ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723

О РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ

О. Х. Абдалимов
к.п.н., доцент кафедры физической культуры
Ташкентского университета информационных технологий
имени Мухаммада аль-Хорезмий

Р. Н. Холмуратов
ассистент кафедры физической культуры
Ташкентского университета информационных технологий
имени Мухаммада аль-Хорезмий

АННОТАЦИЯ

Физическая культура является одной из гуманитарных составляющих, которая направлена на подготовку и поддержание физического и психического здоровья занимающихся. Развитие и совершенствование основных физических качеств, а также сохранность контингента студентов обучающихся в высших образовательных учреждениях Республики Узбекистан является приоритетной задачей для преподавателей физической подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, физическая подготовленность, физические качества, физическое воспитание.

ABOUT THE DEVELOPMENT OF THE PHYSICAL QUALITIES OF STUDENTS IN THE CLASSES OF FIZICHESKOY PODGOTOVKOY

O. K. Abdalimov
Candidate of Pedagogical Sciences
Associate Professor of the Department of Physical Culture
Tashkent University of Information Technologies
named after Muhammad al-Khorezmiy

R. N. Kholmuratov
Assistant of the Department of Physical Culture
Tashkent University of Information Technologies
named after Muhammad al-Khorezmiy

ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2021: 5.723

ABSTRACT

Physical culture is one of the humanitarian components, which is aimed at preparing and maintaining the physical and mental health of those involved. The development and improvement of basic physical qualities, as well as the safety of the contingent of students enrolled in higher educational institutions of the Republic of Uzbekistan is a priority task for teachers of physical training.

Keywords: physical training, physical fitness, physical qualities, physical education.