

РЕЗЮМЕТА НА НАУЧНИТЕ ТРУДОВЕ

представени за участие в конкурс за заемане на академичната длъжност „Доцент“ в професионално направление 7.6. Спорт, специалност „Спорт“ (Баскетбол), обявен в ДВ бр.19 от 5 март 2019 г.

Справка на гл.ас. Мариана Алексиева Борукова, доктор,

1. **„Усъвършенстване на системата за прием и контрол на баскетболни таланти в спортните училища в България“**, дисертационен труд научен ръководител проф. Росица Църова, доктор

В научната разработка е направено задълбочено проучване на голям брой литературни и документални източници, на базата на което се разглежда и е установено актуалното състояние и проблемите на спортната подготвеност по баскетбол на учениците в спортните училища в България. Извършен е задълбочен сравнителен анализ на резултатите от проучването, проследена е динамиката на физическото развитие и специфичната подготвеност по отделните класове и по пол, проверена е достоверността на наблюдаваните различия в мненията на изследваните лица по анкетната карта, в зависимост от тяхната професионална квалификация, обърнато е внимание на техните предложения за усъвършенстване на системата за прием и контрол на подготовката на баскетболни таланти в системата на спортните училища. Един от основните приноси на дисертационният труд е, че след направеното проучване от докторанта и научния му ръководител, резултатите бяха предоставени на ММС и МОН, които се съобразиха с желанието на представителите на СУ и от 2012 г. въведоха три професионални квалификации на завършващите спортни училища: *помощник-треньор, организатор на спортни събития и фитнес инструктор*. Проведено е мащабно изследване на всички ученици с профил „баскетбол“ от спортните училища в страната. Сравнителният анализ на физическата подготвеност показва, че тук е в сила нулевата хипотеза, което доказва, че в по-горните класове на спортните училища кандидатстват и се приемат ученици, чийто двигателни възможности са твърде ниски, което в никакъв случай не е предпоставка за качествено обучение в технико-тактически действия. С цел оптимизиране на приема бе разработена нова нормативна система за прием и контрол на ученици с профил „баскетбол“ в спортните училища в страната. Системата е разделена по класове от V^{ти} до XII^{ти} и по пол (момчета и момичета). Като втори основен принос можем да прибавим и работената нормативна база, както и методическите указания за нейното прилагане, които позволяват да бъде осъществен ефективен текущ контрол върху специфичната работоспособност на баскетболистите от спортните училища в България.

„Perfection of the system for admission and control of basketball talents at the sports schools in Bulgaria“, Mariana Borukova, Dissertation, Scientific supervisor Prof Rositsa Tsarova, Phd

The scientific development is a profound study of a great number of literature and documental sources on the ground of which the actual state and the problems of the sports preparedness in basketball of the pupils at the sports schools in Bulgaria is considered and established. The study makes a profound comparative analysis of the results, follows the dynamics of the physical development and the specific preparedness of the separate grades, as well as in sex, examines the reliability of the differences observed in the views of the persons under study according to the inquiry card depending on their professions qualification, pays attention to their proposals for perfection the system of admission and control of basketball talents preparation with in the sports school system. Following the studies of the PhD student and her scientific supervisor the results were presented to the Ministry of Youth and Sports and the Ministry of Education which took under consideration the wish of the sports schools and since 2012 introduced three professional qualifications of the sports schools graduates: *assistant coach, organizer of sports events and fitness instructor*, all that appeared as one of the basic contributions of the dissertation. Extensive study is made of all "basketball" profile pupils at the sports schools in the country. The comparative analysis of the physical preparation shows that zero hypothesis is applicable which proves that the pupils applying and admitted to the upper grades have rather low motive abilities, which in no case is a supposition about qualitative education in technical and tactical aspect. New normative system for admission and control of "basketball" profile pupils at the sport schools in the country is developed with the purpose of optimizing the admission. The system is divided in grades – from Vth to XIIth and in sex (boys and girls). The normative base which is developed, as well as the methodological instructions for its application which allow an effective current control on the specific workability of the basketball players at the sports schools in Bulgaria is the second basic contribution of the dissertation.

2. *Хабилитационен труд: „Контрол на спортната подготвеност на 13-14 годишни баскетболистки“, монография*

Монографията разглежда теоретичните основи и приложните аспекти на спортната подготвеност при млади баскетболистки. В нея се прави опит да се изведат основните параметри в научно-теоретичен и практико-приложен план на организиране и осъществяване на методика на обучение по баскетбол на момичета във възрастта 13-14 години. Настоящата разработка финализира двугодишно изследване на автора в тази област. Целта на научния труд е да се представи актуална информация относно физическото развитие и спортната подготвеност на състезателки в тази възрастова група от различни отбори в страната. Проведеният експеримент в рамките на две спортно-състезателни години, доказва, че именно възрастта 13-14 години е важен етап от спортната кариера на младите състезателки. В него се определя игровия пост и настъпва

индивидуализация в спортната подготовка. В разработката подробно се разглеждат четирите страни на спортната подготовка, определят се водещите фактори на физическото развитие и спортната подготвеност за съответната възрастова група. Към треньорите, които работят с млади играчи са изведени конкретни насоки за формиране на дисциплина, поведение и отношение на състезателите към учебно-тренировъчния процес, към съотборниците и треньорите, а от там респективно към състезанията, в които участват. Конструирани са примерни въпросници и анкети за установяване степента на разбиране и осмисляне на играта от играчите. Акцентът в разработката е към необходимостта от развиване на физическите качества, усъвършенстване на индивидуални, групови и отборни технико-тактически действия в играта при младите състезателки. За да бъде осъществен ефективен текущ контрол върху физическото развитие и специфичната работоспособност на баскетболистите в България е разработена нормативна система по 25 показателя за 13-14 годишни състезателки.

„Control of the sports preparedness of 13-14 years old girl basketball players“, Mariana Borukova, Monograph

The monograph treats the theoretical basis and the applied aspects of the sports preparedness of young girl basketball players. It is a trial to take to the front the basic parameters in scientific-theoretical and practical-applied aspect for the organization and application of the basketball training methodology to 13-14 years old girl basketball players. The present paper finalizes a two years study of the author in that field. The purpose of the scientific study is to present current information about the physical development and the sports preparedness of the players of that age group from various teams in the country. The experiment in the frames of two sport-competitive years proves that namely the age of 13-14 years is an important stage of the young competitors' sports career. It is the period when the sport position is determined and the individualization in the sports preparation occurs. The paper treats in details the four sides of the sports preparation, determines the leading factors of the physical development and the sports preparedness of the respective age group. Coaches working with young players receive concrete guidelines about the formation of discipline, conduct and bearing of the competitors to the study and training process, towards their co-players and coaches and respectively to the competitions, they take part in. The author has constructed exemplary questionnaires and inquiries for establishing the degree of understanding and comprehension of the game by the players. The accent of the paper is directed towards the necessity of developing the physical qualities, perfection of the individual, group and team technical and tactical acts in the game by the young players. In order to perform an effective current control on the physical development and the specific workability of the basketball players in Bulgaria, the author has developed a normative system for 13-14 years old girl basketball players by 25 indicators.

3. „Management and control of sports preparation of 14-15-year-old female basketball players“, Mariana Borukova

Knowing the age and gender characteristics of children is a prerequisite for the sports pedagogue to manage the different stages of the multi-annual sports training. The complex development of motor skills raises the question of the assessment and control of the specific functional training of the athletes.

Permanent control over the level of development of basic motor skills allows coaches to determine the main directions for optimization of the educational and training process and to work more effectively for the development of specific technical and tactical skills of adolescent basketball players. Undoubtedly, one of the main factors of gaming efficiency is the ability of the athletes to materialize their motor potential in rational technical and tactical actions. To the greatest extent, the contribution of each of the indicators studied to the sports performance of an individual or group depends on 3-4 key factors.

The disclosure of the factor structure of physical development and the specific work capacity of 14-15-year-old basketball players is of high information value for the optimization of the training process. In the present study, the five identified factors have the largest contribution to the basketball achievement for this age group.

Key words: basketball, growing up basketball players, optimization, educational and training process

„Управление и контрол на спортната подготвеност на 14-15 годишни баскетболистки“, Мариана Борукова

Познаването на възрастовите и половите особености на децата е предпоставка спортният педагог да управлява различните етапи на многогодишната спортна подготовка. Комплексното развитие на двигателните качества поставя въпроса за оценката и контрола върху специфичната функционална подготовка на състезателите. Перманентният контрол върху нивото на развитие на основните двигателни качества позволява на треньорите да определят основните направления за оптимизиране на учебно-тренировъчния процес и да работят по-ефективно за развитие на специфичните технико-тактически умения на подрастващите баскетболисти. Безспорен факт е, че един от главните фактори на игровата ефективност е умението на състезателите да материализират своя моторен потенциал в рационални технико-тактически действия. В най-голяма степен приносът на всеки от изследваните показатели към спортното постижение на даден индивид или съвкупност зависи от 3 - 4 основни фактора. Разкриването на факторната структура на физическото развитие и специфичната работоспособност при 14-15 годишни баскетболистки е с висока информационна стойност за оптимизирането на учебно-тренировъчния процес. В настоящото изследване идентифицираните пет фактора имат най-голям принос към спортното постижение в баскетбола за тази възрастова група.

Ключови думи: баскетбол, подрастващи, оптимизиране, учебно-тренировъчен процес

4. „Factor structure and major factors of physical ability of 13-14-year-old pupils“, Mariana Borukova

Physical activity is an important element and criterium for a healthy lifestyle. The level of physical ability determines the degree to which an organism adapts to its environment and therefore the development and condition of all the other personal qualities depends greatly on it. One of the elements of physical ability and fitness is the main motor qualities – speed, strength, endurance, agility, flexibility, balance, coordination of movements.

The aim of the present study is to reveal the major factors of physical ability of 13-14-year-old pupils, as well as to determine to what extent gender differences influence the level of physical ability between boys and girls of one age group. We used variation, factor and comparative analyses when we processed the results. According to the general conclusions, for both boys and girls there are three major factors with a very high percentage to the initial dispersion of the surveyed phenomenon. We can sum up that in this age group the established gender differences have a very big impact on the physical ability of the pupils, and these differences regard mostly the explosive power of the lower limbs, the speed abilities and the endurance of the kids, the advantage being totally in favor of the boys.

Key words: pupils, adolescents, factor structure and physical ability

„Факторна структура и основни фактори на физическата способност на 13-14 годишни ученици“, Мариана Борукова

Физическата активност е съществен елемент и критерий за здравословен стил на живот. Равнището на физическата годност определя степента на приспособяване на организма към околната среда, което означава, че от нея зависят до голяма степен развитието и състоянието на всички други качества на личността. Елемент на физическата дееспособност и годност са основните двигателни качества - бързина, сила, издръжливост, ловкост, гъвкавост, равновесие, координация на движенията. Целта на настоящото изследване е да се изведат основните фактори на физическата дееспособност при 13-14 годишни ученици, както и да се установи, до каква степен половите различия, оказват влияние върху нивото на физическа дееспособност между момчета и момичета от възрастова група. За обработка на резултатите е приложен вариационен, факторен и сравнителен анализи. Според обобщените изводи и при двете групи – момчета и момичета са изведени по три основни фактора имащи много висок процент към изходната дисперсия на изследваното явление. Можем да обобщим, че в тази възрастова група, установените полови различия оказват голямо влияние върху физическата дееспособност на учениците, като тези различия са по-силно изразени при взривната сила на долни и горни на крайници, при скоростните възможности и издръжливостта на децата, като предимството е изцяло на страна на момчетата.

Ключови думи: ученици, подрастващи, факторна структура и физическа дееспособност

5. „Factor structure and key factors of physical development and specific performance of adolescent basketball players (12-19)“ Mariana Borukova

Permanent collection of information on the degree of preparation of young basketball players is extremely important for the management of their sports training. This information is the reference point for their sport and technical level and allows to outline the perspectives for their future development and to achieve high performance. The influence of each of the studied indicators to sports performance of an individual or group depends on 3-4 main factors. Revealing the factor structure of physical development and specific performance of adolescent basketball players is informative to optimize the training process.

This study was conducted during the period June 2010 - October 2013. The subject of the research is basketball game for adolescents. Object of study are the main indicators of physical development, the special physical preparation and specific technical and tactical skills of 12-19 year old basketball players. Contingent of the study were 264 boys aged 12 to 19 years.

For the purpose of the study physical and educational testing was conducted including 20 indicators which present an important information on the major indices of physical development and specific performance in basketball. For this purpose, three groups were formed: 12-14 years old, 15-16 years old and 17-19 year old basketball players. The results of the testing were analyzed by means of the analysis of variance and factor analysis. For each testing group six main factors are displayed on and characterized the specific features of the factor structure.

Key words: factor structure, specific sports preparation, basketball, players

„Факторна структура и основни фактори на физическото развитие и специфичната работоспособност на подрастващи баскетболисти (12-19 г.)“, Мариана Борукова

В баскетболната практика е необходимо често да се оценява степента на подготвеност на младите състезатели. По този начин се получава необходимата информация, която служи като ориентир за нивото на тяхното развитие - дали притежават необходимите физически качества и баскетболни умения, дали напредват в процеса на работа на учебно - тренировъчния процес, и дали съществува перспектива да се развият в бъдеще като висококвалифицирани състезатели. В най-голяма степен приносът на всеки от изследваните показатели към спортното постижение на даден индивид или съвкупност зависи от 3-4 основни фактора. Разкриването на факторната структура на физическото развитие и специфичната работоспособност при подрастващи състезатели по баскетбол има висока информационна стойност за оптимизиране на учебно-тренировъчния процес. Целта на настоящото изследване е разкриване на факторната структура на физическото развитие и специфичната

работоспособност при подрастващи баскетболисти. Настоящото изследване е проведено през периода юни 2010 г.– октомври 2013 г. Предмет на изследване е баскетболът при подрастващите. Обект на изследване са основните признаци на физическото развитие, специалната физическата подготвеност и специфичните технико-тактически умения при 12-19-годишни баскетболисти. Контингент на изследване са 264 момчета на възраст от 12 до 19 години. За нуждите на изследването е проведено спортно-педагогическо тестиране по 20 показателя, носещи информация за основните признаци на физическото развитие и специфичната баскетболна работоспособност. За целта са формирани три съвкупности: 12–14-годишни, 15–16-годишни и 17–19-годишни баскетболисти. Резултатите от тестирането са подложени на обработка чрез вариационен и факторен анализи. За всяка от изследваните съвкупности са изведени по шест основни фактора, които характеризират специфичните особености на съответната факторна структура.

Ключови думи: факторна структура, специфична работоспособност, състезатели, баскетбол

6. „Comparative analysis of the sports preparedness of pupils practicing basketball at “Saint Naum” secondary school in the city of Sofia and “Georgy Benkovski” secondary school in the city of Varna“, Mariana Borukova

Practice has indisputably proven that sports schools create the best conditions for the school-training process of the sports talents of Bulgaria (M.Smochevski, 2001). Not long time ago they have been a center for finding and forming elite athletes. Their number has been reduced to a minimum as of today and the working conditions in them and respectively their contribution to the Bulgarian sport are not at the required level (A. Kurmulis, 2001). The new State Educational Requirements are setting up high requirements to the acceptance and preparation of the sports talents within the sports schools system. Their education is directed towards achieving high sports results and personal perfection at the “sports mastership” level (R.Tsarova, M.Borukova, 2011). With the purpose to guarantee achievements in sport, the Ministry of Physical Culture and Sport emphasizes on strengthening the current control at the Sports Schools by introducing a “System for evaluating the results of the sports preparation of the pupils at the sports schools” developed for 30 kinds of sports mainly by experts from “V.Levski” National Academy of Sport (R.Tsarova, O.Miladinov, 2012). This study was conducted during the period May-December 2012. The subject of the research is the specific basketball workability within the 13-14 years of age (VIth – VIIth grade). Object of the study is some basic signs of the specific physical and specific technique-tactic preparedness and their development under the effect of specific motive activity (by means of basketball). Contingent of the study were 12 girl pupils (VIth – VIIth grade) from the sports school in Varna, competing at “Odessos” sport club and 12 girl pupils from the “Saint Naum” sports school in Sofia, born in 1998-1999. For the needs of the study a test battery is applied covering 10 indicators

Conclusions

The results from former studies of ours (N.Nikolov and R.Tsarova, 2012) show that for both systems of evaluation (50-marks and 16 marks) there do not exist differences for the level of preparedness of both aggregates under study. The pupils from Varna considerably outdo their coevals from Sofia in relation to the development of the specific swiftness of moving along the terrain without a ball, the speed endurance and the quickness of shooting a basket. The pupils from Sofia do not considerable outdo

their coevals from Varna in relation to the explosive strength of the lower limbs at vertical efforts, dynamics of the abdominal muscles and the execution of free throws. These differences might be explained by random reasons.

Key words: sports schools, basketball, systems of evaluation

„Сравнителен анализ на спортната подготвеност на ученици с профил „баскетбол“ от СУ „Свети Наум Охридски“ гр. София и СУ „Георги Бенковски“ гр. Варна, Мариана Борукова

Практиката безспорно е доказала, че спортните училища създават най-добрите условия за учебно-тренировъчен и възпитателен процес за спортните таланти на България. В недалечното минало те са били център за откриване и формиране на елитни спортисти. Към днешна дата броят на тези училища е сведен до минимум, а условията на работа в тях и съответно приносът им към българския спорт не са на нужното ниво. От друга страна обективният контрол е важен фактор гарантиращ качеството на учебно-тренировъчен процес и спортния резултат, което определя актуалността и значимостта на разглежданата тематика. Новите ДООИ (Държавни образователни изисквания), поставят високи изисквания към приема и подготовката на спортни таланти в системата на спортните училища. Тяхното обучение е насочено към постигане на високи спортни резултати и лично усъвършенстване на ниво „спортно майсторство“.

Целта на настоящото изследване е да се направи сравнителен анализ и оценка на основните параметри на специфичната работоспособност на учениците с профил “баскетбол”, от VI^{-ти} и VII^{-ми} клас, на СУ “Георги Бенковски”- гр. Варна и “Свети Наум Охридски” – гр.София. Настоящото изследване е проведено в периода м. май – м. декември 2012 г. Предмет на изследване е специфичната баскетболна работоспособност във възрастовия диапазон 13-14 години (VI-VII клас). Обект на изследването са някои основни признаци на специалната физическа и специфичната технико-тактическа подготвеност и тяхното развитие под влияние на специфичната двигателна дейност (със средствата на баскетбола). Контингент на изследване са 12 ученички (VI-VII клас) от спортното училище във Варна. За нуждите на изследването е приложена тестова батерия, включваща 10 показателя, които могат да бъдат разпределени в две групи:

- ✓ специална физическа подготвеност – 6 показателя;
- ✓ технико-тактически умения - 4 показателя.

Резултатите от предишни наши изследвания показват, че и при двете системи за оценяване (50-балната и 16-балната) не съществуват разлики при нивото на подготвеност на двете изследвани съвкупности. Ученичките от гр. Варна значимо превъзхождат своите връстнички от гр. София по отношение нивото на развитие на специалната бързина на придвижване по терена без топка, скоростната издръжливост и бързината на постигане на кош. Ученичките от гр. София не превъзхождат значимо своите връстнички от гр. Варна по отношение

на взривната сила на долни крайници при вертикални усилия, динамиката на коремна мускулатура и изпълнението на наказателни удари. Тези различия бихме могли да обясним със случайни причини.

Ключови думи: спортни училища, баскетбол, система за оценяване

7. „Analysis and evaluation of the physical development and the specific preparedness of 14 years old junior women basketball players“, Mariana Borukova

The aim of the present study is optimization of the educational and training process of the growing up basketball players from the „September 97“ BC team through analysis and evaluation of the basic parameters of their physical development and specific workability.

Methodology

Subject of the study is the physical development and the specific workability of 14 years old basketball players (girls). Object of the study is the basic symptoms of the physical and technical and tactical preparedness in basketball. Contingent of the study is 10 girls (born 2001/2003) from the “September 97” BC. Methods of this study includes: *survey study of the specialized literature, anthropometry, expert evaluation and sports-pedagogical tests*

The results of the study have been subjected to *mathematical-statistical* treatment by: *variation analysis, method of the indexes, sigma method for evaluation, comparative t-criterion of Student for independent extracts.*

This study has an ascertain character and its goal is to determine and analyze the level of physical development of youth female basketball athletes. Our thoughts are that with this study we will help the work of the sports pedagogues (coaches) in their selection and superintendence of their athletes. Also with this study we will help coaches to achieve better results.

Key words: *growing up basketball players, evaluation, optimization*

„Анализ и оценка на физическото развитие и специфичната подготвеност на 14 годишни баскетболистки“, Мариана Борукова

Комплексното развитие на двигателните качества поставя въпроса за оценката и контрола върху специфичната функционална подготовка на състезателите. За целта много изследователи разработват специфични баскетболни тестове и показатели. Целта на настоящото изследване е оптимизиране на учебно-тренировъчния процес на подрастващи баскетболистки от отбора на БК „Септември 97“, чрез анализ и оценка на основните параметри на физическото развитие и специфичната им работоспособност. Настоящото изследване е проведено в периода м. април 2015 г. – м. юни 2015 г. Предмет на изследване е физическото развитие и специфичната работоспособност при 13- 14-годишни баскетболистки. Обект на изследването са основните признаци на физическата и технико-тактическата подготвеност в баскетбола. Контингент на изследване са 10 момичета (родени 2001/2003 г.), от отбора на БК „Септември 97“, участник в Държавното първенство по баскетбол за съответната възрастова група и 14 състезателки от отбора на „Левски“- момичета'14. За нуждите на изследването със състезателките от отбора бе проведено спортно-педагогическо тестиране по 25

показателя, носещи информация за основните признаци на физическото развитие и специфичната баскетболна работоспособност. Приложени са следните методи на изследване: обзорно проучване на специализираната литература, антропометрия, експертна оценка и спортно-педагогическо тестиране. Резултатите от изследването са подложени на математико–статистическа обработка чрез: вариационен анализ, метод на индексите, сигмален метод за оценка, t-критерий на Student за независими извадки. След обработка на резултатите установихме, че изследваната група има по-високо ниво на развитие на физическото развитие спрямо нивото на физическата и технико-тактическата готовност.

Ключови думи: подрастващи, баскетбол, оценка, оптимизиране

8. „Изследване на дългосрочната мотивация на студенти от НСА“, Мариана Борукова, Иван Иванов

Дългосрочните цели са част от цялостната перспектива на личността и поддържането на удовлетвореност и цялостна личностна интеграция. Те са и добър буфер свързан с превенцията и предпазването от стрес и стресови фактори. В рамките на едно академично образование краткосрочните и дългосрочните цели са в пряка зависимост, за да се поддържа мотивация и насока за развитие и последваща професионална реализация. Използван бе „Тест за оценка на дългосрочната мотивация“, който включва 10 въпроса, всеки от които има от 1 до 7 възможни степени за качествена оценка на мотивацията. Средното постижение на този тест е 46-47 точки. Целта на изследването на дългосрочната мотивация при студенти. Настоящото изследване беше проведено през м. ноември 2014 г. За нуждите на изследването са анкетирани лица 45 студенти от IV курс в НСА. За реализиране на поставената цел и задачите на изследването са приложени следните методи: обзорно проучване на специализираната литература, тестово изследване и оценка. Резултатите от изследването са обработени математико-статистически чрез: вариационен анализ; относителен дял и сравнителен анализ на две независими извадки чрез U-критерия на Man Whitne. В настоящото изследване проведено с образователно неспецифичен тест за мотивация в дългосрочен план отново се получиха относително по-високи резултати при жените, в сравнение със студентите от мъжки пол, които обаче не са статистически значими, и можем да твърдим, че мотивацията при спортистите е по-висока в сравнение със средната сред общата популация.

Ключови думи: мотивация, студенти и дългосрочни цели

„Study of the long term motivation of the national academy of sport higher students“, Mariana Borukova, Ivan Ivanov

Long-term purposes are part of the all over perspective of the personality and the maintenance of satisfaction and wholesome personal integration. They are good buffer related to the stress and stress factors prevention. Short-term and long-term aims are directly dependent with in the frames of an academic education in order to maintain motivation and direction for the development of the subsequent professional realization. Applied was a “Long-term motivation evaluation test” covering 10 questions, each one of which had possible degrees from 1 to 7 about qualitative evaluation of the motivation. The average achievement of the test is 46-47 points.

Long-term motivation of higher students is the purpose of the study. The present study was held in November 2014. For the needs of the study, 45 four years higher students at the National Academy of Sport have been inquired. Applied are the following **methods** for the realization of the purpose and tasks of the study: *review of the specific literature, test study and evaluation*. The results of the study are processed mathematically and statistically by: *variation analysis, relative share and comparative analysis of two independent extracts by U criterion of Man Whitne*.

Conclusions

In the present study, carried out by educational nonspecific motivation test in the long term aspect, received were again relatively higher results for the women in comparison with the men students but they were not statistically important so it could be stated that the athletes motivation is higher than the average in between the general population.

Key words: *motivation, higher students and long-term purposes*

9. „Анализ и оценка на технико-тактическата подготвеност на отбора по баскетбол на БК „Буба Баскетбол“, Мариана Борукова, Мануел Марков

Важните структурни промени, които се извършват в съдържанието на баскетболната игра, пораждаат обективни закономерности, които трябва да се отчитат в процеса на нейното развитие и усъвършенстване. Един от характерните белези на това развитие е непрекъснатата активизация на играта и повишаващите се изисквания към функционалните възможности на играчите. Треньорът трябва да умее да прилага подходящи средства и методи за тренировка, да използва ефективен контрол върху подготвеността на своите състезатели на различните етапи от тяхното развитие, е особено важно за успешното управление на учебно-тренировъчния процес. Целта на настоящото изследване е да се направи анализ и оценка на физическото развитие и специфичната работоспособност на 16 годишни баскетболисти. Настоящото изследване бе проведено през м.август - м. декември 2014 г. Предмет на изследване са физическото развитие и специфичната работоспособност на 16-годишни баскетболисти. За нуждите на изследването е проведено тестиране на всички състезатели от отбора по 18 показателя, носещи информация за основните признаци на физическото развитие и специфична баскетболна работоспособност. За реализиране на поставената цел и задачите на изследването са приложени следните методи на изследване: обзорно проучване и теоретичен анализ на специализираната литература, антропометрия, спортно-педагогическо тестиране, оценяване на състезателите по 50 бална нормативна система за поставяне на оценка. Приложени са следните математико-статистически методи: вариационен анализ, индекс на телесната маса, относителен дял, сравнителен анализ (t-критерий на Стюдънт за независими извадки) и метод на сигмалните отклонения. Като цяло, изследваната група има по-високо ниво на физическо развитие и специфична работоспособност на включените в нея баскетболисти от средното ниво за същата възраст на съвкупността-15-годишни момчета, занимаващи се организирано с баскетбол в България. Отборът на „Буба“ има по-високо ниво на развитие на технико-тактическа от физическата подготвеност.

Ключови думи: баскетбол, подрастващи, оптимизиране, учебно-тренировъчен процес

„Analysis and evaluation of the physical development and specific preparedness of coming up boys basketball players”, Mariana Borukova, Manuel Markov

The important structural changes in the contents of the basketball game bring forth objective regularities, which should be reckoned in the process of its development and perfection. One of the characteristic signs of that development is the incessant activation of the game and the increased requirements to the functional abilities of the players. The coach must be able to apply suitable means and methods of training, to use effective control on the preparedness of his/her players at different stages of their development, which is particularly important about the successful management of the educational and training process.

The purpose of the present study is to make analysis and evaluation of the physical development and the specific workability of 12 years old boys basketball players. The study was made during August-December 2014. Subject is the physical development and specific workability of 12 years old boys practicing basketball. Tested were 14 boys born in 2003-2004 from “Delfin” Basketball club in the city of Bourgas, having participated in the State championship of the Bulgarian Basketball Federation.

For the needs of the study all competitors were tested by 18 indicators, bearing information about the basic signs of the physical development and the specific basketball workability.

For implementing the purpose and tasks of the study, applied are the following methods of research: review study and theoretical analysis of the specific literature, anthropometry, sport pedagogical tests, evaluation of the competitors by 50-examination marks system to form the final mark. Applied are the following mathematic and statistical methods: *variation analysis, body mass index, relative share, comparative analysis (t-criterion of Student for independent extracts) and sigma deviation method.*

As a whole, the group under study has higher level of physical development and specific workability than the average level for the same age of the 15 years old boys of the totality practicing organized basketball practice in Bulgaria. “Buba” team has higher level of development of the technical and tactical skills than the physical preparedness.

Key words: *basketball, coming up players, optimization, educational and training process*

10. „Да играем заедно Т. In. Basket- Totally Integrated Basketball“, Стефка Джобова, Мариана Борукова

В световен мащаб адаптираната физическа активност и спорт за хора с увреждания е сравнително нова тенденция, която обхваща все по-голям процент активни и спортуващи хора с увреждания и хора с различно ниво на функционалност. Основната дейност на интегрирания спорт е да се адаптира към нуждите на всяка личност и да допринесе за постигане на чувство за равнопоставеност при хората с увреждания. Социалната функция, която имат спортовете за хора с увреждания е комуникационна и хуманна. Съвместното спортуване подкрепя развитието на нагласите относно приемането на индивидуалните различия, защитаваща правото на достъп до активен начин на живот и спорт, промотира иновативни съвместни програми и системи, водещи до личностно израстване на всички съвместно спортуващи. В последните

десетилетия се наблюдава много бързо развитие на баскетбола с инвалидни колички (Wheelchair Basketball) и той стана един от най-популярните и зрелищни спортове за хора с увреждания. През 2015 г. НСА „Васил Левски“ бе партньор и част от мащабен Европейски проект. Проекта "Европейски ден на Интегрираните спортове" (European Day of Integrated Sports) е финансиран в рамките на действие "Некомерсиални Европейски спортни събития" от програма Еразъм + „Спорт“, с координатор италианският Национален център за образователен спорт (CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE). Целта на международния проект бе да се популяризира моделът на съвместно спортуване между хората с увреждания и хората без увреждания и да се популяризират нови интегрирани спортове. Всеки участник в него да има възможност да пробва различни нови за него спортове и да разкрие за себе си нови възможности. Една от новите спортни дисциплини, която бе предложена на 23 май – „Европейски ден на интегрираните спортове“ се нарича: T. In. BASKET (Totally Integrated Basketball). На този етап от своето развитие, играта T. IN. BASKET не покрива една от основните цели на адаптирания спорт, а именно участие в параолимпийски игри. Но тя има специфичен и иновативен характер. В T.In.Basket, предложението за играе на традиционния баскетбол с инвалидни колички и на баскетбол за атлети. Целта е да се създаде интегриран нов вид спортна дейност, която подобрява специфични умения на всеки участник и в която да се засили приноса на всеки член на отбора. При тази спортна дисциплина наблюдаваме обърната интеграция (на хора с увреждания и здрави хора). Това е спортна дисциплина обединяваща: баскетбол на инвалидни колички (мъже, жени и деца); дееспособни спортисти или играчи с леко увреждане; смесени отбори - мъже и жени; различни възрастови групи. Целта на играта е интеграция на хора с увреждания, чрез поставянето им при равни условия с останалите. В T.IN.Basket успехът в състезанието зависи от всички играчи. Интегрирането на атлетите с увреждания в баскетбола има много предимства.

Ключови думи: баскетбол, хора с увреждания, толерантност и интеграция

„let us play together in t. in. basket- totally integrated basketball“, Stefka Dzhobova, Mariana Borukova

On world scale the adapted physical activity and sport for disabled people is comparatively new tendency, which covers greater percentage of active and practicing sport disabled people and people of various level of functionality.

The basic activity of the integrated sport is to get adapted to the needs of each personality and to contribute to achieving the feeling of equal standing by the disabled people. The social function of the sports for disabled people is communicative and humane. Mutual practicing of sport supports the development of the frame of mind related to the acceptance of the individual differences, defends the right for access to an active way of life and sport, promotes innovative mutual programs and systems leading to personal growth of all practicing sport together. Wheelchair Basketball is quickly developing during these last decades and is one of the most popular and spectacular sports for disabled people. .

“Vasil Levski” National Academy of Sport was a partner and a part of an European project of great scale in 2015. The “European Day of Integrated Sports” project is financed within the frames of the “Noncommercial European sports events” by “Erasmus + Sport” program with Centro Sportivo Educativo Nazionale as

coordinator. The purpose of the international project was to popularize the model of mutual practicing of sport by disabled people and other people and to popularize new integrated sports. Each participant has the possibility to try a new type of sport for him/her and find new possibilities for himself/herself.

One of the new sports disciplines offered on the 23rd of May – the European day of integrated sports, is called **T.In. BASKET** (Totally integrated basketball). At this stage of its development, the T.In.BASKET Game does not cover one of the basic aims of adapted sport, namely participation in the Paralympic Games but it has a specific and innovative character. T.In.BASKET is a proposal for playing traditional basketball in wheelchairs and basketball for athletes. The purpose is to create an integrated new type of sports activity, which improves the specific skills of each participant and where the contribution of each team member is increased. Reverse integration is observed in the game (disabled people and healthy people). That is a sports discipline uniting wheelchair basketball (men, women and children); active players or players with slight injuries; mixed teams – men and women; various age groups. The purpose of the game is the integration of disabled people by putting them at equal pace with the rest of the athletes. In T.In.Basket the success of the competition depends on all players. The integration of disabled people in basketball has got many advantages.

Key words: *basketball, disabled people, tolerance and integration*

11. „Analises and evaluation of sports preparation of youth female basketball athletes“, Borukova Mariana, Nedyalka Mavrudieva, Brestnichki Georgi, Tzarova Asia

The following study has an ascertain character and its goal is to determine and analyze the level of physical development of youth female basketball athletes. Our thoughts are that with this study we will help the work of the sports pedagogues (coaches) in their selection and superintendence of their athletes. Also with this study we will help coaches to achieve better results.

To achieving the goal we have done a complex research aiming to determine the level of physical development of 13-14 years old female basketball athletes taking a part in regular practice sessions. The subject of this study is the characteristics of specific sport preparation. The object of the study is some of the main signs of physical preparation and specific technical preparation. Contingent of this study is 30 girls playing basketball in two of the major basketball clubs for youngster in the country. Methods of this study includes were: study of the the problem through out the available literature, sport-pedagogical survey and port-pedagogy test. Math-statistic methods and analyses of the results from the taken tests are done by variation analyze, sigma method for evaluation and compare analyses (t-test of Student). The female athletes from the team of „Levski” significant have better result compare to the female athlete from the team of „Slavia” in speed abilities, basketball defense moves and ability to score a basket for a short time. The female athletes from the team of „Slavia” significant have better results compare to the female athletes from the team of „Levski” in specific quickness of move on the courtwith and without a ball, speed endurance, abdominal muscle and free throws.

Key words: *basketball, youth, sports preparation, evaluation*

„Анализ и оценка на спортната подготвеност на подрастващи баскетболистки“, Мариана Борукова, Недялка Маврудиева, Георги Брестнички, Ася Църова

Настоящото изследване има за **цел** да установи и анализира нивото на физическо развитие на подрастващи баскетболистки, което според нас ще подпомогне работата на спортните педагози по отношение на текущият подбор и контрол и респективно ще допринесе за постигане на по-добри спортни резултати. Според нас антропометричните показатели са важен фактор гарантиращ в голяма степен нивото на спортна реализация. За реализиране на поставената цел е извършено комплексно изследване за установяване нивото на физическото развитие на 13-14-годишни баскетболистки, участващи системно в организиран учебно-тренировъчен процес. Бяха изследвани 30 баскетболистки на два от водещите баскетболни клуба за подрастващи в България. Методологията на научното изследване обединява следните методи: проучване на изследваната проблематика по литературни източници, спортно-педагогическо наблюдение, антропометрия и спортно-педагогическо тестване. Математико-статистическа обработка и анализ на резултатите от проведеното изследване, чрез: вариационен анализ, сравнителен анализ (чрез t-критерий на Стьюдент за независими извадки), оценка на някои от изследваните признаци, чрез „Системата за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища” и Body Mass Index – BMI (recommended by the WHO)

Ключови думи: оценка, спортна подготвеност, баскетбол

12. „Compare analyses of physical development on 13-14 years old female basketball athletes“, Nedyalka Mavrudieva, Borukova Mariana, Brestnichki Georgi, Tzarova Asia

The following study has an ascertain character and its goal is to determine and analyze the level of physical development of youth female basketball athletes. Our thoughts are that with this study we will help the work of the sports pedagogues (coaches) in their selection and superintendence of their athletes. Also with this study we will help coaches to achieve better results. We think that the anthropometric dimensions are important factor guarantee the success in the future sports realization of the athletes.

To achieving the goal we have done a complex research aiming to determine the level of physical development of 13-14 years old female basketball athletes taking a part in regular practice sessions. The subject of this study is the characteristics of physical development in the ages of 13-14 years. The object of the study is some of the main signs of physical development in the growing female basketball athletes. Contingent of this study is 30 girls playing basketball in two of the major basketball clubs for youngster in the country. **Methods of this study includes:** study of the the problem through out the available literature, sport-pedagogical survey, anthropometry and sport-pedagogy test Math-statistic methods and analyses of the results from the taken tests are done by *variation analyze, compare analyses (t-test of Student), estimate*

marks for some of the tests, using “System for examine the results of sport preparation of pupils in sports schools” and Body mass index – BMI (recommended by the WHO).

Conclusions: Both tested groups are homogeneous about: speed abilities, speed movement on court without a ball, speed endurance, moving in defense stand. Both groups are semi homogeneous about the height jump and long jump. According to the rate system for evaluation of the pupils with profile basketball in Sports School which we have used in both tested groups, the average mark is around the middle - Good 4.

Key words: basketball, youth girls, physical development

„Сравнителен анализ на физическата подготвеност на 13-14 годишни баскетболистки“, Недялка Маврудиева, Мариана Борукова, Георги Брестнички, Ася Църова

Настоящото изследване е с констативен характер и има за цел да установи и анализира нивото на физическо развитие на подрастващи баскетболистки, което според нас ще подпомогне работата на спортните педагози за усъвършенстване на учебно-тренировъчния и състезателния процеси. За реализиране на поставената цел е извършено комплексно изследване за установяване нивото на физическото развитие на 13-14-годишни баскетболистки, участващи системно в организиран учебно-тренировъчен процес. Предмет на изследване са признаците на физическото развитие във възрастовия диапазон 13-14 години. Обект на изследване са някои основни признаци на физическото развитие при подрастващи баскетболистки. Контингент на изследване са 30 баскетболистки на два от водещите баскетболни клуба за подрастващи в България.

Методологията на научното изследване обединява следните методи: проучване на изследваната проблематика по литературни източници, спортно-педагогическо наблюдение, антропометрия и спортно-педагогическо тестиране. Математико-статистическа обработка и анализ на резултатите от проведеното изследване, чрез: вариационен анализ, сравнителен анализ (чрез t-критерий на Стюдънт за независими извадки) и оценка на някои от изследваните признаци, чрез „Системата за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища“. Анализът на резултатите от настоящото изследване ще подпомогне усъвършенстването на учебно-тренировъчния и състезателния процеси и ще повиши ефективността на контрол.

Ключови думи: баскетболистки, физическо развитие, учебно-тренировъчен процес

13. „Physical development and specific preparedness of „Rilski sportist“ basketball club, girls up to 14 years of age“ Brestnichki Georgi, Borukova Mariana, Nedyalka Mavrudieva, Stanislav Mavrudiev, Tzarova Asia

High sports achievements result from educational and training process of many years, good selection, high level of the physical and the sport-technical preparedness of the competitors. On the other hand, the effective control of the educational and training process is an important factor bearing objective information about planning, perfection and management of that process and to a greater degree guarantee the sports achievement.

The study presented has as its purpose to establish, analyze and evaluate the level of the physical development and the specific preparedness of the basketball players up to 14 years of age, participating systematically in the educational and training basketball activities. Object of the study is the sport preparedness of the coming girls practicing basketball. Subject of the study are the signs of the physical development, motive preparedness and the sport-technical skills of the players. Contingent of the study are 12 girls at the age of 13-14 years from “Rilski sportist” basketball club in the town of Samokov, which is one of the recognized centers for the preparation of coming up basketball players in Bulgaria. Methods applied: *theoretical and logical analysis, pedagogical observation, anthropometry and sport-pedagogical tests*. Mathematical and statistical methods used: variation analysis, comparative analysis and evaluation of some of the signs under research by the “System for evaluating the results of the pupils sports preparation at the sports schools” in Bulgaria and Body mass index – BMI (recommended by the WHO).

According to us, the presented study shall help the work of the sports pedagogues in relation to the current control, planning and perfection of the educational and training process.

Key words: *basketball, physical development, specific preparedness*

„Физическо развитие и специфична подготвеност на отбора по баскетбол при БК „Рилски спортист“, момичета'14“, Георги Брестнички, Мариана Борукова, Недялка Маврудиева, Станислав Маврудиев, Ася Църова

Високите спортни резултати са следствие на многогодишен учебно-тренировъчен процес, добър подбор, високо ниво на физическа и спортно-техническа подготвеност на състезателите. От друга страна ефективния контрол на учебно-тренировъчния процес е важен фактор носещ обективна информация за планиране, усъвършенстване и управление на този процес и в голяма степен гарантира спортния резултат.

Представеното изследване има за цел да установи, анализира и оцени нивото на физическо развитие и специална подготвеност на баскетболистки до 14-годишна възраст, участващи системно в учебно-тренировъчни занимания по баскетбол. Обект на изследване е спортната подготвеност на подрастващи баскетболистки. Предмет на изследване са признаците на физическото развитие, двигателната подготвеност и спортно-технически умения на подрастващи баскетболистки. Контингент на изследването са 12 момичета на възраст 13-14 години, от БК „Рилски спортист“- Самоков, които е един от утвърдените баскетболни центрове за подрастващи в България. Методи, които бяха използвани: теретико-логически анализ, педагогическо наблюдение, антропометрия и спортно-педагогическо тестиране. Математико-статистически методи, които са използвани са: вариационен анализ и сравнителен анализ и оценка на някои от изследваните признаци, чрез „Системата за оценяване на

результатите по спортна подготовка на учениците в спортните училища” в България and Body mass index – BMI (recommended by the WHO)

Според нас, представеното изследване ще подпомогне работата на спортните педагози по отношение текущият контрол, планирането и усъвършенстването на учебно-тренировъчния процес.

Ключови думи: *баскетбол, физическо развитие, специална подготвеност*

14. „Система за оценяване на резултатите по спортна подготовка на учениците в СУ“, Росица Църова, Мариана Борукова

Провеждани са изследвания с деца от различни възрастови групи и от двата пола, като използваната тестова батерия е съобразена с това. Изследвани са основните признаци на физическото развитие и спортната подготвеност в баскетбола. С прилагането на необходимите математико-статистически методи се установява нивото на физическо развитие и спортна подготвеност при състезателите, както и определяне на статистическата достоверност на настъпилите промени в изследваните съвкупности след оптимизиране на учебно-тренировъчния процес. Разкрива се факторната структура на специфичната баскетболна подготвеност на отделните възрастови групи. Машабността на изследванията предоставя възможност за разработване на нормативни таблици за оценка на физическото развитие, физическата дееспособност и специфичната подготвеност в баскетбола при отделните възрастови групи и изведени по пол.

„Evaluation system for the sports preparation results of the pupils at the sports schools“, Prof Rositsa Tsarova, Main Assistant Mariana Borukova

Children of various age groups and of both sexes have been studied and the test battery used was of the appropriate type. Tested are the basic signs of the physical development and sport preparedness for basketball. By applying the necessary mathematical and statistical methods, established is the level of the physical development and sports preparedness of the competitors as well as determined is the statistical reliability of the changes that occur in the totalities under study following the optimization of the education and training process. Disclosed is the factor structure of the specific basketball preparedness of separate age groups. The scale of the study offers possibility for developing normative tables for evaluating the physical development, physical fitness, and the specific basketball preparedness for the various age groups and sexes.