

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI AXBOROT TEXNOLOGIYALARI  
VA KOMMUNIKATSIYALARINI RIVOJLANTIRISH VAZIRLIGI**

**MUHAMMAD AL-XORAZMIY NOMIDAGI TOSHKENT  
AXBOROT TEXNOLOGIYALARI UNIVERSITETI**



**“TASDIQLAYMAN”**

Muhammad al-Xorazmiy nomidagi  
Toshkent axborot texnologiyalari  
universiteti

“Energiya ta'minlash tizimlari”  
kafedrasi mudiri

---

“\_\_\_” 202 yil

**“HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLIGI” FANIDAN  
Bakalavriatning barcha ta'lim yo'naliishlari uchun**

**SILLABUS**

*(Syllabus kafedraning 202 yil “\_\_\_” dagi  
\_\_\_-sonli majlisida muhokama qilingan va tasdiqlangan)*

**Toshkent**

## HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <b>Fan nomi:</b>   | <b>HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLIGI</b> |
| <b>Fan turi:</b>   | Tanlov                             |
| <b>Fan kodi:</b>   |                                    |
| <b>Bosqich:</b>  | 3                                  |
| <b>Semestr:</b>  | 6                                  |
| <b>Ta'lif shakli:</b>  | Kunduzgi                           |
| <b>Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:</b> | 120                                |
| Ma'ruza  | 30                                 |
| Amaliy mashg'ulotlar   | 30                                 |
| Laboratoriya mashg'ulotlari                                  | -                                  |
| Seminar  | -                                  |
| Mustaqil ta'lif  | 60                                 |
| <b>Sinov birligi miqdori:</b>                                | 4                                  |
| <b>Baholash shakli:</b>                                      | Imtixon                            |
| <b>Fan tili:</b>   | O'zbek                             |

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Dastur mualliflari:</b> | Qodirov Fazliddin Misliddinovich, Abdullayeva Surayyo Munirovna  |
| <b>E-mail:</b>             | <a href="mailto:faz7780@mail.ru">faz7780@mail.ru</a> , <a href="mailto:sura2007@list.ru">sura2007@list.ru</a>  |
| <b>Telefon raqami:</b>     | 93-319-19-77, 90 915-25-24   |
| <b>Tashkilot:</b>          | Muhammad al-Xorazmiy nomidagi Toshkent Axborot Texnologiyalari Universiteti, Televizion texnologiyalari fakulteti, "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasи |

| <b>Kurs haqida qisqacha ma'lumot (QM)</b> |  |
|---|--|
| <b>QM1</b>                                | <p>"Hayot faoliyati xavfsizligi" kursi talabalarga hayotiy faoliyat xavfsizligini ta'minlash muammolarini hal qilish va inson faoliyati bilan bog'liq xatarlarni kamaytirish qobiliyatlarini olish imkonini beradi. Tabiiy muhitga antropogen ta'sirni kamaytirish, shaxs va jamiyat xavfsizligini ta'minlashga, xavfsizlik madaniyatini shakllantirishga, ergonomik muhitni muhofaza qilish va himoya qilish masalalari inson hayotining eng muhim ustuvor yo'naliishlari sifatida qaraladigan xavfga asoslangan fikrlashga qaratilgan xavfsiz faoliyat usullarini o'rgatadi.</p> <p>Ushbu kursi ishlab chiqarish va ishlarni bajarishda asosiy tushunchalar va ta'riflarni beradi. Elektr xavfsizlikgi, yong'in xavfsizligi, elektromagnit xavfsizligi sohasidagi vizual tushunchalarini belgilaydi, shuningdek, favqulotda hodisalarda inson faoloiyatini himoya qilish, har xil turdag'i yorug'lik va shovqinning inson organizmiga va atrof-muhitga ta'sirini o'rghanish uchun zarur asos yaratadi.</p> |

| <b>Kursga qo'yiladigan boshlang'ich talablar</b> |                                    |
|--|------------------------------------|
| <b>1.</b>  | Kurs uchun dastlabki talablar yo'q |

| <b>Ta'lif natijalari (TN)</b> |  |
|-------------------------------|--|
| <b>TN1</b>                    | Ish joylarining ergonomik xususiyatlarini (yorug'lik, shovqin, tebranish, mikroiqlim) hisoblash farqlay oladi.                             |
| <b>TN2</b>                    | Radiatsiya ta'sirining inson organizmga va atrof-muhitga zararli ta'siri haqida fikr yurita oladi.   |
| <b>TN3</b>                    | Yong'in xavfsizligi tizimlarining turlarini, vositalarini ajratib ko'rsatish, shuningdek, yong'in xavfi bo'yicha binolarni toifalay oladi. |

*Tuzuvchi: "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasи katta o'qituvchisi Qodirov Fazliddin Misliddinovich*

## HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI

|             |   |
|-------------|---|
| <b>TN4</b>  | Insonni favqulodda vaziyatlardan himoya qilish usullari va vositalari o'rtasida farqlay oladi.  |
| <b>TN5</b>  | O'zbekiston Respublikasi mehnat qonunchiligining asosiy yo'nalishlari, mehnatkashlarni himoya qilish, mavjud imtiyozlar haqida tasavvurga ega bo'ladi.  |
| <b>TN6</b>  | Zamonaviy elektr xavfsizligi tizimlari va elektr tokining inson tanasiga ta'sir qilish mexanizmlari haqida bila o'ladi.   |
| <b>TN7</b>  | Ular tez tibbiy yordam kelgunga qadar birinchi tibbiy yordamni ko'rsatishni. Sun'iy nafas olish va bilvosita yurakni uqalashni bajarishni o'rganadi.  |
| <b>TN8</b>  | Ishlab chiqarish faoliyatida tozalikni ta'minlash va xavfsizlikni oshirish tadbirlarini ishlab chiqsa oladi.  |
| <b>TN9</b>  | Xodimlar va aholini favqulotda vaziyatlar sharoitida himoyalash tadbirlarini rejalashtira oladi.  |
| <b>TN10</b> | Zarur bo'lganda favqulodda vaziyat oqibatlarini tugatish va qutqarish ishlarida amaliy ishtirok eta oladi.  |
| <b>TN11</b> | Elektr tokidan yoki boshqa jarohatlardan zararlanganlarga birinchi yordam ko'rsatish ko'nikmalariga ega bo'ladi.  |
| <b>TN12</b> | Fanni o'rgatish natijasida talaba hayot faoliyati xavfsizligi talablariga javob beruvchi shart-sharoitlarni aniqlash va zaruriy hisoblash ishlarini amalga oshirish malakalariga ega bo'ladi. |

| <b>Mashg'ulotlar shakli: ma'ruza (M)</b> |   | <b>soat</b> |
|--|---|-------------|
| <b>M1</b>                                | <b>Kirish. Ishlab chiqarish ergonomikasi:</b><br>- Ergonomika haqida tushuncha.<br>- Ergonomikaning ishlab chiqarishdagi o'rni.<br>- Ishlab chiqarishda yechiladigan ergonomik vazifalar.<br>- Mehnat xavfsizligining ergonomik asoslari.   | 4           |
| <b>M2</b>                                | <b>Yoritish turlari, tizimlari va xususiyatlari:</b><br>- Tabiiy yoritilanlikni me`yorlash va hisoblash usullari.<br>- Sun`iy yoritilanlikni me`yorlash va hisoblash usullari.<br>- Yoritilanlikka bo'lgan asosiy talablar va yoritqichlar.   | 2           |
| <b>M3</b>                                | <b>Shovqin va tebranishlarning inson tanasiga ta'siri:</b><br>- Tovushning asosiy o'lchov birliklari.<br>- Tovush bosimi va intensivligi.<br>- Shovqinning inson organizmiga zararli ta'siri.<br>- Shovqindan himoyalish vositalari va usullari.  | 2           |
| <b>M4</b>                                | <b>Elektromagnit maydonlarning inson tanasiga ta'siri:</b><br>- Elektromagnit maydonining organizmga ta'siri.<br>- Elektromagnit maydonini normalash va undan himoyalanish.<br>- Elektromagnit maydonini o'lchov asboblari.<br>- Lazer nuridan himoyalanish.<br>- Ionlashtiruvchi nurlanish va radiatsiya xavfsizligini ta'minlash. | 4           |
| <b>M5</b>                                | <b>Elektr xavfsizligi:</b><br>- Inson tanasiga elektr tokini ta'siri.<br>- Inson tanasini elektr tokiga ko'rsatayotgan qarshiligi.<br>- Insonni elektr tokidan shikastlanishing asosiy omillari.<br>- Elektr toki ta'siriga tushib qolishdan himoya usullari.<br>- Elektr qurilmalarini himoya vositalari.                          | 6           |
| <b>M6</b>                                | <b>Birinchi tibbiy yordam ko'rsatish:</b><br>- Birinchi yordam.<br>- Birlamchi mediko-sanitar yordam.<br>- Tez tibbiy yordam.   | 4           |

Tuzuvchi: "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasi katta o'qituvchisi Qodirov Fazliddin Misliiddinovich

**HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI**

|   |   |             |
|---|---|-------------|
| <b>M7</b>                               | <b>Hayot faoliyat xavfsizligining huquqiy va tashkiliy asoslari:</b><br>- Korxonalarda mehnat ni muhofaza qilish ishlarini tashkil etish.<br>- Jarohatlanish, baxtsiz hodisa va kasb kasalliklari haqida tushuncha.<br>- Baxtsiz xodisalarни tahlil etish.<br>- Sanoat jarohatlanishi va kasb kasalliklarini organish usullari. | 2           |
| <b>M8</b>                               | <b>Yong'in xavfsizligi va yong'in oldini olish:</b><br>- Yong'in xavfsizligini ta'minlash tizimi.<br>- Yong'in o'chirish tizimlari.   | 2           |
| <b>M9</b>                               | <b>Favqulodda vaziyatlar, ularning turlari va xususiyatlari:</b><br>- Favqulodda vaziyatlar tavsifi va ularning turlari.<br>- Tabiiy, texnogen va ekologik tusdagi favqulodda vaziyatlar, ularning kelib chiqish sabablari, xususiyatlari.<br>- Favqulodda vaziyatlarda aholining harakatlari.                                  | 2           |
| <b>M10</b>                              | <b>Ishlab chiqarish mikroiqlimining salbiy ta'siri. Ventilyasiya turlari va tizimlari:</b><br>- Ishlab chiqarishda mikroiqlim va ishchi hududining havo muhiti.<br>- Mikroiqlim ko'rsatkichlari.<br>- Ishlab chiqarish mikroiqlimining gigienik normalari.<br>- Korxonalarda shamollatish va shamollatish turlari.              | 2           |
| <b>jami:</b>                            |   | <b>30</b>   |
| <b>Mashg'ulotlar shakli: Amaliy (A)</b> |   | <b>soat</b> |
| <b>A1</b>                               | Ishlab chiqarishdagi yoritilganlikni hisoblash. Ish joyini yoritilganlikni tadqiq qilish.   | 4           |
| <b>A2</b>                               | Shovqin intensivligini hisoblash. To'siqli konstruktsiyalarda tovush izolyatsiyasini tadqiq qilish.   | 4           |
| <b>A3</b>                               | Havo almashunivining karralilagini hisoblash.   | 2           |
| <b>A4</b>                               | Elektromagnit nurlanishlardan himoya qilish kurilmalarini hisoblash. Elektromagnit nurlanishdan himoyalanish.   | 2           |
| <b>A5</b>                               | Erga ularash qurilmalarini hisoblash. Inson tanasining elektrga qarshiligini o'lchash.  | 8           |
| <b>A6</b>                               | Yong'in xavfsizligi. Yong'inni nazorat qilish, o'chirish usullari va vositalari.  | 2           |
| <b>A7</b>                               | Yuch – diapazoni maydon kuchlanganligini hisoblash.   | 2           |
| <b>A8</b>                               | O'yuch-diapazoni maydon kuchlanganligini hisoblash.   | 2           |
| <b>A9</b>                               | Ishlab chiqarishdagi baxtsiz xodisalar va baxtsiz hodisalarini tekshirish.  | 2           |
| <b>A10</b>                              | Tok ta'siri ostida shikastlanganlarga to vrach kelguncha birinchi tibbiy yordam ko'rsatish usularini o'rganish.   | 2           |
| <b>jami:</b>                            |   | <b>30</b>   |

| <b>Mustaqil ish (MI)</b> |   | <b>Ajratilgan soat hajmi</b> | <b>Hisobot shakli</b> |
|--------------------------|---|------------------------------|-----------------------|
| <b>MI 1</b>              | 1 - ma'ruza hamda, 1, 2 - amaliy mashg'ulotlar mavzulari bo'yicha vazifa: Ishlab chiqarishda jarayoniga qo'yildigan ergonomik talablar asosida ishchi muhitni hisoblash.  | 10                           | Taqdimot              |
| <b>MI 2</b>              | 4 - ma'ruza hamda, 3 - amaliy mashg'ulotlar mavzulari bo'yicha vazifa: Elektromagnit nurlanishlardan himoya qilish qurilmalarini hisoblash va elektromagnit nurlanishdan himoyalanish usullarini tahlil qilish. | 10                           | Taqdimot              |
| <b>MI 3</b>              | 5 - ma'ruza hamda, 5 - amaliy mashg'ulot mavzulari bo'yicha vazifa: Elektr tokining inson organizmiga ta'sir turlari va darajalari, himoya vositalari va qo'llash usullarini o'rganish                          | 15                           | Mustaqil ish          |

*Tuzuvchi: "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasi katta o'qituvchisi Qodirov Fazliddin Misliiddinovich*

## HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI

|              |   |    |              |
|--------------|---|----|--------------|
|              | va qadamli kuchlanishni hisoblashni amalga oshirish.  |    |              |
| MI 4         | 5 - ma'ruza hamda, 5 - amaliy mashg'ulot mavzulari bo'yicha vazifa: Erga ulash qurilmalarini hisoblash. Inson tanasining elektrga qarshiligin o'lchash.   | 15 | Mustaqil ish |
| MI 5         | 6 - ma'ruza hamda, 10 - amaliy mashg'ulot mavzulari bo'yicha vazifa: Har xil sharoitda jabrlangan insonga birinchi yordam ko'rsatish algoritmlarini ishlab chiqish. (Klinik o'lim, koma va hushidan ketish, tok urishi, kimyoiy va issiqlikdan kuyish, sinish va lat yiyish kabi misollar qamrovida amalga oshiriladi). | 10 | Mustaqil ish |
| <b>jami:</b> |   |    | <b>60</b>    |

Mustaqil ish ma'ruza va amaliy mashg'ulotlar asosida referat, mustaqil ish va taqdimot shaklida talabaning individual bajaradigan ishi hisoblanadi.

### Ta'lim strategiyasi

Hayot faoliyati xavfsizligi kursini o'qitish ta'limning kredit tizimi asosida ma'ruza, amaliy mashg'ulotlari, videoma'ruzalar, taqdimotlar, hamda mavzu bo'yicha vazifalar va mustaqil topshiriqlarni o'z ichiga oladi. Ma'ruza, amaliy ishlariga oid o'quv materiallarida ko'rsatilgan mavzular bo'yicha nazariy va amaliy ma'lumotlar beriladi, amaliy ishlarini bajarish va natijalarni hisoblash tartibi tushuntiriladi. Kurs bo'yicha qo'yilgan o'quv materiallari talabalar tomonidan mustaqil o'rganiladi, testlar, amaliy ishlari talabalar tomonidan individual tarzda bajariladi.

Talabalar quyidagi materiallardan foydalanish imkoniga egadirlar:

- Videoma'ruzalar;
- Elektron shakldagi ma'ruza matnlari;
- Har bir mavzuga doir prezентasiya slaydlari;
- Amaliy mashg'ulotlariga doir uslubiy ko'rsatmalar;
- Har bir dars mavzusi yuzasidan topshiriqlar va test mashqlari;
- Elektron shakldagi darsliklar va qo'llanmalar.

Nazariy mashg'ulotlar davomida, talabaga videoma'ruba orqali mavzu yuzasidan kerakli bo'lgan konsepsiylar yetkazib beriladi. Talabalarga mavzuni yanada mustahkamlashlari uchun prezентasiyalar, darsliklar, o'quv qo'llanmalari va boshqa o'quv-uslubiy mahsulotlardan foydalanish bo'yicha ko'rsatmalar beriladi. Talabalarning mavzuni o'zlashtirish darajasini tekshirish maqsadida, har bir mavzudan so'ng test nazorati o'tkaziladi. Talaba ushbu testlarni talab darajasida bajarsa, keyingi mavzuga o'tishga ruxsat beriladi.

Amaliy mashg'ulotlarda har bir mavzu bo'yicha masalalarni yechish bo'yicha materiallar, prezентasiyalar, ko'rsatmalar talabalarga taqdim etiladi, shuningdek, mavzuni o'zlashtirish darajasini tekshirish maqsadida topshiriqlar beriladi. Hayot faoliyati xavfsizligi kursining har bir bo'limi bo'yicha talabalarga "Hayot faoliyati xavfsizligi fanidan mashq uchun elektron masalalar to'plami va uslubiy ko'rsatmalar"da keltirilgan masalalarni mustaqil ishslash talab etiladi. Masalalar to'g'ri ishlansa keyingi mavzuga o'tiladi.

Ma'ruza va amaliy mashg'ulotlarining barcha mavzularini to'la o'zlashtirgan talabalarga oraliq nazoratda ishtiroy etishga ruxsat etiladi.

### Talabalar bilimini baholash

Talabalar bilimini baholash semestr va oraliq nazorat davomida o'qitish materiallarini o'zlashtirish ko'rsatkichi (test, topshiriq va yozma ish natijasi)ga asoslangan.

## HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI

|                                 |  |                           |                                    |
|---------------------------------|--|---------------------------|------------------------------------|
| <b>Baholash usullari</b>        | Ekspress onlayn testlar, yozma ishlar, og'zaki so'rov, prezентasiyalar va h.k.   |                           |                                    |
|                                 | <b>90-100 ball «a'llo»</b><br>Fan bo'yicha xulosa va qaror qabul qilish. Fan yuzasidan ijodiy fikrlay va mustaqil mushohada yurita olish.<br>Fan bo'yicha olgan bilimlarini amalda qo'llay olishi va mohiyatini tushuntirib bera olish.<br>Bilish, aytib berish. Tasavvurga ega bo'lish. |                           |                                    |
| <b>Baholash mezonlari</b>       | <b>70-89 ball «yaxshi»</b><br>Fanini mustaqil mushohada qilish.<br>Fan bo'yicha olgan bilimlarini amalda qo'llay olish. Mohiyatini tushuntirish.<br>Bilish, aytib berish. Tasavvurga ega bo'lish.  |                           |                                    |
|                                 | <b>60-69 ball «qoniqarli»</b><br>Fan mohiyatini tushuntirish.<br>Bilish, aytib berish.<br>Fan haqida tasavvurga ega bo'lish.   |                           |                                    |
|                                 | <b>0-59 ball «qoniqarsiz»</b> Fan haqida aniq tasavvurga ega bo'lmaslik. Bilmaslik.  |                           |                                    |
| <b>Reyting baholash turlari</b> | <b>Joriy nazorat</b>   | <b>Maksimal ball (24)</b> | <b>O'tkazish vaqtি</b>             |
|                                 | Topshiriq 1.<br>(1, 2, 3-amaliy ishlar)  | 8                         | O'quv jarayoni grafigi<br>bo'yicha |
|                                 | Topshiriq 2.<br>(4, 8, 9-amaliy ishlar)  | 8                         |                                    |
|                                 | Topshiriq 3.<br>(5, 10-amaliy ishlar)  | 8                         |                                    |
|                                 | <b>Oraliqna nazorat</b>  | <b>Maksimal ball (26)</b> | <b>O'tkazish vaqtি</b>             |
|                                 | oraliq nazorat yozma ish,<br>test (ma'ruza mashg'ulot<br>o'qituvchisi tomonidan<br>qabul qilinadi).  | 10                        | O'quv jarayoni grafigi<br>bo'yicha |
|                                 | Mustaqil ish   | 16                        | Semestr davomida                   |
|                                 | <b>Yakuniy nazorat</b>   | <b>50</b>                 |                                    |
|                                 | <b>Fan bo'yicha jami</b>   | <b>100</b>                |                                    |

### Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbalari.

| <b>Asosiy adabiyotlar</b> |   |
|---------------------------|---|
| 1.                        | Хаёт фаолияти хавфсизлиги ва экология. Сапаев М.С., Қодиров Ф.М. Ўқув кўлланма, Тошкент-“Алоқачи”-2019, 276 б.  |
| 2.                        | Хаёт фаолияти хавфсизлиги. Экология. О.Д.Рахимов, И.Х.Сиддиқов, М.О.Муродов. Олий таълим бакалаврият йўналишлари учун дарслик. Т.: “Алоқачи”, 2017-332 б. |
| 3.                        | Экология и безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов ВУЗов / ред. Л. А. Муравий, 2016.  |

### Tavsiya qilinadigan qo'shimcha adabiyotlar

|    |   |
|----|---|
| 1. | Ўзбекистон Республикаси Конституцияси. Тошкент. 1992.   |
| 2. | Ўзбекистон Республикаси Мехнат Қонуни.  |
| 3. | Hayot faoliyati xavfsizligi va ekologiya menejmenti (chizmalar, tushunchalar, faktlar va raqamlarda): darslik / A.Nigmatov, Sh.Muxamedov, N.Xasanova. – T.: Navro'z. 2014. – 199 b. |
| 4. | Экология и безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов  |

Tuzuvchi: "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasini katta o'qituvchisi Qodirov Fazliddin Misliddinovich

**HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI**

|                           |  |
|---------------------------|--|
|                           | ВУЗов/ ред. Л. А. Муравий, 2002.-447 с.  |
| <b>Elektron manbalar:</b> |  |
| 1.                        | <a href="http://www.lex.uz">www.lex.uz</a> -O‘zRAdliya vazirligi sayti.                            |
| 2.                        | <a href="http://www.unicon.uz">www.unicon.uz</a>   |
| 3.                        | <a href="http://www.lex.uz">www.lex.uz</a> – O‘zR Adliya vazirligi sayti.                          |
| 4.                        | <a href="http://www.ziyonet.uz">www.ziyonet.uz</a> – O‘zR Oliy vao‘rtamaxsus ta’limvazirligisayti. |
| 5.                        | <a href="http://www.bilim.uz">www.bilim.uz</a> – O‘zR Oliy va o‘rtamaxsus ta’limvazirligi sayti.   |

## **HAYOT FAOLIYATI XAVFSIZLI**

*Tuzuvchi: "Energiya ta'minlash tizimlari" kafedrasi katta o'qituvchisi Qodirov Fazliddin Misliddinovich*