

## ПРОТОКОЛ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО НАБЛЮДЕНИЯ

1. ФИО \_\_\_\_\_
2. Возраст \_\_\_\_\_
3. Вид спорта \_\_\_\_\_ квалификация \_\_ НП-1 или УТЭ-1... \_\_\_\_\_
4. Период тренировочного процесса \_\_\_\_\_
5. Условия тренировочного процесса \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. Задачи тренировки \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Характеристика нагрузки и краткое описание упражнений в различных частях тренировки:
  - ✓ Разминка \_\_\_\_\_
  - ✓ Основная часть \_\_\_\_\_
  - ✓ Заключительная часть \_\_\_\_\_
8. Исходные данные пульса за 10 сек \_\_\_\_\_, АД \_\_\_\_\_
9. Пульс и АД в конце разминки \_\_\_\_\_
10. Пульс и АД в конце основной части \_\_\_\_\_
11. Пульс и АД в конце заключительной части \_\_\_\_\_

Основные моменты хронометража	Время по минутам	Восст.ЧСС			Общее время в мин
	123456 7 8 9 1011 1213141516 1718 19 20 21222324 25 26 27282930 31323334353637383940414243444546474849	1	2	3	
Выполнение упражнений Показ, объяснение, с Расстановка, уборка инвентаря, с Отдых, с Простои, с					
Исходная ЧСС					
Части тренировки					

