

ЦРАС Вх № 258/08.07.2016г.

## СТАНОВИЩЕ

относно обявен конкурс за заемане академичната  
длъжност „Доцент“ в професионално направление  
7. 6. „Спорт“, специалност „Вдигане на тежести“

Конкурсът е обявен в ДВ бр. № 26 от 01. 04. 2016 г. стр. 60-62.

За участие в конкурса са подадени документи от гл. ас. Нели Янкова  
Симова.

Гл. ас. Нели Янкова е на трудов договор за неопределено време в НСА  
„В. Левски“ и заема академична длъжност „Главен асистент, ВУ“ от 25. 09.  
2010 г.

От автобиографичните данни се вижда, че Нели Янкова е назначена  
през 2004 г. за хоноруван преподавател в кат. „Тежка атлетика, бокс,  
хехтовка и спорт за всички“ към НСА „В. Левски“, а след това чрез конкурс  
като асистент. От 2007г. – 2010 г.-старши асистент. От 2010 г.е главен  
асистент към същата катедра. От 1989 г. до 2003г. е била професионална  
състезателка по вдигане на тежести.

През 2002 г. завършва вишето си образование в ОКС „Бакалавър“, през  
2003 г. завършва ОКС „Магистър“. През 2014г. **Защитава** успешно  
дисертационен труд на тема „Оптимизиране на индивидуалната подготовка  
при тежкоатлетки“ и придобива ОНС „Доктор“. Приложен е документ с  
регистрационен № 109, диплома № 000109 от 16. 05. 2014 г.

От 2004 е член на БФ по вдигане на тежести, Член на Европейската  
федерация по вдигане на тежести и Международната федерация по вдигане  
на тежести.

Освен защитената дисертационна работа кандидатката издава една монография и 16 статии излезнали в научни издания. Участва в редица научни семинари и конференции с доклади и е в ръководството на национални конференции. Титуляр е на преподаваната дисциплина. Автор или съавтор е на 7 учебни програми, участва в създаване на бакалавърски и магистърски програми / 2/, участва в национални и международни образователни проекти / 2/, взема участие в научно – изследователски проекти по фонд НИ на Академията, в националния фонд за НИ и по други национални и международни програми / 2/. Има публикувани доклади в сборници от национални и международни конференции / 4 /, участия в научни семинари / 15/от национално и международно ниво, нейни материали са цитирани в 11 научни разработки – научни публикации у нас и чужбина, дипломни работи учебници, учебни помагала и монографии / приложена е справка/.Осъществила е 2 ръководства на дипломанти. Участвала е в две ръководства на конференции.

Приложено е удостоверение за научно ръководство на 1 студент в ОКС „Бакалавър“ и 1 в ОКС 4 Магистър“ защитили успешно дипломните си работи.

Представен е списък със 17 научни трудове, от които една монография и 16 статии и доклади в специализирани издания / две на латиница и 14 на кирилица /. В 9 от публикациите е самостоятелен автор, в 8 е съавтор. Участва в конгреси и конференции, от които 3 международни и 12 национални. Участва в научно – изследователски и образователни проекти / 4/.

Преподавателската дейност се състои от лекции и практически занятия по специалност със студенти редовно и задочно обучение от 1 до 4 курс в бакалавърска степен на ТФ и свободно избираемите дисциплини заложи в учебната програма към сектор“ Тежка атлетика“ със студенти от ТФ, УФ, СМ и НТТСА. Ежегодно изпълнява аудиторната и извънаудиторната си заетост с над 100%. Съавтор е в създаване на 7 учебни програми по Вдигане на тежести тежести, силов трибой, културизъм и фитнес и в 2 нови учебни програми по културизъм и фитнес. Публикациите са издавани в специализирани списания.

Организационната дейност обхваща членство в съдийската колегия на БФВТ от 2004, ЕФВТ от 2004 и ПФВТ от 2007г.

Научната дейност на Нели Янкова обхваща няколко направления:

- В исторически план навлиза в развитието на вдигането на тежести при жените още от древността. С вникване във фактите изнесени от редица автори тя извършва анализ от появата на силни жени във войската, цирковете до създаване на средища за демонстриране и пропагандиране на силови възможности от жени. Така се стига до организираното развитие на вдигането на тежести за жени, до изграждане ръководните органи в женските тежести в Света и България. Отчита се принос на ВИФ „Г. Димитров“, а след това и НСА „В Левски“ за зараждането и развитието на вдигането на тежестите сред жените и хронология на успехите от националните и световни състезания. В следващите етапи тренировките по вдигане на тежести обхващат и девойки в по – ниските възрасти. С разбиране и с подходящ коментар се интерпретира спада, в последните години, на вдигането на тежести – при мъжете и жените. С много снимков материал са онаглени успехите на българските тежкоатлетки в републиканските, европейските, световните и олимпийските състезания.
- Изследвания и анализи са установили различия в индивидуалната подготовка на отделните възрасти момичета 11 – 14 години и жени и влиянието на вдигане на тежестите върху развитието им.
- Изследване на динамиката на постиженията от държавните първенства по вдигане на тежести в различните възрастови групи и състезания.
- Анализ на резултатите от Олимпийски игри по вдигане на тежести
- Анализ на състоянието и съотношението между състезателните и спомагателни упражнения при девойките тежкоатлетки. По този въпрос е установено, че до момента не се отчитат индивидуалните различия по отношение на скоростно – силовите възможности демонстрирани чрез състезателните и спомагателни упражнения.



Във връзка с това е създадена нормативно - оценъчна таблица за отчитане на индивидуалните резултати на жени, девойки и кадетки.

- Създадена е система от упражнения за повишаване на физическата годност и резултатите във фехтовката, кик бокса.
- Изследване на влиянието на силовите упражнения върху менструалния цикъл при жените. Формулираните изводи са принос към тренировъчната дейност с жените.
- Изследвано е състоянието на свода на ходилата на трениращите тежка атлетика.
- На основата на анонимно анкетно проучване е установено, че вдигането на тежести е в челото на спортовете уличавани в употреба на забранени стимулиращи медикаменти.

#### Приноси:

- Подредени и систематизирани са исторически данни за създаване и развитие на вдигането на тежести в света и България. Обстойно са разгледани класиранията на българките за период от 1987 до 2016 г.
- Доказва се ролята на ранната спортна специализация за повишаване на резултатността в големи състезания. Състезателките постигнали най – високи резултати започват своята специална подготовка в детска възраст момичета и се налагат с постиженията в по – горни възрастови групи на международния подиум.
- Разработена е система за оценка на асиметричността при тренировката за преодоляване на изоставащи страни в подготовката при някои тежкоатлетки. По този начин се индивидуализира работата и се насочва върху изоставащи упражнения.
- На лице е колаборация с други спортове и разкриване на тенденции за развитието на специфични физически качества за съответния спорт.
- Установено е влиянието на силовите натоварвания върху адаптационните възможности на организма при преодоляване на менструалните смущения, преди всичко чрез индивидуализиране на тренировката и оказване на контрол.
- Направено е проучване по отношение на познанията и употребата на допингиращи вещества при тежкоатлетите, като е изразено мнение,

че без употребата на забранени вещества не е възможно постигане добра конкуренция.

- Изследвани са антропометричните характеристики при тежкоатлетките, състава на телесната маса при жени и соматотипа в различните възрастови групи – жени, девойки и кадетки. Установено е, че в следствие тренировките с тежести при жените е на лице добро мускулно развитие и относително нисък процент подкожни мазнини.
- Изследвани са промените, които възникват при костните мекотъканни структури на стъпалото при щангисти / юноши/ и деформациите свързани с него. Разкрива се висока честота на патологичните състояния на МНС.
- Изтъква се ролята на тренировката за високия ръст на спортоото майсторство при жените и тенденция към сближаване на средните стойности между половете.

Приложена е медицинска карта със заключение, че кандидатката може да участва в конкурса.

Приложена е справка издадена от БФ по Вдигане на тежести за спортно – състезателната дейност. През 1990 г. Нели Янкова е удостоена със званието „Майстор на спорта“. От цитираните класирания от Европейските и Световните първенства е видно, че тя е една от най - титулуваните състезателки на България по вдигане на тежести. Притежава 10 шампионски титли от ЕП и два пъти втора и два пъти втора и по един път трета, четвърта и пета от СП.

Приложена е декларация за достоверност на приложените документи.

Заключение:

Считам, че гл. ас. Нели Янкова отговаря на изискванията за заемане на академичната длъжност „ Доцент“ в професионално направление 7.6. „ Спорт“ специалност „ Вдигане на тежести“ към катедра „ Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“ при НСА „ В. Левски“ и давам своя положителен вот.

Рецензент: проф А. Божичков, доктор.

