

Отчет по самостоятельной работе по физкультуре.

Назаров Михаил, группа 4936

Отделение спортивных игр

Занятие 1.

Дата проведения: 30.11.2021

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 50 уд/м, пульс во время занятия 100 — 130 уд/м, пульс в конце занятия 90 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия: хорошее

Замечания: нет.

Занятие 2.

Дата проведения: 04.12.2021

Состояние во время занятия: пульс до начала занятия 70 уд/м, пульс во время занятия 90 — 140 уд/м, пульс в конце занятия 100 уд/м. Самочувствие до, во время и после занятия:

хорошее

Замечания: нет.