

Inson ontogenezining yoshga bog'liq xususiyatlari

Dilrabo Saydullo qizi Samiddinova

Gulhayo Ziyodullo qizi Yusupova

Ilmiy rahbar: Ra'no Aliyeva

Andijon davlat chet tillari instituti

Annotatsiya: Ushbu maqolada inson ontogenezining turli bosqichlarida sodir bo'ladigan yoshga bog'liq fiziologik o'zgarishlar tahlil qilinadi. Har bir davr - prenatal hayotdan boshlab qarilikka qadar - alohida ko'rib chiqilgan. Unda organizmning rivojlanish xususiyatlari, gormonal va funksional o'zgarishlar, markaziy va periferik tizimlar faoliyatining bosqichma-bosqich yetilishi yoritilgan. Ushbu ma'lumotlar tibbiy, pedagogik va ilmiy amaliyotda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: ontogenez, yoshga bog'liq o'zgarishlar, fiziologik rivojlanish, prenatal davr, o'smirlik, qarilik, gormonal o'zgarishlar, inson biologiyasi, hayotiy bosqichlar, markaziy asab tizimi

Age-related features of human ontogenesis

Dilrabo Saidullo kizi Samiddinova

Gulhayo Ziyodullo kizi Yusupova

Scientific supervisor: Rano Aliyeva

Andijan State Institute of Foreign Languages

Abstract: This article analyzes age-related physiological changes that occur at different stages of human ontogenesis. Each period - from prenatal life to old age - is considered separately. It covers the features of the development of the organism, hormonal and functional changes, and the gradual maturation of the activity of the central and peripheral systems. These data serve as an important theoretical basis in medical, pedagogical and scientific practice.

Keywords: ontogenesis, age-related changes, physiological development, prenatal period, adolescence, old age, hormonal changes, human biology, life stages, central nervous system

Kirish

Inson organizmi hayoti davomida uzluksiz rivojlanib, turli bosqichlarda muhim fiziologik o'zgarishlarga uchraydi. Bu jarayon - ontogenez deb ataladi. Ontogenez

yangi hayot boshlanishidan (zigota hosil bo'lishi) to hayotning tugashigacha bo'lgan barcha biologik va fiziologik o'zgarishlarni qamrab oladi. Ushbu maqolada inson hayotining turli davrlarida kuzatiladigan yoshga bog'liq fiziologik o'zgarishlar izchil yoritiladi.

1. Prenatal davr (tug'ilguncha bo'lgan davr)

Prenatal davr uch bosqichga bo'linadi:

Zigota davri (0-2 hafta): Urug'langan tuxum hujayra mitotik bo'linish orqali ko'payadi va bachadon devoriga birikadi.

Embrion davri (2-8 hafta): Asosiy organlar va tizimlar shakllanadi. Yurak urishi, asab tizimi faoliyati boshlangan bo'ladi.

Fetal davr (8 hafta-tug'ilguncha): Organlar rivojlanishda davom etadi, homila harakatlana boshlaydi, yurak urishi kuchayadi, nafas olishga tayyorgarlik ko'riladi.

2. Neonatal davr (0-28 kun)

Yangi tug'ilgan chaqaloq ona bachadonidan tashqaridagi hayotga moslashadi:

Nafas olish va yurak urishi mustaqil bo'ladi.

Termoregulyatsiya (tana haroratini saqlash) tizimi rivojlana boshlaydi.

Ichak mikroflorasi shakllanadi.

Immunitet hali to'liq shakllanmagan, ona sutidagi antitanalarga tayanadi.

3. Go'daklik davri (1 oygacha - 1 yoshgacha)

Markaziy asab tizimi jadallik bilan rivojlanadi.

Harakat koordinatsiyasi, sezgi organlari faoliyati yaxshilanadi.

Tish chiqishi boshlanadi (odatda 6-7 oyda).

Sut bezlari faoliyatga kirishadi (ona suti iste'moli davom etadi).

4. Erta bolalik davri (1-3 yosh)

Yurish, yugurish, muvozanat saqlash kabi harakatlar takomillashadi.

Nutq rivojlanadi, so'z boyligi ortadi.

Ovqat hazm qilish tizimi yetilsa-da, parhezga rioya qilish muhim bo'ladi.

Miya hajmi tez o'sadi, psixologik rivojlanish jadallashadi.

5. O'rta bolalik davri (3-7 yosh)

Koordinatsiya, muskul kuchi va aniqlik ortadi.

Uyquga bo'lgan ehtiyoj kamayadi.

Gormonal fon barqarorlashadi, immun tizimi mustahkamlanadi.

Ijtimoiy ko'nikmalar rivojlanadi.

6. O'smirlik davri (12-18 yosh)

Pubertat (balog'atga yetish) davri. Gormonal o'zgarishlar kuchayadi.

Qizlarda hayz ko'rish boshlanadi, yigitlarda spermatogenez boshlanadi.

Sekundar jinsiy belgilar rivojlanadi.

Yurak-qon tomir tizimi va nafas olish faoliyati kuchayadi.

Psixo-emotsional o'zgarishlar yuzaga keladi.

7. Yoshlik davri (18-30 yosh)

Fiziologik jihatdan eng barqaror davr.

Organlar va tizimlar to'liq shakllangan va maksimal faoliyatda bo'ladi.

Reproduktiv salohiyat yuqori.

Aqliy va jismoniy mehnat eng yuqori darajada.

8. Voyaga yetganlik davri (30-45 yosh)

Fiziologik tizimlar barqaror ishlaydi, biroq sekin-asta pasayish boshlanadi.

Teri elastikligi kamayadi, mushak massasi pasayadi.

Gormonlar darajasi o'zgara boshlaydi.

Yurak-qon tomir kasalliklariga moyillik ortadi.

9. Qarilikka o'tish davri (45-60 yosh)

Ayollarda menopauza, erkaklarda andropauza kuzatiladi.

Suv va mineral muvozanati buzilishi mumkin.

Ko'rish va eshitish qobiliyati sustlashadi.

Metabolizm sekinlashadi, immunitet zaiflashadi.

10. Qarilik davri (60 yoshdan keyin)

Tana a'zolari funksiyasi sezilarli darajada pasayadi.

Yallig'lanish va surunkali kasalliklar ko'payadi.

Kognitiv funksiyalar (xotira, tafakkur) susayadi.

Harakat faoliyati cheklanadi, suyaklar mo'rtlashadi

Xulosa

Inson ontogenezi murakkab va uzluksiz biologik jarayon bo'lib, har bir davrda organizmga xos fiziologik xususiyatlar mavjud. Ushbu o'zgarishlarni chuqur tushunish, tibbiyot, pedagogika va psixologiya sohalarida muhim ahamiyatga ega. Har bir yosh bosqichining fiziologik ehtiyojlarini hisobga olgan holda sog'lom turmush tarzini shakllantirish - uzoq va faol umr ko'rishning asosi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Абдуллаев Ю.А., Хожиев Х.Х. - Одам физиологияси. - Т.: «Fan va texnologiya», 2015.

2. Турсунов А.Т., Рахимов Қ.Р. - Одам анатомияси ва физиологияси. - Т.: «O'qituvchi», 2012.

3. Guyton A.C., Hall J.E. - Textbook of Medical Physiology. - 13th ed. - Elsevier, 2016.

4. Tortora G.J., Derrickson B.H. - Principles of Anatomy and Physiology. - 15th ed. - Wiley, 2017.

5. Салимов Х.М. - Тиббиёт физиологияси. - Т.: «Ibn Sino», 2011.

6. Николаев В.Г. - Возрастная физиология и гигиена детей и подростков. - М.: «Просвещение», 2014.

7. Шоймардонов М. - Илмий ва амалий физиология. - Т.: «Ilm ziyo», 2020.
8. Ситдинов А.Г. - Общая физиология человека. - Казань: Казанский ГМУ, 2018.
9. Sadler T.W. - Langman's Medical Embryology. - 14th ed. - Lippincott Williams & Wilkins, 2019.
10. Marieb E.N., Hoehn K. - Human Anatomy & Physiology. - 11th ed. - Pearson, 2018.
11. Эшонкулов Ш.А. - Педиатрия асослари. - Т.: «Tibbiyot», 2016.
12. Семашко И.М. - Физиология человека и возрастные особенности. - М.: «Академия», 2013.
13. Mosharraf H. - Developmental Biology and Human Ontogeny. - Springer, 2020.
14. Кирсанов Р.С. - Возрастная анатомия, физиология и гигиена. - М.: «Юрайт», 2019.
15. Ekstrom R.A., Donatelli R.A. - Musculoskeletal Interventions. - Elsevier, 2021.
16. Dutta D.C. - Textbook of Human Embryology. - 8th ed. - Jaypee Brothers Medical Publishers, 2020.
17. Silverthorn D.U. - Human Physiology: An Integrated Approach. - 8th ed. - Pearson, 2018.
18. Tortora G.J., Grabowski S.R. - Introduction to the Human Body. - 10th ed. - Wiley, 2014.
19. Tuxliyev I.X. - Biologiya asoslari va ontogenez. - Т.: «O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi», 2017.
20. Bloomfield J. - Physical Activity and Health in the Aging Population. - Routledge, 2019.
21. Алиева Р. А. и др. Речевые особенности усвоения сказок у дошкольников страдающих детским церебральным параличом //Science and Education. - 2024. - Т. 5. - №. 3. - С. 578-583.
22. Алиева Р. А. Вопросы клиники бешенства и неврологических осложнений при применении антирабических прививок //Science and Education. - 2024. - Т. 5. - №. 9. - С. 98-104.
23. Алиева Р. А. Влияние туризма на физиологические особенности детей //Science and Education. - 2024. - Т. 5. - №. 11. - С. 262-269.
24. Алиева Р. А., Усманов У., Алиева Ф. АНАЛИЗ РИСКОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СВЯЗАННЫХ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНОВ //GERMANY" MODERN SCIENTIFIC RESEARCH: ACHIEVEMENTS, INNOVATIONS AND DEVELOPMENT PROSPECTS. - 2023. - Т. 9. - №. 1.

25. Saidbaeva, L. M., Kholmiraeva, M. A., Aliyeva, R. A., & Sirojiddinova, S. (2022). MORPHOFUNCTIONAL CHARACTERISTICS OF THE HEALTH STATUS OF YOUNG SWIMMERS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 2(11), 33-43.

26. Кимсанова Г. А., Алиева Р. А. Влияние туркестерона и экдистерона на развитие активности альфа-амилазы у растущих крыс //Молодой ученый. - 2020. - №. 49. - С. 455-458.