

# **СТАНОВИЩЕ**

**на дисертация за присъждане на образователната и научна степен  
“Доктор”**

**Тема: “Моделиране на спортно-техническия потенциал на  
състезателки на мятане на диск в квалификационен аспект”**

**Докторант:** Вержиния Светославова Милашка

**Научен ръководител:** Доц. Румяна Карапетрова, доктор

**Изготвил становището:** Проф. Огнян Миладинов, дн

Мятането на диск е една от най-атрактивните дисциплини в програмата на лекоатлетически състезания от всякакъв ранг, а България има богати традиции, огромни успехи и забележителни състезатели в тази дисциплина. В този смисъл, тематиката на дисертационния труд е особено актуална, като се има предвид не особено завидното състояние на българските състезателки в дисциплините от групата на хвърлянията на международната спортна сцена, а в предоставената ми за становище дисертация е направен задълбочен анализ на текущото състояние на състезателките в мятането на диск и са изведени конкретни препоръки за по-нататъшно повишаване на спортните резултати в мятането на диск за жени.

Дисертационният труд на Вержиния Милашка е разположен на 127 страници заедно с литературната справка. Структуриран е по стандартна методика и се състои от три основни глави, изводи и препоръки, и ползвана литература. Използвани са 158 литературни източници. Материалът е онагледен с 32 фигури и 54 таблици.

Краткият увод логично насочва към извършените впоследствие анализи и проведените изследвания.

Глава I – литературен обзор е разположена на 36 страници. Разглеждайки внимателно тази глава от дисертационния труд установихме, че той е разработен задълбочено и професионално.

В началото на литературния обзор е направен кратък ретроспективен анализ на развитието на мятането на диск в световен мащаб от гледна точка на условия за изпълнение и включване в програмите на официални състезания. Представено е и развитието на световния рекорд. От друга страна е направен анализ на развитието на българския национален рекорд, като е акцентирано на приноса на отделни състезателки в това развитие, както и на постигнатите призови класирания на големи спортни форуми. Направено е графично сравнение на развитието на световния и на националния рекорд. Освен това е извършен анализ на 50-те най-добри резултати в света, като е открито присъствието на българските състезателки в тази класация. Представени са данни и за 50-те най-добри резултати на български състезателки. Тук би могло да се добави една графика, която нагледно да представи разликите между най-добрите световни и български резултати.

Допълнителна светлина за състоянието на мятането на диск дава извършеният сравнителен анализ на най-добрите постижения в света и в България по години в годините след установяване на световния и на националния ни рекорд – съответно 1988 и 1987 г. Интересен анализ е направен за постигнатите резултати на първите три състезателки на европейски първенства и на националните шампионати за последните 20 години.

Раздел I.2. от дисертационния труд е посветен на разкриване по литературни данни на спортно-техническите характеристики на мятането на диск. Подробно е изяснена техниката на дисциплината – структура и възлови моменти. Разкрити са основните фактори на спортното постижение, като акцентът е върху механичните фактори – скорост на излитане, ъгъл на излитане и височина на излитане на уреда и времевите характеристики на основните фази на мятането. Представени са формули за изчисление на далечината на полета на уреда.

Физическият потенциал на дискохвърляча, като проблем, заема основно място в литературния обзор на дисертационния труд. Основни анализирани параметри са двигателните качества сила, бързина, скоростни възможности и скоростно-силови възможности.

В глава I.4. са разкрити мястото на контрола и на моделирането като неотменни процеси в тренировката на състезатели в лекоатлетическите хвърляния. Посочени са най-прилаганите спортно-педагогически контролни упражнения в подготовката на дискохвърлячи. Разкрити са основните видове и етапи на контрола.

Литературният обзор завършва с три кратки извода, които отразяват направените в глава I анализи.

Изследователската хипотеза е добре формулирана и отговаря на поставените за разрешаване научни проблеми.

Глава II е от дисертационния труд е разположена на 12 страници, като целта е формулирана правилно и отразява тематиката на дисертационния труд. За реализиране на целта са поставени за решаване 7 задачи. Коректно са представени изследваните показатели, както и са посочени изследваните състезателки. Използвани са адекватни методи на изследване.

Глава III от дисертационния труд е разположена на 64 страници и включва подробни анализи по предварително набелязаните направления. На първо място е проследена динамиката на най-добрите постижения в България и в света след 1987 – когато са поставени и все още не са подобрили световния и националния рекорди. От друга страна е направен анализ на резултатите на призовите тройки от европейските първенства и от националните шампионати. Данните са представени в табличен и в графичен вид и са анализирани коректно.

Проследяването на динамиката на спортните резултати във възрастов аспект дава допълнителна представа за спортно-техническите възможности на състезателките в мятането на диск. Очертана е тенденцията в изменението на резултатите, като данните отново са представени в табличен и в графичен вид. Установени са корелационни зависимости между спортното постижение и

възрастта на състезателите. Разработени са и нормативи за оценка на нивото на спортния резултат по петстепенна скала чрез прилагане на сигмалния метод.

Изследването на физическия потенциал на състезателките в мятането на диск е направено в няколко направления. На първо място са анализирани антропометричните показатели на състезателките, като важен фактор на постижението в мятането на диск, въпреки, че са доказани несъществени взаимовръзки на спортния резултат с ръста и теглото на състезателите.

Изследването на физическия потенциал продължава с анализ на специалните спортно-технически възможности на състезателките в мятането на диск. За анализ са избрани упражнения за усъвършенстване на техниката чрез мятане на диск с различно тегло и логично са установени високи корелационни зависимости на всички упражнения със спортния резултат. Изведени са и регресионни уравнения за прогнозиране на спортното постижение в зависимост от резултатите в отделните упражнения, както и обратни регресионни модели – за изчисляване на необходимия резултат в контролното упражнение за постигане на определен спортен резултат. Разработени са и нормативи по сигмалния метод за оценка на резултатите от анализирания упражнения.

В следващия раздел от дисертационния труд докторантката прави задълбочен анализ на комплексните скоростно-силови възможности на състезателките в мятането на диск, като анализира резултатите от упражненията хвърляне на гюле с две ръце напред и назад. Установени са високи корелационни зависимости на тези упражнения със спортния резултат. И за тези тренировъчни и в същото време контролни упражнения са изведени прави и обратни регресионни уравнения и са разработени нормативи за оценка по петстепенна оценъчна скала.

Скоростно-силовите възможности на състезателките в мятането на диск са анализирани с помощта на контролните упражнения бягане на 30 м от висок старт, скок на дължина от място, троен и петорен скок от място. Схемата за анализ се запазва, като са изчислени корелационните зависимости със спортния резултат, изведени са регресионни уравнения и са разработени нормативни оценъчни таблици.

В раздел III.3.5. е направен подробен анализ на резултатите от контролните упражнения клякане с щанга на раменете, повдигане на щанга от лег, изхвърляне и обръщане на щанга до гърди, които отразяват силовите възможности на състезателките в мятането на диск. Упражненията са онагледени с подходящи кинограми.

Техническият потенциал на дискохвърлячката обхваща времеви, амплитудни и ъглови характеристики на изпълнението на мятането на диск и този анализ е направен в раздел III.4. Установени са достоверни взаимовръзки между отделните изследвани показатели и индивидуалните изменения на тези показатели спрямо спортния резултат. Анализираните стойности са свързани коректно с отделни елементи от техническото изпълнение на състезателното упражнение. Данните са подходящо онагледени с таблици и фигури.

За да може спортно-техническият потенциал на дискохвърлячката да придобие напълно завършен вид, докторантката изследва степента на реализация на възможностите на състезателките в мятането на диск. За тази цел са взети предвид резултатите от европейските първенства, националните шампионати и най-добрите лични резултати през съответния спортно-състезателен сезон, както и средните стойности на медалистите от тези състезания.

Като логичен завършек на богатия изследователски материал, докторантката разработва таблици с моделни характеристики по отделните изследвани показатели за постигане на определен спортен резултат, което би намерило добро приложение в практиката при подготовката на състезателки в дисциплината мятане на диск с различна квалификация.

Прави впечатление, че почти във всеки раздел от анализа на отделните страни на спортно-техническия потенциал е представена методиката на изследване, изследваните лица и изследваните параметри.

В края на дисертационния труд за изведени 7 извода, които като цяло отразяват поставените за решаване задачи. Тук бих могло да се постигне по-висока степен на конкретизиране на извод № 6, тъй като така както е написан,

той има по-скоро информативен характер за това, какво може да се направи, а не отразява направените в анализите заключения.

### **Заключение**

Пред нас е представен един завършен и правилно структуриран научен труд. Направените забележки и предложения промени и допълнения не намаляват стойността на този труд, който е с подчертано висока теоретична и практическа значимост.

Всичко това ми дава основание да изразя пред уважаемите членове на научното жури своето становище, а именно - на Вержиния Светославова Милашка да бъде присъдена образователната и научна степен „Доктор“.

София

22.04.2019 г.

Изготвил становището: