

Отчет по самостоятельной работе по физкультуре.

Назаров Михаил, группа 4936

Отделение спортивных игр

Занятие 1.

Дата проведения: 16.11.2021

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 60 уд/м, пульс во время занятия 100 — 150 уд/м, пульс в конце занятия 90 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия: хорошее

Замечания: нет.

Занятие 2.

Дата проведения: 17.11.2021

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 70 уд/м, пульс во время занятия 80 — 130 уд/м, пульс в конце занятия 120 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия:

хорошее

Замечания: нет.