

СТ А Н О В И Щ Е

от проф. Йонко Йонов, доктор

за дисертационния труд на тема: „Усъвършенстване на методиката за развиване на взривната сила в лекоатлетическите скокове“

За придобиване на образователната и научна степен „Доктор“ по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура), професионално направление 7.6. Спорт

на Владимир Александров Велин, докторант

в редовна форма на обучение към катедра „Лека атлетика“ при Национална Спортна Академия „Васил Левски“

Научен ръководител – проф. Огнян Миладинов, дн

Темата на дисертационния труд е актуална и насочена към практиката на спортната тренировка. Тя е в съзвучие със съвременните тенденции за внедряване на по-ефективни методи и средства за специална подготовка на спортистите.

В структурно отношение работата е построена съгласно утвърдените стандарти. Отделните части са в подходящи съотношения.

Литературният обзор е представен в четири основни направления, тясно свързани с темата на дисертацията. Ползваните 131 източника са напълно достатъчна теоретична основа за обосноваване на работната хипотеза. Специално внимание в обзора докторантът отделя за анализ на работата на мускулите в

плиометричен режим – цикълът разтягане-съкращаване, както и влиянието на плиометричната тренировка върху нервно-мускулната и функционалната адаптация на долните крайници. Подобен задълбочен анализ е несъмнен теоретичен принос на докторанта.

Работната хипотеза е формулирана точно и е напълно обоснована от теоретична и практическа гледна точка. Целта е ясна – усъвършенстване на методиката за развиване на взривната сила в хоризонталните лекоатлетически скокове чрез моделиране на кинематиката и динамиката на отскока при упражнението „отскачане след скок в дълбочина върху наклонена платформа“. Задачите са конкретни и тясно свързани с целта. Обектът и предметът на изследването са определени точно, а контингентът на изследването удовлетворява напълно целта и задачите.

Методиката е много прецизно съставена. В нея са описани спортно-педагогическите измервания върху тензометрична платформа – дело на докторанта, свързана с аналого-цифров преобразувател – 1 кхц, видеометрия с цифрова фотокамера – 240 кад./сек., компютърна програма за видеообработка, хронометраж.

Статистическите методи за обработване на данните са целесъобразни.

Високо оценявам задълбоченото разработване на постановката на предварителния и основния педагогически експеримент. Отличната професионална подготовка на докторанта се проявява именно в тези експерименти.

Изводите от предварителния експеримент потвърждават ефективността на упражнението „отскачане след скок в дълбочина върху наклонена платформа“, което се подкрепя със статистически достоверни подобрения на резултатите от хоризонтални и вертикални скокови упражнения за взривна сила. Те се изразяват в

намаляване на времето за опора, повишаване на коефициента на реактивност, увеличаване на коефициента на реактивност и големината на приложената сила при отскока.

Основният експеримент допълва установените положителни ефекти от използването на основното упражнение, като включва още 11 упражнения, разпределени в подходящ обем в продължение на четири месеца.

Заключителните изводи в края на дисертацията са коректни и произтичат от анализа. Те са представени подробно и отразяват конкретно в кои направления приложената методика е доказала своята ефективност.

Приложените таблици 42 и 43 към препоръките са изключително полезни и лесни за ползване от треньорите. Чрез тях може да се изчислява енергията при скока, при съответните кинематични параметри.

Заклучение:

Дисертационният труд на Владимир Велин е напълно завършен, написан е на много добър стил и език. Разработена е ефективна методика за развиване на взривна сила, проверена в педагогически експеримент.

Докторантът демонстрира задълбочени познания и висока компетентност в областта на теорията и практиката на спортната тренировка.

Владимир Велин има успешно участие в научните конференции на катедрата, като два пъти е отличаван с награда за най-добър доклад сред студентите и докторантите.

По темата на дисертацията има 4 публикации (3 самостоятелни) в сп. „Лека атлетика и наука“.

Авторефератът отразява напълно съдържанието на дисертацията.

В дисертационния труд се съдържат сериозни научни приноси в теоретичен и практически аспект. По-важните според мен са:

- Задълбочено и актуално анализиране на проблема за механизма на нервно-мускулната и функционална адаптация при плиометрична тренировка.
- Прецизни инструментални методики за измерване и анализ на спортно-педагогически средства за развиване на скоростни и скоростно-силови способности.
- Ефективна методика за развиване на взривната сила в хоризонталните лекоатлетически скокове.

Препоръчвам на докторанта да развие своята докторска теза и по отношение на дисциплината скок на височина.

Въз основа на изложеното до тук, предлагам на специализираното научно жури да присъди на Владимир Александров Велин образователната и научна степен „Доктор“ по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура), професионално направление 7.6. Спорт.

София, 15.11.2014 г.

Изготвил становището:

Проф. Йонко Йонов, доктор