

СТАНОВИЩЕ

от проф. Доротеа Стефанова, дн за дисертационния труд на Петър Райчев Стойчев на тема „Изследване спецификата на тренировъчното натоварване и състезателната дейност в подготовката по плуване на дълги дистанции” за присъждане на образователната и научна степен ДОКТОР

Докторантът към катедрата по водни спортове на НСА Петър Стойчев не се нуждае от представяне. Той е повече от добре известен не само в спортните среди но и широко извън тях. В конкретния случай става дума за неговия интерес в областта на спортната наука и плувния спорт.

Още от увода на дисертационния труд изпъква неговата **актуалност**: плувните дисциплини, стилове, дистанции, упражнявани в стандартните условия на басейн са изучавани задълбочено като физическо натоварване, спортна техника, физиологично въздействие и пр. Не така стоят нещата с плуването в открити води, където нестандартните условия на провеждане на състезанията диктуват различен подход към тренировката и състезателната дейност.

Във връзка с това П.Стойчев силно акцентира върху ролята на състезанията в системата на спортна подготовка на състезателите в дълги плувания, като „мощно средство за физическата, психическата и технико-тактическата подготовка на спортиста”. Той класифицира 5 вида състезания в плуването в открити води, които според него са предпоставка за изграждане на спортната форма и тактика.

Впечатляват данните за нарастване на постиженията в плуването на 10 000 м след включването му в програмата на Олимпийските игри.

Литературният обзор на дисертацията показва голямата осведоменост на автора по въпросите на тренировката и адаптационните процеси, които тя предизвиква, но намирам, че той би трябвало да е насочен по-конкретно към основния обект на изследване – плуването на 10 000 м.

Целта на разработката е добре формулирана и изпълнението на предвидените за постигането ѝ задачи, осигуряват нейното изпълнение. За това допринася и големият брой анализирани резултати от състезания на тази дистанция, съпроводена от подходяща статистическа обработка.

Според мен най-голяма тежест има т.нар. от автора „констативен педагогически експеримент”, в който в две поредни години са приложени 2 модела на тренировъчни натоварвания в подготовката на елитни състезатели на 10 км плуване. Тук са анализирани и индивидуални авторски експерименти на състезател от световния елит – ПС.

Интерес представляват изведените модели на състезателната дейност в плуването на 10 км. При разделяне на състезателната дистанция на 6 части при всички състезатели, включително и при шампиона от Олимпийските игри ПС се установява моделът на бързо начало, неравномерно преминаване на средните части от дистанцията и максимално ускорение на финала. Важно е експериментално установеното „правило”, че равномерното преминаване на състезателното разстояние не е приложимо за дистанцията 10 000 м.

Очевидна е приложената стойност за тренировката на плувеца на дълги разстояния, установена чрез анализа на тренировъчните средства в два модела на плувна подготовка. Подробно и компетентно е анализирано въздействието на прилаганите тренировъчни средства в отделните микро- и мезоцикли на подготовка. Резултатите между контролния и

експерименталния модел на подготовка в много случаи не вървят в една и съща посока, което дава възможности за нови търсения и обяснения.

Не се оправдаха очакванията ми да прочета за ролята на психологическата нагласа и подготовка на състезателите, въпрос, който намирам за изключително съществен и който г-н Стойчев би могъл да засегне в отговорите си.

Изводите коректно отразяват експерименталните резултати.

Спазени са всички законови изисквания за придобиване на докторска степен.

Убедно ще подкрепя кандидатурата на Петър Райчев Стойчев за присъждане на образователната и научна степен ДОКТОР в област на висшето образование 7.Здравеопазване и спорт, докторска програма „Теория и методология на спортната наука”.

проф. Д.Стефанова, дн

STATEMENT

By Prof. Dorothea Stefanova, DSc for the dissertation work of Petar Raichev Stoychev on the topic "Study of the specifics of the training load and the competitive activity in the preparation for long distance swimming" for awarding the educational and scientific PhD degree

Mr Peter Stoychev, doctoral student at the Department of Water Sports, National Sports Academy, Sofia does not need to be introduced. He is very well known not only in sports circles but also widely in the larger community . The dissertation is about based on his interests and focused on the field of sports science and swimming.

The introduction of the dissertation is very relevant, describing in details and pointing out to: swimming disciplines, styles, distances, practicing in the standard conditions of the pool. The physical activity, sports equipment, the physiological impact have been presented and explained in depth. This is not the case of swimming in open waters, where the non-standard conditions of competitions dictate a different approach to training and competition.

In this regard, P. Stoychev strongly emphasizes the role of competitions in the system of sports training of competitors in long swimming disciplines as a "powerful tool for physical, mental and technical-tactical training of the athlete." He classifies 5 types of competitions in open water swimming, which according to him are a prerequisite for building up swimming conditioning levels and tactics.

The data pointing out an increase in the results in 10,000 m swimming after the inclusion of this swimming distance in the program of the Olympic Games are impressive.

The literature review of the dissertation shows the substantial knowledge and specific awareness of the author with the issues of training and adaptation processes. In my opinion it should be aimed specifically at the main object of study - swimming 10,000 m.

The purpose of the research is well formulated and the fulfillment of the tasks necessary for its implementation are properly presented. The large number of analyzed results from competitions at 10000 m distance and the detailed statistical processing also contribute to this outcome.

In my opinion, the greatest achievement is the so-called by the author "ascertaining pedagogical experiment", in which in two consecutive years 2 models of training loads have been applied in the conditioning and the preparation of elite athletes for 10000 m swimming. The analysis of Mr Stoychev experiments with one competitor PS - the world's champion.

The derived models of the competitive activity in swimming 10 km are of particular interest. When dividing the racing distance into 6 parts for all competitors, including the Olympic champion PS, the model of fast start, uneven crossing of the middle parts of the distance and maximum acceleration of the final was established. It is important to point out the experimentally established "rule" that the uniform passage of the racing distance is not applicable for the distance of 10,000 m.

The application of the established by Mr Stoychev training methods in the two models of swimming protocols is of significant value for the training of long distance swimmers. The impact of the applied training protocols in the individual micro- and mesocycles of training is analyzed competently in details. When comparing the results between the control and experimental training model they do

not go always in the same direction, which provides opportunities for more experimental research and explanations.

My expectations were, that I would be able to read about the role of the psychological attitude and preparation of the competitors. I do find this particular part of the research extremely important and would like to suggest that Mr. Stoychev should address this issue in his answers.

The conclusions correctly reflect the experimental results.

All legal requirements for obtaining a doctoral degree are met.

I will convincingly support the candidacy of Mr. Petar Raichev Stoychev for awarding the educational and scientific **PhD** degree in the field of higher education 7. Health and Sports, doctoral program "Theory and Methodology of Sports Science".

Prof. D.Stefnova