**Погребняк Павел Викторович Программа функциональной подготовки высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонных сборов по системе «осень − весна»**

ОГЛАВЛЕНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

кандидат наук Погребняк Павел Викторович

Введение

Глава 1 Теоретические основы программирования функциональной подготовки высококвалифицированных футболистов

1.1 Тенденции развития игровой деятельности в футболе

1.2 Анализ функциональной подготовленности высококвалифицированных футболистов в годичном тренировочном цикле

1.3 Содержание функциональной подготовки высококвалифицированных

футболистов в годичном тренировочном цикле

Заключение по главе

Глава 2 Методы и организация исследования

2.1 Методы исследования

2.2 Организация исследования

Глава 3 Анализ содержания тренировочного процесса и спортивной подготовленности высококвалифицированных футболистов

3.1 Характеристика современной системы построения предсезонных сборов высококвалифицированных футболистов

3.2 Степень физической подготовленности высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонного сбора

3.3 Уровень функциональной подготовленности высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонного сбора

3.4 Анализ биохимического состава крови высококвалифицированных

футболистов в процессе выполнения тренировочной нагрузки

Заключение по главе

Глава 4 Экспериментальное обоснование эффективности программы функциональной подготовки в процессе предсезонных сборов высококвалифицированных футболистов по системе «осень-весна»

4.1 Разработка содержания программы функциональной подготовки в процессе предсезонных сборов высококвалифицированных футболистов по системе «осень-весна»

4.2 Динамика физической и функциональной подготовленности высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонных сборов

4.3 Динамика изменения биохимических показателей крови у высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонных сборов

4.4 Динамика двигательной активности высококвалифицированных футболистов

в процессе игровой деятельности

Заключение

Выводы

Практические рекомендации

Список литературы

Приложения А

4