

РЕЦЕНЗИЯ

ОТ: доц. Георги Иванов Палакарски, доктор
HCA „Васил Левски“, катедра: „СНЕЖНИ СПОРТОВЕ“
научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание
и спортната тренировка (вкл. методика на лечебната физкултура)“
научно направление 7.6 спорт

ОТНОСНО: Дисертационен труд за присъждане на образователна и
научна степен „доктор“

АВТОР на дисертационен труд: Михайл Иванов Клечоров

ТЕМА на дисертационен труд: „Стрелковата подготовка в биатлона“
(контрол и система на подготовка при висококвалифицирани биатлонисти)

ОСНОВАНИЕ за представяне на рецензия: участие в състава на научно
жури по защита на дисертационен труд съгласно Заповед № 887 от
10.04.2018 г. на Ректора на Югозападен университет „Неофит Рилски“,
Благоевград.

НАУЧЕН РЪКОВОДИТЕЛ: проф. д-р Кирил Костов дн

1. Информация за докторанта

Докторантът Михайл Клечоров е роден на 03.12.1982 г. в гр. Банско,
където завършва и средното си образование. Веднага след това е приет за
студент в Национална спортна академия „Васил Левски“, София, която
завършва с придобита квалификация „Тренор по биатлон“ в ОКС
„Бакалавър“. През 2010 г. е приет за „Магистър“ в ЮЗУ „Неофит Рилски“.
През 2011 г. се дипломира с придобита квалификация „Спортен педагог“.
От 2015 г. продължава обучението си във Факултета по педагогика, катедра
„ТМФВ“ по докторска програма „Теория и методика на физическото
възпитание и спортната тренировка“, направление 1.3. Педагогика на
обучението по...

В началото на спортната си кариера се занимава със ски бягане в
родния си град. През 1999 г. се прехвърля в биатлона като състезател на
„Аякс Троян“. Още през първата си състезателна година разкрива огромния
си талант, спечелвайки Държавно първенство по биатлон за юноши. От 2000

г. е член на представителния отбор на РБ, като за този период взема участие в три ЗОИ по биатлон. 24 пъти е шампион на България по биатлон.

Докторантът Клечоров, наред с имена като Е. Дафовска, Кр. Анев, е типичен представител на българската школа в биатлона, известна с високите си спортно-технически резултати в компонентите на спортното постижение точност на стрелба и скорострелност. В потвърждение на горе казаното на ЗОИ 2010 г. Ванкувър (Канада) в дисциплините „спринт“ и „преследване“ при 6 проведени стрелби (30 изстрела) не допуска пропуск. За отбелязване е и изключително високата скорострелност, реализирана в дисциплината индивидуален биатлон в същите състезания – 5-и резултат (време за провеждане на стрелбата 1 минута 44 секунди).

Големият практически опит и натрупаните теоретични знания по най-естествен път довеждат докторанта до избор на тема на дисертационния си труд „Стрелковата подготовка в биатлона“.

2. Обща характеристика на дисертационния труд

Представеният за рецензиране дисертационен труд е в обем 170 страници (5 страници приложения и 9 страници списък на използвана литература), съдържа 7 фигури, 24 таблици и 8 графики. Книгописът обхваща 143 източника (117 от които на кирилица), представени от библиографска гледна точка с пълни данни. След насочващ към темата увод (2 с.) трудът следва общоприетата структура на докторска дисертация и е структурно разработен в 4 глави:

1. Състезателната дейност в биатлона и стрелковата подготовка
2. Научно-методологически параметри на изследване
3. Фактори за успеха на стрелбата в биатлона (каузално-дедуктивен анализ)
4. Специализирана програма за оптимизиране на скорострелност

В тях последователно са разгледани теоретичните постановки на проблема, методологията на изследването, анализ на получените резултати, изводи и препоръки.

Първа глава. Високата професионална компетентност на докторанта получава изява при обзора на литературните източници, характеризиращи състезателната дейност в биатлона на съвременния етап в развитието му. Реализираните сравнително близки резултати на компонента скорост на бягане на елитните биатлонисти в последните години довеждат автора до извода, „че стрелковият компонент на състезателната дейност се явява по-вариативен и по-нестабилен фактор в сравнение с беговия компонент“ (с. 16).

Това дава основание на докторанта да обобщи: „общата тенденция на развитието на биатлона е повишила влиянието на стрелковата подготовка по отношение на спортния резултат и е наложила съществен отпечатък върху стрелбата. Всичко това налага необходимостта от нейното усъвършенстване както по отношение на качеството, така и по отношение на скоростта на провеждането ѝ“.

В глава 1.2. Техника на стрелба в биатлона Клечоров изхожда от главната цел, поставена пред биатлонистите: да изпълнят безгрешна стрелба в течение на кратко време в условия на високо психо-физическо натоварване (с. 17). Точността на стрелбата зависи от правилното изпълнение на елементите: положението за стрелба, прицелване, задържане на дишането и обработване на спусъка, намиращи се помежду си в строго определена и съгласувана взаимовръзка.

Много компетентно са описани смисълът и съдържанието на отделните технически елементи, което дава основание на автора да обобщи, че без правилното им отработване (изпълнение) и съгласуваност помежду си не може да се търси висок резултат по отношение на качеството и скоростта на стрелбата (с. 34).

Много висока оценка заслужава разработването на глава 1.3. От направения анализ на различните неблагоприятни фактори, които влияят негативно върху качеството и скоростта на стрелбата (метеорологични, технически, физиологични и психологични), докторантът обобщава, че е необходимо да се заложат в тренировъчния процес специализирани упражнения за минимизиране или пълното неутрализиране на негативното влияние от тяхното въздействие при провеждането на стрелбата (с. 47).

Наред с изложените до момента достойнства на дисертационния труд и положителната оценка, могат да бъдат посочени и някои слабости в глава 1.4. Структура и съдържание на тактически подходи при преодоляване на стрелбището:

1. Докторантът неубедително използва в текста понятия като темп и ритъм на стрелба (с. 49).

2. Когато говорим за тактически подходи при преодоляване на стрелбището, трябва да се разбира, че всяка дисциплина има своя специфика, предполагаща вариативност във временевата структура на стрелбата (...) съобразно възникнали промени в състезателната ситуация. С изграждане на твърд динамичен стереотип не бихме могли да реагираме

адекватно. Според автора: *Показателите на скорострелността е необходимо да останат едни и същи при всички състезателни дисциплини, защото навикът, придобит по време на тренировъчните занятия и състезанията в стрелбата, неговият ритъм трябва да бъде постоянен и неизменим* (стр. 53).

3. В тази връзка и направеното обобщение не е съобразено с темата на глава 1.4.

Втора глава. Много целенасочените предварителни проучвания на специализираната литература и практика в областта на биатлона дават основание на автора да формулира тезата, че тренировъчният процес в биатлона, целенасочено ориентиран към стрелковата подготовка, би бил значително по-ефективен... и т.н. Тя добре отразява темата на дисертационния труд, като ѝ придава по-голяма актуалност.

Коректно изведените в тази част на дисертацията методически характеристики (научен проблем, обект, предмет, цел и задачи) са представени системно и убедително. Високо оценявам организацията и методите на изследване.

Контингент на проведеното петмесечно експериментално изследване са биатлонистите от българския национален отбор и от други национални отбори по биатлон – 10 мъже и 10 жени.

Трета глава. На високо научно ниво е разработена трета глава – Фактори за успеха на стрелбата в биатлона. Много аналитично са представени основните методически ориентации (дидактически принципи) за ефективно усвояване на техниката на стрелба. (3.1): 1. Насоченост на стрелковата подготовка към желания резултат и нейната структура. 2. Последователността на основните задачи относно съдържанието на стрелковата подготовка. 3. Отработване на стрелковата техника в структурата на състезателната дейност. 4. Акценти на стрелковата тренировка предвид комплексната подготовка в биатлона. 5. Непрекъснатост на стрелковата подготовка. 6. Състояние на психофизическото активиране. 7. Качеството на изпълнение на упражненията. 8. Постоянно повишаване на тренировъчното натоварване. 9. Влияние на по-високите постижения в ски-бягането. 10. Осъзнаване (достъпност в тренировката за техническа стрелба).

В подглава 3.2. Клечоров обобщава използваните за развитието на стрелковата подготовка в биатлона тренировъчни средства, като за целта ги подразделя на общи и специални. Диференциацията между тях при стрелбата се извършва в зависимост от съвпадането на упражненията в структурата на състезателната стрелба. Съответно към специалните средства спадат всички упражнения за стрелба със състезателно оръжие,

изпълнявани под физическо натоварване. Към общите тренировъчни средства се причисляват стрелбата без физическо натоварване и упражненията за разучаване, и усвояване на отделните структурни елементи. За по-целенасоченото им представяне ги обобщава в три групи: 1. Избор на упражнение според целта. 2. Комплекс от упражнения за развитие на общите предпоставки за успех в стрелбата. 3. Упражнения за усвояване и усъвършенстване на елементите на стрелковата техника.

Изложените данни в таблица 3.5 (с. 90) представляват прецизен и точен анализ на основните грешки при стрелбата в биатлона, с принос към специализираната научна литература по биатлон в България.

В много добре разработената подглава 3.4. Модели на стрелковата подготовка (стрелкови области) в биатлона, докторантът използва за едно и също съдържание три понятия: 1. Модели на стрелкова подготовка. 2. Раздели. 3. Стрелково-тренировъчни области. Коректно е използваното в научната спортна литература понятие – Стрелково-тренировъчни области.

Четвърта глава: Специализирана програма за оптимизиране на скорострелността в биатлона. В 4.1 дисертантът подлага на анализ и статистическа обработка психоемоционалното състояние на биатлониста, стигайки до обобщението, че *за постигане на най-добър резултат в съвременния биатлон е необходимо биатлонистите да постигат както висок процент на успеваемост в стрелбата (95 – 100 %), така също да бъде изпълнена и за възможно най-кратко време*.

В 4.2. дисертантът подлага на анализ и статистическа обработка дискусационния за треньори и състезатели въпрос относно зависимостта на стрелковите резултати от посоката на поразяване на мишените, като стига до обобщението, че *по-голям процент от биатлонистите и биатлонистките предпочитат варианта за поразяване на мишените „отляво – отляво“*.

С много висока стойност са предложените модели на работа за оптимизиране на скорострелността в 4.4., експериментирани с 10 мъже и 10 жени, висококвалифицирани биатлонисти, участващи в международни състезания. В течение на пет месеца те изпълняват упражнения за скорострелност, равновесие и координация на опорно-двигателния апарат. Чрез проведенния експеримент дисертационната теза е развита и доказана успешно, което дава основание на автора да обобщи: *и при двете положения за стрелба (легнал и прав) се наблюдава подобрене по отношение както на всички времеви параметри, така и по отношение на качеството на стрелба, след приложението примерни специализирани упражнения за скорострелност в тренировъчния процес*.

3. Заключение:

- Представеният за рецензия дисертационен труд на тема: „Стрелковата подготовка в биатлона“ е много актуален и отговаря напълно на изискванията за научната степен „Доктор“.
- Дисертационният труд е плод на огромния практически опит и творческите възможности на един млад научен работник, непосредствено ангажиран в елитния спорт като състезател и треньор.
- Извършена е голяма по обем, много задълбочена и високо квалифицирана работа от областта на теорията и практиката на стрелковата подготовка на елитни състезатели по биатлон.
- Всички резултати са надлежно документирани в таблици и графики, съпроводени от необходимата статистическа обработка.
- Докторантът обобщава основните грешки при стрелбата в биатлона, като посочва възможни корекции за отстраняването им.
- За първи път в специализираната литература по биатлон в България Клечоров предлага детайлно разработена система от упражнения като „Модел на работа за оптимизиране на скорострелността“.
- Съобразно резултатите от проведеното изследване, Клечоров с пълно основание препоръчва, *„ако се приложат в тренировъчния и състезателния процес на висококвалифицираните биатлонисти конструираните от нас модели за стрелкова подготовка, то резултатите биха били по-сполучливи“*.
- Представени са три лични публикации, пряко свързани с дисертационния труд.
- Авторефератът е разработен в обем от 44 страници и съответства на съдържанието на дисертационното изследване.

Всичко това ми дава основание да предложа на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Михайл Клечоров 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 висшето образование 1. Педагогически науки.

Дата: 07.05.2018 г.

Гр. София

подпис: 
(доц. Г. Палакарски)