

Ўзбекистон Республикаси  
Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги

Самарқанд давлат чет тиллари институти

# ҲАЁТ ФАОЛИЯТИ ХАВФСИЗЛИГИ

*Ўқув-услубий қўлланма*



САМАРҚАНД- 2017

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**САМАРҚАНД ДАВЛАТ ЧЕТ ТИЛЛАРИ ИНСТИТУТИ**

**Ҳ.Қ.Бўриев, А.А.Байзаков, Ғ.Д.Умаров, Т.Я.Номаев**

**ҲАЁТ ФАОЛИЯТИ ХАВФСИЗЛИГИ**

**Ўқув-услубий қўлланма**

Муаллифлар: Х.Қ.Бўриев, А.А.Байзаков, Ғ.Д.Умаров, Т.Я.Номаев

Мухаррир: Каримова Г.

Хаёт фаолияти хавфсизлиги, Ўқув-услубий кўлланма. – Самарқанд, 2017. - 144 б.

“Хаёт фаолияти хавфсизлиги” мавзусидаги ушбу ўқув услубий кўлланма Самарқанд чет тиллар институти, “Жисмоний маданият ” кафедрасининг ўқитувчилари Х.Қ.Бўриев, А.А.Байзаков, Ғ.Д.Умаров, Т.Я.Номаевлар томонидан тайёрланган.

Кўлланма “Филология” соҳасидаги барча йўналишлар бўйича таълим олаётган талабаларнинг хаёт фаолияти хавфсизлиги билан боғлиқ фавқулодда вазиятлар ва меҳнат хавфсизлигини таъминлашга оид барча масалаларни мустақил фикрлашлари хақидаги мулоҳазани ўз ичига олади ва кейинчалик уларни амалиётда қўллашга ёрдам беради.

Кўлланма 5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (роман-герман филологияси); 5120100 – Филология ва тилларни ўқитиш (роман-герман филологияси); 5120100 –Таржима назарияси ва амалиёти (роман-герман филологияси); таълим йўналишлари бўйича тахсил олаётган талабаларга мўлжалланган. Шунингдек, ундан ушбу йўналишлар фанларидан дарс бераётган педагог ўқитувчилар ҳам фойдаланишлари мумкин.

**Тақризчилар: Бобоев С.М.**– Самарқанд давлат университетининг профессори т.ф.д.

**Мирзаев А.** - Самарқанд давлат архитектура-қурилиши институти доценти, т.ф.н.

Самарқанд давлат чет тиллар институтининг **илмий кенгашида** (2017 йил “21” феврал ойининг № 4 - сон баённомасида) кўриб чиқилган ва кенгаш қарори асосида ўқув кўлланма сифатида чоп этишга тавсия этилган.



## МУНДАРИЖА

Мукаддима.....	4
<b>I боб. «Ҳаёт фаолияти хавфсизлиги» бўйича умумий маълумотлар.....</b>	<b>5</b>
1.1.Ҳаёт фаолияти хавфсизлиги фаннинг мақсади ва вазифалари.....	5
1.2.Фаолият хавфсизлигини таъминлашнинг тамойиллари, услублари ва воситалари .....	12
1.3. Фаолият хавфсизлигини таъминлашнинг эргономика асослари.....	15
1.4. Фаолият хавфсизлиги психологияси.....	18
1.5. Ҳаёт фаолияти хавфсизлигининг ҳуқуқий ва ташкилий асослари.....	20
1.6. Мехнат муҳофазаси назорати ва жавобгарлик турлари.....	36
1.7. Ишлаб чиқаришда фаолият хавфсизлигини бошқариш.....	38
1.8. Ишловчиларни мехнат фаолият хавфсизлиги қондалари ва талабларига ўқитиш тизими.....	42
1.9.Ишлаб чиқаришда мехнат фаолият жарёнидаги муаммолар.....	44
1.10. Инсон мехнат фаолиятининг физиологик –гигиеник асослари.....	51
1.11. Ишлаб чиқаришда ёритиш ва уни меъёрлаш.....	60
1.12. Ишлаб чиқаришда шовкин ва титраш.....	64
1.13. Ишлаб чиқаришда зарарли нурланишлар ва электр хавфсизлиги асослари .....	72
<b>II боб Фавқулодда вазиятлар ва фуқоролар муҳофазаси.....</b>	<b>83</b>
2.1. Фавқулодда вазиятлар ва фуқаро муҳофазасининг тавсифи.....	83
2.2. Ўзбекистонда фавқулодда вазиятларда уларнинг олдини олиш ва ҳаракат қилиш давлат тизими ФВДТ.....	89
2.3. Табиий офатлар ва фавқулодда вазиятлар шароитида хатти-ҳаракатлар.....	94
2.4. Ер силқиниши ҳамда ер сурилишлари ва уларнинг оқибатлари.....	102
2.5.Сув тошқини ва сел ходисаси.....	114
2.6.Техноген турдаги фавқулодда вазиятлар пайтидаги хатти ҳаракатлар....	117
2.7.Гидротехник иншоотлардаги фавқулоддаги вазиятлар.....	119
2.8. Экологик хавфли вазиятлардаги ҳаракатлар.....	128
2.9. Фуқароларни фавқулодда вазиятлардан химоя қилиш асослари ва уларнинг ҳусусиятлари.....	129
2.10. Терроризм ва аҳоли муҳофазаси.....	136
3. Глоссарий.....	140
4. Адабиётлар рўйхати.....	143

## МУҚАДДИМА

Ўзбекистон Республикаси мустақилликка эришгандан кийин турли соҳаларда ижобий ўзгаришлар рўй бермоқда.

«Кадрлар тайёрлаш миллий дастури», «Таълим тўғрисида»ги Қонун ҳамда Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг тегишли қарорлари ва кўрсатмаларига биноан таълим тизимини ислох қилишга, шу жумладан, янги ўқув-услубий адабиётлар ва мажмуалар билан таъминлашга, ўқув жараёнига янги техника ва технологияларни жорий этишга алоҳида эътибор берилмоқда. Шу муносабат билан юқорида кайд этилган қарорларнинг бажарилишини таъминлаш мақсадида, яъни барча фанлар бўйича Давлат тилидаги ўқув-услубий адабиётларнинг янги авлодини яратиш, фанларни маъруза матилари ҳамда мажмуалари билан таъминлаш ишлари амалга оширилмоқда.

«Хаёт фаолияти хавфсизлиги» фани бўйича тузилган ушбу ўқув – қўлланма 5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (роман-герман филологияси); 5120100 – Филология ва тилларни ўқитиш (роман-герман филологияси); 5120100 –Таржима назарияси ва амалиёти (роман-герман филологияси) бакалавр таълим йуналиши кундузги бўлим талабалари учун мўлжалланган.

Фан бўйича барча меъёрий ҳужжатлар Самарқанд давлат чет тиллар институти Илмий ва услубий кенгашларида тасдиқланган ҳолда ўқув жараёнига тadbик этилмоқда.

Ушбу ўқув қўлланма талабаларга қолдирилган дарсларни ўзлаштириш, жорий, оралик ва якуний назоратларга тайёргарлик кўришда, мустақил тадқиқот ишларини бажаришда асосий манба бўлиб хизмат қилади.

Ўқув қўлланмада хаёт фаолияти хавфсизлигини таъминлашни ташкил этиш, фавқулодда вазиятларда мўътадил хаёт шароитларини яратиш, инсонлар саломатлигига зарар етказувчи захарли моддаларнинг концентрациясини аниқлаш, қутқарув ишларини ташкил этиш, касб касалликларини олдини олиш ва бошқа шу каби долзарб масалалар юзасидан қимматли маълумотлар келтирилган.

Ушбу ўқув қўлланмани тайёрлашда Ўзбекистон Республикаси Фавқулодда вазиятлар вазирлиги, Самарқанд вилоят Фавқулодда вазиятлар бошқармаси ва шаҳар бўлимининг кўрсатма ва йўриқ ҳужжатларидан фойдаланилган. Шу билан бирга мажмуага “Адолат” нашриёти томондан 2010 йилда киритилган тўлдиришларни эътиборга олган ҳолда қайта чоп этилган Ўзбекистон Республикаси Меҳнат кодекси талаб ва қоидаларини эътиборга олган ҳолда тегишли ўзгартиришлар киритилган.



## Глоссарий

**Авария** – норозиликларни тўғирлаш имкони бўлмаган ёки иктисодий жиҳатдан самарасиз ҳисобланган техник тизимдаги ҳодиса.

**Адаптация** – инсон организмнинг атроф муҳитга мослашиши ёки ўрганиш жараёни.

**Ақлий меҳнат** - кишиларни ишлаб чиқариш жараёнини бошқариш, маълумотларни идрок қилиш, қайта ишлаш ва қарорлар қабул қилиш ва ижодий фаолият билан боғлиқ фаолият.

**Аҳоли ва ҳудудларни фавқулодда вазиятлардан муҳофаза қилиш**- фавқулодда вазиятларни олдини олиш ва уларни бартараф этиш чоралари, усуллари, воситалари тизими, саъй- ҳаракатлар мажмуи.

**Аэродинамик шовкин** - газларнинг турли даражадаги ҳаракатлари натижасида пайдо бўладиган шовкин.

**Альфа нурланиш** - гелий атоми ядроси окимидан иборат бўлган, камрок ўтиш ва юқори даражада ионлаш қобилиятига эга бўлган нурланиш.

**Антипириин** – кимёвий таркиби аммоний сульфат ва бўр аралашмасидан ( $\text{Na}_2\text{B}_6\text{O}_7$ ) иборат, ёғоч материалларни ёнишдан сақлаш мақсадида юзасига шимдириладиган мураккаб кимёвий таркиб.

**Ахлоқий жазо** - меҳнат қонуларини ёки муҳофаза қондаларини қўпол равишда бузганлиги учун мансабдор шахсларга нисбатан юқори ташкилот маъмурияти томонидан хайфсан бериш, ўртага ойлик иш ҳақининг 20 фоизидан кўп бўлган миқдорда жарима солиш билан белгиланадиган жазо тури.

**Бетта нурланиш** - электронлар ва позитронлар окимида иборат бўлган, алфа заррачага нисбатан кўпроқ ўтиш ва камрок ионлаш қобилиятига эга бўлган нурланиш.

**Биосфера** – атмосферанинг пастки ва литосферанинг устки қавати бўлиб, техноген таъсирларга учрамайдиган, ерда ҳаётни тарқалишини ўрганувчи фан.

**Брондмауэрлар**-биноларда содир бўлган ёнгини тарқалашини чеклайдиган мосламалар, яъни, ёнгинга қарши тусиқ деворлар.

**Геологик хавфли ҳодисалар**: зилзилалар, ер кўчишлари, тоғ ўширилишлари ва бошқа хавфли геологик ҳодисалар.

**Гомосфера** - инсон меҳнат фаолияти жараёнида бўладиган фазо иш жойи

**Гидродинамик шовкин** - сув ва бошқа суюқликларнинг тартибсиз ҳаракати оқибатида келиб чиқадиган шовкин.

**Гидрометеорологик хавфли ҳодисалар**: сув тошқинлари, селлар, қор кўчкилари, кучли шамоллар (довуллар), жала ва бошқа хавфли гидрометеорологик ҳодисалар.

**Динамик иш** – юқори бир йўналиш бўйлаб, яъни, юқорига ёки пастга қўтариш билан боғлиқ меҳнат фаолияти.

**Доза** - захарли, зарарли ва радиоактив моддаларнинг миқдори.

**Ёниш** - мураккаб оксидланиш жараёнида ёнувчи моддалардаги бир модданинг иккинчи моддага айланиши оқибатида қатта миқдорда иссиқлик ва нурланиш ажраланиши билан кечадиган ҳолат.

**Ёнувчанлик** - материалларнинг ўт манбаи иштирокида ёки манба олиб қўйилганида алангаланиш ёки парчаланиш хусусияти.

**Ёниш ҳарорати** - хавонинг газ билан аралашмаси етарли миқдорда йиғилганда, маълум шароитда қиздирилганда алангаланиб кетиши ҳолати.

**Жисмоний меҳнат** - таъин ҳаракат аппарати ва уларни ишлаши учун зарур бўлган тизимлар ҳаракатини таъминлайдиган муҳим қувват сарфлари билан боғлиқ, хотира, диққат ва умумий интеллектуал ва эмоционал соҳалар унчалик зўриқмайдиган иш фаолияти.

**Жиний жавобгарлик** - меҳнат муҳофазаси қонун ва қондаларини, меъёрларини қўпол бузилиши ёки эътиборсизлик оқибатида содир бўлган бахтсизлик, одамларни шикастланиши ҳамда ўлими билан боғлиқ бўлган, ёки давлат мулкига қатта моддий зарар етказган, айбдор

шахсларга нисбатан жарима тўлаш, ишдан бўшатиш ва 2 - 4 йилгача озодликдан маҳрум этиш билан чегараланадиган жавобгарлик тури.

**Зарарли ва захарли моддалар** - инсон танасига ўтиб, унинг сезги органлари, тўқималарига физик-кимёвий таъсир этиб, меҳнат унумдорлигини пасайтиришига олиб келадиган моддалар.

**Ишлаб чиқариш чанги** - турли технологик жараёнларни бажаришда юзага келадиган ва ҳавода мутлоқ ҳолатда бўладиган каттик моддалар.

**Импульсли шовкин** - I сониядан кам давом этувчи, инсон қулоғи алоҳида зарбалар сифатида қабул қиладиган шовкин.

**Июлаштирувчи нурланиш** - радиоактив парчаланишда, ядровий эврилишларда, моддадаги зарядланган зарралар ҳаракатининг секинлашувида ҳосил бўладиган ҳамда муҳит билан ўзаро таъсир этиш чоғида ҳар хил кутбни ионларни ҳосил қиладиган нурланиш.

**Июлаштирувчи нурланиш манбаи** - ўздан июлаштирувчи нурланиш чиқарувчи ёки чиқаришга қодир бўлган қурилма ёки радиоактив модда.

**Йўл қўйиладиган доза микдори** - радиация хавфсизлиги меъёрларига асосан хавфсиз меҳнат шaroнги билан таъминлаш ва уларни хавфли вазиятлардан огоҳлантириш мақсадида йўл қўйиладиган чегаравий радиоактив микдор.

**Кимёвий кўник** - таркиби 80 % карбонат ангидрид гази, 17 % сув ва 3 % кўник ҳосил қилувчи моддалардан иборат ёнгини ўчиришга мулжалланган таркиб.

**Лакал фавқулодда вазият** - бирор объектга таълуқли бўлган, унинг микёси ўша объект ҳудуди билан чегараланадиган вазият.

**Меҳнат физиологияси** - инсон иш фаолиятида танасида юз берадиган ўзгаришларни текшириш, иш қобилиятини сақлаш ва ошириш, меҳнат фаолияти ва жараённи кишилар соғлиғига салбий таъсирини ўрганишга бағишланган соҳа.

**Меҳнат гигиенаси** - ишлаб чиқариш шaroнгида содир бўладиган салбий ҳолатлар, унинг инсон организмга таъсири, ишлаб чиқариш билан боғлиқ касб касалликлари ва унинг олдини олишни ўрганувчи "Гигиена" фанининг бир бўлими.

**Механик шовкин** - айрим ишлаб чиқариш ускуналари, деталларининг тебранишлари, яъни, зарбалари оқибатида пайдо бўладиган шовкин.

**Муътадил фавқулодда вазиятлар** - маълум шaroнт ва муътадил вазият билан боғлиқ, яъни, сув тошқинлари, вулконлар отилиб чиқиши, радиоактив моддалар оқиб чиқиши билан боғлиқ ҳолат.

**Маҳаллий фавқулодда вазият** - микёси маълум аҳоли яшайдиган ҳудудлар, яъни, шаҳар, туман, вилоят билан чегараланадиган вазият.

**Механик кўник** - таркиби 90 % ҳаво, 9,6 % сув ва 0,4 % кўник ҳосил қилувчи моддалардан иборат маҳсус қурилмалар ёрдамида аралаштирилиб тайёрланадиган, ёнгишларни ўчиришга мулжалланган таркиб.

**Меҳнат хавфсизлиги** - зарарли ишлаб чиқариш омиллари бўлмаган, ишчилар учун хавфсиз иш шaroнги мавжуд бўлган меҳнат шaroнги.

**Меҳнат хавфсизлиги меъзолари тизими (МХМТ)** - 1995 йил 21 декабрда қабул қилинган «Меҳнатни муҳофаза қилиш» қонуни ижросини таъминлашга мўлжалланган меъёрий ҳужжатлар тўплами.

**Маъмурий жазо** - меҳнат муҳофазаси қоидаларини бузган мансабдор шахсларга, шу жумладан, хавфсизлик қонун ва меъёрларини бузган ишчи, хизматчи, муҳандис ва техник ходимларга нисбатан қўлланиладиган, ҳаракат муддати бир ой бўлган, жарима солиш билан боғлиқ жазо тури.

**Моддий жавобгарлик** - корхона ва ташкилотларга, ҳамда жабрланувчига етказилган моддий зарарни маълум қисмини ёки тўла ҳажмда ундиришни назарда тутадиган, айбдор шахсининг ойлик маошининг 33 % ушлаб қолиниши билан боғлиқ жавобгарлик тури.

**Наксосфера** - доим мавжуд ёки вақти - вақти билан хавф пайдо бўладиган фаза.

**Нурланиш дозаси** - ионлаш ва молекуляр муҳитни уйғотишга сарф бўладиган масса бирлигидаги нурланувчи модда ютадиган энергия микдори.



**ОИВ- касаллиги**- одамнинг иммунитет танқислиги вируси оқибатида келиб чиққан ўта хавфли юқумли касаллик.

**ОИТС-** орттирилган иммунитет танқислиги синдроми, ОИВ касаллигининг сунги босқичи.

**Потенциал хавф** – таъсир вақти, кўрсаткичлари, микдори ва жойлашуви маълум бўлган умумий характердаги хавф.

**Портлаш** – киска вақт ичида чекланган ҳажмда катта миқдордаги энергиянинг ажралиб чиқиши.

**Пневмококиоз** – турли ишлаб чиқариш чанглариининг таъсири натижасида пайдо бўладиган касб касалликларининг умумий номи.

**Равон фавкуллда вазиятлар** - секин кечадиган хавфлар, яъни, кургокчилик, эпидемия ва касалликларни тарқалиши, туپрокни ифлосланиши ва бошқалар билан боғлиқ равон кечадиган хавфли ҳолат.

**Радиациявий авария** - ускуна носозлиги, ходимларнинг нотўғри ҳаракати, табиий ва техноген фавкуллда вазиятлар натижасида содир бўлган, атроф муҳитни радиоактив ифлосланишга олиб келиши мумкин бўлган ёки олиб келган ионлаштирувчи нурланиш манбаи ўстидан бошқарувни издан чиқиши.

**Республикавий фавкуллда вазият**- микёси республика ҳудуди билан чегараланадиган вазият.

**Рухсат этилган концентрация** – таъсири натижасида инсон организмда сезиларли ўзгаришларни келтириб чиқармайдиган салбий кўрсаткичларнинг максимал миқдори.

**Салбий факторлар** – инсон кайфиятини ёмонлашувиға ва касалликларни келиб чиқишиға олиб келувчи ёмон таъсирлар.

**Санитария-муҳофаза зонаси**– ионлаштирувчи нурланиш манбаи атрофидаги ҳудуд, у ерда инсонларни нурланиш олиш даражаси мазкур манбадан нормал фойдаланиш шароитида аҳоли учун нурланиш дозасининг белгиланган асосий чегарасидан ошиши мумкин бўлган ҳудуд.

**Статистик иш** - одамнинг фазода тана, қўл ва оёқларини ўзгартирмасдан куч сарфлаб ишлаши билан боғлиқ фаолият.

**Спринклер** - бошчасига 72, 93, 141 ва 182<sup>0</sup> С ҳароратларда эрийдиган калпоқчалар жойлаштирилган, ёнгин содир бўлганда автоматик равишда сув пуркайдиган, биттаси 6-12 м. кв. юзадаги ёнгинни ўчиришға мулжалланган мослама.

**Табиатни муҳофаза қилиш** – техносферала инсонни илмий ва амалий фаолияти учун рухсат этилган шароитни ташкил этиш билан боғлиқ бўлган йуналиш.

**Терроризм** – мафкуравий ва бошқа зарarli максалларға эришиш учун шахснинг ҳаёти, соғлиғиға хавф тўғдирувчи, мол-мулки ва бошқа моддий объектларни йўқ қилиниши хавфини келтириб чиқарувчи, халқаро муносабатларни мураккаблаштиришға олиб келувчи, ҳудудий яхлитлик ва хавфсизликка зарар етказувчи, зурлик ишлатиш билан боғлиқ жиноий қилмишлар.

**Террорчи** – террорчилик фаолиятини амалға оширишда иштирок этувчи шахс.

**Тезим** - ўзаро таъсири билан аниқ бир максалда эриштирадиган алоқалар ва қисмлар йиғиндиси.

**Титраш** – машиналар, ускуналар, коммуникация қурилмалари ва механизмлари қисмларини мувофиқлаштирилмаганлиги сабабли, босим пульсацияси таъсирида суюқлик ва газ қувур ўзатгичларида пайдо бўладиган киска тўлқинли тебранишлар.

**Товуш интенсивлиги** - товуш тўлқинлари тарқалаётган вақтда маълум кинетик қувватни кўчириш учун сарфланадиган қувват миқдори.

**Товушнинг чегара микдори** - одам қулоғиға чалинадиган энг паст товуш босими ва товуш интенсивлигининг микдори.

**Трансчегаравий, ёки глобал фавкуллда вазият** - оқибатлари мамлакат ташқарисига чиқадиган, ёки чет элда юз берган ва Ўзбекистон ҳудудиға дахлдор бўлган вазият.