

ИУРАС № 259/12.01.2018г.

СТАНОВИЩЕ  
ЗА ДИСЕРТАЦИОНЕН ТРУД "МЕТОДИ ЗА РАЗВИТИЕ НА АЕРОБНИЯ  
КАПАЦИТЕТ ПРИ ЕЛИТНИ СКИОРИ БЕГАЧИ"  
За присъждане на образователна и научна степен Доктор на  
ЕЛКА СПАСИМИРОВА ГЪРЛЕВА  
Научен ръководител: Доц. Петър Зографов, доктор  
Катедра Снежни спортове, Национална спортна академия "Васил Левски"

Материалът на дисертацията е представен в обем на 168 страници, разпределен в 4 глави, библиография и приложения.

Информационното проучване е подробно, задълбочено и обхваща предимно литература от последните 10 години, като не са забравени и класиците. Обемът е голям, почти 43% от същността на работата, проблемът за развитието и значението на аеробния капацитет при скиорите бегачи е разгледан мулти-дисциплинарно от страна на спортната педагогика, теория на спортната тренировка и медико-биологичен аспект.

Работната хипотеза и произтичащите от нея цел, задачи и организация на изследването са ясни и системно представени.

Методологията е описана подробно и с разбиране. Изненадваща е липсата на детайлно описание на спортните, антропометричните и функционалните характеристики на изследваните състезатели. Част от тях се намират едва на стр. 153, в Приложение 1.

Педагогическият експеримент е описан подробно и методично, последвано от организацията на провеждането му в 6 етапа за 3 години. Трябва да се отбележи сложността на експеримента и компетентната организация на проведените тренировъчни занимания и прецизно изпълнените 4 лабораторни и 4 теренни теста на едни и същи състезатели в продължение на 3 години. Това заслужава висока оценка.

Събран е огромно количество емпиричен материал, систематизиран и обработен с подходяща статистическа програма позволяваща надеждна и достоверна информация при малък брой изследвани лица, както е в случая - с по 4 души в

двете изследвани групи. Интерпретацията на такъв голям пул разнообразна и сложна информация е трудна задача, с която дисертантката се е справила компетентно със спортно-педагогическите, функционалните и медико-биологическите резултати и тяхната интерпретация.

Дискусияният характер на представените резултати дава възможност за показ на убедително предимство на приложения модел на тренировка за повишаване на аеробния капацитет на състезатели по ски бягания. Методът е описан подробно така, както е изпълнен с експерименталната група във всички фази на спортната подготовка в периоди, мезоцикли, микроцикли и еднократни тренировъчни натоварвания с конкретно разпределение на обема и интензивността на натоварванията и с въвеждане на тренировки с ниска до умерена интензивност и голяма или свръхголяма продължителност. Оказва се, че моделът работи, представянето на състезателите от експерименталната група е по-добро от тези на контролната група, според получените наказателни точки на FIS.

В такъв голям обем работа е допустимо да има технически грешки и някои пропуски като неточности в маркиране на таблици и графики които не намаляват стойността на изложението, както и в някои изчисления. За пропуск считам, че не са конкретно описани и характеризирани тренировките с голяма и свръхголяма продължителност. Не са представени данни от направената анкета. Изводите в края на дисертацията отразяват постигнатото в експеримента, но не са формулирани като решение на поставените задачи.

В заключение считам, че представеният дисертационен труд заслужава висока оценка за труд с научно-приложен характер и отговаря на изискванията за присъждане на образователна и научна степен Доктор на Елка Спасимирова Гърлева.

Представил: Доц. д-р Ганчо Матеев, член на научното жури.

София, 12.01.2018 г.

