va san‘at asarlarini tushunish.

Mashg‘ulot turi: mavzuga oid yangi ma‘lumotlarni o‘quvchilarga yetkazishda yangi texnologiyalardan foydalanish, yozma, og‘zaki, ko‘rgazmali aralash mashg‘ulot, suhbat, munozara, noananaviy, hamkorlikda ishlash, yangi tushuncha va bilimlarni shakllantirish.

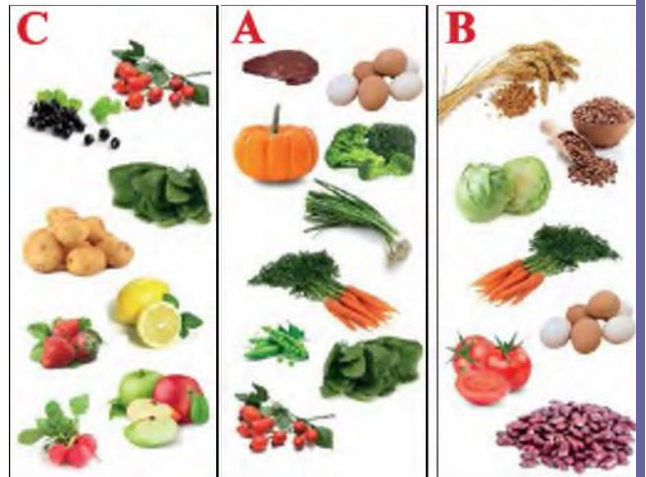
Mashg‘ulot jihozi: mavzuga oid ko‘rgazmali qurollar, tarqatma materiallar, mavzuga oid javdallar, mavzuga oid video roliklar, slaydlar, guruhlar uchun rag‘bat kartochkalari.

I.Tashkiliy qism: salomlashish, yo‘qlama qilish, o‘quvchilarni mashg‘ulotga tayyorgarliklarini tekshirish.

II. Yangi mavzu bayoni:

A vitamini, asosan, baliq yog‘i, sariyog‘, sut, tuxum sarig‘i, baliq ikresi va boshqa hayvon mahsulotlarida mavjud. O‘simliklardan sabzi, ismaloq, pomidor, o‘rik va qizil garmdorida bu vitaminni hosil qiladigan karotin moddasi boiadi. A vitamini organizmning o‘shishi va rivojlanishiga ta‘sir ko‘rsatadi. Bu vitamin yetishmaganida ko‘pincha shabko‘rlik paydo boladi.

Bolalar ovqatida A vitamini yetishmaganida ularning bo‘yi va sochlari yaxshi o‘smaydi, tishlarining shakllanishi buziladi. O‘pka va ichakning jarohatlanishi kuzatiladi. Odam har kuni 1g ga yaqin A vitamini iste‘mol qilishi lozim. C vitamini oqsillar va karbonsuvlar almashinuviga ta‘sir qiladi. Bu vitamin na‘matak, qora smorodina, limon, apelsin, piyoz, sarimsoq, ko‘pchilik o‘simliklar mevasi va o‘simliklarning yashil qismi, ayniqsa novdasida hamda ko‘katlarda mavjud. Organizmda C vitamini yetishmaganida singa kasalligi paydo boiadi. Bu kasallikda odamning tish milklari qonaydi, og‘zining shilliq pardasiga mayda yaralar toshadi. Tishlari tushib ketadi va bo‘g‘imlari ogviydi. Kamqonlik paydo boladi hamda immuniteti keskin pasayib ketadi.



III. Mustahkamlash:

1. Nima sababdan D vitamini yetishmasligi bolalarga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi?

2. Nima sababdan vitaminlar qurilish yoki energiya manbai bo‘lmasa ham organizm uchun juda zarur hisoblanadi?

IV. Uyga vazifa: Nima uchun avitaminoz qadimda dengizchilar orasida ko‘p uchragan?

Maktab MMIBDO‘ _____ sana- _____ 20__-yil

vab-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com veb-sayti orqali o'zingiz uchun kerakli ma'lumotlarni yuklab oling.

+99890-530-00-68 nomerga telegramdan yozishingiz yoki telegramdan nza4567 izlab telegramga murojaat qilishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi.

Hujjat word variant doc formatda beriladi.

40 listdan iborat biologiya fanidan 8-11-sinf iqtidorli o'quvchilarga 34 soatli to'garakni to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.

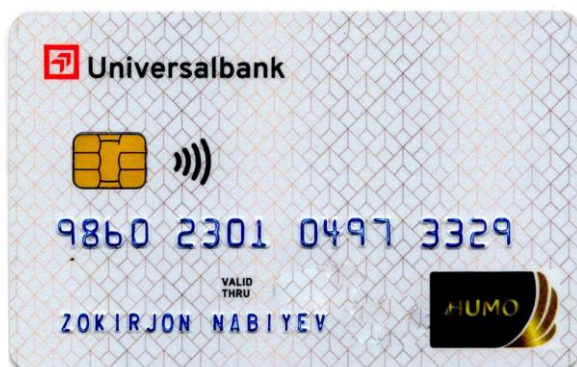


Telegram kanalimiz:

@Maktablar_uchun_hujjatlar

To'lov uchun: **HUMO 9860230104973329**

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



DIQQAT!!!

Sizga bu **OMONAT** qilib beriladi.
To'liq holda olganingizdan so'ng:
Faqat o'zingiz uchun foydalaning.
Hech kimga bermang hattoki eng yaqin insoningizga ham.
Internet orqali veb-saytlarga joylamang.
Kanal va gruppalarga tarqatmang.

**OMONATGA
HIYONAT QILMANG.**

Bizni hizmatdan foydalanib qulay imkoniyatga ega bo'ling!

Bizda maktablar uchun quydagi hujjatlar mavjud

- 1. 1-11-Sinflar uchun sinf soati ish reja va konspektlari**
- 2. 1-11-Sinflar uchun barcha fanlardan to'garak hujjatlari**
- 3. Sinf rahbar hujjatlari**
- 4. Metodbirlashma hujjatlari**
- 5. Ustama hujjatlari**
- 6. 1-11-Sinflar uchun barcha fanlardan konspektlar**
- 7. 1-11-Sinflar uchun Ish rejalar (Taqvim mavzu rejalar)**
- 8. Maktab ish hujjatlari**
- 9. Direktor ish hujjatlari**
- 10. MMIBDO' ish hujjatlari**
- 11. O'IBDO' ish hujjatlari**
- 12. Psixolog hujjatlari**
- 13. Xotin-qizlar qo'mitasi ish hujjatlari**
- 14. Kutubxona mudirasi ish hujjatlari**
- 15. Besh tashabbus hujjatlari**
- 16. Ochiq dars ishlanmalar, taqdimotlar, slaydlar**