

Ц/Р/АСВх. № 106/10.03.2014.

## С Т А Н О В И Щ Е

на проф. Симеон Стоянов, доктор

за дисертационния труд на тема:

**„Иновации в храненето и възстановяването на висококвалифицирани състезатели по ръгби”**

за присъждане на образователната и научна степен  
„доктор” на Енджи Исам Зафер Касабие

**Научен ръководител: Доц. Златко Златев, дн**

Представеният ми за **становище** дисертационен труд на Енджи Касабие отговаря на всички нормативни изисквания по форма и съдържание.

Считам, че актуалността на проблема се изразява в изследването на храненето и възстановяването на висококвалифицирани състезатели по ръгби в две основни направления:

**Първо** - за първи път в България се провежда мащабно експериментално изследване в ръгби спорта по предметната област на научните търсения - храненето и възстановяването.

**Второ** - обстойно са разкрити специфичните особености на спорта ръгби като дейност с променлива интензивност, при която неотменно действат два основни фактора: **цикличност на максималните натоварвания и психо-физиологичния биоритъм на работоспособност.**

Посочените фактори са в пряка връзка с разглеждания проблем за храненето и възстановяването.

При интензивни и продължителни тренировки и състезания се губят много минерални вещества и вода чрез интензивно изпотяване. Това налага особено внимание към питейния режим и поддържане на електролитния (минерално-солевия) баланс на организма чрез приемане на препарати.

Чрез храната и допълнителните хранителни добавки, (енергетични и пластични субстанции, минерални соли и витамини) се осигурява възстановяване не само на изразходваните и енергетични и пластични ресурси, но се възстановява и активността на ензимните системи, свързани с обмяната на веществата.

В съвременния ръгби спорт е необходимо по време на състезания и тренировка да се поддържа пределна специфична работоспособност, което налага продължително време да се използват специални хранителни добавки, които действат на принципа на биологичните стимуланти.

На базата на задълбочения литературен анализ и постановката на проблема е формулирана научната хипотеза:

**“Предполагаме, че прилагането на нови подходи при храненето и възстановяването на висококвалифицирани състезатели по ръгби ще намерим нови възможности за по-бързото им възстановяване. Това се отнася най-вече за състезателите ръгби-7, които до този момент се третира в това направление, като състезателите по класическия вариант ръгби-15. Различният характер на натоварването и състезателната дейност, предполагат и различен начин на хранене и състав на хранителните продукти и допълнителните добавки към храната”.**

Новите подходи в храненето на база определяне на двата на двата основни вида на играта ръгби-7 и ръгби -15 ще запълнят една основна

празнота в отношението на състезатели, треньори и лекари към тази част от тренировъчния процес.

Ще отбележа, че анализът на получените в изследването резултати е извършен на високо професионално ниво.

Основните достойнства и приноси на труда, според мен, са:

1. Разработен е проблемът за храненето и възстановяването и е проследен ефектът на въздействие в рамките на двугодишен период.

2. Изведени са полезни (в приложен аспект) изводи и препоръки за спортно-педагогическата практика в ръгби спорта

3. Разработени са схеми за допълнителен прием на хранителни добавки и е проследен ефектът на въздействие, което дава основание да го препоръчат за ползване и за други видове спортни игри.

Заключение: Считам, че дисертационният труд е разработен на необходимото научно ниво с висока теоретична и приложна стойност.

Предлагам на членовете на Наученото жури при НСА „В.Левски” - София да удостоят Енджи Исам Зафер Касабие с образователната и научна степен „доктор” в професионално направление 7.6. Спорт научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура).

С о ф и я  
24.02.2014 г.

Подпис:   
/проф.С. Стоянов, доктор/