

УРАС Вх. № 381/11.06.18г.

## СТАНОВИЩЕ

на дисертационен труд на тема:  
„Оптимизация на натоварването на туристи  
при провеждане на планински походи от различна категория на трудност“  
за придобиване на ОНС „Доктор“ от Максат Ирбебаев

Научен ръководител – доц. Александър Шопов, доктор

Изготвил становището: доц. Кънчо Долапчиев, доктор

Даденият за становище труд съдържа 140 страници, като включва увод, четири глави списък на ползвана литература от 117 източника, онагледен е с 5 фигури и 29 таблици.

Написан е на правилен български език, без стилни и правописни грешки.

Цялостната процедура по зачисляване, отчисляване, вътрешна защита, заповеди и документация отговаря на изискванията по Правилника за условията и реда за придобиване на научни степени в НСА.

### Общи коментари

Като структура дисертационният труд съответства на общоприетите норми за такива разработки. Би трябвало според мен глава четвърта да включва и препоръки освен заключения.

Актуалност – Насочването на работата към здравословен начин на живот, повишаване физическата работоспособност чрез спортуване я прави особено актуална. Обратно на динамичния живот, хората в голяма част водят заседнал начин на дейност, което намалява физическата кондиция, вреди на здравето. Приемам голямата практическа значимост сега и за в бъдеще на планинския туризъм, тъй като на цялата планета има възможности за практикуване, без изисквания за изкуствени съоръжения и площадки.

Малкото изисквания са към подходяща екипировка и познания за общуване с природата. Естествено усилията се насочват към подобряване на учебно-тренировъчния и спортен процес. Планинският туризъм има огромен диапазон за практикуване от начален етапи на обучение до високи спортни постижения. Това твърдение издига още повече значимостта и актуалността на темата избрана от докторанта. Заглавието е доста общо и всеобхватно.

След вътрешната защита г-н Максат Ирбебаев е положил много големи усилия да подобри разработката си. Несъмнено голям принос имат рецензиите и особено проф. Малчев за задълбочените и точни забележки, които са дали възможност за отчетливо подобрение.

Направените корекции към целта на изследването, задачите на изследването, обекта на изследването са много точни и кореспондират с темата. Не е уточнен и променен след вътрешната защита предметът на изследването. По-скоро се отнася към контролиране на заниманията и натоварването при планински походи на студенти.

### Кратък анализ по раздели:

Първа глава – заглавието е удачно променено, параграфа за физико-географското положение на Заалайски Алатау е отпаднал от което дисертационния труд печели. Главата според мен, е достатъчно преработена и обновена. Логично се достига до обобщение и хипотеза

на изследването. Така изложена хипотезата не удовлетворява поради факта, че спортната наука в разделя си височинна физиология вече е установила доказателствата.

**Втора глава.** Доста общо е представена методиката на експерименталните изследвания - 2.7. Изброени и събрани са много данни, които не се съобщават много с неговите „на докторанта“ експериментални проучвания.

Дадено е много общо. Иначе построената методика и предлаганите изследвания са достатъчни за контрол на функционалното натоварване и подобряването на дозирането му при планински походи.

Достатъчно би се изяснило и влиянието на височината в планинските системи.

**Трета глава.** Ясно и точно са представени резултатите на функционалното натоварване при планинските походи. Работата с кардиотестери веднага дава възможност за промени в натоварването на опитните лица. Авторът подчертава след анализ, че високата ЧСС да 180 уд/мин. е сериозно изискване към участниците.

Голяма яснота внасят резултатите от изследването на таблици № № 13, 14, 15 и 16.

Главният извод на докторанта е, че медико-педагогическият контрол позволява да се обезпечи известна безопасност при планинските походи на база съответствие предполагаемото натоварване и състоянието на конкретния участник.

Известни резерви имам към малкия обем на репрезентативните извадки, който не осигурява висока достоверност при статистическата обработка.

Доста общи и известни са дадените в раздел 3.3. определения относно височинното влияние върху организма.

Достатъчно ясни са получените резултати в параграфи 3.3.1. и 3.3.2., като има известни повторения при заключенията.

**Четвърта глава.** Направените изводи и препоръки произтичат от получените резултати и пряко отговарят на поставените задачи на изследването.

**Заключение:** Проведените от докторанта Максат Иргебаев изследвания, получените резултати са оригинални и разширяват научната и теоретична основа на подготовката и провеждането на планински походи.

Според мен дисертационния труд отговаря на изискванията и приетите критерии за подобни работи. С моето положително мнение предлагам на уважаемото научно жури на кандидата Максат Иргебаев да бъде присъдена образователната и научна степен „Доктор”.

Изготвил становището:

  
/доц. Кънчо Долапчиев, доктор/