

СТАНОВИЩЕ

относно дисертационен труд на тема: „Двигателни и физиологични критерии за стрес и адаптация при бягане на средни разстояния”, представен от Селяхатин Коч с научен ръководител Ф. Джошан, доктор, за присъждане на образователната и научна степен „Доктор” в професионално направление 7.6. Спорт. Научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортна тренировка (вкл. МЛФ)

Рецензент: проф. д-р Мария Василева Тотева, дмн

Теорията и практиката на съвременния спорт са тясно свързани с проблемите на стреса и адаптацията. Това налага системни проучвания в тази насока като база за успешна реализация в състезателната дейност. В този смисъл темата на научната теза е особено актуална.

Представеният докторски труд е в обем от 118 стр. и е онагледен с 10 таблици и 18 фигури. Библиографският списък е от 134 заглавия, от които 47 на кирилица, 44 на латиница и 13 на турски език.

Дисертацията е структурирана по стандартна схема – литературен обзор; цел, задачи и методи на изследването; резултати и анализ; изводи и препоръки; библиография

В литературният преглед авторът прави задълбочен коментар на класическите и съвременни схващания по проучваната проблематика. Той проявява умение да интерпретира различни публикации и успешно обосновава становището, че бягането на средни разстояния се явява специфичен модел на общия адаптационен синдром в спорта.

Предложената работна хипотеза е добре мотивирана и това позволява формулиране на ясна изследователска цел, която текстово би могла да се представи в по-синтезиран вид. Изведени са 5 основни задачи, които имат конкретен характер.

Експерименталният контингент е от 40 д. (20 мъже и 20 жени) състезатели в бягане на средни разстояния. Те са изследвани в началото и края на шестмесечен предсъстезателен мезоцикъл. Приложеният тест в бегово натоварване от 6 x 1000 м с 3-минутен отдых между дистанциите, с прогресивно намаляване на времето т.е. увеличаване на беговата скорост. Телеметрично са регистрирани при натоварване и почивка информативните показатели: динамика на пулсовата честота; максимална и относителна кислородна консумация; кислороден пулс. Допълнително е измерен кръвният лактат в първата минута от пробягването и в 6-та и 12-та минута на възстановителния период.

Изследванията са извършени чрез съвременна компютъризирана система, гарантираща достоверността на резултатите.

Получените данни са обработени чрез вариационен, корелационен, регресионен и графичен анализи.

Обсъждането на резултатите е осъществено съобразно поставените изследователски задачи. Динамиката на пулсовата честота позволява разработване от докторанта на теоретични модели на пулсовите зони, които са свързани с подобряване на функционалния ефект от беговите натоварвания. Направените заключения се задълбочават от установените обективни промени в динамиката на кислородната консумация в етапите на натоварване и отдых. Отбелязвам специално значимата информация получена от интерпретацията на данните за кислородния пулс. Този физиологичен показател сравнително рядко е изследван, въпреки че той се явява специфичен адаптационен маркер за функционалните възможности на организма. Последната част на експерименталния проект се отнася до особеностите на лактатните промени, характеризиращи количествените граници на метаболитните зони. Получените резултати са подходящо онагледени чрез съответни оригинални фигури.

Извършеният статистически анализ (и по-конкретно корелационният) дават възможност на дисертанта да разработи

нормативна таблица за 3-степенна оценка на изследваните признаци. Чрез конкретен пример с данни на една от състезателките се демонстрира приложението на оценъчния подход.

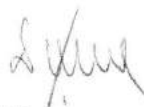
Трудът завършва с 11 извода, които адекватно отразяват изпълнението на поставените задачи, но по-уместно е било някои от тях да се обединят и прецизират.

Предложените 5 препоръки са сравнително обширни. Независимо от допуснати технически слабости, дисертацията заслужава категорична положителна оценка.

Заклучение

Представената докторска разработка е с безспорни научни достойнства, които обогатяват теорията и практиката на спортната тренировка, свързани с адаптационните процеси на висококласни състезатели. Това ми дава основание да препоръчам на Уважаемото научно жури да удостои Селяхатин Коч с образователната и научна степен „Доктор” в професионално направление 7.6. Спорт, Научна специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ)

Рецензент:



проф. д-р М. Тотева, дмн