# ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**С. Х. Хабибуллаев**
преподаватель ЧГПИ

**Т. У. Зуфаров**
преподаватель ЧГПИ

## АННОТАЦИЯ

В статье анализируются факторы и условия профилактики первичного и вторичного заболевания, особенно с помощью средств физической культуры.

А так же в статье представлены результаты оценки изменений исследуемых функций при функциональных пробах на различных этапах производственной деятельности, позволяет составить представление о физиологических резервах организма и их изменениях в процессе работы.

**Ключевые слова:** здоровье, профилактика заболевания, уровень физической работоспособности, физиологические резервы организма, максимальная величина кислородного долга.

# PREVENTION OF DISEASES BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE

**S. X. Xabibullaev**
Teacher of CSPI

**T. U. Zufarov**
Teacher of CSPI

## ABSTRACT

In the article, we have analyses factors and conditions of the primary and secondary types of prophylactics of diseases, particularly by means of physical culture.

As well as the article presents the results of the evaluation of changes in the functions studied during functional tests at various stages of production, allows you to get an idea of the physiological reserves of the body and their changes in the process.

**Keywords:** health, disease prevention, level of physical performance, physiological reserves of the body, maximum oxygen deficiency.