

## **Отчет по самостоятельной работе по физкультуре.**

**Назаров Михаил, группа 4936**

### **Отделение спортивных игр**

Занятие 1.

Дата проведения: 08.03.2022

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 60 уд/м, пульс во время занятия 130 — 160 уд/м, пульс в конце занятия 140 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия: хорошее

Замечания: нет.

Занятие 2.

Дата проведения: 12.03.2022

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 50 уд/м, пульс во время занятия 140 — 160 уд/м, пульс в конце занятия 120 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия: хорошее

Замечания: нет.