ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2020: 4.804

РЕЙТИНГОВЫЙ УРОВЕНЬ УПРАЖНЕНИЙ СПЕЦИАЛЬНО ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Н. Ю. Валиева
Узбекский государственный институт физической культуры и спорта
liliya_liliya91@mail.ru

АННОТАЦИЯ

Изучение состояния вопроса в теории спорта позволяет констатировать, что готовность, спортсмена к соревновательной деятельности и конкретному соревнованию должна рассматриваться с функциональной, психической, физической и технико-тактической стороны.

Ключевые слова: Координационная подготовленность, относительная сила, спорт, силовая подготовленность.

RATING LEVEL OF SPECIALLY MOTOR PREPARATION EXERCISES IN THE TRAINING AND TRAINING PROCESS OF YOUNG ATHLETES

N. Y. Valiyeva
Uzbekistan State Institute of Physical Culture and Sports
liliya_liliya91@mail.ru

ABSTRACT

The study of the state of the issue in the theory of sports allows us to state that the readiness of an athlete for competitive activity and a specific competition should be considered from the functional, mental, physical and technical-tactical side.

Keywords: coordination readiness, relative strength, sport, power readiness.