

РЕЦЕНЗИЯ

На дисертационен труд на тема: „Моделиране на спортното постижение в бягането на 3000 метра стипълчейз – жени”.

Докторант – Добринка Васкова Шаламанова

Научен ръководител – доц. Валентин Стоилов Фильов,
доктор

Рецензент: доц. Йордан Нешов Йотов, доктор

Световната теория и практика, свързана с проблемите на специализираната подготовка, до сега все още не е дала достатъчно обосновани отговори на редица въпроси. Това се отнася до планирането и управлението на тренировъчния и състезателния процес при подготовката на състезателки, участващи в дисциплината 3000 м стипълчейз.

Спортната наука изисква необходимост от детайлно изследване на специфични проблеми, свързани с биологичните, биоенергетичните, биомеханичните и психолого-педагогическите аспекти на състезателния и тренировъчния процес.

Със своя дисертационен труд авторката се опитва да предизвика един по-широк интерес към по-фундаментални изследвания, подпомагащи цялостното изграждане на система за целенасочена подготовка в една сравнително нова, но в същото време и трудна атлетическа дисциплина, каквато е бягането на 3000 м стипълчейз за жени.

Представеният дисертационен труд на Добринка Шаламанова е разработен според методическите изисквания в четири взаимосвързани глави в обем от 123 страници, включващи 13 таблици, 13 фигури и 108 литературни източници, от които 80 на кирилица и 28 на латиница.

Първа глава представлява теоретична постановка. Разработена е в обем от 40 страници и включва исторически аспект в развитието на дисциплината 3000м. стипълчейз за жени в света и България, обща характеристика и фактори на спортното постижение.

Тук докторантката много внимателно и подробно изследва зараждането и развитието на дисциплината. Използването и анализирането на голям брой литературни източници от последните 10-15 години ѝ позволяват да направи една много прецизна обща характеристика на дисциплината.

Експонирани са 18 характеристики, свойствени за дисциплината – антропометрични, функционални и биохимични, спортотехнически. Представена е и възрастовата динамика на постиженията. Факторите на спортното постижение в бягането на 3000 м стипълчейз са изведени благодарение на прецизния анализ на ползваната научно-методическа литература и практическия опит на докторантката. Посочени са 5-те основни фактори, влияещи на спортното постижение: функционални, бегови, скоростно-силови, ритъм на бягане между препятствията, техниката и тактиката по време на състезанието.

Изложението, направено в първа глава на научния труд, показва, че докторантката много добре е запозната по всички въпроси, отнасящи се до дисциплината 3000 м стипълчейз за жени.

Анализираните мнения, становища и препоръки на най-известните български и чужди специалисти, работили и работещи в бяганията на средни и дълги разстояния (включително и 3000 м стипълчейз), позволяват на докторантката да определи работната хипотеза на научния си труд. Това дава възможност да се изведат научно обосновани модели на спортното постижение в бягането на 3000 м стипълчейз за жени.

Втора глава разглежда цел, задачи, методика и организация на изследването.

Правилно е изведена целта на изследването, която се свежда до повишаване ефективността на тренировъчния процес в бягането на 3000 м стипълчейз за жени. Поставените за решаване девет задачи според нас са прекалено много и могат да се намалят като

някои от тях да се обединят. Организацията и методиката на изследването е добре структурирана. Включените в изследването данни на състезатели от световния и българския елит показват, че получените резултати ще бъдат обективно оценени.

В различните направления на изследването са включени голям брой състезатели с различно ниво на спортната квалификация.

Използваните основни представителни методики и методи – теоретичен анализ, антропометрия, динамометрия, спироергометрия, хронометрия и математико-статистическите методи, позволяват успешно да се решат поставените задачи. Получените резултати са подложени на компютърна обработка по специално адаптирани програми.

По наше мнение приложените общи данни за изследвани български и турски състезатели биха могли да се дадат в приложение (стр.57-58).

Глава трета представлява на резултатите.

В исторически аспект се проследяват закономерностите в развитието на спортните постижения, което показва, че те са преминали зоната на своята инфлексна точка. Направените изводи са коректно изведени.

Възрастовата динамика по отношение развитието на спортното постижение е представена точно и са изведени четири извода. Определените възрастови диапазони (първия възрастов диапазон до 23 години, вторият – от 23 до 30 години и третият – над 30 годишна възраст) имат важно познавателно и приложно значение относно някои съществени особености, свързани с многогодишното планиране на тренировъчния процес при подготовката на състезатели в разглежданата дисциплина..

На базата на анализа на ръстово-тегловите данни е съставен съответен модел . Разработени са подобни модели за беговия потенциал, за структурата на локалния силов потенциал, функционалния потенциал и на тази база са изготвени модели за оценка на тези възможности.

Функционалната работоспособност на организма се явява главен фактор за постигане на високи спортни постижение в бягането на 3000 м. стипълчейз. Корелационният анализ на взаимовръзката на спортното постижение с параметрите на

физиологичната работоспособност аргументира високата им факторна значимост относно реализацията на високи резултати. Те представляват сериозен лост за регулация и актуализация на специфичната тренировъчна работа. Моделът за оценка на функционалните възможности, предложен от докторантката, включва следните показатели:

- скорост на бягане върху третбан при натоварване до отказ, при която МКК достига своя максимум в километри в час;
- максималната кислородна консумация (VO_2) в милилитри за минута при натоварване до отказ;
- VO_2 в милилитри в минута на килограм телесно тегло при натоварване до отказ;
- максимален пулс в минута до отказ;
- кислороден пулс в милилитър за удар.

Моделът на техническата подготовка се основава на постиженията на 3000м гладко бягане и 3000 м стипълчейз. Смятаме, че бъдещото развитие на постиженията в стипълчейза за жени ще зависи в най-голяма степен от подобряване на беговия, силовия и функционалния потенциал, съчетан с усъвършенстване техническото майсторство на състезателките от световния елит.

Мултипараметричният модел за планиране и управление на тренировъчния процес, предложен от докторантката, представлява една сложна структура. В нея последователно са разработени моделни характеристики на постижения от различно ниво. Те са базирани върху следните променливи величини:

- резултати в бягането на 1500 и 5000 м;
- възрастови и антропометрични стандарти;
- ефективност на ергометрична работоспособност;
- функционален капацитет;
- ефективност на анаеробните възможности;
- скоростно-силови възможности на долните крайници;
- интегрално техническо майсторство.

Четвърта глава съдържа изводи и препоръки.

Последната глава обективно отразяват получените резултати от изследването. Написани са ясно и точно.

Заключение: Дисертационният труд на Добринка Шаламанова „Моделиране на спортното постижение в бягането на 3000 м стипълчейз – жени” обогатява теорията и практиката при подготовка на състезателки на 3000 м стипълчейз. Изводите са достатъчно убедителни , поради което предлагам трудът да бъде оценен положително и на Добринка Васкова Шаламанова да се присъди образователната и научна степен „доктор”.

03.11.2013 г.
В.Търново

Рецензент: 
/доц.д-р Йордан Йотов/