

УПАС Вх. № 352/17.05.2018

СТАНОВИЩЕ

ОТ ДОЦ. ЗЛАТКО ДЖУРОВ

На дисертационен труд на тема: Изследване на скоростно-силовите възможности при скиори бегачи в спринтовите дисциплини

За присъждане на образователна и научна степен „ДОКТОР”, по научната специалност „Теория и методология на спортната наука”, професионално направление 7.6. Спорт

Научен ръководител: доц. Петър Зографов, доктор

Представеният ни научен труд е в обем от 153 страници със следното съдържание: въведение, глава първа, глава втора- цел, задачи, методика и организация на изследването, глава трета- резултати анализ и четвърта глава- изводи и препоръки, както и приложение и ползвана литература.

Въведението е подходящо структурирано и в хронологията коректно е пояснено актуалните промени и профилирането на спринтовете състезания с тяхната специфика. Констатиран е фактът, че все още няма конкретни препоръки за обем и интензивност в тренировъчния процес спринтовите дисциплини. Подчертава се еднообразният характер на тренировъчния процес и субективността в съотношението на тренировъчното натоварване.

В ГЛАВА ПЪРВА е акцентирано върху необходимостта от промени структурата на подготовката на състезателите по ски бягане специализирани в спринта, направена е морфо-функционална характеристика на двигателните качества и връзката със спортния резултат в ски бягането, както и анализи на скоростната сила.

Подходящо е разгледана биоенергетичната характеристика на спринтовите дисциплини в ски бягането, подробно е разгледана кардио-респираторната система и адаптивните реакции следствие тренировъчния процес, отделено е внимание на концентрацията на лактата, като са дадени и стойности характерни за ски бегачите.

В тази глава е направена характеристика на средствата и методите за развиване на скоростно-силовите качества и взаимовръзката им с техниката в ски бягането с акцент върху скоростно-силова подготовка, както и методите.

Работната хипотеза дава яснота на посоката на труда.

Взети са под внимание препоръките за конкретизиране на целите и задачите на дисертационния труд.

Методи на изследването кореспондират с целта и задачите на изследването, отбелязани са 7 метода, а именно: анализ на литературата, пулсометрия, биохимични изследвания, изследване на газовата обмяна, педагогически експеримент, статистически методи.

В точка 4. 1 е отбелязано че са проучени 120 литературни източници, като⁴ 28 са чуждестранни автори.

Описани са използваните методи- пулсометрия, биохимични изследвания, газова обмяна, както използваните апаратурни комплектации.

В педагогически експеримент са представени изследванията на Wingate test, както и максималният тест на Concept 2.

Максималният тест на 800 метра гладко бягане е описан като метод и времеви интервал на провеждане. Описани са стандартните методи за статистическа обработка.

Резултати и анализ насочва вниманието в промените на биологични спортно-педагогически показатели в зависимост от натоварването през подготвителния период.

Специфичните особености на действието и мускулната работа са проследени правилно с теста на специализиран тренажор за работа на горната част на тялото, който е изпълнен в диапазон 2x500м. Характерно за това натоварване е проявата му като двигателно действие във финалните участъци, а именно с използването на едновременни ходове, което е показано на стр. 120, фигура и таблица.

Прави впечатление, че резултатите са подложени на коректна обработка, както и статистическа такава, и са в подкрепа на избраните показатели за контрол на спринтьори в ски бягането.

С особена стойност са представените таблици, на които е представен оценен вариант на биологичните спортно-педагогически показатели, както в теста на 800м, така и на тренажора 2x500м.

С особена стойност е представеният специалноподготвителен етап като средства на спортната тренировка и тяхната промяна във времеви диапазон, както и тяхното преливане към по-специфични средства.

Изводите логично следват основната концепция на дисертационния труд, както и базираните на изследванията и проучванията препоръки.

Представената тема на труда е актуална и особено значима в момента на ново развитие на ски бягането, в частност спринтовите дисциплини. Значимо е търсенето на решени и специфика на подготовката на скиора бегач в екстремните условия на спринтовите дистанции и приоритетна промяна на двигателното действие и мускулна работа.

Научният труд на Иван Бирников покрива изискванията за завършена дисертация, на основание на което предлагам на уважаемото жури да присъди на Иван Димитров Бирников образователно-научна степен „ДОКТОР”.

15.05.2018г.

доц. Златко Джуров: