

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курганский государственный университет»  
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»



УТВЕРЖДАЮ:

Первый проректор

С.Н.Щербич/

«31» октября 2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины  
«Контроль тренировок и соревновательных нагрузок»

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата  
49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):

*Спортивная тренировка*

Формы обучения: заочная

Курган 2019

Аннотация к рабочей программе дисциплины  
**«Контроль тренировок и соревновательных нагрузок»**

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата

**49.03.01 – Физическая культура**

Направленность (профиль): Спортивная тренировка

Трудоемкость дисциплины: 3 ЗЕ (108 академических часа)

Семестр: 9 (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: Экзамен

Содержание дисциплины

Планирование и контроль в спортивной тренировке. Контроль как звено управления в тренировочном процессе. Комплексный контроль в спорте. Этапный, текущий и оперативный контроль в спорте. Характеристика разновидностей контроля. Учет в спортивной тренировке.