

## РЕЦЕНЗИЯ

на дисертационния труд на Костадин Димитров Кисъов на тема : - **„Изследване на трасета за състезания и тренировки и класификация на средствата за подготовка на състезатели по планинско бягане”** за придобиване на образователната и научна степен „Доктор” по научната специалност – „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. МЛФ)”, професионално направление - 7.6 Спорт.

Рецензент : Проф. Константин Жалов

Костадин Димитров Кисъов е роден на 9.12.1978 г. Приет е за студент в НСА през 2008 г. и завършва през 2012 г. с професионална квалификация „Треньор по лека атлетика”. От 2013 до 2014 г. придобива квалификация – магистър по специалност „Спорт за високи постижения”.

От 2014 до 2017 г. е редовен докторант в катедра „Лека атлетика”- научна специалност „ Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка.От 2015 г. е приет за хонорован преподавател към катедра „Лека атлетика”.

Костадин Кисъов започва да тренира лека атлетика още като юноша. През 2006 г., на 800 м става държавен шампион.

През 2011 г. се ориентира към планинските бягания и като национален състезател взема участие в 6 Балкански игри, в Европейското първенство през 2013 г. в Боровец и в Световните първенства в Подбъро (Словения) и Сепарева баня (България).

Кисъов участва в дейността на комисията „Планинско бягане” към БФЛА. Освен като национален състезател, той участва при подбора на маршрутите, определянето и трасирането им за провеждане на държавни, балкански, европейските и световни първенства.

Преди да бъде приет за докторант има и първите си научни публикации в сп „Лека атлетика” във връзка с проблеми, свързани с планинското бягане:

„Кинематична характеристика на дисциплината планинско бягане в зависимост от различните наклони на трасето”(2013);

„Критерии за категоризация на трасета за планинско бягане”(2014);

Това са първите научни публикации у нас, свързани с проблемите на планинското бягане.

След конкурс е приет за редовен докторант в НСА и неговият научен ръководител Проф. Апостол Славчев го насочва към разработване на дисертация, свързана с проблемите на планинското бягане.

Дисертацията на Костадин Кисъов е представена на 164 страници с приложение от 55 страници. Тя е богато илюстрирана с 237 фигури и с 21 таблици.

Литературният обзор е пълен, добре структуриран и въвеждащ към целта и задачите на изследването.

Целта, задачите, обекта, предмета, обхвата и методите на изследване са ясни и точни.

Изследванията са насочени в три основни проблема :

I. Категоризация на трасетата за планинско бягане – дължина на трасето, денивилация, различни наклони на трасето, различни настилки, надморска височина на трасетата и пр.

II. Кинематични показатели при планинското бягане - дължина и честота на крачката, опорен и летежен период, отклонение на трупа и др.;

III. Особености на тренировъчната дейност при планинското бягане .

Проблемите са изследвани и анализирани задълбочено и обстойно, като са направени сполучливи изводи. Авторът открива много нови моменти, непознати до сега.

Основните приноси моменти в трите изследвани проблема се свеждат до следното:

*По първия проблем:*

Създадената система за определяне на категоризацията на трасетата е нов момент и дава точни указания и препоръки за определяне на коефициенти на трудност в зависимост от :

- дължината на трасето
- наклоните на трасето
- различните настилки
- общата денивилация на трасето
- сборната положителна денивилация на трасето
- надморска височина и финал на трасето

С помощта на GPS апарат GARMIN Colorado 300 и с компютърна програма „MapSource” са изведени данни за определение коефициента на трудност.

За създаването на системата са изследвани 45 трасета за планинско бягане в Румъния, Сърбия и България.

Системата е използвана при трасиране на маршрутите за провеждане на Световните първенства у нас в Боровец и Сепарева баня.

*По втория проблем:*

Анализът на кинематичната характеристика на планинското бягане включва първите и единствени изследвания с теоритичен и теоритико-практичен принос не само у нас, а именно :

- класификация на кинематичната структура на бягането в условия на различни наклони ( $-16^{\circ}$  до  $+16^{\circ}$ ) по 6 показатели (стр. 54 – таб. 3)
- определените 9 типа планинско бягане. (стр. 65 – таб. 4)

Стойностите на основните кинематични показатели са определени с видео камера Canon, а с компютърна програма Dartfish са обработени видеофайлове, по данни за 14 състезатели по планинско бягане.

*По третия проблем:*

Богатият състезателен опит на Кисъов, беседи с треньори и състезатели, проведената анкета и анализа на тренировъчните програми на 29 изявени атлети са дали възможност на докторанта да разработи . тренировъчни модели – план графици за разпределение на средствата на отделните подготовки:

- за варианта „Предимно изкачване” (фиг. 40-61 стр. 107-116)
- за варианта „Предимно изкачване” и „Изкачване и спускане” (фиг. 64-83, стр. 119-129)

- за варианта „Изкачване и спускане”  
(фиг. 86-105, стр.131-140)

Представената дисертация е първия научен труд по проблемите на планинското бягане, не само у нас. При направената проверка за научни публикации по темата не открих подобна научна разработка, което ми дава основание да определя Костадин Кисъов като първия автор, направил научни изследвания по въпросите на планинското бягане.

Давам висока оценка на представената дисертация !

Тя е разработена и представена в много добър вид, не само по съдържание, но и е оформена много добре полиграфически.

По темата на дисертацията има 5 научни публикации, като три от тях са получили „Приз за доклад с научно-приложна стойност” на ежегодните научни конференции на катедра „Лека атлетика”. Кисъов и Проф.Славчев участват на Научния конгрес „Спорт, стрес, адаптация” през 2014, а постера - „Изследване трудността на трасетата за планинско бягане”(на английски език) - е приет много добре !

Към дисертанта имам три въпроса :

- В увода на труда се твърди, че планинското бягане е най-новата група дисциплини в леката атлетика. Нека докторантът да изясни – защо това са група дисциплини, а не една дисциплина и дали трудът е насочен към конкретна дисциплина, или се отнася общо към планинското бягане ?
- Как се набелязват и как се определят състезателните трасета ?

- Какви бяха отзивите на състезатели и представителите на ( WMRA) - Световната асоциация „Планинско бягане” за трасето в Сепарева баня ?

*Имам и една забележка, по-скоро препоръка, отнасяща се най-вече за използваната терминология. Необходимо е да се прецизират определенията - специфична скорост, специфична силова издръжливост, бързина и спринтьорска издръжливост и др.!*

Дали не е по-правилно – вместо специална да се използва термина – специализирана !

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ :**

На научен колегиум на катедра „Лека атлетика”, проведен на 1.02.2017 г. е обсъден дисертационният труд с рецензии от Проф. Стефан Стойков – ръководител на катедрата и Доц. Огнян Тишнов.

Двамата рецензенти дават висока оценка на труда и още четирима преподаватели взимат участие в обсъждането.

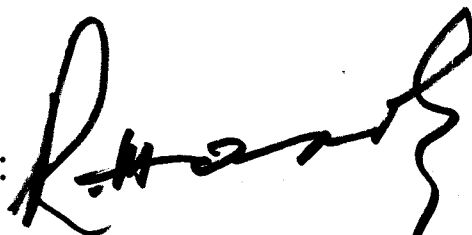
След явно гласуване колегиумът решава, дисертацията да бъде допусната до официална защита.

Това е първият солиден научен труд, посветен на проблемите на планинското бягане, който до сега няма подобен аналог в специализираната литература!

Представената дисертация е в завършен вид, с висока научна стойност и подчертани теоритични и теоритико-практични научни приноси.

Всичко това ми дава пълно основание да дам висока оценка на дисертационния труд и ми позволява да приканя Уважаемите членове на научното жури да присъдят образователната и научна степен „Доктор” на Костадин Димитров Кисьов .

Рецензент :



/Проф. Константин Жалов/

София 12 Април 2017 г.