

**Югозападен университет „Неофит Рилски“
гр. Благоевград**

РЕЦЕНЗИЯ

Относно: Публична защита на дисертационен труд за придобиване на научна и образователна степен „Доктор“ в научната област 1. Педагогически науки, професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по ...

Тема на дисертационния труд: „Влияние на тренировъчните занимания от спортната гимнастика върху функционалните показатели и спортно-техническите умения на гимнастици и гимнастички“

Автор на дисертационния труд: Александър Георгиев Марков

Рецензент: Доц. Кремка П. Станкова доктор
ЮЗУ „Неофит Рилски“, Факултет по педагогика, Катедра „ТМФВ“

Основание за представяне на рецензията: Заповед № 403/09.03.2023 г. на Ректора на ЮЗУ „Н. Рилски“, Благоевград

I. Кратки биографични данни за кандидата

Докторант Александър Георгиев Марков се е обучавал във факултета по Педагогика по докторска програма „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка“. Марков е придобил бакалавърска и магистърска степен в НСА „В. Левски“ – София. Докторантът има богат опит в областта на спорта като състезател и треньор в ГСК „Пирин Благоевград – 2011“ и в националния отбор младежи и мъже на България по Спортна гимнастика. Понастоящем е асистент в катедра „Спорт“, факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт“ – ЮЗУ „Н. Рилски“.

Преподава практически часове във факултета, включително и по учебната дисциплина „Методика на обучението по гимнастика“ към катедра „ТМФВ“, факултет по Педагогика.

II. Цялостна характеристика на дисертационния труд

Научно-техническият прогрес като цяло, интеграцията и все по-големите предизвикателства на съвременното като успеваемост в спорта, активизират научната мисъл в спортната наука.

Високите цели в спорта предопределят търсене на нови средства, техники, гъвкави адекватни технологии, модели и методики за ефективизиране на тренировъчния процес и постигане на бързи резултати.

Спортната гимнастика не прави изключение в този аспект. С цялото си многообразие от средства тя създава необятно поле за нови научни търсения в подготовката на състезателите. Очевидно, изхождайки от тази необходимост и опит си, докторант Марков представя на нашето внимание научен труд, посветен основно на влиянието на тренировъчните занимания върху функционалните показатели и спортно-техническите умения на гимнастиците. Прилагането на иновативен авторски модел за тренировъчен режим в зала и домашни условия, само по себе си е известна новост в научните разработки, касаещи спортната гимнастика, което го прави навременен и актуален.

Цялостното съдържание на представения за рецензиране труд е в обем от 133 страници, изложени в увод, 4 глави, литература и 4 приложения. Научните твърдения са подкрепени с 26 таблици и 31 фигури. Библиографията включва 212 литературни източника, от които 12 на кирилица и 200 на латиница.

Като цяло във фокуса на изследването са функционалните промени в организма и техническите възможности на спортуващите гимнастици, трениращи по определена програма в спортната зала и в домашни условия в период от 18 месеца, което предопределя и целта на научното изследване.

Имайки предвид времето и обстановката, в която са проведени изследванията, докторантът Марков е вложил в научния си труд идея, която освен актуална е и ценна за практиката, имайки предвид непредвидимостта на съвременните условия за работа.

Научният труд като цяло е много добре структуриран и онагледен, а научните твърдения логично следват хода на изложението.

В Глава първа, детайлно е изложена постановката на научния проблем, особеностите на тренировъчния процес по спортна гимнастика и специфични физически и физиологични оценки на гимнастиците с тестова насоченост.

В тази глава докторантът Марков прави целенасочен обстоен преглед и характеристика на важни показатели във функционалните характеристики и тестови показатели на спортуващи гимнастици, включително принципите и особеностите на тренировъчния процес по гимнастика. Теоретичният анализ в дисертационния труд е ясен, целенасочен, пряко свързан с тематиката и хронологично следва естествения ход на цялостното научно изследване.

Хипотезата е много добре формулирана и научно обоснована.

Глава втора поема същността и тежестта на научното изследване, залегнало в основата на научния труд. Тя включва обект, предмет, цел, задачи, контингент, организация и методи на изследването.

Целта на научното изследване е ясно формулирана и кореспондира с основната цел на цялостния научен труд.

Обекта и предмета на изследването са коректно формулирани и представени.

Контингентът на изследването от 22-ма момичета и момчета – състезатели по спортна гимнастика, е умело подбран във възрастов аспект по отношение на активното им самосъзнание и самооценка, имащи важно значение за ефективността в последващите тренировъчни занимания в домашни условия.

Събирането на емпиричния материал, обработка, анализ на данните и цялостното оформяне на дисертационния труд, е преминало през четири етапа в период от 4 години – 2019/2022 г.

Методите на научното изследване са основно 9 на брой, включващи теоретико-практически, статистически и такива за обработка на биомеханичен анализ.

Методологическата база на изследването има комбиниран подход между количествени и качествени статистически методи. Приложена е дескриптивна статистика за изчисляване на средни стойности, стандартни отклонения и променливи.

Методите, методиката на изследване и обработката на данни са съобразени с целта на научното изследване, залегнала в дисертационния труд.

Важен момент в подраздел П.3.1 е представения от докторанта иновативен авторски модел за тестови инструментариум на физическите и техническите показатели, залегнали в основата на научния труд, подкрепен детайлно със съответния обем и дозировка на натоварване, съобразени във възрастов аспект с контингента на изследваните гимнастици (стр. 63-68). Моделът включва модифицирана програма в гимнастическа зала от 11 теста за момчета и 7 теста за момичета – „без“, „със“ и „на“ уреди. Целта на модела е поддържане и подобряване на общото физическо и техническо ниво на гимнастиците.

В подраздел П.3.3. програмата за домашни условия включва комплекс от упражнения за физически качества, комплекс от технически упражнения с помощ и комплекс с ластиси. Контролът е осъществен чрез онлайн връзка.

Комплексът от упражнения за домашни условия е много добре избран, като съдържание и прецизиран като дозировка, имайки предвид възрастовия диапазон, целта и задачите на научното изследване.

В подраздел II.4 е проследен детайлно състава и соматотипа на тялото, глюкозата, лактата в кръвта и сърдечната честота по време на тренировка на изследваните гимнастици и гимнастички.

Глава трета. Чрез многобройни таблици и фигури, докторантът Марков е успял умело да пресъздаде научно и многостранно тълкуванията, връзките и зависимостите по съответните показатели от научното изследване в следствие от приложения иновативен авторски модел на тренировка, имащи пряка връзка с целта, задачите и изводите на дисертационния му труд.

В подраздел III.7, приложените тестове и последвалия научен анализ дават ясна представа за състоянието както на функционалните промени в организма на изследваните гимнастици, така и за влиянието на тренировъчните въздействия върху техническите им умения в зала и в домашни условия.

Изводи. Изводите - 8 на брой, са направени на базата на извършените изследвания и последващите детайлни анализи. Те са ясно формулирани, научно обосновани, кореспондират с целта и задачите на научното изследване и доказват научната хипотеза. Изводите са изчерпателни и научно формулирани.

Научните приноси са основно три, касаещи новаторството в изследване на функционални показатели по време на тренировка и промените в спортно-техническите умения чрез обективни индикатори на приложен персонализиран авторски модел за обучение и тренировка по гимнастика.

III. Кратки бележки и препоръки

Наред с достойнствата на разработения труд, ще си позволя да отбележа някои технически и структурни неточности:

- Би следвало при изложението на ползваните литературни източници в дисертационния труд, тези на кирилица да предхождат тези на латиница.

- Има дублиране на номерация на фигури (фиг. 30 на стр. 92 - соматограми) и (фиг. 30 на стр. 100 – концентрация на лактат в кръвта), което би могло да заблуди читателя при теоретичния анализ.

Към дисертационния труд е приложен списък от **5 публикации** в национални реферирани списания без импакт фактор във връзка с темата на дисертационния труд.

Предложения за рецензиране **автореферат** (в обем от 49 стр.) следва синтезирано, хронологично и научно изложението в дисертационния труд.

IV. Заключение

Видно е, че докторант Марков е вложил опита си и търсенията си от практиката в една иновативна посока в тренировъчния процес, което е неоспоримо достойнство на дисертационния му труд. Научните приноси на труда обогатяват недвусмислено научните теоретични и практически търсения в тренировъчни процес по гимнастика.

Дисертационният труд на тема „Влияние на тренировъчните занимания от спортната гимнастика върху функционалните показатели и спортно-техническите умения на гимнастици и гимнастички“ и автореферата към него, представляват оригинален, самостоятелен научен труд с иновативен характер и така предложени за рецензиране отговарят на изискванията за присъждане на научната и образователна степен „Доктор“.

Мотивирана от актуалността, научността и теоретико-практическата стойност на научния труд, предлагам на уважаемото специализирано Научно жури да присъди образователната и научна степен „Доктор“ на Александър Георгиев Марков в научната област 1. Педагогически науки, професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по ...

26.03.2023 г.

Рецензент:

/Доц. Кремка Станкова доктор/

**“Neofit Rilski” Southwest University
Blagoevgrad**

REVIEW

Subject: Public defence of a dissertation thesis for obtaining Doctor's scientific and academic degree "Doctor" in the scientific field 1. Pedagogical Sciences, professional field 1.3. Pedagogy of education in ...

Dissertation Thesis: „IMPACT OF ARTISTIC GYMNASTICS TRAINING ON THE FUNCTIONAL PARAMETERS AND SPORT AND TECHNICAL SKILLS OF MALE AND FEMALE GYMNASTS“

Author of Dissertation Thesis: Aleksandar Georgiev Markov

Reviewer: Assoc. Prof. Kremka P. Stankova, Ph.D.

“Neofit Rilski” Southwest University, Faculty of Pedagogy, Chair of Theory and Methods of Physical Education

Grounds for Submitting the Review: Order No. 403/ 09.03.2023 of the Rector of “Neofit Rilski” Southwest University, Blagoevgrad

I. Candidate’s Brief Biographical Details

Doctoral student Aleksandar Georgiev Markov has studied at the Faculty of Pedagogy in the doctoral programme "Theory and Methodology of Physical Education and Sports Training". Markov acquired Bachelor's and Master's degrees at “V. Levski” National Sports Academy. The PhD student has extensive experience in the field of sport as a competitor and coach of "Pirin Blagoevgrad - 2011" Gymnastic Sport Club and of the national team of youth and men of Bulgaria in Artistic Gymnastics. He is currently an assistant professor at the Chair of Sports, Faculty of Public Health, Health Care and Sports of “Neofit Rilski” Southwest University.

He teaches practical classes at the faculty, including the course "Methods of teaching gymnastics" at the Chair of TMPE, Faculty of Pedagogy.

II. Overall Characterization of the Dissertation Thesis

Scientific and technical progress in general, integration and the increasing challenges of modern times, such as success rates in sport, are activating scientific thought in sports science.

High goals in sport predetermine the search for new tools, techniques, flexible and adequate technologies, models and methodologies to make the training process more effective and achieve quick results.

Artistic gymnastics is no exception in this aspect. With all its variety of means, it creates a vast field for new scientific searches in the preparation of athletes. Obviously, proceeding from this need and his experience, doctoral student Markov presents to our attention a scientific work mainly devoted to the influence of training activities on the functional indicators and sport-technical skills of gymnasts. The application of an innovative author's model for training regimen in gym and at home is a certain novelty in scientific developments concerning artistic gymnastics, which makes it timely and relevant.

The overall content of the work submitted for peer review is 133 pages, set out in an introduction, 4 chapters, references and 4 appendices. The scientific statements are supported by 26 tables and 31 figures. The bibliography includes 212 references, of which 12 in Cyrillic and 200 in the Roman alphabet.

In general, the focus of the study is the functional changes in the body and the technical abilities of the gymnasts training according to a specific programme in the gym and at home over a period of 18 months, which determines the purpose of the research.

Considering the time and the environment in which the research was conducted, doctoral student Markov has put in his scientific work an idea that is not only relevant but also valuable for practice, given the unpredictability of modern working conditions.

The scientific work as a whole is very well structured and illustrated, and the scientific statements logically follow the course of the exposition.

In **Chapter One**, the statement of the scientific problem, the peculiarities of the training process in artistic gymnastics and specific physical and physiological assessments of test gymnasts are detailed.

In this chapter, doctoral student Markov provides a focused comprehensive review and characterization of important indicators in the functional characteristics and test scores of competitive gymnasts, including the principles and features of the gymnastics training process. The theoretical analysis in the dissertation is clear, purposeful, directly related to the topic and chronologically follows the natural course of the overall scientific research.

The hypothesis is very well formulated and scientifically justified.

Chapter Two takes up the substance and weight of the research underlying the thesis. It includes the object, subject, purpose, objectives, contingent, organization and methods of the research.

The aim of the research is clearly formulated and corresponds to the main objective of the overall scientific work.

The object and **subject** of the study are correctly formulated and presented.

The study contingent of 22 girls and boys - artistic gymnastics athletes was skilfully selected age-wise in terms of their active self-awareness and self-assessment, important for effectiveness in subsequent home training activities.

The collection of the empirical material, processing, data analysis and the overall shaping of the dissertation has gone through four stages over a period of 4 years - 2019/2022.

The main **research methods** are 9, including theoretical-practical, statistical and biomechanical analysis processing ones.

The methodological basis of the study has a combined approach between quantitative and qualitative statistical methods. Descriptive statistics is applied to calculate means, standard deviations and variables.

The methods, research methodology and data processing are in line with the aim of the research as stated in the dissertation thesis.

An important point in subsection II.3.1 is the innovative author's model presented by the doctoral student for the test instrumentation of the physical and technical indicators underlying the scientific work, supported in detail by the corresponding volume and dosage of load, tailored in age aspect to the contingent of the studied gymnasts (pp. 63-68). The model includes a modified programme in a gymnastic hall covering 11 tests for boys and 7 tests for girls - 'without', 'with' and 'on' apparatus. The aim of the model is to maintain and improve the general physical and technical level of gymnasts.

In subsection II.3.3, the home programme includes a set of physical fitness exercises, a set of assisted technical exercises and a set of exercises with elastic bands. The control is implemented via an online link.

The complex of home exercises is very well selected as content and precise as dosage, taking into account the age range, goal and tasks of the scientific research.

Subsection II.4 traces in detail the body composition and somatotype, blood glucose, blood lactate and heart rate during training of the gymnasts studied.

Chapter Three. Through numerous tables and figures, doctoral student Markov has managed to scientifically and multilaterally recreate the interpretations, relationships and dependencies on the relevant indicators of the research as a result of the applied innovative author's model of training, having a direct relationship with the goal, tasks and conclusions of his dissertation.

In subsection III.7, the applied tests and the subsequent scientific analysis provide a clear picture of both the state of functional changes in the body of the studied gymnasts and the influence of training effects on their technical skills in the gym and at home.

Conclusions. The conclusions - there are 8 of them- are drawn on the basis of the research carried out and the subsequent detailed analyses. They are clearly formulated, scientifically justified, correspond to the goal and tasks of

the research and prove the scientific hypothesis. The conclusions are comprehensive and scientifically formulated.

The scientific contributions are mainly three, concerning innovation in the study of functional indicators during training and changes in sport-technical skills through objective indicators of applied personalized author's model for training and exercises in gymnastics.

III. Brief Notes and Recommendations

Along with the merits of the developed work, I will take the liberty to note some technical and structural inaccuracies:

- When presenting the literature sources used in the dissertation, those in Cyrillic should precede those in Roman alphabet.
- There is duplication of figure numbering (Fig. 30 on page 92 - somatograms) and (Fig. 30 on page 100 - blood lactate concentration) which could mislead the reader in theoretical analysis.

A list of **5 publications** in national refereed journals is attached to the dissertation without impact factor related to the dissertation topic.

The proposed **abstract** (49 pages in length) follows the synthesized, chronological and scientific presentation in the dissertation.

IV. Conclusion

It is evident that doctoral student Markov has put his experience and his search from practice in an innovative direction in the training process, which is an undeniable merit of his dissertation work. The scientific contributions of the thesis enrich unambiguously the scientific theoretical and practical searches in gymnastics training process.

The dissertation thesis entitled " Influence of Artistic Gymnastics Training on the Functional Indicators and Sport-Technical Skills of Gymnasts" and the abstract to it, make an original, independent scientific work with an innovative character and so proposed for review meet the requirements for the award of the scientific and academic degree of „Doctor“.

Motivated by the topicality, scientific character and theoretical-practical value of the research work, I propose to the esteemed specialized Scientific Jury to award the academic and scientific degree of "Doctor" to Aleksandar Georgiev Markov in the scientific field 1. Pedagogical Sciences, professional field 1.3. Pedagogy of education in ...

26.03.2023

Reviewer:

/Assoc. Prof. Kremka Stankova, Ph.D./