

УдСЗ № 247/11.01.2018г.

СТАНОВИЩЕ

върху дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен „доктор“
към катедра „Снежни спортове“ при НСА „Васил Левски“

от доц. Георги Владимиров Игнатов, доктор
СУ „Св. Климент Охридски“, Департамент по спорт,
катедра „Спортни игри и планински спортове“

ТЕМА: „Методи за развитие на аеробния капацитет при
елитни скиори бегачи“

Автор на дисертационния труд: Елка Гълева
Научен ръководител: доц. Петър Зографов, доктор

Ски бягането е най-древната скиорска дисциплина, произлязла от необходимостите на бита на древния човек. Развитието му като спорт следва традициите и редом с тях внедрява в себе си новите технологии и тенденции. Развитието и усъвършенстването на методите на спортна тренировка са основна тема, вълнуваща специалистите в ски бягането. От тази гледна точка темата е актуална и важна за подготовката на елитни скиори бегачи. Всичко свързано с оптимизирането на тренировъчния процес по ски бягане и по-специално формирането на система за развитие на аеробния капацитет, съчетаваща елементите на различните методи за развитие на издръжливостта на елитни скиори бегачи заслужава одобрение и засилен изследователски интерес. Такава е и моята гледна точка от която ще анализирам и оценявам идеите и резултатите в предложения труд.

Дисертационният труд е оформен в едно книжно тяло с обем от 168 стандартни страници, разделени на въведение, три основни глави, изводи и препоръки, оформени като четвърта глава, библиография и приложения. Онагледяването е осъществено чрез 54 фигури, 17 таблици и 8 приложения. Ползваната литература съдържа общо 83 източника, от които 20 на кирилица, 60 на латиница и 3 интернет сайта.

В глава първа в обем от 63 страници е направен много обстоен дедуктивно-логически теоретичен анализ на качеството издръжливост и по-конкретно на специалната издръжливост в ски бягането. Извършена е характеристика на дистанционните ски бегови дисциплини, както и биоенергетична характеристика на ски бягането. Авторката обстойно

ни запознава с факторите и критериите, влияещи на спортното постижение в ски бягането, в т.ч. генотипни и фенотипни фактори. Задълбочено са характеризирани теоретичните аспекти свързани с адаптацията в ски бягането. Голяма част в обзорния материал на дисертационния труд е отделена на средствата и методите за развитие на аеробните възможности, както и на периодизацията на тренировъчния процес в ски бягането. Творчески са изследвани публикациите по темата. Проучването на състоянието на проблема е извършено компетентно и в необходимия научен стил. В края на първа глава, докторантката е разработила кратка и ясна и добре построена работна хипотеза, която формира концепцията на дисертационния труд.

В глава втора, в обем от 15 страници формулираната цел и задачи са поставени коректно, като ясно и точно отразяват научната идея. Авторката е описала предмета, обекта и субекта на своето изследване, а приложените изследователски методи дават възможност за обективен анализ към постигането на целта и задачите на труда. Подробно е описана организацията на изследването и тестовите за спортнопедагогически контрол. В структурно отношение, разработването на глава втора е научно обосновано и удовлетворява напълно, а съдържанието и допринася за високата стойност на дисертационния труд.

На мнение съм, че описанието на експерименталната и контролната групи, което е извършено на стр. 89, би трябвало да се намира на стр. 70 при описание на субект на изследването. Също така считам, че резултатите на изследваните шест жени, посочени също в субект на изследване, би следвало да бъдат поместени по-обстойно в дисертацията с оглед изясняване аеробните възможности през подготвителния период. Резултатите са поместени изцяло в третата публикация на докторантката и се надявам те да бъдат опорна точка при написване на бъдеща монография.

Анализът на резултатите в глава трета, в обем от 58 страници дава възможност да се изведат важни за теорията и практиката обобщения. Положен е огромен изследователски и анализаторски труд, който по мащабност напълно задоволява изискванията на една докторска работа.

Третата основна глава се състои от три подглави, като всяка една от тях е свързана с решаването на съответната задача на изследването в дисертационния труд.

Първата подглава 3.1.1. е посветена на резултатите и анализа от максималния тест 4000 метра гладко бягане – мъже, скиори бегачи. Резултатите отразяват работната кислородна консумация, като основен критерий за аеробните възможности на скиорите от двете изследвани групи, както и на важни кардиореспираторни показатели, характеризиращи функционалната им годност – сърдечна честота, белодробна вентилация, честота на дишането. Във втора подглава 3.1.2. са анализирани резултатите от максималния стъпаловиден тест до отказ на скиергометър Concept 2. Чрез него е измерена максималната ергометрична мощност на горните крайници при използването на безкрачен едновременен ход. В трета подглава 3.2. е представена методиката за развитие на аеробния капацитет на елитни скиори бегачи.

Считам, че трета глава би била още по-пригледна с представяне на резултатите от анкетната карта (приложение 8), която е упомената в използваните допълнителни методи, като експертно мнение при проучването на проблематиката в ски бягането.

Изводите и препоръките кореспондират и се основават на решаването на поставените изследователски задачи и произтичат от направения анализ, като дават отговор на формулираната научна хипотеза.

Като основни приноси на дисертационния труд бих посочил:

1. Представена е методика за развитие на аеробния капацитет на елитни скиори бегачи, която се базира на едноциклична периодизация с подготвителен, състезателен и преходен макроцикъл, разделени на мезоцикли и микроцикли.
2. В дисертацията е доказано, че преимущественото използване на непрекъснати методи на спортната тренировка водят до подобряване на аеробния капацитет при скиори бегачи.
3. Резултатите в настоящия труд потвърждават становището на голям кръг специалисти, че аеробните възможности на състезателите са фактор с формиращо значение за спортния резултат в ски бягането.

Приносите на дисертационния труд имат както научно, така и научно-приложно значение и допринасят за обогатяване на знанията в областта на ски бягането и по-конкретно в развиването на аеробния капацитет при елитни скиори бегачи.

Друга много силна страна на изследването е практическата приложимост на предложената методика, в която съм убеден, че ще има още по-голяма бъдеща реализация.

Докторантката е публикувала три статии, които напълно отразяват научните резултати по темата.

В заключение ще отбележа, че Елка Гълева има около двацет годишен състезателен опит в ски бягането. Състезавала се е в ски клубовете „Атлас“ – Веллингград и „НСА“ – София и има редица отличия от Републикански мащаб. В момента е технически сътрудник към АУС „Академик“. Тези позиции позволяват на докторантката да разполага с подробна информация и цялостен поглед върху състоянието на ски бягането в България. Всичко това ѝ е дало възможност да направи изследвания с такъв задълбочен характер.

Въз основа на гореизложеното и отчитайки личностните качества на авторката считам, че дисертационният труд на тема: „Методи за развитие на аеробния капацитет при елитни скиори бегачи“ е разработен на необходимото научно ниво и е с висока теоретична и приложна стойност. Всичко това, въпреки направените забележки, както и някои формативни пропуски ми дава основание с убеденост да предложа на уважаемите членове на научното жури при НСА „Васил Левски“ да присъдят на Елка Спасимирова Гълева образователната и научна степен „доктор“.

08. 01. 2018 г.

Член на научното жури:


/доц. Георги Игнатов, д-р/