

СТАНОВИЩЕ

върху дисертационния труд на
Александър Георгиев Марков
на тема:

„Влияние на тренировъчните занимания от спортната гимнастика върху функционалните показатели и спортно-технически умения на гимнастици и гимнастички“

За придобиване на образователна и научна степен „Доктор“ по докторска програма Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка, Професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по, Област на висше образование 1. Педагогически науки

От доц. Даниела Томова, доктор

Член на научно жури, съгласно Заповед № 403 от 09.03.2023 г на Ректора на ЮЗУ „Неофит Рилски“ Благоевград, на основание чл. 9 от ЗРАСРБ, чл. 30, ал 3 от от Правилника за прилагане на ЗРАСРБ чл. 4, ал. 3 от Вътрешните правила за развитие на академичния състав на университета и решение на Факултетния съвет на Факултета по педагогика.

Биографични данни за докторанта

Александър Георгиев Марков получава средното си образование в Спортно училище „Генерал Владимир Стойчев“, град София, профил спортна гимнастика. Докторантът има богат опит като състезател на на Националните отбори младежи и мъже, участва на пет световни и девет европейски първенства по спортна гимнастика. Той е многократен републикански шампион в индивидуалният многобой и по отделните уреди победител в международни турнири. Основател е на ГСК “Пирин Благоевград-2011“ като треньор. Треньор е на националните отбори – младежи и мъже. Александър Марков получава ОКС „Бакалавър“ и ОКС „Магистър“ в НСА „Васил Левски“.

Представяне на дисертационния труд

Дисертационния труд на Александър Марков изследва различните аспекти на спортно-тренировъчния процес по гимнастика на състезатели – мъже и жени. Актуалността на темата е свързана с прилагане на индивидуален подход и представена авторска методика за тренировка в зала и в домашни условия, продиктувани от световната пандемия от Ковид 19. Докторантът е носочил своите изследователски търсения към усъвършенстване управлението на тренировъчния процес на

състезатели в спортната гимнастика, изразяващи се в регистриране на техните функционалните показатели и формирането на спортно-техническите умения в период от 18 месеца. Търсенето и прилагането на разнообразни форми и методи за оптимизиране на тренировъчния процес е предмет на изследване от спортните специалисти във всички етапи на подготвителен период и участие в условията на състезанието.

В дисертацията е представено добре замислено и старателно реализирано цялостно изследване по разработваната тема в съдържателно, структурно, теоретично и експериментално отношение. Докторският труд е структуриран в четири глави с общ обем от 133 страници, от които 5 страници приложения. Използваната литература включва 214 заглавия, от които на кирилица 12 броя, а на латиница 202. Онагледяването е осъществено добре чрез 26 таблици и 30 фигури.

В теоретичната част е представена характеристика на тренировъчния процес по спортна гимнастика, като са разгледани в детайли различните аспекти, които определят ефективността на тренировката от гледна точка на енергетично осигуряване, аеробен, анаеробен метаболизъм – метаболитни прагове, мощност, антропометрични показатели и соматотип на гимнастици. Специално внимание е отделено на анализа на функционалните показатели – сърдечна честота, мощност, измерване на лактат в кръвта вследствие на тренировъчни натоварвания, които характеризират ефективността на тренировъчния процес. Теоретичната част завършва с анализ на взаимовръзката между периодизацията на подготовката на гимнастици - техническата и физическа, както и специфични физически и физиологични оценки на състезателите. Като цяло теоретичната част на дисертацията притежава редица достойнства, а именно: умел подбор на анализирани източници (по-голямата си част, от които са на английски език), чрез които са представени основни концепции за спецификата на тренировъчния процес и подготовката на елитни гимнастици; ясна логическа връзка и плавен преход между различни аспекти на темата; разнообразие в аналитичните подходи – с акцент върху различните страни на спортната тренировка; издържан в научно отношение стил на изложението.

Във втората глава са представени методологията и организацията на изследването. Предпоставка за реализирането на изследователската визия е добре формираната методологична рамка на изследването, която включва обект, предмет, цел, задачи и методи на изследването.

Извършено е едно трудоемко изследване, получените данни, от което дава възможност за установяване полезни резултати относно тренировъчния процес на гимнастици, който е представен подробно в третата глава на дисертацията. Достойнство на дисертационният труд е направеното в края на третата глава обобщение на всички получени резултати, което дава възможност за комплексната им оценка и тяхната значимост в теоретичен и практически план. Тя същевременно е основа за направените изводи и насоки за приложението им в практиката.

Анализ на тренировъчните натоварвания върху техническите умения на гимнастици

Приносните моменти могат да се определят така:

- В резултат на извършената изследователска работа за първи път се анализират промените, настъпили във функционалните показатели и формираните спортно-технически умения на състезатели по гимнастика, под въздействието на тренировъчен процес в продължение на 18 месеца и в условията на пандемия от Ковид 19.
- Приложеният иновативен подход дава възможност за анализ на настъпилите промени в спортно-техническите умения на гимнастици и гимнастички чрез прилагането му;
- Дефинирани са индикаторите, които определят ефективността на спортно- тренировъчната дейност, вследствие на прилагането на авторски модел съобразно индивидуалните възможности на състезателите по спортна гимнастика.

Дисертационният труд е структуриран, съобразно изискванията за такъв тип изследване. Формулираните изводи подкрепят изложението, изведените препоръки отразяват извършената от докторанта изследователска работа.

Докторантът е представил резултатите от научното изследване в доклади в реферирани издания, както и на научни конференции. Посочените са пет публикации са разработени самостоятелно и в съавторство, които отразяват направените изследвания в дисертационния труд. Авторефератът отразява напълно съдържанието на дисертацията.

Заключение

Представената дисертация е в съответствие с изискванията за придобиване на образователната и научна степен „Доктор“. Тя притежава безспорни положителни достойнства в съдържателно, структурно, теоретично, експериментално и графично отношение. При разработката на докторската дисертация си Александър Марков показва компетентност и умения да анализира теоретични подходи и емпирични данни, въз основа на които да прави съответните изводи и заключения. Получените резултати ще допринесат за приложението им в практиката.

От казаното дотук, посочените достойнства и приноси ми дават основания да гласувам положително и да препоръчам на уважаемите членове на научното жури да присъди образователна и научна степен „Доктор“ на Александър Георгиев Марков, докторант на самостоятелна подготовка в катедра „Теория и методика на физическото възпитание“ при Факултета по педагогика в Професионално направление 1.3. Педагогика на обучението по, докторска програма“ Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка“.

31.03.2023 г

Изготвил становището:

Доц. д-р Даниела Томова

OPINION

on dissertation of

Alexander Georgiev Markov

topic:

„Impact of artistic gymnastics training on the functional parameters and sport and technical skills of male and female gymnasts“

„ For acquiring the educational and scientific degree "Doctor" in the doctoral programme Theory and Methodology of Physical Education and Sports Training, Professional field 1.3. Pedagogy of Training, Field of higher education 1. Pedagogical Sciences

From Assoc. Prof. Daniela Tomova, PhD

Member of the scientific jury, according to the Order No. 403 of 09.03.2023 of the Rector of the South University of Science and Technology "Neofit Rilski" Blagoevgrad, on the basis of Art. 9 of the Regulations for the Implementation of the Act for the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria, Art. 4, para. 3 of the University Internal Rules for the Development of the Academic Staff, and Faculty of Pedagogy Council the decision.

Biographical data about the doctoral student

Alexander Georgiev Markov received his secondary education at the Sports School "General Vladimir Stoychev", Sofia, majoring in gymnastics. The PhD student has extensive experience as a competitor of the National Youth and Men's Teams, participated in five World and nine European Championships in sports gymnastics. He is a multiple national champion in the individual all-around and in individual events winner in international tournaments. He is the founder of Gymnastic club "Pirin Blagoevgrad-2011" as a coach. He is a coach of national teams - youth and men. Alexander Markov received Educational Qualification Degree "Bachelor" and "Master" at NSA "Vasil Levski".

Presenting the dissertation work

The dissertation of Alexander Markov studies the different aspects of the sports-training process in gymnastics of male and female athletes. The relevance of the topic is related to the application of an individual approach and presented author's methodology for training in the gym and at home, dictated by

the global pandemic of Covid 19. The doctoral student has directed his research searches to improve the management of the training process of athletes in sports gymnastics, expressed in the registration of their functional indicators and the formation of sports-technical skills over a period of 18 months. The search for and application of diverse forms and methods to optimize the training process is the subject of research by sports specialists at all stages of the preparatory period and participation in competition conditions.

The dissertation presents a well-designed and thoroughly implemented comprehensive study of the developed topic in terms of content, structure, theory and experimentation. The doctoral thesis is structured in four chapters with a total length of 133 pages, including 5 pages of appendices. The literature used includes 214 titles, of which 12 in Cyrillic and 202 in Latin. The illustration is well done through 26 tables and 30 figures.

In the theoretical part, the characteristics of the training process in sports gymnastics are presented, and the different aspects that determine the effectiveness of training in terms of anaerobic, aerobic, anaerobic metabolism - metabolic thresholds, power, anthropometric indicators and somatotype of gymnasts are discussed in detail. Special attention is paid to the analysis of functional indices - heart rate, power, blood lactate measurement due to training loads, which characterize the effectiveness of the training process. The theoretical part ends with an analysis of the interrelationship between the periodization of gymnasts' training - technical and physical, as well as specific physical and physiological assessments of athletes. Overall, the theoretical part of the dissertation has a number of merits, namely: a skilful selection of the analysed sources (most of which are in English), through which the basic concepts of the specifics of the training process and the preparation of elite gymnasts are presented; a clear logical connection and smooth transition between different aspects of the topic; a variety of analytical approaches - with an emphasis on different aspects of sports training; a scientifically sound style of exposition.

The second chapter presents the methodology and organisation of the study. A prerequisite for the realization of the research vision is a well-formed methodological framework of the research, which includes the object, subject, aim, objectives and methods of the research.

A demanding research has been carried out, the data obtained from which enables the establishment of valuable results regarding the training process of gymnasts, which is presented in detail in the third chapter of the dissertation. A merit of the dissertation is the summary of all the results obtained at the end of the third chapter, which allows for their complex evaluation and their significance in theoretical and practical terms. At the same time it is the basis for the conclusions drawn and guidelines for their application in practice. Analysis of training workloads on the technical skills of gymnasts.

The contribution moments can be defined as follows:

- As a result of the research work, for the first time, the changes that occurred in the functional indicators and the formed sport-technical skills of gymnastic athletes, under the influence of a training process for 18 months and in the conditions of the pandemic of Covid 19, were analyzed.
- The applied innovative approach makes it possible to analyze the changes in the sport-technical skills of gymnasts and gymnasts through its application;
- Defined are the indicators that determine the effectiveness of the sports-training activity, following the application of an author's model according to the individual abilities of athletes in gymnastics.

The dissertation is structured according to the requirements for this type of research. The formulated conclusions support the statement, the drawn recommendations reflect the research work done by the doctoral candidate.

The PhD student has presented the results of the research in papers in refereed journals, as well as at scientific conferences. Five publications have been developed independently and in co-authorship, which reflect the research done in the dissertation. The abstract fully reflects the content of the dissertation.

Conclusion

The submitted dissertation complies with the requirements for the degree of Doctor of Education and Science. It possesses undeniable positive merits in content, structural, theoretical, experimental and graphical aspects. In the development of his doctoral dissertation, Alexander Markov demonstrates competence and skills to analyze theoretical approaches and empirical data on the basis of which to draw appropriate conclusions and inferences. The results obtained will contribute to their application in practice.

In view of the foregoing, the merits and contributions mentioned above give me the reason to vote positively and to recommend to the distinguished members of the scientific jury to award the degree of "Doctor" to Alexander Georgiev Markov, PhD student in the Department of Theory and Methodology of Physical Education at the Faculty of Pedagogy in the Professional Field 1.3. Pedagogy of Training, doctoral program" Theory and Methodology of Physical Education and Sports Training.

31.03.2023

Opinion by:

Assoc. Prof. Daniela Tomova, PhD